

A RELAÇÃO ENTRE A ANSIEDADE E O MEDO DE CONTAMINAÇÃO ENTRE PROFESSORES E PROFISSIONAIS DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Mariana Teixeira da Cruz¹;

Lisboa, Portugal.

Lídia Susana Mendes Moutinho².

Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL); Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR); Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Lisboa, Portugal.

ORCID: 0000-0001-5076-0612

RESUMO: A pandemia COVID-19 teve um impacto significativo na saúde mental de professores e profissionais de saúde em todo o mundo. **Objetivo:** Averiguar a relação entre ansiedade e medo de contaminação, nos professores e profissionais de saúde, durante o período pandémico, em Portugal. **Método:** Realizou-se um estudo transversal, com uma abordagem quantitativa, descritiva, comparativa e correlacional. Foi utilizada uma amostra por conveniência, através estratégia de amostragem “bola de neve”. Os instrumentos utilizados foram o questionário de caracterização sociodemográfica, o *Coronavírus Anxiety Scale* (CAS) e o *Fear of COVID-19 Scale* (FCV-19S). **Resultados:** A amostra incluiu 314 participantes, professores e profissionais de saúde, com idades compreendidas entre 21 e 70 anos. Os resultados demonstraram que, globalmente, os participantes (professores e profissionais de saúde) apresentaram níveis significativos de ansiedade e medo da contaminação, relacionados com a pandemia COVID-19. Quando se comparam os dois grupos, os profissionais de saúde apresentaram níveis mais elevados de ansiedade do que os professores, apesar de não serem encontradas diferenças no que se refere ao medo da contaminação. **Conclusões:** Estes resultados revelam que a pandemia COVID-19 teve um impacto significativo na saúde mental dos professores e profissionais de saúde da amostra estudada, e reforçam a necessidade de desenvolver e adotar medidas de apoio, para mitigar os efeitos negativos na saúde mental desses grupos, durante situações de crise.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade; COVID-19. Medo da Contaminação.

THE COVID-19 PANDEMIC HAD A SIGNIFICANT IMPACT ON THE MENTAL HEALTH OF TEACHERS AND HEALTHCARE PROFESSIONALS WORLDWIDE.

ABSTRACT: The COVID-19 pandemic had a significant impact on the mental health of teachers and healthcare professionals worldwide. **Objective:** To investigate the relationship between anxiety and fear of contamination among teachers and healthcare professionals during the pandemic period in Portugal. **Method:** A cross-sectional study was conducted with a quantitative, descriptive, comparative, and correlational approach. A convenience sample was used, following a “snowball” sampling strategy. The instruments used were a sociodemographic characterization questionnaire, the Coronavirus Anxiety Scale (CAS), and the Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S). **Results:** The sample included 314 participants, both teachers and healthcare professionals, aged between 21 and 70 years. The results showed that, overall, the participants (teachers and healthcare professionals) exhibited significant levels of anxiety and fear of contamination related to the COVID-19 pandemic. When comparing the two groups, healthcare professionals showed higher levels of anxiety than teachers, although no differences were found regarding fear of contamination. **Conclusions:** These findings indicate that the COVID-19 pandemic had a significant impact on the mental health of the teachers and healthcare professionals in the studied sample. They also highlight the need to develop and implement support measures to mitigate the negative effects on the mental health of these groups during crisis situations.

KEYWORDS: Anxiety. COVID-19. Fear of Contamination.

INTRODUÇÃO

O ano de 2020, em Portugal, foi marcado pelo aparecimento da pandemia COVID-19, com um impacto significativo nas vidas das pessoas em todo o mundo, afetando a saúde mental e o acesso a serviços de saúde, causando um elevado número de mortes a nível mundial (BEZARRA; ALMEIDA, 2022).

A COVID-19 teve origem em Wuhan, na China, no final de 2019, apesar de rapidamente se espalhar a nível global, levando a Organização Mundial da Saúde à declaração de pandemia, que é definida como uma doença que se espalha em vários países, simultaneamente (WU et al., 2020). Esta doença é causada pelo vírus SARS-CoV-2 e pertence à categoria de vírus que afetam o sistema respiratório (SISTEMA NACIONAL DE SAÚDE [SNS], 2020). Os sintomas mais comuns são: tosse, complicações respiratórias e febre. Mas existem outros sintomas possíveis: fluxo nasal, fadiga, dores de cabeça, musculares ou de garganta. Existe também a possibilidade de infeções graves, com falha de órgãos (CORREIA et al., 2020).

Em Portugal, declarou-se estado de emergência em março de 2020, o que significou o início da quarentena como uma medida de contenção imposta pela Direção Geral da

Saúde (CORREIA et al., 2020). Segundo BROOK et al. (2020), define-se quarentena como a restrição da circulação de pessoas potencialmente expostas, para evitar a propagação. Já o isolamento pode ser definido pela separação de pessoas doentes das saudáveis (BROOK et al., 2020). Ou seja, na quarentena, as pessoas que não estão doentes já estão a ser privadas da sua liberdade (BROOK et al., 2020). Na perspectiva de BROOK e colaboradores (2020), a quarentena trouxe vários custos psicológicos, como a separação de família, amigos e perda de liberdade (BROOK et al., 2020).

Para as pessoas com dificuldades emocionais e outras vulnerabilidades, a quarentena, trouxe um risco acrescido devido ao isolamento social (MERTENS et al. 2020; RAHMAN et al., 2021), encerramento de escolas e de vários locais públicos onde era possível o convívio social, declínio económico e de outros fatores que contribuíram para problemas de saúde mental (AHORSU et al., 2020). Os níveis de stress e as reações emocionais foram igualmente afetadas devido à quarentena e distanciamento social (CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE [CNS], 2019). Também surgiu o medo de contagiar familiares e desenvolvimento de comportamentos disfuncionais e de risco, como o consumo de substâncias e desobediência em seguir as diretrizes do governo, no que se refere ao cumprimento do confinamento e consequentemente, das medidas de restrição de circulação (MERTENS et al. 2020; RAHMAN et al., 2021).

Durante este período, foram diversos os desafios que diferentes grupos de profissionais enfrentaram para se adaptarem às alterações impostas pela pandemia nomeadamente os professores e os profissionais de saúde (BEZERRA; ALMEIDA, 2022; SAHITO et. al., 2022; SANTIAGO, et. al., 2023).

Vários autores enfatizaram que, os docentes universitários encontraram uma série de dificuldades que impactaram de forma significativa no desempenho das suas funções. Entre esses entraves, destacou-se a falta de recursos tecnológicos e de formação adequada, a complexidade em manter o interesse e a motivação dos alunos, o aumento das tarefas e a consequente elevação do nível de stress, além da carência de apoio institucional. (SAHITO et. al., 2022; SANTIAGO, et. al., 2023).

Para superar estas dificuldades, os professores implementaram diversas estratégias, como aprimorar as suas competências digitais, incorporar o feedback dos alunos e manter uma comunicação constante e colaboração com os colegas (SAHITO et al., 2022; SANTIAGO, et.al., 2023).

O estudo desenvolvido por SANTIAGO e colaboradores (2023) realça que os desafios enfrentados acarretaram consequências para a saúde mental, como o aumento da ansiedade, da depressão e o esgotamento profissional.

Os profissionais de saúde, como estão em contato com indivíduos doentes, estão mais expostos ao vírus. Neste sentido, experimentaram muita tensão na prestação de cuidados dos indivíduos doentes, principalmente quando desempenharam funções em ambientes inadequados (BEZERRA; ALMEIDA, 2022).

BEZERRA e ALMEIDA (2002), referiram ainda que os profissionais de saúde, direta e indiretamente envolvidos na pandemia, estiveram constantemente expostos ao COVID-19. A diversidade deste grupo de trabalhadores levou a diferentes formas de exposição, que incluíram não só o risco de contágio devido à falta de equipamento de proteção individual (EPI) adequado para tratar os doentes infetados, mas também fatores relacionados com as condições de trabalho.

Muitos destes profissionais enfrentaram dificuldades de saúde mental, como *stress* psicológico e medo de serem infetados, entre outras preocupações. Um dos principais desafios identificados pelos profissionais de saúde foi a necessidade de se afastarem das suas famílias, por receio de contagiá-las, o que agravou os efeitos psicológicos negativos (BEZERRA; ALMEIDA, 2022).

Os desafios impostos pelas modalidades de ensino adotadas durante a quarentena, a necessidade de lidar com pessoas infetadas e o stress que estas circunstâncias provocaram nos diferentes grupos profissionais são descritos, entre outros elementos, como potenciadores de ansiedade e medo de contaminação (BEZERRA e ALMEIDA, 2022; SAHITO et. al., 2022; SANTIAGO, et. al., 2023).

Ansiedade

A ansiedade pode ser vista como uma resposta natural ao stress do dia a dia, especialmente em situações mais desafiadoras, como por exemplo problemas laborais. No entanto, quando se torna excessiva e se prolonga por um período longo, pode afetar negativamente o funcionamento normal da pessoa, transformando-se num problema mais sério (SOCIEDADE PORTUGUESA DE PSIQUIATRIA E SAÚDE MENTAL [SPPSM], 2021).

Durante a COVID-19, estudos realizados por FREITAS et al. (2021) e MEINCK et al. (2022) revelaram que os professores universitários apresentaram sintomas de ansiedade.

Segundo MEINCK e colaboradores (2022), a COVID-19, causou ansiedade nos professores, devido à necessidade de adaptação a novas tecnologias e estratégias de ensino, à mudança para o ensino *online* e por outro lado, pela preocupação com o bem-estar dos alunos e a segurança dos seus empregos.

Quanto aos profissionais de saúde, a evidência científica mostra que, a pandemia COVID-19, levou a um aumento da carga de trabalho e do stress dos profissionais de saúde, o que pode resultar em ansiedade. Segundo SPOORTHY et al. (2020), o medo de contrair o vírus, a escassez de equipamento de proteção individual e a preocupação com a transmissão do vírus a familiares também elevaram os níveis de ansiedade entre os profissionais de saúde.

Medo de Contaminação

O medo é uma reação racional a um objeto identificado como perigoso, que pode induzir uma pessoa a fugir ou atacar em autodefesa (MERCÊS et al., 2020).

A incerteza em torno da COVID-19 gerou um ambiente de medo generalizado, relativamente à saúde pessoal, risco para familiares e a procura excessiva de informações sobre a pandemia, em meios tradicionais e redes sociais (SISTEMA NACIONAL DE SAÚDE [SNS], 2020).

Os professores, enfrentaram medo de contaminação, especialmente com a possibilidade de retorno às aulas, agravado pela falta de condições de prevenção adequadas e de serviços de apoio psicológicos (SUNDE et al., 2022).

Já os profissionais de saúde, em particular, tiveram medo de contrair a doença e de transmiti-la a outros. A falta de informações precisas e a falta de equipamentos de proteção individual adequados também aumentou o medo de contaminação entre esses profissionais (OLIVEIRA et al., 2021).

De acordo com GETACHEW et al. (2021), a idade, o género e o nível de ensino podem influenciar a percepção de risco e a intensidade do medo.

MÉTODO

Design

Realizou-se um estudo transversal, com uma abordagem quantitativa, descritiva, comparativa e correlacional.

Participantes

Foram incluídos no estudo pessoas que (1) residissem em Portugal; (2) com idade $\geq$ 18 anos; (3) laboralmente ativas; (4) fossem professores ou profissionais de saúde.

Instrumentos

Coronavirus Anxiety Scale (CAS; LEE, 2020)

É uma escala de cinco itens criada com o objetivo de identificar casos de ansiedade disfuncional associados à COVID-19. A escala foca as reações fisiológicas específicas de ansiedade no contexto da COVID-19. Cada item é classificado numa escala tipo Likert de cinco pontos, variando de “0 = nunca” a “4 = quase todos os dias nas últimas 2 semanas”. Quanto maior a pontuação, maior o nível de ansiedade. As propriedades psicométricas da escala são bastante favoráveis ($\alpha = 0,93$) no estudo original. O *alfa de Cronbach* da amostra estudada foi de $\alpha = 0,77$, indicando uma consistência interna razoável (MAROCO;

GARCIA-MARQUES, 2006). Uma pontuação total igual ou superior a 9 poderá indicar ansiedade disfuncional relacionada com o coronavírus. Pontuações elevadas num item específico, ou uma pontuação total elevada (≥ 9) poderão sinalizar sintomas problemáticos para o indivíduo, que poderão requerer uma avaliação mais aprofundada e/ou tratamento (LEE, 2020). A versão em português foi adaptada por MAGANO et al. (2021).

Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S; AHORSU et al., 2021)

A FCV-19S é uma escala composta por sete itens, concebida para avaliar o medo relacionado ao coronavírus. A avaliação é feita numa escala tipo *Likert* de cinco pontos, com opções de resposta como “discordo totalmente”, “discordo”, “neutro”, “concordo” e “concordo totalmente”. A pontuação total é calculada pela soma das pontuações de cada item, variando entre 7 e 35. Quanto maior a pontuação, maior é o nível de medo em relação à COVID-19. O estudo de validação revelou boas propriedades psicométricas ($\alpha = 0,82$). Na amostra analisada, a consistência interna também foi boa ($\alpha = 0,88$) (MAROCO; GARCIA-MARQUES, 2006). A versão da escala está validada para a população portuguesa (FCV-19S; AHORSU et al., 2020; versão portuguesa, MAGANO et al., 2021).

Procedimento

O procedimento adotado para a recolha de dados foi baseado numa amostragem não probabilística, por conveniência. Os dados foram recolhidos de forma *online*, utilizando a plataforma *Google Forms*, para a aplicação dos questionários. Para identificar os participantes, foi utilizada a estratégia de amostragem “bola de neve”.

Antes de participarem, todos os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo e deram o seu consentimento, de modo claro e explícito, garantindo que a sua participação fosse voluntária.

Durante todo o processo, a privacidade, o anonimato e a confidencialidade dos dados dos participantes foram devidamente assegurados, seguindo as práticas de proteção de dados. Além disso, todos os dados recolhidos foram armazenados no computador dos investigadores, com *password*, e de forma segura, para prevenir qualquer acesso não autorizado. A participação no estudo foi totalmente voluntária, sem qualquer tipo de coação ou pressões externas.

RESULTADOS

Caraterização dos participantes

Existiram dois grupos de participantes - o grupo dos professores, que incluiu 162 (51,6%) participantes e o grupo dos profissionais de saúde, constituído por 152 (48,4%) participantes.

Os professores tinham uma média de idades de 48,53 anos (DP=10.54).

83,3% dos participantes eram do sexo feminino (N=135) e 16,7% eram do sexo masculino (N=27).

Tabela 1. Distribuição Profissional dos Professores

Professores	N	%
1º ciclo	41	25,3
2º e 3º ciclos	64	39,4
Ensino Secundário	22	13,6
Educação Especial	10	6,2
Ensino Universitário	25	15,4

Os profissionais de saúde tinham uma média de idades de 41,9 anos (DP=11,80). 127 dos participantes, o que equivale a 83,6% eram do sexo feminino e 25, eram do sexo masculino, o que equivale a 16,4%.

Tabela 2. Distribuição Profissional dos Profissionais de Saúde

Profissionais de Saúde	N	%
Médico/a	30	19,7
Enfermeiro/a	73	48,0
Psicólogo/a	28	18,4
Dentista	3	2,0
Fisioterapeuta	3	2,0
Farmacêutico/a	5	3,3
Terapeuta Ocupacional	4	2,6
Terapeuta da Fala	3	2,0
Técnico Superior de Diagnóstico e Terapêutica	3	2,0

Descrição da ansiedade e medo de contaminação nos dois grupos profissionais

Tabela 3. Valores de CAS nos dois grupos de profissionais

	Média	Desvio-Padrão
Amostra Global	2,03	2,59
Professores	1,68	2,42
Profissionais de Saúde	2,40	2,72

Relativamente ao medo de contaminação, avaliado pela pontuação total no questionário FCV, a amostra geral apresentou uma média de 18,37, com um desvio padrão de 6,17, variando entre 7 e 35. Os professores obtiveram uma média de 18,44, enquanto os profissionais de saúde apresentaram uma média ligeiramente inferior de 18,30. Estes dados sugerem que, de forma geral, tanto os professores como os profissionais de saúde experienciaram níveis semelhantes de medo em relação à COVID-19.

Tabela 4. Valores de FVC nos dois grupos de profissionais

	Média	Desvio-Padrão
Amostra Global	18,37	6,17
Professores	18,44	6,28
Profissionais de Saúde	18,30	6,06

Relação entre a ansiedade e o medo da contaminação

Um dos objetivos desta investigação passou por averiguar a relação entre a ansiedade e o medo da contaminação. Para tal, calculámos as correlações entre as variáveis. Uma vez que as variáveis analisadas não seguiram uma distribuição normal, foram utilizados testes não paramétricos. Assim, optou-se pela Correlação de *Sperman*. Observou-se uma correlação entre a Ansiedade e o Medo da Contaminação, com um valor de $r=0,70$ para um valor de significância superior a 0,01.

Comparação das variáveis – Ansiedade e Medo da Contaminação – entre os dois grupos de profissionais

De forma a dar resposta ao objetivo específico, comparação das variáveis – Ansiedade e Medo da Contaminação – entre os dois grupos de profissionais, utilizou-se o teste não paramétrico *U Mann-Whitney*, para averiguar a existência de diferenças estatisticamente significativas.

Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($p=0,003$) nos níveis de ansiedade relacionada com a COVID-19. Os profissionais de saúde tiveram níveis superiores de ansiedade, em comparação com professores. Quanto ao medo da contaminação, não foram encontradas diferenças significativas entre os dois grupos.

Sabendo que existem correlações fortes entre as variáveis, procedemos à realização da análise de regressão linear múltipla para averiguar se o medo explicava a ansiedade. O modelo revelou que o medo de contaminação foi preditor significativo e positivo da ansiedade ($\beta=0,602$; $t=9,073$; $p<0,001$).

DISCUSSÃO

Os objetivos definidos neste estudo procuram proporcionar uma compreensão mais profunda das respostas emocionais e psicológicas, vividas por profissionais de saúde e professores, durante a pandemia COVID-19. A análise dos resultados permitiu examinar as relações entre a ansiedade e o medo de contaminação, tendo em conta as especificidades de cada grupo profissional.

Em relação à ansiedade, tanto os professores, quanto os profissionais de saúde lidaram com níveis significativos dessa problemática. De facto, estudos indicam que a

prevalência de ansiedade entre os professores varia entre 10% e 21,7%, enquanto entre os profissionais de saúde situa-se entre 24% e 67,55%, o que sugere que este grupo pode ter experienciado níveis ligeiramente mais elevados de ansiedade, durante a pandemia (SPOORTHY et al., 2020). Os profissionais de saúde apresentam níveis mais elevados, comparativamente com os professores. Com base na evidência científica, este dado pode ser interpretado pelo receio de contrair o vírus e pela preocupação com a transmissão do vírus aos familiares (SPOORTHY et al., 2020). Quanto ao medo da contaminação, os resultados são bastante semelhantes, nos dois grupos de profissionais. Os profissionais de saúde encontram-se particularmente vulneráveis ao vírus, e a responsabilidade de cuidar de pacientes infetados pode impactar a sua saúde mental, conduzindo ao desenvolvimento de sintomas como ansiedade, depressão, stress pós-traumático e *burnout* (SANTARONE et al., 2020; SPOORTHY et al., 2020). Curiosamente, a média dos profissionais de saúde é inferior à dos professores, o que poderá estar relacionado com o fato de estes últimos lidarem com situações de grande pressão, decorrentes da natureza do seu trabalho (QUE et al., 2020).

Assim, os resultados obtidos são consistentes com a literatura existente e sublinham a importância de fornecer apoio e recursos adequados para ajudar os professores e os profissionais de saúde a lidar com os desafios emocionais, relacionados com a pandemia de COVID-19.

O Modelo de Crenças em Saúde oferece uma base teórica robusta para analisar de que maneira as crenças individuais em saúde podem afetar comportamentos associados à adoção de práticas saudáveis e à prevenção de doenças (JONES et al., 2015). Por exemplo, o estudo de OKAN et al (2020) mostrou que pessoas com maior literacia em saúde eram menos ansiosas e tinham crenças mais fortes sobre os benefícios da prevenção.

CONCLUSÃO

A pandemia COVID-19 teve um impacto profundo na saúde mental dos professores e profissionais de saúde, em Portugal. A ansiedade e o medo da contaminação foram sentimentos frequentemente vividos por estes dois grupos. Nesse sentido, compreender as interações complexas entre essas variáveis é fundamental para a criação de estratégias de apoio eficazes.

O estudo destacou-se pela sua abordagem inovadora e pela sua relevância, focando especificamente em professores e profissionais de saúde, em Portugal. Adotou uma análise multidimensional, abordando tanto a ansiedade, quanto o medo da contaminação.

No entanto, o estudo apresenta algumas limitações. A amostra utilizada pode não refletir com precisão a totalidade da população de professores e profissionais de saúde em Portugal, uma vez que foi realizada com base em amostragem por conveniência. A recolha de dados retrospectiva também pode ter influenciado a clareza e a precisão das respostas,

dado que a memória humana pode ser falível. Além disso, o caráter transversal do estudo impede a identificação de relações causa-efeito entre as variáveis. A recolha de dados *online* também limitou a participação a indivíduos com acesso à *internet*, o que pode ter excluído alguns profissionais.

Para estudos futuros, seria pertinente realizar investigações longitudinais, que permitissem avaliar a evolução da saúde mental dos professores e profissionais de saúde, ao longo do tempo. Adicionalmente, seria interessante replicar o estudo em diferentes contextos culturais e sociais, uma vez que poderia proporcionar uma compreensão mais ampla dos impactos da pandemia. Também seria relevante investigar os efeitos das intervenções em saúde mental implementadas em grupos profissionais específicos e expandir a pesquisa para incluir outras variáveis relacionadas à saúde mental, como o apoio social ou os hábitos de vida.

REFERÊNCIAS

AHORSU, D. K. et al. The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. **International Journal of Mental Health and Addiction**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>.

BEZERRA, C.; ALMEIDA, C. Desafios dos profissionais de saúde frente à pandemia da COVID-19: uma revisão de literatura. **A assistência à saúde na contemporaneidade**, v. 1, p. 161-169, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.37885/221211138>.

BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, 2020. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30460-8).

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. **Sem mais tempo a perder relatório cns saúde mental em portugal: um desafio para a próxima década**. No. 1, 2019. Disponível em: <https://fronteirasxxi.pt/wp-content/uploads/2020/02/%E2>.

CORREIA, A. M. et al. **Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença por novo coronavírus (COVID-19)**. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2020.

FREITAS, R. F. et al. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 283-292, 2021.

GETACHEW, T. et al. Risk Perception and Behavioral Response of Teachers to COVID-19 in Southern Ethiopia, 2021. **Psychology Research and Behavior Management**, v. 15, p. 623-635, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S357122>.

JONES, C. et al. The Health Belief Model as an explanatory framework in communication research: exploring parallel, serial, and moderated mediation. **Health Commun**, v. 30, n. 6, p. 566-576, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10410236.2013.873363>.

LEE, S. A. Coronavirus anxiety scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. **Death Studies**, p. 1–9, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1748481>.

MAGANO, J. et al. Validation and Psychometric Properties of the Portuguese Version of the Coronavirus Anxiety Scale (CAS) and Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S) and Associations with Travel, Tourism and Hospitality. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 2, p. 427, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph18020427>.

MAROCO, J.; GARCIA-MARQUES, T. Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?. **Laboratório de psicologia**, v. 4, n. 1, p. 65-90, 2006.

MEINCK, S.; FRAILLON, J.; STRIETHOLT, R. **The impact of the COVID-19 pandemic on education**. 2022. Recuperado de: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED618542.pdf>.

MERCÊS, C. et al. Análise simultânea dos conceitos de ansiedade e medo: contribuições para os diagnósticos de enfermagem. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v. 25, n. 2, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0189>.

MERTENS, G. et al. Fear of the coronavirus (COVID-19): Predictors in an online study conducted in March 2020. **Journal of Anxiety Disorders**, v. 74, p. 102258, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102258>.

OKAN, O. et al. Coronavirus-Related Health Literacy: A Cross-Sectional Study in Adults during the COVID-19 Infodemic in Germany. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 15, p. 5503, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph17155503>.

OLIVEIRA, A. C. D. S. et al. Percepção dos profissionais de saúde na pandemia por COVID-19: desafios e estratégias para prática profissional. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, e350101018724, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18724>.

QUE, J. et al. **Psychological impact of the COVID-19 pandemic on healthcare workers: a cross-sectional study in China**. 2020.

RAHMAN, M. A. et al. COVID-19: Factors associated with psychological distress, fear, and coping strategies among community members across 17 countries. **Globalization and Health**, v. 17, n. 1, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12992-021-00768-3>.

SAHITO, Z.; SHAH, S.; PELSER, A. **Online Teaching During COVID-19: Exploration of Challenges and Their Coping Strategies Faced by University Teachers in Pakistan**. 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/361669389_Online_Teaching_During_COVID-19_Exploration_of_Challenges_and_Their_Coping_Strategies_Faced_by_University_Teachers_in_Pakistan.

SANTIAGO, I. et al. The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health of

Teachers and Its Possible Risk Factors: A Systematic Review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 3, p. 1747, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph20031747>.

SANTARONE, K.; MCKENNEY, M.; ELKBULI, A. Preserving mental health and resilience in frontline healthcare workers during COVID-19. **American Journal of Emergency Medicine**, v. 38, n. 7, p. 1530-1531, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2020.04.030>.

SISTEMA NACIONAL DE SAÚDE. **Temas da saúde. Covid-19**. Recuperado de: <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/Covid-19/#sec-0>, 2020.

SOCIEDADE PORTUGUESA DE PSIQUIATRIA E SAÚDE MENTAL. **Perturbação Mental em Números**. 2021. Disponível em: <https://www.sppsm.org/informemente/guia-essencial-para-jornalistas/perturbacao-mental-em-numeros/>.

SPOORTHY, M.; PRATAPA, S.; MAHANT, S. Mental health problems faced by healthcare workers due to the COVID-19 pandemic-A review. **Asian Journal of Psychiatry**, v. 51, p. 102119, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102119>.

SUNDE, R. M. O enfrentamento da Covid-19 no retorno às aulas presenciais na rede escolar pública: medo e ansiedade entre alunos e professores. **O REVISE-Revista Integrativa em Inovações Tecnológicas nas Ciências da Saúde**, v. 9 (fluxocontinuo), p. 208-222, 2022.

WU, Y. et al. A comparison of burnout frequency among oncology physicians and nurses working on the front lines and usual wards during the COVID-19 epidemic in Wuhan, China. **Journal of Pain and Symptom Management**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.04.00>.