doi: http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v18i1.3067

Depressão, Ansiedade e Estresse Associados à Autoavaliação da Saúde Mental em Estudantes de Enfermagem

Depression, Anxiety, and Stress Associated With Self-Assessment of Mental Health in Nursing Students

Depresión, Ansiedad y Estrés Asociados a la Autoevaluación de la salud mental en Estudiantes de Enfermería

Ingrid Luiza Viegas Silva
Edimara Medina Silva
Andréia Guerra Siman
Caroline de Castro Moura
Universidade Federal de Viçosa (UFV)
Cristiane Chaves de Souza
Empreendedora como Terapeuta e Mentora de Saúde Integrativa e Sistêmica
Talita Prado Simão Miranda
Universidade Federal de Viçosa (UFV)

Resumo

Introdução: A saúde mental de estudantes universitários tem se destacado como uma preocupação relevante no contexto contemporâneo, tornando essencial investigar as variáveis associadas a esse fenômeno. Assim, o objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse e sua associação com a autoavaliação da saúde mental. Métodos: Estudo transversal realizado com uma amostra representativa de 116 estudantes de uma universidade pública situada no estado de Minas Gerais. A coleta de dados ocorreu por meio de questionário eletrônico autoaplicável, disponibilizado via *Google Forms*, composto pela Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), além de questões sociodemográficas, de caracterização e de autoavaliação da saúde mental. Foram realizadas análises inferenciais para verificar a associação entre as variáveis, adotando-se nível de significância de 5%. Resultados: Mais da metade dos participantes apresentou níveis moderados a extremamente graves de depressão (51,7%), ansiedade (60,4%) e estresse (56,8%). Houve associação estatisticamente significativa entre os níveis de todos os sintomas avaliados e o autorrelato de sentir-se uma pessoa ansiosa, bem como com a realização de acompanhamento psiquiátrico e psicológico. Discussão e conclusão: As condições de saúde mental identificadas evidenciam a importância de a universidade propor ações educativas e de acolhimento no âmbito universitário que auxiliem os estudantes a vivenciarem esse período de transição e mudanças com menor sofrimento psíquico.
Palavras-chave: depressão, ansiedade, estresse psicológico, estudantes de enfermagem, saúde mental

Abstract

Introduction: Mental health among university students has emerged as a significant concern in the contemporary context, making it essential to investigate variables associated with this phenomenon. Thus, this study aimed to evaluate the prevalence of depression, anxiety, and stress symptoms and their association with mental health self-assessment. Methods: A cross-sectional study was conducted with a representative sample of 116 students from a public university in Minas Gerais, Brazil. Data collection occurred via a self-administered electronic questionnaire (Google Forms), comprising the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), as well as sociodemographic, characterization, and mental health self-assessment questions. Inferential analyses were performed to verify associations between variables, adopting a 5% significance level. Results: More than half of the participants exhibited moderate to extremely severe levels of depression (51.7%), anxiety (60.4%), and stress (56.8%). A statistically significant association was found between all symptoms and self-reported anxiety, as well as receiving psychiatric and psychological care. Discussion and conclusion: The identified mental health conditions highlight the importance of universities proposing educational and support initiatives within the academic environment to help students navigate this period of transition and change with reduced psychological suffering.
Keywords: depression, anxiety, stress psychological, students nursing, mental health

Nota: Os autores são os responsáveis pela revisão ortográfica e gramatical deste artigo.

Resumen

Introducción: La salud mental de universitarios es una preocupación creciente, siendo esencial investigar sus variables asociadas. Este estudio evaluó la prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés, y su asociación con la autoevaluación de la salud mental. Métodos: Estudio transversal con una muestra de 116 estudiantes de una universidad pública en Minas Gerais. La recolección de datos se llevó a cabo mediante un cuestionario electrónico autoadministrado, disponible a través de Google Forms, compuesto por la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), además de preguntas sociodemográficas, de caracterización y de autoevaluación de la salud mental. Se realizaron análisis inferenciales para verificar la asociación entre las variables, adoptando un nivel de significancia del 5%. Resultados: Más de la mitad de los participantes presentó niveles de moderado a extremadamente grave de depresión (51,7%), ansiedad (60,4%) y estrés (56,8%). Se halló una asociación estadísticamente significativa entre todos los síntomas y el autorreporte de sentirse ansioso, así como con recibir seguimiento psiquiátrico y psicológico. Discusión y conclusión: Las condiciones identificadas evidencian la importancia de que la universidad proponga acciones educativas y de acogida en el ámbito académico que ayuden a los estudiantes a afrontar este período de transición y cambios con menor sufrimiento psíquico.

Palabras clave: depresión, ansiedad, estrés psicológico, salud mental, estudiantes de enfermería.

Introdução

A saúde mental, de acordo com a *World Health Organization* (WHO), é considerada um estado de bem-estar no qual a pessoa é capaz de enfrentar os estresses da vida, desenvolver suas habilidades, trabalhar de maneira produtiva e contribuir para o bem individual e coletivo. Todavia, respostas desadaptativas a estressores internos e externos são capazes de comprometer esse equilíbrio, impactando negativamente a satisfação pessoal e a tomada de decisões (WHO, 2013; WHO, 2022).

Dados do último relatório de saúde mental da WHO evidenciam a magnitude desse fenômeno em nível global ao apontar um aumento superior a 25% na prevalência de transtornos como ansiedade e depressão no primeiro ano da pandemia de Covid-19, somando-se aos quase 1 bilhão de pessoas que já viviam com algum transtorno mental em 2019 (WHO, 2022). No Brasil, estimativas indicam que aproximadamente 15,5% da população apresenta depressão ao longo da vida (Ministério da Saúde, 2017).

No contexto do ensino superior, a literatura aponta que de 15 a 25% da população universitária apresenta algum transtorno psiquiátrico (Cassol et al., 2021). Evidências indicam que os sintomas mais frequentes nesse período são depressão, ansiedade e estresse, sendo a fase universitária reconhecida, inclusive, como um momento crítico para o surgimento das primeiras manifestações (Silveira et al., 2022; Jardim et al., 2020). Tais achados têm sido associados às múltiplas transições vivenciadas nesse ciclo de vida, que exigem adaptações acadêmicas, sociais e pessoais, frequentemente acompanhadas de maior responsabilidade e pressão por desempenho (Silva et al., 2021).

As condições apresentadas são agravantes comuns aos estudantes universitários e, consequentemente, podem gerar insegurança e conflitos, que por sua vez, contribuem para que sintomas de depressão, de ansiedade e de estresse se tornem presentes. No entanto, cabe destacar que, além destas, os estudantes da área da saúde, em especial os de enfermagem, estão propensos às especificidades que vivenciam durante sua vida acadêmica. Entre elas, tem-se a elevada carga horária acadêmica aliada a inserção em cenários de prática que impõem o enfrentamento de situações potencialmente estressoras, como o contato direto com o sofrimento humano, o processo de adoecimento e a morte (Fernandes et al., 2018). Ademais, aspectos inerentes à prática clínica, como o relacionamento com pacientes e o

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

medo de cometer erros, são descritos como importantes desencadeadores de ansiedade nesse grupo e determinantes de adoecimento mental (Fernandes et al., 2018). Essas experiências, quando persistentes, podem atuar como fatores estressores, caracterizando-se como possíveis gatilhos para angústia e sofrimento psíquico (Silveira et al., 2022).

Ainda, é preciso considerar que sintomas de depressão, ansiedade e estresse podem estar associados a variáveis que extrapolam o âmbito educacional, abrangendo dimensões pessoais, familiares e sociais (WHO, 2022). Destarte, possibilitar ao estudante uma autoavaliação da saúde mental pode ampliar a compreensão sobre esse fenômeno no contexto formativo. Além disso, a identificação desses aspectos pode subsidiar ações institucionais voltadas ao fortalecimento de redes de apoio e à implementação de estratégias de promoção da saúde mental no ambiente universitário.

Assim, emergem as seguintes questões de pesquisa: Qual é a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de enfermagem? Tais níveis apresentam relação com a autoavaliação da saúde mental? Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse e sua associação com a autoavaliação da saúde mental.

Método

Delineamento, Cenário, Período e População do Estudo

Trata-se de um estudo transversal realizado com estudantes do curso de enfermagem de uma universidade pública situada no estado de Minas Gerais, Brasil, durante o período de julho a outubro de 2023.

Para participar do estudo, o estudante precisava estar regularmente matriculado em qualquer período do curso de enfermagem da referida universidade e ter idade maior ou igual a 18 anos. Já os que no período de coleta de dados estavam afastados das atividades acadêmicas por motivo de trancamento do curso ou licença-saúde foram excluídos. O dimensionamento amostral foi fundamentado na fórmula para populações finitas (Bolfarine & Bussab, 2005), considerando uma população de 260 estudantes de enfermagem. Considerando um grau de confiança de 85% e margem de erro de 5%, a amostra mínima estabelecida foi de 116 participantes. O nível de confiança adotado fundamenta-se nas recomendações de Jones et al. (2003) para estudos desta magnitude, assegurando a representatividade dos dados sem comprometer a exequibilidade do plano amostral.

Coleta de Dados e Instrumentos de Pesquisa

A coleta de dados ocorreu em formato virtual, por meio de um questionário eletrônico autoaplicável disponibilizado gratuitamente pela plataforma *Google Forms*. Nesse questionário foram transpostas as perguntas tanto da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), desenvolvida por Lovibond e Lovibond (1995) quanto do formulário que continha dados sociodemográficos, de caracterização e de autopercepção da saúde mental. Os pesquisadores, após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, enviaram por *e-mail* e aplicativo de mensagem (WhatsApp) o *link* de acesso ao questionário a todos os estudantes que atenderam aos critérios de inclusão.

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

O formulário contemplou variáveis que possibilitaram traçar o perfil sociodemográfico e de caracterização dos participantes, sendo elas: gênero, idade, cor da pele, vínculo empregatício e período do curso. Aliado a isso, continha variáveis referentes à autopercepção da saúde mental que eram: como o estudante avaliava sua relação com pai e mãe; se fazia acompanhamento psiquiátrico e/ou psicológico; se possuía diagnóstico clínico relacionado à saúde mental (e, se sim quais); se fazia uso de antidepressivo e/ou ansiolítico; se considerava-se ansioso; assim como alguns sintomas de ansiedade propostos pelo sistema de linguagem padronizada da NANDA-I, 2021, que orienta e categoriza diagnósticos de enfermagem, sendo eles: insônia; aperto no peito; taquicardia; diarreia; sudorese aumentada; atenção alterada; choro fácil; diminuição da produtividade na universidade; esquecimento frequente; preocupação excessiva; agitação; dificuldade respiratória; vermelhidão na face; tensão muscular; náusea e boca seca (Herdman et al., 2021).

Além disso, para avaliar a prevalência dos sintomas de ansiedade, de estresse e de depressão foi utilizada a DASS-21, desenvolvida por Lovibond e Lovibond (1995) e validada no Brasil por Vignola e Tucci (2014), mostrando-se um instrumento útil ao apresentar adequada confiabilidade e validade. A DASS-21 é um instrumento de autorrelato com 21 questões referentes aos comportamentos e sentimentos apresentados na última semana; a pontuação é realizada por uma escala do tipo ***Likert*** de quatro pontos, utilizada para medir atitudes e percepções, variando de zero (não se aplicou a mim) a três (aplicou-se muito) (Lovibond & Lovibond, 1995; Vignola & Tucci, 2014).

A subescala de depressão contempla as perguntas 3, 5, 10, 13, 16, 17 e 21. Já a subescala de ansiedade refere-se às perguntas 2, 4, 7, 9, 15, 19 e 20. Por fim, a subescala de estresse corresponde às perguntas 1, 6, 8, 11, 12, 14 e 18. A pontuação final é obtida a partir da soma dos valores de cada subescala multiplicada por dois. Portanto, as pontuações para os sintomas de depressão podem ser classificadas como: normal (0-9), leve (10-13), moderada (14-20), grave (21-27), extremamente grave (28+). As pontuações dos sintomas de estresse são: normal (0-14), leve (15-18), moderado (19-25), grave (26-33) e extremamente grave (34+). Já os sintomas de ansiedade são classificados como normal (0-7), leve (8-9), moderada (10-14), grave (15-19), e extremamente grave (20+) (Lovibond & Lovibond, 1995; Vignola & Tucci, 2014).

Análise de Dados

A análise foi realizada com auxílio do programa estatístico ***Statistical Package for the Social Sciences***, versão 23.0. Para a análise descritiva das variáveis contínuas, utilizou-se média e desvio padrão, enquanto para as variáveis categóricas foram utilizadas as frequências absoluta e relativa. Previamente à análise inferencial, a normalidade dos dados foi verificada pelo teste de ***Shapiro-Wilk***. Uma vez constatada a natureza não normal da distribuição, empregaram-se os testes não paramétricos de ***Spearman, Mann Whitney e Kruskal-Wallis.*** Além disso, foi verificada a consistência interna da DASS-21 por meio do alfa de ***Cronbach***. Em todos os testes, foi considerado estatisticamente significativo o valor de $p < 0,05$.

Aspectos Éticos

O estudo seguiu as recomendações éticas da Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466/2012, que dispõem sobre pesquisas com seres humanos e, para tanto, foi aprovado pelo

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da universidade proponente, sob número do CAAE 67405123.0.0000.5153. Ademais, a participação na pesquisa foi voluntária e o anonimato dos sujeitos do estudo foi garantido com a identificação por códigos alfanuméricos.

Resultados

Os 116 estudantes do curso de enfermagem que representaram a amostra da presente investigação tinham entre 18 e 38 anos de idade (média de 23 anos e DP de 3,07), majoritariamente eram do gênero feminino (82,8%) e mais da metade autodeclarou branca (55,2%), houve predominância do estado civil solteiro (95,7%) e dos que não possuíam vínculo empregatício (79,3%). Com relação ao período do curso, a maior representatividade foi de estudantes que cursavam o 7º período (19,8%), seguidos pelos do 5º e 9º, com respectivamente 17,2% e 16,4%. Os dados são apresentados com mais detalhes na tabela 1.

Tabela 1

Dados Sociodemográficos/Caracterização dos Estudantes do Curso de Enfermagem, MG, Brasil, 2023

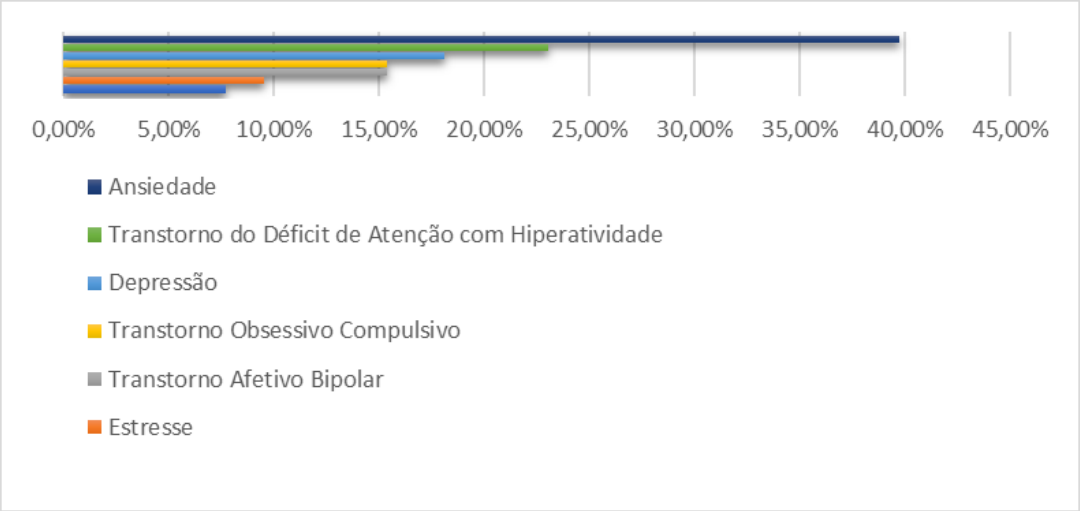
Variáveis	Categorias	n(%)
Gênero	Feminino	96(82,8%)
	Masculino	20(17,2%)
Cor	Branco(a)	64(55,2%)
	Amarelo(a)	1(0,9%)
	Negro(a)	15(12,9%)
	Indígena	0(0%)
	Pardo(a)	35(30,2%)
	Outra	1(0,9%)
Estado Civil	Solteiro (a)	111(95,7%)
	Casado (a)	4(3,4%)
	Viúvo (a)	0(0%)
	Divorciado (a)	1(0,9%)
Vínculo empregatício	Emprego formal	2(1,7%)
	Informal	22(19%)
	Não possui	92(79,3%)
Período do Curso	1º	3(2,6%)
	2º	8(6,9%)
	3º	11(9,5%)
	4º	12(10,3%)
	5º	20(17,2%)
	6º	10(8,6%)
	7º	23(19,8%)
	8º	3(2,6%)
	9º	19(16,4%)
	10º	7(6%)

No que se refere ao diagnóstico clínico relacionado à saúde mental, 42,2% dos participantes assinalaram que apresentavam um ou mais diagnósticos, dentre eles ansiedade, depressão e estresse além de outros diagnósticos que são apresentados na figura 1.

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Figura 1

Diagnósticos Clínicos Relacionados à Saúde Mental dos Entrevistados, MG, Brasil, 2023



No que se refere ao contexto familiar, avaliou-se a relação dos estudantes com seus pais. Em relação ao pai, 48,3% e 32,8% afirmaram ser ótima e boa, respectivamente; enquanto 6,9% a consideraram como indiferente, 5,2% como ruim, 3,4% como péssima e 3,4% asseveraram não ter nenhuma relação. No tocante à mãe, 70,8% afirmaram ser ótima, seguidos por 19,8% que avaliaram como boa, 1,7% como indiferente, 6,0% como ruim e 1,7% como péssima.

Com relação aos 49 estudantes que possuíam diagnóstico clínico relacionado à saúde mental, somente 57,1% afirmaram fazer acompanhamento com profissional da área de saúde mental, sendo 18,3% com psicólogo, 16,4% com psiquiatra e 22,4% faziam acompanhamento com ambos profissionais. Além disso, dos 49 participantes, 65,3% informaram fazer uso de medicações, sendo elas: antidepressivo (10,2%), ansiolítico (22,4%) e 32,7% utilizavam ambos.

Ao investigar se os estudantes se consideravam ansiosos, obteve-se resposta afirmativa de 87,9% dos participantes e, estes também assinalaram ter um ou mais sintomas de ansiedade. Cabe ressaltar que três dos 14 participantes que não se consideraram ansiosos que também marcaram um ou mais sintomas de ansiedade. Entre os sintomas de ansiedade investigados, destacaram-se preocupação excessiva (67,2%), agitação (57,8%), taquicardia (57,8%), diminuição da produtividade na universidade (55,2%) e insônia (54,3%). Os demais são apresentados na tabela 2.

Tabela 2

Prevalência dos Sintomas de Ansiedade propostos pela NANDA-I nos Estudantes de Enfermagem, MG, Brasil, 2023

Sintomas	n(%)
Preocupação excessiva	78(67,2%)
Agitação	67(57,8%)
Taquicardia	67(57,8%)
Diminuição da produtividade na universidade	64(55,2%)

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Sintomas	n(%)
Insônia	63(54,3%)
Atenção alterada	61(52,6%)
Tensão muscular	55(47,4%)
Choro fácil	54(46,6%)
Aperto no peito	51(44%)
Esquecimento frequente	48(41,4%)
Diarreia	46 (39,6%)
Dificuldade respiratória	38(32,8%)
Náusea	31(26,7%)
Sudorese aumentada	27(23,3%)
Boca seca	15(12,9%)
Vermelhidão na face	11(9,5%)

Em relação aos sintomas de depressão, de ansiedade e de estresse, constatou-se que as médias dos escores obtidos por meio da escala DASS-21 foram, respectivamente, 13,78 ± 10,43, 13,45 ± 10,11 e 21,28 ± 10,12. A prevalência de cada subescala segundo os níveis de sintomas de depressão, ansiedade e estresse é apresentada na tabela 3. Cabe destacar que a confiabilidade da escala no presente estudo, avaliada pelo ***alfa de Cronbach,*** se mostrou adequada, uma vez que a escala no geral apresentou 0,94 e, as subescalas de depressão, ansiedade e estresse apresentaram, respectivamente, 0,88, 0,84 e 0,89.

Tabela 3

Descrição da Prevalência de Depressão, Ansiedade e Estresse pela Escala DASS-21, MG, Brasil, 2023

Níveis	Depressão n(%)	Ansiedade n(%)	Estresse n(%)
Normal	42(36,2%)	41(35,4%)	35(30,2%)
Leve	14(12,1%)	5(4,3%)	15(13%)
Moderado	36(31%)	19(16,4%)	17(14,7%)
Grave	7(6%)	15(13%)	33(28,4%)
Extremamente Grave	17(14,7%)	36(31%)	16(13,7%)

Posteriormente, foi analisada a correlação entre idade e os escores de depressão, ansiedade e estresse por meio do teste de *Spearman* e não foram constatadas correlações estatisticamente significativas entre essas variáveis, uma vez que os valores de ***p*** obtidos foram de 0,824, 0,179 e 0,975, respectivamente.

Outro dado investigado foi a relação entre os períodos iniciais (primeiro ao quinto) e finais do curso de enfermagem (sexto ao décimo) com os escores de depressão, ansiedade e estresse por meio do teste de *Mann-Whitney*. No entanto, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas nos escores de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes dos períodos iniciais e finais do curso relação, visto que os valores de ***p*** foram de 0,174, 0,059 e 0,094, respectivamente.

Ademais, buscou-se averiguar a associação entre depressão, ansiedade e estresse e a forma com que os estudantes de enfermagem afirmaram ser sua relação com seus pais. Para tanto, houve significância estatística somente na forma com que o estudante se relacionava

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

com seu pai, visto que essa condição interferiu nos níveis de estresse [χ^2 (5) = 13,812; *p-valor* de 0,017]. Ainda, observou-se associação entre depressão, ansiedade e estresse com autorrelato de se sentir uma pessoa ansiosa e fazer acompanhamento psiquiátrico e psicológico. Os resultados são apresentados na tabela 4.

Tabela 4

Associação entre Depressão, Ansiedade e Estresse e Autorrelato de se Sentir uma Pessoa Ansiosa, fazer Acompanhamento Psiquiátrico e Psicológico, segundo o teste U de ***Mann-Whitney, MG, Brasil, 2023***

Variáveis	Você se considera uma pessoa ansiosa?	n	Média	*DP*	Teste U de *Mann-Whitney*	*p-valor*
Depressão	Sim	102	15,04	10,28	254,000	< 0,001
	Não	14	4,57	2,00		
Ansiedade	Sim	102	14,73	9,97	248,500	< 0,001
	Não	14	4,14	5,11		
Estresse	Sim	102	23,24	10,25	128,000	< 0,001
	Não	14	7,00	5,25		
Variáveis	**No momento, faz acompanhamento psiquiátrico?**	**n**	**Média**	***DP***	**Teste U de *Mann-Whitney***	***p-valor***
Depressão	Sim	19	17,79	10,60	670,500	0,060
	Não	97	12,99	10,27		
Ansiedade	Sim	19	22,42	10,01	410,000	< 0,001
	Não	97	11,69	9,20		
Estresse	Sim	19	27,89	8,95	519,000	0,003
	Não	97	19,98	11,07		
Variáveis	**No momento, faz acompanhamento psiquiátrico?**	**n**	**Média**	***DP***	**Teste U de *Mann-Whitney***	***p-valor***
Depressão	Sim	25	19,28	10,86	709,500	0,004
	Não	91	12,26	9,85		
Ansiedade	Sim	25	20,24	8,47	555,000	< 0,001
	Não	91	11,58	9,75		
Estresse	Sim	25	26,72	7,83	734,500	0,007
	Não	91	19,78	11,45		

Os sintomas de insônia, taquicardia, agitação, preocupação excessiva e diminuição da produtividade na universidade também foram analisados por meio de teste de associação, os resultados são apresentados na tabela 5.

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Tabela 5

Associação entre Depressão, Ansiedade e Estresse e Sintomas de Insônia, Taquicardia, Agitação, Preocupação Excessiva e Diminuição da Produtividade na Universidade, segundo o teste U de Mann-Whitney, MG, Brasil, 2023

Variáveis	Insônia	n	Média	*DP*	Teste U de *Mann-Whitney*	*p-valor*
Depressão	Sim	63	17,84	10,45	819,500	< 0,001
	Não	53	6,00	8,17		
Ansiedade	Sim	63	16,86	9,61	918,500	< 0,001
	Não	53	9,40	9,23		
Estresse	Sim	63	26,79	9,35	611,000	< 0,001
	Não	53	14,72	9,40		
Variáveis	**Taquicardia**	**n**	**Média**	***DP***	**Teste U de *Mann-Whitney***	***p-valor***
Depressão	Sim	67	16,03	9,99	1105,500	0,003
	Não	49	10,69	10,34		
Ansiedade	Sim	67	17,70	9,00	631,500	< 0,001
	Não	49	7,63	8,59		
Estresse	Sim	67	25,01	9,41	892,500	< 0,001
	Não	49	16,16	11,32		
Variáveis	**Agitação**	**n**	**Média**	***DP***	**Teste U de *Mann-Whitney***	***p-valor***
Depressão	Sim	67	16,30	10,52	1058,000	0,001
	Não	49	10,33	9,36		
Ansiedade	Sim	67	15,73	9,48	1086,000	0,002
	Não	49	10,33	10,20		
Estresse	Sim	67	25,25	9,45	849,000	< 0,001
	Não	49	15,84	10,99		
Variáveis	**Preocupação excessiva**	**n**	**Média**	***DP***	**Teste U de *Mann-Whitney***	***p-valor***
Depressão	Sim	77	16,73	10,34	722,000	< 0,001
	Não	39	7,95	7,96		
Ansiedade	Sim	77	16,10	9,94	807,500	< 0,001
	Não	39	8,21	8,30		
Estresse	Sim	77	25,09	9,79	621,000	< 0,001
	Não	39	13,74	9,73		
Variáveis	**Diminuição da produtividade na universidade**	**n**	**Média**	***DP***	**Teste U de *Mann-Whitney***	***p-valor***
Depressão	Sim	64	17,22	10,25	904,500	< 0,001
	Não	52	9,54	9,09		
Ansiedade	Sim	64	16,81	9,88	944,500	< 0,001
	Não	52	9,31	8,84		
Estresse	Sim	64	25,19	10,09	905,000	< 0,001
	Não	52	16,46	10,49		

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Discussão

A saúde mental apresenta complexidade e abrangência significativas na saúde integral dos indivíduos. Sua característica multifatorial tem sido objeto de diversos estudos e debates científicos referentes aos impactos na vida das pessoas e, mais especificamente, na vida dos estudantes de enfermagem, que, ao longo do curso, precisam tomar decisões importantes tanto no âmbito pessoal quanto acadêmico. Nesse contexto, investigar os sintomas de depressão, ansiedade e estresse e sua associação com a autoavaliação da saúde mental possibilitou identificar associação estatisticamente significativa entre os três sintomas e o autorrelato de sentir-se uma pessoa ansiosa. Também foram observadas associações entre ansiedade e estresse e o acompanhamento psiquiátrico, bem como entre depressão, ansiedade e estresse e o acompanhamento psicológico. Esses achados contribuem para ampliar a compreensão da relação entre a percepção dos estudantes sobre sua saúde mental e os níveis de sintomas identificados pelo instrumento utilizado.

A avaliação da prevalência dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse por meio da escala DASS-21 evidenciou que mais da metade dos participantes apresentou níveis moderados a extremamente graves em todos os sintomas, todavia, a ansiedade foi o sintoma mais prevalente. Esses resultados são consistentes com estudos nacionais e internacionais realizados por Jantara et al. (2022) e Fauzi et al. (2021), respectivamente, e reforçam a centralidade da ansiedade como principal manifestação sintomatológica entre estudantes de enfermagem.

A ansiedade também foi investigada por meio da autopercepção dos estudantes, e observou-se que a maioria se considerou ansiosa. A associação observada entre o autorrelato de sentir-se uma pessoa ansiosa e os níveis de sintomas mensurados pela DASS-21 reforça a relevância dessa variável na compreensão do sofrimento psíquico. Estudos nacionais apresentam resultados semelhantes, indicando que a percepção subjetiva da ansiedade é frequente entre estudantes de enfermagem (Lima et al., 2017; Sousa et al., 2022). A utilização concomitante de instrumentos padronizados mostrou-se fundamental para identificar estudantes que, embora não se percebam como ansiosos, apresentam níveis significativos de sintomas, ampliando a sensibilidade da avaliação da saúde mental.

No que se refere à sintomatologia da ansiedade, destacaram-se preocupação excessiva, agitação, taquicardia, redução da produtividade acadêmica e distúrbios do sono. Alterações no padrão de sono foram amplamente relatadas, corroborando os estudos nacionais e internacionais que apontam o sono insatisfatório como fator associado ao sofrimento psíquico em estudantes de enfermagem (Sousa et al., 2022; Mohebbi et al., 2019). Considerando que o ciclo vigília–sono adequado influencia diretamente o desempenho acadêmico e o equilíbrio emocional, sua alteração pode intensificar sintomas de ansiedade, depressão e estresse (Silveira et al., 2022).

Além disso, em relação aos demais sinais e sintomas clínicos prevalentes da ansiedade, uma revisão integrativa da literatura constatou que além da taquicardia, os participantes apresentaram inquietação, nervosismo e tensão, entre outros (Braga et al., 2021). Já a pesquisa realizada por Souza e Coelho (2021) identificou agitação, cansaço, crises de choro, sentimentos de tristeza e desânimo entre os sintomas mais prevalentes de ansiedade e depressão. Esses achados reforçam a diversidade de sinais e sintomas relevantes na identificação do sofrimento psíquico.

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Em relação à manifestação dos sintomas de ansiedade e depressão, em estudantes de enfermagem, Silveira et al. (2022) destacam que múltiplos fatores podem estar associados, incluindo aspectos sociodemográficos, acadêmicos e relacionados à saúde. Nesse sentido, o presente estudo investigou a associação entre sintomas de depressão, ansiedade e estresse, mensurados por instrumento validado, com a autoavaliação da saúde mental, ampliando a compreensão sobre essa temática.

Na autoavaliação da saúde mental, observou-se que quase metade dos estudantes afirmou ter diagnóstico clínico relacionado à saúde mental sendo a ansiedade o diagnóstico mais prevalente. Esse achado corrobora os estudos prévios realizados com estudantes universitários da área da saúde, incluindo estudantes de enfermagem, nos quais a ansiedade se destaca como desordem mais prevalente, seguida pelo estresse e pela depressão (Carleto et al., 2018; Fauzi et al., 2021). A ansiedade tem se apresentado como um dos mais graves problemas do tempo atual e ocupa posição central no adoecimento psíquico de estudantes de enfermagem; com isso, aumenta a preocupação com os seus efeitos que podem refletir em diversos aspectos, inclusive no âmbito acadêmico afetando o sucesso e o desempenho do estudante (Da Fonseca et al., 2021; Tuncel et al., 2020).

Outro aspecto relevante na autoavaliação da saúde mental refere-se ao uso de psicofármacos. Entre os estudantes que relataram diagnóstico clínico relacionado à saúde mental, a maioria informou utilizar antidepressivos e/ou ansiolíticos o que evidencia a presença do uso de psicofármacos entre parte dos estudantes com diagnóstico autorreferido**.** Achados semelhantes aos descritos foram descritos por Santana et al. (2018), indicando que essa prática entre estudantes de enfermagem não é um fenômeno isolado, mas uma realidade persistente em diferentes instituições de ensino. Tais dados revelam uma conduta terapêutica preocupante, uma vez que o manejo de psicofármacos exige um plano de cuidado singular e supervisão profissional qualificada, o que se distancia de práticas de automedicação ou manejo informal. Adicionalmente, Berti et al. (2024) advertem que os efeitos adversos da automedicação, como dependência química e transtornos somáticos, representam riscos severos à saúde. Soma-se a isso o possível desconhecimento sobre as interações medicamentosas entre essas substâncias e o álcool, associação que pode aumentar o risco de eventos graves (Araújo et al., 2021).

Em relação ao acompanhamento psicológico ou psiquiátrico, constatou-se que mais da metade dos estudantes com diagnóstico clínico fazia acompanhamento com esses profissionais. Entretanto, o acesso aos serviços especializados nem sempre é uma realidade no contexto universitário conforme constatado no estudo de Santiago et al. (2021) realizado em um centro universitário no Acre, em que a maioria dos estudantes da área da saúde afirmou nunca ter realizado psicoterapia e nem tratamento psiquiátrico.

Adicionalmente, o presente estudo identificou associação estatisticamente significativa entre os sintomas de ansiedade e estresse e a realização de acompanhamento psicológico e psiquiátrico, enquanto os sintomas depressivos apresentaram associação estatisticamente significativa apenas com o acompanhamento psicológico. Esses resultados sugerem possíveis diferenças nos padrões de busca por cuidado de acordo com a natureza e a intensidade dos sintomas apresentados. Tal achado reforça a possibilidade do acompanhamento profissional representar uma estratégia central para o manejo do sofrimento psíquico e para a promoção da saúde mental durante a formação em enfermagem.

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Ademais, observou-se associação estatisticamente significativa entre os sintomas de ansiedade, depressão e estresse e o autorrelato de sentir-se uma pessoa ansiosa, bem como entre o estresse e a forma de relacionamento com o pai. A qualidade das relações interpessoais pode constituir um elemento relevante no desenvolvimento de sofrimento psíquico entre universitários da área da saúde (Leão et al., 2018). Esses achados indicam que a presença de sintomas psíquicos está relacionada não apenas a fatores acadêmicos, mas também a vínculos familiares e à percepção subjetiva da própria saúde mental. Dessa forma, o sofrimento psíquico não pode ser atribuído exclusivamente ao contexto universitário, conforme também apontado por Barros e Peixoto (2023). Torna-se, portanto, fundamental ampliar a compreensão dos determinantes que influenciam a saúde mental, considerando o estudante como um sujeito integral, inserido em múltiplos contextos de interação e suporte.

Como limitações do estudo, destacam-se a ausência de controle analítico para o uso de antidepressivos e ansiolíticos. Embora a exclusão desses participantes implicasse uma perda amostral substancial, o uso de psicofármacos pode atuar como uma variável de confusão, interferindo na intensidade dos sintomas autorreferidos. Outras limitações referem-se à realização do estudo em uma única instituição pública, o que restringe a generalização dos achados, e à não inclusão de variáveis como renda, estado civil, apoio social e identidade de gênero. Recomenda-se que investigações futuras incorporem tais elementos e realizem análises ajustadas ou estratificadas para melhor compreender seu impacto sobre os desfechos. Contudo, essas ressalvas não invalidam os resultados; ao contrário, eles oferecem subsídios para políticas institucionais e estratégias de promoção da saúde mental condizentes com as especificidades da formação acadêmica.

Conclusão

Os achados evidenciam uma prevalência nos níveis moderados a extremamente graves de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os estudantes de enfermagem, o que não constitui um achado isolado, mas sinaliza um padrão de vulnerabilidade emocional nesse grupo. A associação estatisticamente significativa entre os sintomas de depressão, ansiedade e estresse e as variáveis de autoavaliação da saúde mental, como o autorrelato de ansiedade e a busca por acompanhamento especializado, sugere uma possível coerência entre o sofrimento percebido e o reconhecimento da necessidade de cuidado, embora o delineamento transversal não permita inferir causalidade.

Destarte, o sofrimento psíquico dos estudantes caracteriza-se como um fenômeno multifatorial e, diante da necessidade de estabilidade emocional e cognitiva para a tomada de decisões críticas no cuidado ao paciente, torna-se imperativo que as universidades promovam, de forma contínua, ações educativas e estratégias de acolhimento para esses estudantes.

Referências

Araújo, A. F. L. L., Ribeiro, M. C., & Vanderlei, A. D. (2021). Self-medication of psychotropic drugs among university students of dentistry and medicine. *International Journal of Higher Education*, *7*, e021037. https://doi.org/10.20396/riesup.v7i0.8659934

Barros, R. N., & Peixoto, A. L. A. (2023). University Mental Health: Survey of Common Mental Disorders in Students of a Brazilian University. *Quaderns de Psicologia, 25*(2), e1958, 1–19. https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1958

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Berti, C. G. P. C., Nespollo, A. M., Kogien, M., Abreu, E. K. N., Marcon, S. R., & Dias, T. L. (2024). Variables Associated with the Use of Psychotropic Medications by Brazilian University Students. *Actas Espanolas de Psiquiatria*, *52*(6), 810–821. https://doi.org/10.62641/aep.v52i6.1753

Braga, S. C., Vernaglia, T. V. C., Mello, R., & Silva, N. C. M. da. (2021). Anxiety assessment in Nursing students: Integrative literature review. *Research, Society and Development*, 10(12), e354101220547. https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20547

Ministério da Saúde. (2017). *Relatório de Análise de Impacto Regulatório. CGMAD.* Brasil. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/doc_tec/27.06.2022%20_%20PRT%20GM%201836.2022.pdf

Bolfarine, H., & Bussab, W. O. (2005). *Elementos de amostragem*. Blucher.

Carleto, C. T., Moura, R. C. D. de, Santos, V. S., & Pedrosa, L. A. K. (2018). Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. *Revista Eletrônica de Enfermagem***,** *20*(1). https://doi.org/10.5216/ree.v20.43888

Cassol, M., Garcia, C. S., Garcia, E. F., Ferreira, J. A., Tagawa, G. S., & Garcia, L.A. (2021). Transtornos psiquiátricos nos acadêmicos de medicina. *Brazilian Journal Development*, *7*(2), 19471–19475. https://doi.org/10.34117/bjdv7n2-541

Da Fonseca, A. J. P., Tur, R. G., Canhanga, A. P. E., & Morais, M. F. (2021). Anxiety, Depression and Stress of university students due to the resumption of classes in pandemic time. *Actualidades Investigativas en Educación*, *21*(3), 405–428. https://doi.org/10.15517/aie.v21i3.46439

Fauzi, M. F., Anuar, T. S., Teh, L. K., Lim, W. F., James, R. J., Ahmad, R., Mohamed, M., Abu Bakar, S. H., Mohd Yusof, F. Z., & Salleh, M. Z. (2021). Stress, Anxiety and Depression among a Cohort of Health Sciences Undergraduate Students: The Prevalence and Risk Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(6), 3269. https://doi.org/10.3390/ijerph18063269

Fernandes, M. A., Vieira, F. E. R., Silva, J. S., Avelino, F. V. S. D., & Santos, J. D. M. (2018). Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. *Revista Brasileira de Enfermagem, 71*, 2169–2175. https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752

Herdman, T. H., Kamitsuru, S., & Lopes, C. T. (2021). *Diagnósticos de Enfermagem da NANDA-I: Definições e Classificação* (12ª ed.). Artmed.

Jantara, R. D., Abreu, D. P. G., Santana, L. de L., Piexak, D. R., Ribeiro, J. P., & Barlem, J. G. T. (2022). Isolamento social e solidão em estudantes de enfermagem no contexto da pandemia COVID-19. *Revista Enfermagem UERJ*, *30*(1), e63609. https://doi.org/10.12957/reuerj.2022.63609

Jardim, M. G. L., Castro, T. S., & Ferreira-Rodrigues, C. F. (2020). Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. *Psico-USF***,** *25*(4), 645–657. https://doi.org/10.1590/1413/82712020250405

Jones, S. R., Carley, S., & Harrison, M. (2003). An introduction to power and sample size estimation: The importance of power and sample size estimation for study design and analysis. *Emergency Medicine Journal*, *20*, 453–458. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/1726174/pdf/v020p00453.pdf

Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. de G. (2018). Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes

Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *42*(4), 55–65. https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092

Lima, B. V. B. G., Trajano, F. M. P., Chaves Neto, G., Alves, R. S., Farias, J. A., & Braga, J. E. F. (2017). Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação em enfermagem. *Revista Enfermagem UFPE*, *11*(11), 4326–4333 https://doi.org/10.5205/reuol.23542-49901-1-ED.1111201708

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression, Anxiety, Stress Scales Australia.* http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/

Mohebbi, Z., Setoodeh, G., Torabizadeh, C., & Rambod, M. (2019). State of Mental Health and Associated Factors in Nursing Students from Southeastern Iran. *Investigación y Educación en Enfermeria*, *37*(3), e04. http://doi.org/10.17533/udea.iee.v37n3e04

Santana, L. L., Beljaki, W. D., Gobatto, M., Haeffner, R., Antonacci, M. H., & Buzzi, J. A. P. (2018). Stress in the daily life of nursing graduation students from a federal institute of education. *Revista Enfermagem Centro-Oeste Mineiro***,** 8, e2738. http://doi.org/10.19175/recom.v8i0.2738

Santiago, M. B., Braga, O. S., Da Silva, P. R., Capelli, V. M. R., & Da Costa, R. S. L. (2021). Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, *10*(1), 73–84. https://doi.org/10.17267/2317-3394rpds.v10i1.3374

Silva, M. E. A., Santos, R. R., Medeiros, R. V. J., Souza, S. L. C., Souza, D. F., & Ferreira, P. V. (2021). Mental health of university students. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem / Electronic Journal Nursing Collection*, *9*, e6228. https://doi.org/10.25248/REAenf.e6228.2021

Silveira, G. E., Viana, L. G., Sena, M. M., Alencar, M. M., Soares, P. R., Aquino, P. S., & Ribeiro, S. G. (2022). Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: Um estudo transversal. *Acta Paulista de Enfermagem*, *35*, eAPE00976. http://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO009766

Sousa, F. C. A., Silva, W. A. S., Barreiros, M. H. M., Luz, J. S. N., Costa, L. L. S., Sousa Neto, F. A., Nascimento, T. H. M., Silva, A. K. S., Silva, L. H. C., Silva, S. M., & Silva, W. C. (2022). Prevalence of anxiety in nursing students at a higher education institution. *Research, Society and Development*, *11*(3), e16911326338. https://doi.org/10.33448/rsd-v11i3.26338

Souza, J. P., & Coelho, F. A. (2021). Prevalence of anxiety and depression symptoms in unifagoc medical students. *Revista Científica UNIFAGOC / Caderno Saúde, 6*(2), 21–29. https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/saude/article/view/746/866

Tuncel, F., Yapıcı, A., Akman, P., Elçi, A. C., Demirogları, B., & Kutlu, M. O. (2020). Foreign language anxiety of adolescent students. *African Educational Research Journal, 8*(2), S164–S169. https://doi.org/10.30918/AERJ.8S2.20.044

Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders*, 155, 104–109. https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031

World Health Organization. (2013). *Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2030*. Geneva. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA66/A66_10Rev1-sp.pdf

World Health Organization. (2022). *World Mental Health Report: Transforming mental health for all*. Geneva. https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS

Sobre os(as) autores(as):

Ingrid Luiza Viegas Silva: Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Viçosa (UFV). **E-mail:** ingrid.viegas@ufv.br, **Orcid:** https://orcid.org/0000-0002-6399-7130

Edimara Medina Silva: Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Viçosa (UFV). **E-mail:** edimara.silva@ufv.br, **Orcid:** https://orcid.org/0009-0008-4055-5760

Andréia Guerra Siman: Doutora e Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (EEUFMG). Especialista e graduada em Enfermagem Cardiovascular pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas). Professora Adjunta e Coordenadora do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa (UFV). **E-mail:** ago@ufv.br, **Orcid:** https://orcid.org/0000-0001-7990-9273

Caroline de Castro Moura: Estágio pós-doutoral na Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (EEUFMG). Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL). Especialista em Acupuntura Sistêmica pelo Instituto Brasileiro de Acupuntura (IBRAM), e em Enfermagem do Trabalho pelo Instituto Prominas, Universidade Cândido Mendes (UCAM). Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL). Professor Adjunto I do Departamento de Medicina e Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa (UFV) e docente do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde (PPGCS) da UFV. **E-mail:** caroline.d.moura@ufv.br, **Orcid:** https://orcid.org/0000-0003-1224-7177

Cristiane Chaves de Souza: Doutora e Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG); Especialista em Trauma, Emergência e Terapia Intensiva pela Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais (FCM); Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Terapeuta de Saúde Integrativa e Sistêmica. Terapeuta de Saúde Integrativa; Constelação Familiar e Mentoria Sistêmica. **E-mail:** souzac.cris@gmail.com, **Orcid:** https://orcid.org/0000-0003-4410-0903

Talita Prado Simão Miranda [*autora para contato*]**:** Doutora em Enfermagem pela Escola de Enfermagem de Ribeirão da Universidade Federal de São Paulo (EERP-USP). Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL). Especialista em Enfermagem Oncológica pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS). Graduada em Enfermagem pela Universidade José do Rosário Vellano (UNIFENAS). Professora Adjunto I do Departamento de Medicina e Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa (UFV). **E-mail:** talita.prado@ufv.br, **Orcid:** https://orcid.org/0000-0001-8852-7402

Disponibilidade de dados

Todo o conjunto de dados que dá suporte aos resultados deste estudo foi publicado no próprio artigo.

Editor-chefe: Rodrigo Lopes Miranda
Editor de seção responsável pelo artigo: Rodrigo Lopes Miranda
Avaliadores: Rosângela Fernandes, João Manuel Saveia Daniel Francisco e Guilherme Kelvin

Recebido em: 12/11/2024
Última revisão: 02/03/2026
Aceite final: 03/03/2026

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Programa de Mestrado e Doutorado em Psicologia, UCDB - Campo Grande, MS