

## **Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) na avaliação do estado emocional de estudantes de Fisioterapia na pandemia da COVID-19**

**Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) in the assessment of the emotional state of Physical Therapy students in the COVID-19 pandemic**

**Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) en la evaluación del estado emocional de los estudiantes de Fisioterapia en la pandemia de COVID-19**

Recebido: 15/11/2022 | Revisado: 02/12/2022 | Aceitado: 04/12/2022 | Publicado: 12/12/2022

### **Heliny Alves dos Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2685-8182>  
Universidade Estadual de Goiás, Brasil  
E-mail: [heliny@aluno.ueg.br](mailto:heliny@aluno.ueg.br)

### **Clarice Fernandes Pimentel**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9089-2166>  
Universidade Estadual de Goiás, Brasil  
E-mail: [claricefernandespimentel@gmail.com](mailto:claricefernandespimentel@gmail.com)

### **Jessé Castelo Souza Santana**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1955-1422>  
Universidade Estadual de Goiás, Brasil  
E-mail: [jessecasteloss@gmail.com](mailto:jessecasteloss@gmail.com)

### **Nathalia Carneiro Christino Viana de Castro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4595-1478>  
Universidade Estadual de Goiás, Brasil  
E-mail: [nathaliacastro467@gmail.com](mailto:nathaliacastro467@gmail.com)

### **Franassis Barbosa de Oliveira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5145-1491>  
Universidade Estadual de Goiás, Brasil  
E-mail: [franassis\\_oliveira@yahoo.com.br](mailto:franassis_oliveira@yahoo.com.br)

### **Resumo**

**Objetivo:** Avaliar os níveis de ansiedade, estresse e depressão dos estudantes de Fisioterapia durante a pandemia do COVID-19. **Metodologia:** Pesquisa é do tipo transversal descritiva e avaliou 115 estudantes do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás, campus Goiânia. A coleta foi realizada por meio de uma única sessão, com o questionário encaminhado via *link* do google formulários, na qual foram coletados dados sociodemográficos e o questionário Depression, Anxiety and Stress Scale DASS-21 para avaliação da ansiedade, depressão e estresse. **Resultados:** A coleta demonstrou que as variáveis apresentavam valores médios acima do normal considerado pela escala DASS-21. A média de nível de estresse foi de 2,74 e o de ansiedade 2,79, ambos classificados como alterações leves. Entretanto os níveis de depressão aparecem com a média de 3.18, classificado então pela DASS-21 como uma alteração moderada. **Discussão:** Durante a pandemia da COVID-19 a amostra apresentou níveis elevados de ansiedade, estresse e depressão. Sendo a insegurança e o medo gerado pela situação, bem como o isolamento social fatores que colaboraram para este aspecto. **Conclusão:** Por meio da escala DASS-21 foi possível demonstrar que os estudantes de fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás, apresentaram alterações no estado emocional devido a pandemia da COVID-19.

**Palavras-chave:** COVID-19; Estudantes Universitários; Ansiedade; Estresse; Depressão.

### **Abstract**

**Objective:** To evaluate the levels of anxiety, stress and depression in Physical Therapy students during the COVID-19 pandemic. **Methodology:** This is a cross-sectional descriptive study that evaluated 115 students from the Physical Therapy course of the Universidade Estadual de Goiás, Goiânia campus. The collection was performed by means of a single session, with the questionnaire forwarded via google forms link, in which sociodemographic data and the Depression, Anxiety and Stress Scale DASS-21 questionnaire were collected to evaluate anxiety, depression and stress. **Results:** The collection showed that the variables had mean values above the normal considered by the DASS-21 scale. The mean stress level was 2.74 and the mean anxiety level was 2.79, both classified as mild alterations. However, the levels of depression appeared with a mean of 3.18, classified then by the DASS-21 as a moderate alteration. **Discussion:** During the COVID-19 pandemic the sample showed high levels of anxiety, stress and

depression. Being the insecurity and fear generated by the situation, as well as the social isolation factors that contributed to this aspect. Conclusion: Through the DASS-21 scale it was possible to demonstrate that the physical therapy students from the Universidade Estadual de Goiás (State University of Goiás) showed changes in their emotional state due to the COVID-19 pandemic.

**Keywords:** COVID-19; University Students; Anxiety; Stress; Depression.

### Resumen

Objetivo: Evaluar los niveles de ansiedad, estrés y depresión de los estudiantes de Fisioterapia durante la pandemia de COVID-19. Metodología: La investigación es de tipo transversal y descriptiva, y se ha realizado con 115 estudiantes del curso de Fisioterapia de la Universidad Estatal de Goiás, campus de Goiânia. La encuesta se realizó mediante una única sesión, con el cuestionario enviado a través del enlace de Google Forms, en el que se recogieron datos sociodemográficos y el cuestionario Depression, Anxiety and Stress Scale DASS-21 para evaluar la ansiedad, la depresión y el estrés. Resultados: La recogida mostró que las variables tenían valores medios por encima de la normalidad considerada por la escala DASS-21. La media del nivel de estrés fue de 2,74 y la de ansiedad de 2,79, ambas clasificadas como alteraciones leves. Sin embargo los niveles de depresión aparecieron con una media de 3,18, clasificada entonces por el DASS-21 como una alteración moderada. Discusión: Durante la pandemia de COVID-19 la muestra mostró altos niveles de ansiedad, estrés y depresión. Siendo la inseguridad y el miedo generados por la situación, así como el aislamiento social factores que contribuyeron a este aspecto. Conclusión: A través de la escala DASS-21 fue posible demostrar que los estudiantes de fisioterapia de la Universidade Estadual de Goiás presentaron cambios en el estado emocional debido a la pandemia de COVID-19.

**Palabras clave:** COVID-19; Estudiantes Universitarios; Ansiedad; Estrés; Depresión.

## 1. Introdução

A COVID-19 é uma doença infecciosa aguda que afeta principalmente o sistema respiratório. Ela é ocasionada pelo vírus SARS-CoV-2, um tipo de coronavírus identificado em Wuhan na China em dezembro de 2019. Os principais sintomas são febre, tosse, dificuldade para respirar e em alguns casos pode haver perda do olfato e do paladar (Brasil, 2021). A apresentação clínica desses sintomas varia de leve a grave, sendo este agravamento capaz de ocasionar transtornos respiratórios que podem necessitar de intubação e em alguns casos levar ao óbito. Além disso, algumas manifestações podem ser de infecções assintomáticas (Souza et al., 2021).

Ademais, este vírus possui uma alta taxa de transmissibilidade e em março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou a doença COVID-19 como uma pandemia, ou seja, sua disseminação alcançou todos os continentes e a transmissão é sustentada, e ocorre principalmente pela via respiratória por meio de tosse e espirros (Flumignan et al., 2020).

Por consequência são necessárias medidas de saúde pública para frear a disseminação do vírus e para diminuir o número de doentes. As principais medidas tomadas envolvem o uso de equipamentos de proteção individual (EPIs) - como as máscaras - e também o distanciamento e isolamento social (Nussbaumer-Streit et al., 2020). O isolamento social consiste em afastar as pessoas fisicamente e separar os pacientes sintomáticos do convívio com a comunidade por período determinado, de acordo com o potencial de infecção. Contudo, apesar de serem providências necessárias e eficazes, o distanciamento da sociedade pode trazer prejuízos de ordem mental para o indivíduo (Ammar et al., 2020).

Segundo publicação do Centro De Estudos e Pesquisas em Emergências e Desastres em Saúde (Melo et al., 2020) a pandemia da Covid-19 pode gerar impactos psicossociais em diferentes níveis de intensidade e gravidade, estimando um aumento de transtornos mentais e emocionais. Dentre as diversas repercussões encontram-se as crises emocionais e de pânico, reações coletivas de agitação, descompensação de transtornos psíquicos preexistentes e transtornos psicossomáticos. A depressão e as inclinações suicidas também são variáveis recorrentes neste contexto. A revisão da literatura de Nascimento e Maia concluiu que há um esperado aumento nos índices de suicídio durante e após o período pandêmico, que é justificado pela tensão psicoemocional gerada pela circunstância (Nascimento & Maia, 2021).

Barros et al. evidenciam em seu estudo que a pandemia da COVID-19 coexiste com a “pandemia do medo”, ou seja, há um aumento nos níveis de ansiedade e depressão da população. Além disso, o estresse emocional ocasionado tanto pelo temor da doença quanto pelo isolamento social também cresce. Logo, é válido ressaltar que transtornos mentais podem agravar

ou serem fatores de risco para infecções virais. Assim, no contexto da pandemia existe o risco tanto para a integridade física como para a integridade mental das pessoas (Barros et al., 2020).

O estudo de Gomes et al., que avalia a ocorrência de transtornos mentais em estudantes universitários de uma instituição de Ensino Superior de cidade do centro-oeste do estado de São Paulo, concluiu que esse grupo populacional possui inclinações a terem transtornos de humor, de ansiedade e de somatização. A justificativa para estes transtornos é relacionada com o estilo de vida dos acadêmicos, que imprime uma sobrecarga e pressão para entrega de resultados estudantis (Gomes et al., 2020).

Os problemas de ansiedade têm alta prevalência em universitários, entretanto os níveis de depressão neste grupo também são consideráveis (Fernandes et al., 2018). Diversos fatores relacionados ao estresse, como o volume e de atividades exigentes e metódicas, podem instigar o desenvolvimento de transtornos depressivos (Alves Brondani et al., 2019). Desta forma, entende-se que os estudantes universitários possuem certa vulnerabilidade quanto ao estado emocional.

Essa tendência observada em função da pandemia em vivenciar experiências emocionais caracterizadas por estados aversivos envolve principalmente a depressão, ansiedade e o estresse. Assim, foi proposto por Clark & Watson (1991) um modelo tripartido para avaliação da depressão, da ansiedade e um fator misto (*distress factor*) chamada de DASS (*Depression, Anxiety and Stress Scale*), validado e adaptado para a língua portuguesa (Vignola & Tucci, 2014) e para adolescentes no Brasil (Patias et al., 2016).

Portanto, considerando que os transtornos de estresse, de ansiedade e a depressão são problemas recorrentes nos estudantes universitários, a existência desses transtornos pode afetar o seu desempenho acadêmico (M. de Costa & Moreira, 2016). Além disso, tendo em conta o contexto da pandemia da COVID -19 e seus efeitos prejudiciais à saúde mental dos indivíduos, considera-se relevante conhecer o estado emocional dos estudantes de Fisioterapia que podem estar relacionados à instalação da pandemia. Esse conhecimento é importante na determinação do impacto dessas mudanças e conseqüentemente na formulação de estratégias para intervenção na modificação ou redução desses efeitos.

## 2. Metodologia

A pesquisa é do tipo transversal descritiva com a fundamentação metodológica em Pereira e colaboradores (2018). Foi realizada a avaliação de 115 estudantes regularmente matriculados no curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás, campus Goiânia. Para serem incluídos no estudo os participantes deveriam estar regularmente matriculados nos cursos de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás, campus Goiânia; ter idade igual ou superior a 18 anos e foram excluídos questionários respondidos parcialmente.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UEG (parecer 5.106.003). Os participantes que concordaram em participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) online e preencheram o TCLE que estava disponível para o download através do link, no qual continha todas as explicações necessárias acerca deste trabalho científico.

A pesquisa foi realizada por meio de questionário encaminhado via *link* do Google Formulários e o envio contou com o auxílio dos membros do Centro Acadêmico, coordenação de curso e estudantes representantes de turmas. As medidas foram tomadas em sessão única, durante o preenchimento dos questionários foram coletados dados sociodemográficos e em seguida os participantes responderam ao questionário *Depression, Anxiety and Stress Scale* DASS-21 (Patias et al., 2016; Vignola & Tucci, 2014) para avaliação da ansiedade, depressão e estresse.

O DASS foi desenvolvido como um instrumento para avaliar sintomas de depressão, ansiedade e estresse. É constituído por 42 questões de avaliação em 3 subescalas com 14 itens cada. Os itens se referem a sintomas experimentados na última semana e usa uma escala que varia de 0 (“não se aplica a mim de forma alguma”) a 4 (“se aplica a mim na maior parte

do tempo”). A versão reduzida (DASS-21) foi empregada nesse estudo (Tabela 1), tem a mesma estrutura e leva metade do tempo para coleta e já conta com adaptação transcultural para o português do Brasil (Vignola & Tucci, 2014). O DASS-21 também contém 3 subescalas variando de 0 (“Discordo fortemente”) até 3 (“Concordo totalmente”). Cada subescala é constituída por sete itens que avaliam estados emocionais de depressão, ansiedade e estresse. Os três fatores: depressão (itens 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21), ansiedade (itens 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20) e estresse (itens 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18). O escore final é a soma dos itens de cada escala e para calcular o escore final esse valor deve ser multiplicado por dois e os pontos de corte são listados na Tabela 2.

**Tabela 1** - Versões em português da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse considerando a proposta de Vignola.

Item	Versão Vignola	Versão Conciliada
1	Achei difícil me acalmar.	Tive dificuldade em acalmar-me.
2	Senti minha boca seca.	Parecia não conseguir ter nenhum sentimento positivo.
3	Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo	Senti dificuldade em respirar (ex. respiração excessivamente rápida, falta de ar, na ausência de esforço físico).
4	Tive dificuldade em respirar em alguns momentos (ex.: respiração ofegante, falta de ar sem ter feito nenhum esforço físico).	Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer as coisas.
5	Achei difícil ter iniciativa para fazer as coisas.	Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer as coisas.
6	Tive a tendência de reagir de forma exagerada às situações.	Tive a tendência de reagir de forma exagerada a situações.
7	Senti tremores (ex.: nas mãos).	Senti tremores (ex.: nas mãos).
8	Senti que estava sempre nervoso.	Senti que estava geralmente muito nervoso.
9	Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo(a).	Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo(a).
10	Senti que não tinha nada a desejar.	Senti que não tinha nada a esperar do futuro.
11	Senti-me agitado.	Senti que estava agitado.
12	Achei difícil relaxar.	Tive dificuldade em relaxar.
13	Senti-me depressivo(a) e sem ânimo.	Senti-me desanimado e deprimido.
14	Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo.	Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo.
15	Senti que ia entrar em pânico.	Senti que ia entrar em pânico.
16	Não consegui me entusiasmar com nada.	Não consegui me entusiasmar com nada.
17	Senti que não tinha valor como pessoa.	Senti que não tinha muito valor como pessoa.
18	Senti que estava um pouco emotivo/sensível demais.	Senti que estava sensível.
19	Sabia que meu coração estava alterado mesmo não tendo feito nenhum esforço físico (ex.: aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca).	Eu estava consciente do funcionamento/batimento do meu coração na ausência de esforço físico (ex.: sensação de aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca).
20	Senti medo sem motivo.	Senti-me assustado sem ter uma boa razão.
21	Senti que a vida não tinha sentido.	Senti que a vida estava sem sentido.

Fonte: (Vignola & Tucci, 2014).

**Tabela 2** - Classificação da gravidade DASS-21.

	Escore Z	Percentil	Depressão	Ansiedade	Estresse
Normal	<0,5	0-78	0-9	0-7	0-14
Leve	0,5-1,0	78-87	10-13	8-9	15-18
Moderado	1,0-2,0	87-95	14-20	10-14	19-25
Severo	2,0-3,0	95-98	21-27	15-19	26-33
Extremamente Severo	>3,0	98-100	28+	20+	34+

Fonte: (Vignola & Tucci, 2014).

A análise dos dados foi feita por meio de *software* específico JAMOVI, versão 2.2.5, e foram realizadas as seguintes análises estatísticas: análises descritivas, estimação de médias, desvio-padrão e erro padrão da média para variáveis contínuas. As variáveis categóricas nominais foram descritas por meio de frequência absoluta e relativa (percentagem). Os gráficos foram produzidos pelo Excel da Microsoft®.

### 3. Resultados

Entre os 115 estudantes que responderam à pesquisa, 79,5% eram mulheres e os 20,5% restantes eram homens. A média de idade deste grupo é de 22,7±4,86 anos. Primeiramente os estudantes responderam ao questionário sociodemográfico que envolvia questões sobre a forma de residência, o consumo de álcool e cigarro e sobre a prática de exercícios físicos durante o período da pandemia. Dessa maneira, 70,1% dos participantes relataram residir com suas famílias e apenas 17,9% viviam sozinhos. Os demais (12% da amostra) vivem com companheiros ou com os amigos. Em relação a ingestão de bebidas alcoólicas, 51,3% fazem uso e destes 32,9% disseram terem aumentado o consumo durante a pandemia. A frequência do consumo de cigarro manteve-se inexpressiva no período pandêmico, uma vez que 96,6% dos estudantes entrevistados não são fumantes.

Ao serem abordados sobre o tópico exercícios físicos, 65% disseram ser adeptos à prática e afirmaram saber a diferença entre exercício e atividade física. Além disso, 83% consideraram essa prática como uma atividade essencial. Acerca da influência da pandemia sobre o comportamento relacionado aos exercícios, a apresentação dos dados é bem dividida, já que 41,9% observaram aumento da prática e 58,1% observaram sua redução.

A intensidade da ação variou de leve para moderada na maior parte dos casos e houve também variação no local de realização, sendo citados em ordem: o ambiente doméstico, as academias e os parques. Os estudantes também foram questionados sobre o conhecimento de evidências a respeito da prática de exercícios físicos contra a COVID-19 e 50,4% desconheciam essas evidências, enquanto 47,9% afirmaram conhecer.

Quanto ao questionário DASS-21, foi observado que as três variáveis avaliadas - ansiedade, estresse e depressão - demonstraram níveis médios acima do normal. A média de nível de estresse foi de 2,74 enquanto os níveis de ansiedade aparecem com 2,79. Sendo assim, segundo os pontos de corte da escala DASS-21 ambos os fatores são classificados como alterações leves. Entretanto os níveis de depressão aparecem com a média de 3,18, classificado então pela DASS-21 como uma alteração moderada (Tabela 3).

**Tabela 3 - Variáveis estatísticas da amostra.**

	<b>DASS-21 Estresse</b>	<b>DASS-21 Ansiedade</b>	<b>DASS-21 Depressão</b>
N	115	115	115
Média	2,74	2,79	3,18
Mediana	3	3	3
Desvio Padrão	1,41	1,67	1,53
Varição	2,00	2,80	2,33
Mínimo	1	1	1
Máximo	5	5	5

Fonte: Autoria própria.

Ao comparar essas alterações entre os sexos notam-se que as mulheres manifestam maiores níveis de ansiedade, estresse e depressão. Essas alterações são demonstradas na Tabela 4 conforme os valores estatísticos observados.

**Tabela 4** - Comparação entre os Sexos.

	<b>Grupo</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>Mediana</b>	<b>SD</b>	<b>SE</b>
DASS-21 Estresse	Feminino	91	2,82	3,00	1,43	0,150
	Masculino	24	2,42	2,50	1,35	0,275
DASS-21 Ansiedade	Feminino	91	2,90	3,00	1,71	0,180
	Masculino	24	2,38	2,00	1,47	0,300
DASS-21 Depressão	Feminino	91	3,31	3,00	1,45	0,152
	Masculino	24	2,71	2,50	1,73	0,353

Fonte: Autoria própria.

#### 4. Discussão

A Organização Pan- Americana da Saúde (OPAS) publicou em 2020 um estudo sobre o aumento do consumo de álcool na pandemia, relacionando-o principalmente com os níveis de estresse, ansiedade, depressão e insegurança que a situação proporciona aos indivíduos. Foi destacado na pesquisa que a prevalência do consumo se dá entre os mais jovens (18 a 39 anos). Logo, os estudantes de fisioterapia do presente estudo estão dentro do aspecto da OPAS, tanto na idade quanto no aumento da ingestão do álcool. Uma vez que dos 51,3% que têm o hábito de beber, 32,9% observaram a ampliação da prática no período pandêmico.

Na pesquisa realizada por Queiroga et al. (2021) é ressaltado como a intensificação do uso do álcool é danosa a saúde em geral, pois facilita o aparecimento de doenças crônicas e prejudica o sistema imunológico. Além disso a ingestão excessiva pode afetar a saúde mental e o emocional dos indivíduos, trazendo situações como o aumento da ansiedade, a estimulação de comportamentos violentos e ser fator de risco para o suicídio.

A frequência de aumento do uso do tabaco teve um valor irrelevante para pesquisa, ao considerar que a maior parte da amostra (96,6%) declarou não fazer uso da substância. Todavia, este fato vai na contramão do observado na população brasileira que, segundo Malta et al. (2021) houve aumento de 34% no consumo de cigarro durante a pandemia da COVID-19. Este crescimento foi relacionado com a qualidade do sono, o isolamento social e a debilidade da saúde mental provocada pelo contexto da pandemia.

Em relação a prática de exercícios físicos, 65% dos participantes relatam serem adeptos mesmo antes da pandemia. Ainda assim, 58,1% observaram que houve redução da atividade durante o período de pico da COVID-19. Este fator está relacionado com o isolamento social integrando os aspectos emocionais e socioeconômicos. A motivação para a prática de atividades físicas é fundamental para que ela ocorra de forma adequada e além disso é importante ter um ambiente propício para sua realização (C. L. A. Costa et al., 2020). Os participantes do presente estudo em sua maioria dispunham, de suas próprias casas e de parques públicos para praticarem seus exercícios, apesar que parte da amostra também relatou dispor de academias.

A relação da prática de exercício físico com a COVID-19, sendo um fator atenuante, é desconhecida por 50,4% da amostra. Esta relação se dá em razão da prática favorecer a saúde do organismo, ou seja, o sistema imunológico se fortalece. Para isso é considerada uma intensidade moderada e realizada de forma regular. Ao ponderar sobre a intensidade dos exercícios, a resposta que o estudo de Martins e Soeiro (2021) encontrou foi que ela variava de leve para moderada na maior parte dos casos.

A escala DASS-21 demonstrou que durante o período pandêmico a amostra apresenta níveis de depressão, estresse e ansiedade acima do normal estabelecido pela escala. Dentre essas, as variáveis estresse e ansiedade foram classificadas como alterações leves. Todavia, o índice de depressão apresentou uma alteração considerada moderada. O estudo de Maia e Dias

(2020) feito com estudantes de uma universidade portuguesa comparou os níveis de depressão estresse e ansiedade antes e depois da pandemia da COVID-19, concluindo que houve aumento significativo de perturbação psicológica durante a alta do vírus corroborado pela tensão e o medo gerado pela situação, bem como o isolamento social.

A pesquisa de Correia et al. (2020) constatou que 74,7% da amostra continha sintomas de ansiedade e 73,4% demonstraram sintomas de estresse. Os estudantes universitários apresentam maiores níveis de depressão quando comparados com outros grupos e a pandemia tornou-os ainda mais vulneráveis aos sintomas depressivos. Por conta principalmente do isolamento da sociedade, o temor de contrair a infecção e a insegurança quanto ao futuro (Carvalho & Gois, 2020). Ornell et al. (2020) evidenciam como em situações de pandemia os transtornos psicológicos podem afetar mais as pessoas do que a própria infecção, destacando a existência da chamada “pandemia do medo.

Um fator importante a ser ressaltado é que os níveis de desordem foram maiores no sexo feminino quando comparadas ao masculino. Este aspecto também foi detectado por Guimarães et al. (2022) ao avaliar estudantes universitários e notar que as mulheres tendiam a mais sinais de ansiedade, depressão e estresse do que os homens.

## 5. Conclusão

A pandemia da COVID-19 tornou-se um problema de saúde pública que envolve, questões físicas, mas também transtornos de ordem mental. Muito disso está relacionado com o isolamento social e com a instabilidade gerada pela situação. Assim, por meio da escala DASS-21 foi possível demonstrar que os estudantes de fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás, apresentaram níveis de ansiedade e estresse com alterações leves, enquanto os níveis de depressão possuem alteração considerada moderada. Ademais as mulheres demonstraram níveis mais elevados do que os homens.

Este estudo considera relevante conhecer o estado emocional dos estudantes universitários de Fisioterapia, que apresentaram-se estar alterados em razão da pandemia da COVID-19. Sendo considerável para determinar estratégias para intervenção, modificação ou redução desses efeitos na saúde mental destes estudantes em futuras pesquisas. Além disso sugere-se que estudos pósteros investiguem como a pandemia afetou os estudantes universitários das demais áreas da saúde.

## Referências

- Alves Brondani, M., Didonet Hollerbach, M., Silva, G. P., Rodrigues Pinto, E., & Corrêa, A. S. (2019). *Depressão Em Estudantes Universitários: Fatores De Risco E Protetivos E Sua Relação Nesse Contexto 1 Depression in Undergraduate Students: the Connection of Risk Factors and Protective Measures in the University Environment*. 20(1), 137–149.
- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., Bouaziz, B., Bentlage, E., How, D., Ahmed, M., Müller, P., Müller, N., Aloui, A., Hammouda, O., Paineiras-Domingos, L. L., Braakman-Jansen, A., Wrede, C., Bastoni, S., Pernambuco, C. S., ... Hoekelmann, A. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1–14. <https://doi.org/10.3390/nu12061583>
- Barros, M. B. de A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. de, Romero, D., Souza Júnior, P. R. B. de, Azevedo, L. O., Machado, Í. E., Damacena, G. N., Gomes, C. S., Werneck, A. de O., Silva, D. R. P. da, Pina, M. de F. de, & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde: Revista Do Sistema Único de Saude Do Brasil*, 29(4), e2020427. <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>
- Brasil, M. da S. (2021). *O que é a Covid-19?* Ministério Da Saúde. <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>
- Carvalho, V. O., & Gois, C. O. (2020). COVID-19 pandemic and home-based physical activity. *Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice*, 8(8), 2833–2834. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2020.05.018>
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression psychometric evidence. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 316–336.
- Correia, A. K. da S., Camelo, E. M. A., Melo, T. C. F. de, Oliveira, E. K. da S., & Silva, T. de P. S. da. (2020). Ansiedade e estresse em tempos de pandemia: uma análise a partir dos relatos de estudantes universitários. *II Congresso Internacional de Ciências Da Saúde*, 1–7.
- Costa, C. L. A., Costa, T. M., Barbosa Filho, V. C., Bandeira, P. F. R., & Siqueira, R. C. L. (2020). Influência do distanciamento social no nível de atividade física durante a pandemia do COVID-19. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1–6. <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0123>
- Costa, M. de, & Moreira, Y. B. (2016). *Saúde mental no contexto universitário*. 73–79. <https://doi.org/10.5151/despro-sed2016-009>

- Fernandes, M. A., Viera, F. E. R., Silva, J. S. e, Avelino, F. V. S. D., & Santos, J. D. M. (2018). Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(Supl 5), 2298–2304. <https://doi.org/10.21675/2357-707x.2021.v12.n4.4595>
- Flumignan, R. L. G., Nakano, L. C. U., Pascoal, P. I. F., Correia, R. M., Silveira, B. P., Takih, F. A., Flumignan, C. D. Q., Amorim, J. E. de, & Atallah, Á. N. (2020). Evidências de revisões sistemáticas Cochrane para o controle da disseminação da infecção pela COVID-19\*. *Diagn. Tratamento*, 25(3), 121–129. <http://fi-admin.bvsalud.org/document/view/cx6av>
- Gomes, C. F. M., Pereira Junior, R. J., Cardoso, J. V., & Silva, D. A. da. (2020). Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Alcool Drog*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.157317>
- Guimarães, M. F., Martins Vizzotto, M., Maria Capelão Avoglia, H. R., & Aparecida Faria Paiva, E. (2022). Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 11, e4038. <https://doi.org/10.17267/2317-3394rps.2022.e4038>
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Anxiety, depression and stress in university students: The impact of COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, 1–8. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Malta, D. C., Gomes, C. S., de Souza Júnior, P. R. B., Szwarcwald, C. L., de Azevedo Barros, M. B., Machado, Í. E., Romero, D. E., Lima, M. G., da Silva, A. G., Sady Prates, E. J., de Magalhães Cardoso, L. S., Damacena, G. N., Werneck, A. O., da Silva, D. R. P., & Azevedo, L. O. (2021). Factors associated with increased cigarette consumption in the Brazilian population during the COVID-19 pandemic. *Cadernos de Saude Publica*, 37(3), 1–13. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00252220>
- Martins, L., & Soeiro, R. (2021). Exercício físico e CoViD-19: aspectos de saúde, prevenção e recuperação: uma breve revisão narrativa. *Revista de Educação Física / Journal of Physical Education*, 89(4), 240–250. <https://doi.org/10.37310/ref.v89i4.2724>
- Melo, B. D., Pereira, D. R., Serpeloni, F., Kabad, J. F., Kadri, M., Souza, M. S. e, & Rabelo, I. V. M. (2020). Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19 Recomendações Gerais. In *Ministério da Saúde FIOCRUZ: Vol.* (Issue, pp. 37–72).
- Nascimento, A. B., & Maia, J. L. F. (2021). Comportamento suicida na pandemia por COVID-19: Panorama geral. *Research, Society and Development*, 10(5), 1–12.
- Nussbaumer-Streit, B., Mayr, V., Dobrescu, A. I., Chapman, A., Persad, A., Klerings, I., Wagner, G., Siebert, U., Christof, C., Zachariah, C., & Gartlehner, G. (2020). Quarantine alone or in combination with other public health measures to control COVID-19: a rapid review. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 4, 1–45.
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2020) Uso de álcool durante a pandemia de COVID-19 na América Latina e no Caribe. OPAS/NMH/MH/Covid-19/20-0042.
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). “Pandemic fear” and COVID-19: Mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232–235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Patias, N. D., Machado, W. D. L., Bandeira, D. R., & Dell’Aglío, D. D. (2016). Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form: Adaptação e Validação para Adolescentes Brasileiros. *Psico-USF*, 21(3), 459–469. <https://doi.org/10.1590/1413-82712016210302>
- Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). Método qualitativo, quantitativo ou quali-quantitativo. in: Metodologia da Pesquisa Científica. Santa Maria (RS): Ed. UAB/NTE/UFSM. 67-69. [ufsm.br/app/uploads/sites/358/2019/02/Metodologia-da-Pesquisa-Cientifica\\_final.pdf](https://ufsm.br/app/uploads/sites/358/2019/02/Metodologia-da-Pesquisa-Cientifica_final.pdf)
- Queiroga, V. V., Filgueira, E. G. K., Vasconcelos, A. M. de A., Procópio, J. V. V., Gomes, F. W. C., Gomes, C. H. F. de M., Gomes Filho, C. A. M., Jacó, A. P., Araujo, J. M. B. G. de, Nóbrega, J. C. da S., & Nóbrega Filho, M. M. de S. (2021). A pandemia da Covid-19 e o aumento do consumo de álcool no Brasil. *Research, Society and Development*, 10(11), e568101118580. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i11.18580>
- Souza, A. S. R., Amorim, M. M. R., Melo, A. S. de O., Delgado, A. M., Florêncio, A. C. M. C. da C., Oliveira, T. V. de, Lira, L. C. S., Sales, L. M. dos S., Souza, G. A., Melo, B. C. P. de, Morais, Í., & Katz, L. (2021). Aspectos gerais da pandemia de Covid-19. *Rev Bras Saúde Matern Infant*, 21(supl 1), S47–S64.
- 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(1), 104–109. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>