

Alterações emocionais em estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior

Emotional changes in students completing the Physiotherapy course at a public higher education institution

Cambios emocionales en estudiantes que terminan el curso de Fisioterapia en una institución de educación superior pública

Recebido: 28/01/2023 | Revisado: 08/02/2023 | Aceitado: 26/08/2023 | Publicado: 29/08/2023

Bárbara Leite da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3389-1893>
Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: babiileiteslv@gmail.com

Ana Paula de Carvalho Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4122-6036>
Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: anapaula.cvlh@gmail.com

Lílian Melo de Miranda Fortaleza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1389-1266>
Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: lilianmelo@ccs.uespi.br

Resumo

Objetivo: Identificar as alterações emocionais em estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior. **Metodologia:** Estudo transversal, observacional e quantitativo descritivo, realizado com estudantes de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior localizada em Teresina - PI. Foram utilizados um questionário sociodemográfico e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS 21). Participaram do estudo estudantes regularmente matriculados no 9º e 10º período da graduação, com idade igual ou superior a 18 anos e de ambos os sexos. Para processamento e análise dos dados foi utilizado o programa *IBM Statistical Package for the Social Sciences* versão 20.0. **Resultados:** A amostra foi composta por 30 estudantes, sendo a maioria do sexo feminino (86,7%) e idade média de $23,83 \pm 1,34$. Encontrou-se uma prevalência significativa de sintomas de ansiedade (70,1%), estresse (86,6%) e depressão (73,3%). Sendo os sintomas de estresse e depressão, as alterações emocionais mais prevalentes, indicando 13 (43,3%) na fase moderada e 13 (43,3%) na fase severa, respectivamente. Houve diferença significativa no aspecto ansiedade com as variáveis estado civil e a prática de exercícios físicos, bem como no estresse com a variável raça. **Conclusão:** Os estudantes concluintes de Fisioterapia apresentaram maior prevalência dos sintomas de estresse e depressão. Espera-se que os resultados possam contribuir para a projeção de estratégias de identificação precoce e intervenções levando à promoção de saúde mental para este público.

Palavras-chave: Estudantes; Ansiedade; Depressão; Estresse psicológico.

Abstract

Objective: To identify emotional changes in students completing the Physiotherapy course at a public institution of higher education. **Methodology:** Cross-sectional, observational and descriptive quantitative study, carried out with Physical Therapy students from a public institution of higher education located in Teresina - PI. A sociodemographic questionnaire and the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS 21) were used. Students regularly enrolled in the 9th and 10th period of graduation, aged 18 years or older and of both sexes, participated in the study. For data processing and analysis, the *IBM Statistical Package for the Social Sciences* version 20.0 program was used. **Results:** The sample consisted of 30 students, most of whom were female (86.7%) with a mean age of 23.83 ± 1.34 . A significant prevalence of symptoms of anxiety (70.1%), stress (86.6%) and depression (73.3%) was found. Being the symptoms of stress and depression, the most prevalent emotional alterations, indicating 13 (43.3%) in the moderate phase and 13 (43.3%) in the severe phase, respectively. There was a significant difference in the anxiety aspect with the variables marital status and the practice of physical exercises, as well as in stress with the race variable. **Conclusion:** Senior Physiotherapy students had a higher prevalence of stress and depression symptoms. It is hoped that the results can contribute to the design of early identification strategies and interventions leading to the promotion of mental health for this public.

Keywords: Students; Anxiety; Depression; Psychological stress.

Resumen

Objetivo: Identificar cambios emocionales en estudiantes que cursan el curso de Fisioterapia en una institución pública de educación superior. **Metodología:** Estudio cuantitativo transversal, observacional y descriptivo, realizado con estudiantes de Fisioterapia de una institución pública de enseñanza superior ubicada en Teresina - PI. Se utilizó un cuestionario sociodemográfico y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS 21). Participaron del estudio estudiantes matriculados regularmente en el 9º y 10º período de graduación, con edad igual o superior a 18 años y de ambos sexos. Para el procesamiento y análisis de datos se utilizó el programa IBM Statistical Package for the Social Sciences versión 20.0. **Resultados:** La muestra estuvo compuesta por 30 estudiantes, la mayoría del sexo femenino (86,7%) con una edad media de $23,83 \pm 1,34$. Se encontró una prevalencia significativa de síntomas de ansiedad (70,1%), estrés (86,6%) y depresión (73,3%). Siendo los síntomas de estrés y depresión, las alteraciones emocionales más prevalentes, indicando 13 (43,3%) en la fase moderada y 13 (43,3%) en la fase severa, respectivamente. Hubo diferencia significativa en el aspecto ansiedad con las variables estado civil y la práctica de ejercicios físicos, así como en el estrés con la variable raza. **Conclusión:** Los estudiantes de último año de Fisioterapia presentaron mayor prevalencia de síntomas de estrés y depresión. Se espera que los resultados puedan contribuir al diseño de estrategias de identificación temprana e intervenciones que conduzcan a la promoción de la salud mental para este público.

Palabras clave: Estudiantes; Ansiedad; Depresión; Estrés psicológico.

1. Introdução

A Universidade media as relações humanas e é responsável pela dinâmica psicológica que engloba diferentes valores e significados, bem como regula e equilibra a personalidade dos indivíduos (Castro, 2017). Entretanto, os discentes vivenciam um processo de adaptação ao meio acadêmico, que envolve fases de estresse, inseguranças e de responsabilidades. Logo, passam por desgastes físicos e psicológicos, ficando expostos ao desenvolvimento de alterações emocionais (Tassini et al., 2017).

Dentre as condições patológicas que mais se apresentam nesta população, encontram-se em especial a depressão, ansiedade e o estresse, podendo variar sua intensidade de indivíduo para indivíduo e expandir-se mediante o contexto e ambiente ao qual a população está inserida (Santos et al., 2018; Silva, 2019).

A depressão se apresenta entre os discentes de forma muito prevalente, visto que muitos deles apresentam tristeza ou irritabilidade, desinteresse ou desprazer, sentimento de culpa ou baixa autoestima, distúrbios do sono ou de apetite, fadiga e dificuldades cognitivas, o que ocasiona perdas no período de formação profissional, podendo levá-los a experimentar diminuição do bem-estar psicossocial e desempenho acadêmico (Costa et al., 2020). A depressão apresenta fatores de risco conhecidos, como afetividade negativa, experiências adversas na infância, eventos estressantes, transtornos subjacentes e condições médicas crônicas ou incapacitantes (Leão et al., 2018).

A ansiedade consiste em uma experiência funcional persistente de interação com o meio ambiente ou mesmo um estado adaptativo à situação de estresse, perigo real ou imaginário, que acomete a função emocional e psicossocial do indivíduo. Dentre os sintomas estão falta de ar, dores no peito, distúrbios do sono, fadiga, tensão muscular, dificuldade de concentração, palpitações, vertigens, náuseas, nervosismo e inquietação (Santos & Simões, 2020).

O estresse pode ser definido como uma reação interna do organismo para enfrentar situações percebidas como ameaçadoras, preparando o indivíduo para agir, enfrentar ou fugir delas. A fonte causadora do estresse pode ser interna ou externa ao organismo. O evento interno está relacionado com a auto cobrança do indivíduo e o externo é quando o indivíduo tenta adaptar-se às mudanças no ambiente em que está inserido. Caracteriza-se por retraimento da interação social, diminuição da atenção, raiva ou agressão verbal, desespero, desesperança, hiperatividade inadequada e pesar incontrolável (Dubey et al., 2020).

Os discentes necessitam do favorecimento da igualdade de oportunidades e contribuições para uma melhor aprendizagem, sendo essencial assim uma atenção especial no que se refere à promoção da saúde. Logo, a assistência estudantil é primordial, pois pode promover os recursos fundamentais para reduzir as dificuldades a fim de proporcionar que os estudantes desenvolvam-se bem durante a formação acadêmica (Silva et al., 2019).

Durante o período de término da graduação, os discentes se deparam com diversas situações desafiadoras que tendem a se intensificar, onde são comumente verificados sobrecarga de atividades acadêmicas, dificuldades para compatibilizar

compromissos da vida universitária e pessoal, incertezas quanto à futura inserção no mercado de trabalho e necessidade de suporte emocional para enfrentamento das dificuldades. Logo, levando em consideração a importância que a saúde mental exerce sobre diversos âmbitos da vida, o objetivo do estudo foi identificar as alterações emocionais em estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, com finalidade básica, observacional e quantitativo descritivo, realizado com 30 estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior localizada em Teresina-PI. Estudos de corte transversal colhem dados fidedignos que ao término do estudo permitem fazer conclusões confiáveis, além de resultar em novas hipóteses que poderão ser investigadas com novas pesquisas (Zangirolami-Raimundo et al., 2018).

A pesquisa foi cadastrada na Plataforma Brasil e teve início após sua aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual do Piauí (CEP/UESPI), de modo que obedeceu aos critérios de ética na pesquisa com seres humanos estabelecidas na Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), sob o parecer nº 5.549.505, garantindo o sigilo total da identidade dos participantes.

Os critérios de inclusão foram estudantes regularmente matriculados no curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior, durante seu 9º e 10º período da graduação, com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos e que concordassem em participar voluntariamente da pesquisa, assinando um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Sendo excluídos aqueles participantes que não preenchessem os formulários de pesquisa de forma válida ou completa, bem como aqueles que desistissem da pesquisa.

A coleta de dados ocorreu no período de setembro a outubro de 2022. Os estudantes foram contatados através do *WhatsApp* e lhes foi enviado o link para acessar a plataforma online *Google Forms*, onde os instrumentos de coleta foram estruturados. Por se tratar de uma pesquisa virtual, foi criado uma seção inicial de preenchimento obrigatório com orientações, o arquivo do TCLE para download e um campo para manifestação do aceite ou não do participante. Além disso, os participantes foram beneficiados através de informações sobre a importância e estratégias de autocuidado com a saúde mental, por meio de uma cartilha elaborada pelos pesquisadores e disponibilizada após o preenchimento do formulário de pesquisa.

Para contemplar os objetivos almejados no estudo, foram utilizados dois instrumentos de coleta. Primeiramente foi empregado um Questionário Sociodemográfico previamente elaborado pelos pesquisadores, que caracterizou o perfil dos estudantes. Este contou com 11 questões, envolvendo investigações acerca da faixa etária, sexo, período da graduação, se possui alguma graduação anterior, estado civil, raça, satisfação com o curso, atividades extracurriculares, atividade profissional, prática regular de exercício físico e atividades de lazer.

Em seguida, foi utilizada a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS 21), que consiste em um instrumento de autorrelato com 21 questões, cujos itens encontram-se divididos em três fatores (Itens Depressão: 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21; Ansiedade: 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20; Estresse: 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18). A escala de resposta aos itens é do tipo *Likert* de quatro pontos variando de 0 (não se aplicou de maneira alguma) a 3 (aplicou-se muito, ou na maioria do tempo), referentes ao sentimento da última semana (Vignola & Tucci, 2014). A pontuação final de cada subescala foi somada, multiplicada por dois e avaliada de acordo com seu índice de gravidade. A classificação dos sintomas de estresse foi dividida em normal (0 a 10), leve (11 a 18), moderado (19 a 26), severo (27 a 34) e extremamente severo (35 a 42). A classificação dos sintomas de ansiedade foi dividida em normal (0 a 6), leve (7 a 9), moderado (10 a 14), severo (15 a 19) e extremamente severo (20 a 42). A classificação dos sintomas de depressão foi dividida em normal (0 a 9), leve (10 a 12), moderado (13 a 20), severo (21 a 17) e extremamente severo (28 a 42) (Wang et al., 2020).

Para a análise de dados foram utilizados os procedimentos usuais da estatística descritiva, tais como distribuição de frequência absoluta (n) e relativa (%), médias e desvio padrão (DP), bem como o teste *Shapiro-Wilk* para verificar se os dados seguiam distribuição normal. A diferença entre as médias da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS 21) foi analisada pelo teste t de Student ou U Mann-Whitney para amostras com duas categorias e a ANOVA ou H de Kruskal-Wallis para amostras com três categorias ou mais.

Os dados foram tabulados e analisados no programa *IBM Statistical Package for the Social Sciences* versão 20.0. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

3. Resultados

A amostra da pesquisa foi constituída por 30 estudantes. O perfil de caracterização dos participantes aponta maior presença do sexo feminino, com 26 integrantes (86,7%) e faixa etária prevalente de 24 anos ou mais, com 16 indivíduos (53,3%), com média de idade de $23,83 \pm 1,34$ anos, 19 (63,3%) no 10º período, 29 (96,7%) sem graduação anterior, 29 (96,7%) solteiros, 18 (60,0%) pardos e 28 (93,3%) satisfeitos com o curso. (Tabela 1).

Tabela 1 - Distribuição percentual do perfil sociodemográfico dos estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior, (n=30), Teresina – PI, 2022.

Variáveis	Amostra total (n=30)	
	n	%
Faixa etária		23,83 ± 1,34
<24 anos	14	46,7
24 ou mais	16	53,3
Sexo		
Masculino	4	13,3
Feminino	26	86,7
Período		
9º	11	36,7
10º	19	63,3
Graduação anterior		
Sim	1	3,3
Não	29	96,7
Qual		
Educação Física	1	100
Estado Civil		
Solteiro (a)	29	96,7
Casado (a)	1	3,3
Raça		
Branca	7	23,3
Preta	5	16,7
Parda	18	60,0
Satisfação com o curso		
Satisfeito(a)	28	93,3
Insatisfeito(a)	2	6,7

Fonte: Autores (2022).

Ainda sobre o perfil sociodemográfico, os participantes também foram questionados quanto às atividades que desenvolviam na etapa do curso em que participaram da pesquisa, de forma a traçar fatores que possam estar relacionados às alterações emocionais. A respeito das atividades extracurriculares, nenhuma atividade e atividades de extensão tiveram destaque, ambas realizadas por 12 indivíduos (40%). Além disso, 27 participantes (90%) apenas estudam e 17 participantes (56,6%) relataram não praticar exercício físico. A atividade de lazer mais apontada foi aquela que envolve elementos audiovisuais (86,7%). (Tabela 2).

Tabela 2. Distribuição percentual das atividades dos estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior, (n=30), Teresina – PI, 2022.

Variáveis	Amostra total (n=30)	
	n	%
Atividades Extracurriculares		
Nenhuma atividade	12	40,0
Estágio não obrigatório	7	23,3
Programa de monitoria	4	13,3
Atividades de extensão	12	40,0
Atividades de pesquisa	8	26,7
Outro	1	3,3
Atividade Profissional		
Estudante	27	90
Estuda e Trabalha	3	10
Exercício Físico		
Sim	13	43,3
Não	17	56,7
Qual*		
Musculação	12	92,3
Caminhada	2	15,4
Treino Ritmado	1	7,7
Atividades de lazer		
Nenhuma	1	3,3
Socialização (Restaurantes, bares, clubes, outros)	19	63,3
Audiovisuais (Novelas, filmes, séries, outros)	26	86,7
Esportivas (Futebol, tênis, vôlei, outros)	8	26,7
Intelectuais (Leitura, escrita, outras)	20	66,7
Musicais (Tocar instrumento, cantar, outras)	4	13,3

Fonte: Autores (2022).

De acordo com a DASS-21, 21 estudantes (70,1%) apresentaram sintomatologia de ansiedade, 26 (86,6%) demonstraram sintomatologia de estresse e 22 (73,3%) exibiram sintomatologia de depressão. Sendo assim, as alterações emocionais mais prevalentes foram os sintomas de estresse e depressão, indicando 13 (43,3%) na fase moderada e 13 (43,3%) na fase severa, respectivamente. (Tabela 3).

Tabela 3 - Distribuição percentual das alterações emocionais dos estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior, (n=30), Teresina – PI, 2022.

Variáveis	Amostra total (n=30)	
	n	%
Ansiedade		
Normal	9	30,0
Leve	2	6,7
Moderada	5	16,7
Severa	5	16,7
Extremamente severa	9	30,0
Estresse		
Normal	4	13,3
Leve	8	26,7
Depressão		
Moderada	13	43,3
Severa	4	13,3
Extremamente severa	1	3,3
Depressão		
Normal	8	26,7
Leve	2	6,7
Moderada	6	20,0
Severa	13	43,3
Extremamente severa	1	3,3

Fonte: Autores (2022).

No que se refere à correlação dos aspectos sociodemográficos com as alterações emocionais, observa-se que houve diferença significativa no aspecto ansiedade com as variáveis estado civil e a prática de exercícios físicos. Os estudantes casados e aqueles que não praticam exercícios físicos estão estatisticamente mais propensos a desenvolver ansiedade, assim como os discentes de raça preta apresentaram significativamente maior frequência de estresse. (Tabela 4).

Tabela 4 - Subescalas do DASS 21 segundo o perfil dos estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior, (n=30), Teresina – PI, 2022.

Variáveis	Amostra total (n=30)		
	Depressão	Ansiedade	Estresse
	Média ± DP	Média ± DP	Média ± DP
Faixa etária			
<24 anos	18,71 ± 9,50	14,00 ± 9,45	20,57 ± 9,62
24 ou mais	15,25 ± 8,32	13,75 ± 11,38	19,63 ± 7,05
p-valor	0,225 ^b	0,949 ^a	0,759 ^a
Sexo			
Masculino	18,50 ± 7,72	13,00 ± 9,02	22,50 ± 4,43
Feminino	16,62 ± 9,19	14,00 ± 10,69	19,69 ± 8,65
p-valor	0,713 ^b	0,861 ^a	0,534 ^a

Período			
9º	17,45 ± 8,10	14,73 ± 8,78	18,55 ± 5,80
10º	16,53 ± 9,54	13,37 ± 11,35	20,95 ± 9,37
p-valor	1,000 ^b	0,735 ^a	0,450 ^a
Graduação anterior			
Sim	6,00	0,00	12,00
Não	17,24 ± 8,82	14,34 ± 10,18	20,34 ± 8,21
p-valor	0,296 ^b	0,177 ^a	0,326 ^a
Estado civil			
Solteiro (a)	16,62 ± 8,96	13,10 ± 9,63	19,79 ± 8,22
Casado (a)	24,00	36,00	28,00
p-valor	0,384 ^b	0,027^a	0,335 ^a
Raça			
Branca	22,00 ± 2,31	17,43 ± 9,22	22,57 ± 3,95
Preta	19,20 ± 7,29	19,60 ± 15,77	26,80 ± 9,55
Parda	14,22 ± 10,06	10,89 ± 8,35	17,22 ± 7,97
p-valor	0,240 ^d	0,146 ^c	0,040^c
Exercício Físico			
Sim	14,15 ± 9,61	8,92 ± 7,38	17,23 ± 7,51
Não	18,94 ± 8,00	17,65 ± 10,87	22,24 ± 8,27
p-valor	0,130 ^b	0,019^a	0,099 ^a

^at de Student; ^bU de Mann-Whitney; ^cANOVA; ^dKruskal-Wallis; DP = Desvio Padrão. Fonte: Autores (2022).

4. Discussão

O objetivo principal deste estudo foi identificar as alterações emocionais em estudantes concluintes do curso de Fisioterapia de uma instituição pública de ensino superior. Pode-se verificar através do perfil sociodemográfico que a maior parte da amostra apresentou-se do sexo feminino, corroborando com os resultados do Censo de Educação Superior do Brasil, que evidenciou que as mulheres representam 73,3% dos concluintes de graduação dos cursos da área da saúde (Brasil, 2022). A prevalência deste público pode ser explicada pelo fato das mulheres representarem a maioria na sociedade brasileira e por serem historicamente ligadas à prática do cuidado (Guimarães et al., 2017; Borges & Detoni, 2017).

A faixa etária prevalente corresponde ao período no qual os estudantes estão concluindo o ensino superior (Mendes, Silva, Messias, Carvalho, Silva, 2016). Com relação ao estado civil, houve a prevalência de discentes solteiros, visto que existe a busca pela independência e estabilidade e maior envolvimento em atividades da graduação (Silva et al., 2019).

No que diz respeito à raça, o destaque se deu para os estudantes pardos. Resultado semelhante ao da pesquisa de Desigualdades Sociais por Cor ou Raça desenvolvida pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no qual os indivíduos que se declaram pretos ou pardos passaram a representar a maioria dos estudantes do ensino superior da rede pública do Brasil (Ibge, 2022). Isso pode ser explicado pela mudança ocorrida na caracterização no perfil da raça dos inscritos no período de 2010 a 2017 segundo a Sinopse Estatística do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais - INEP, visto que a representativa dos inscritos pretos ou pardos passou de 49,6% para 60,2%, enquanto a dos brancos foi de 42,9% para 35,0% (Brasil, 2022). Essa mudança pode ser explicada por diversos fatores, sendo o crescimento cultural na autoidentificação por raça, aumento do número de inscritos e da reincidência entre pardos ou pretos que prestam o processo seletivo (Senkevics, 2022).

Acerca da atividade profissional, a maioria relatou apenas que estuda. Os cursos da área da saúde possuem carga horária integral, logo isso resulta em uma intensa demanda para os estudantes, além de que costumam realizar algum tipo de atividade fora do ambiente universitário, que se somam às suas demandas acadêmicas, corroborando para que os discentes não consigam ter tempo também para trabalhar (Lima et al., 2017).

A prática de uma ou mais atividades de lazer foi observada na maioria dos discentes. Dentre as atividades, destacam-se aquelas relacionadas a audiovisuais. No entanto, atividades de lazer como assistir novelas, filmes e séries costumam ser realizadas de forma solitária, e podem possibilitar o distanciamento social, o que pode propiciar a vulnerabilidade às alterações emocionais (Silva et al., 2020).

As alterações emocionais fazem parte da realidade de muitos indivíduos no âmbito brasileiro, contando com situações de saúde que tanto a curto quanto à longo prazo pode trazer prejuízos à vida diária. Dentre as condições já consideradas epidêmicas na população, têm-se especialmente a depressão, estresse e ansiedade. Uma vez que o bem-estar geral é rompido, pode surgir o adoecimento psicológico, acarretando em mudanças de comportamentos na população, em especial nos graduandos de áreas da saúde (Tsuda et al., 2020).

A DASS-21 não é considerada uma ferramenta de diagnóstico de patologias psicológicas, mas é importante para identificar a prevalência das sintomatologias de alterações emocionais. Foi identificado no presente estudo uma prevalência significativa de sintomas de ansiedade, estresse e depressão. Importante ressaltar que a existência de fatores estressores e a influência do ambiente são os responsáveis por modular a expressão dos sintomas e a percepção subjetiva dos estudantes (Ramón-Arбуés, 2020).

No que se refere à ansiedade, obteve-se resultados iguais para o nível normal e extremamente severo. O empate pode ser justificado pelo fato dessa etapa vivenciada pelos discentes ser considerada de transição e o ambiente e os fatores estressores contribuem para o agravamento dos sintomas, porém cada indivíduo vivencia e reage de forma diferente repercutindo em percepções diferentes. O resultado obtido está em consonância ao de Martins et al. (2019) que observou maior prevalência de estudantes classificados como “normais” e o nível extremamente severo também bastante significativo.

Em relação ao estresse, o nível mais significativo foi o moderado, entretanto menos da metade da amostra obteve o nível moderado para o estresse. Logo, não foi encontrado um índice alarmante de estresse nos participantes do presente estudo. Essa condição consiste em uma preparação do corpo a situações novas e não pode ser considerado algo patológico. Pode-se inferir que o cenário de conclusão de curso pode representar um momento que requer novas habilidades e adaptações por parte dos estudantes, resultando em níveis consideráveis de estresse. Por sua vez, estresse moderado é caracterizado por um quadro onde a sintomatologia é variada e incômoda, bem como o desconforto está presente diariamente e as queixas não encontram retornos satisfatórios aos tratamentos, além de que há um considerável comprometimento no desempenho familiar, ocupacional e social, necessitando de uma atenção especializada (Jardim et al., 2020).

Quanto à sintomatologia depressiva, o nível de destaque foi o severo. Esse quadro se caracteriza por diversas formas e graus de intensidade, sendo que os sintomas desse nível se assemelham a todos os outros níveis, porém o que acentua a condição é a presença de pensamentos de morte e suicídios. É marcado pelo isolamento, sentimento de culpa, tristeza permanente, ausência de autocuidado, pessimismo, entre outros (Cividanes, 2020). No âmbito acadêmico são observadas nos estudantes, a queda do rendimento, o aumento do risco de suicídio e o aumento do risco de abandono/desistência do curso (Santos et al., 2021).

Não foi identificada significância estatística ao verificar a correlação dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre a faixa etária, sexo, período da graduação e graduação anterior. Entretanto, observou-se diferença significativa nos sintomas de ansiedade entre as variáveis do estado civil e exercício físico e nos sintomas de estresse com a variável raça.

Logo se tratando da correlação dos sintomas de ansiedade com o estado civil casado, pode ser explicado devido a vivência conjugal ser um gerador da sintomatologia ansiosa em aspectos como a ausência de igualdade na divisão das tarefas do lar, a administração da casa, os cuidados dos filhos e a comunicação falha na relação conjugal. Situação essa que gera uma sensação de desconforto devido à falta de satisfação no casamento, podendo resultar em problemas psicossociais (Figueiredo & Ferreira, 2022).

Em relação à prática de exercício físico pode-se inferir que a ausência desta prática é um fator que predispõe à ocorrência de ansiedade. Este resultado foi de encontro com os achados do estudo de Toti, Bastos e Rodrigues (2018), que constatou que baixos níveis de exercícios físicos estão associados à sintomas de ansiedade, bem como no estudo de Khazada et al., (2015) que ao analisar praticantes e não praticantes de exercício observaram que a ausência de um estilo de vida ativo proporcionou uma maior prevalência de ansiedade. Dentre os diversos benefícios em relação ao exercício físico, no que se refere ao nível psicológico têm-se a diminuição da ansiedade, aumento da cognição e da autoestima e redução do estresse, de modo que a prática de atividades moderadas a vigorosas exercem forte influência na diminuição da sintomatologia ansiosa (Batista & Oliveira, 2015).

A ansiedade em todos os seus níveis resulta em um estado de grande apreensão, tensão muscular e diversos desconfortos, desencadeando uma percepção de perigo, no qual acaba se tornando patológica quando seus níveis estão muito altos exercendo assim influência na parte emocional dos quem a vivência (Correa et al., 2022). Em suma, a prática regular de exercícios físicos resulta na redução de hormônios relacionados ao aumento de ansiedade, como adrenalina, bem como aumento de neurotransmissores ligados ao bem-estar, a exemplo da serotonina e da endorfina (Corte et al., 2022).

No que tange à raça, os estudantes da raça preta além de já vivenciarem os desafios acadêmicos comuns a todos, ainda enfrentam formas de racismo e discriminação neste ambiente, levando o contexto de sua rotina acadêmica ser ainda mais propenso para o desenvolvimento de sintomas de estresse, sendo assim considerado o ápice das desigualdades raciais em comparação a outros momentos da vivência dos discentes (Correia-Zanini et al., 2021).

É preciso considerar algumas limitações deste estudo, uma vez que o mesmo apresenta amostra relativamente pequena, delineamento de estudo do tipo transversal que não permite estabelecer relações de causa e efeito entre as variáveis e a mensuração das alterações emocionais, já que cada indivíduo vivencia e experimenta o mundo de forma única. No entanto, vale ressaltar que a presente pesquisa é um estudo de rastreamento que não objetiva apontar um diagnóstico decisivo dos níveis de ansiedade, estresse e depressão, e sim contribuir para o planejamento de estratégias de suporte, a fim de auxiliar um melhor desempenho acadêmico.

5. Considerações Finais

Encontrou-se uma prevalência considerável, principalmente, de sintomas de estresse (fase moderada) e depressão (fase severa) baseado na percepção dos participantes estudados. Ademais, infere-se que fatores como o fato de ser casado e a ausência da prática de exercícios físicos estão correlacionados com a ansiedade, bem como a raça preta com o estresse em estudantes concluintes do curso de Fisioterapia, levando a considerar que é possível que o contexto sociocultural possa afetar significativamente a prevalência de alterações emocionais.

Sendo assim, espera-se que os resultados possam contribuir para a projeção de estratégias de identificação precoce e intervenções levando à promoção de saúde mental para este público.

Sugere-se que sejam realizados futuros estudos com alunos de outros períodos do curso e com amostras maiores, visando aprimorar a compreensão em torno do assunto visto os consideráveis níveis de alterações emocionais apresentados na presente pesquisa.

Referências

- Batista, J. I., & Oliveira, A. (2015). Efeitos psicofisiológicos do exercício físico em pacientes com transtornos de ansiedade e depressão. *Corpoconsciência*, 19 (3), 01-10.
- Borges, T. M. B., & Detoni, P. P. (2017). Trajetórias de feminização no trabalho hospitalar. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 20 (2), 143-157. <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v20i2p143-157>.
- Brasil. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) (2022). Censo da Educação Superior 2021: notas estatísticas. Brasília, DF.

- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401.
- Cividanes, G. (2020). Depressão severa: como identificar e tratar esse mal? <https://giulianacividanes.com.br/novidades/depressao-severa-como-identificar/>.
- Correa, A. R., Pedriali, A. M. S., Queiroz, T. S., Hunger, M. S., Martelli, A., & Delbim, L. R. (2022). Exercício físico e os transtornos de ansiedade e depressão. *Revista Faculdades do Saber*, 7 (14), 1072 -1078.
- Correia-Zanini, M. R. G., Brito, A. M., & Scorsolini-Comin, F. (2021). Estressores e crença de autoeficácia em universitários negros. *Educação*, 46(1), e64/ 1–27. <https://doi.org/10.5902/1984644442452>.
- Corte, J. D., Santos, L. C., Chrispino, R. F., Castro, J. B. P., Cabral, E. A., Miarka, B., & Telles, S. C.C. (2022). Impacto da atividade física sobre os níveis de ansiedade durante a pandemia de COVID-19: uma revisão integrativa. *Rev Bras Fisiol Exerc*, 21(1), 61-76. <https://doi.org/10.33233/rbfex.v21i1.5011>.
- Costa, D. S., Medeiros, N. S. B., Cordeiro, R. A., Frutuoso, E. S., Lopes, J. M., Moreira, S. N. T. (2020). Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica* [online], 44 (01), e040. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069>.
- Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee, S., Dubey, M. J., Chatterjee, S., Lahiri, D., & Lavie, C. J. (2020). Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes & metabolic syndrome*, 14 (5), 779–788. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.05.035>.
- Figueiredo, V., & Ferreira, V. R. T. (2022). Sintomas depressivos, sintomas de ansiedade e estresse no primeiro casamento em comparação com o segundo. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 8 (4). 10.51891/rease.v8i4.5163.
- Guimarães, M. R.; Batista, A. M. O.; Santos, I. M. S.; Vale, M. P. S. S.; Moura, I. H.; Silva, A. R. V. (2017). Estilo de vida e fatores associados entre estudantes universitários. *Revista de Enfermagem UFPE On Line*, 11, 3228-35, <https://doi.org/10.5205/reuol.11135-99435-1-ED.1108sup201706>.
- IBGE (2022). Desigualdades sociais por cor ou raça no Brasil. 48, (2a ed.).
- Jardim, M. G. L., Castro, T. S., & Ferreira-Rodrigues, C.F. (2020). Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. *Psico-USF, Bragança Paulista*, 25 (4), 645-657. <https://doi.org/10.1590/1413/82712020250405>.
- Khanzada, F. J., Soomro, N., & Khan, S. Z. (2015). Association of Physical Exercise on Anxiety and Depression Amongst Adults. *Journal of the College of Physicians and Surgeons--Pakistan: JCPSP*, 25 (7), 546–548.
- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. 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., Neto, G. C., Alves, R. S., Farias, J. A., & Braga, J. E. F. (2017). Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação em enfermagem, *Rev enferm UFPE on line*, 11(11):4326-4333.
- Martins, B. G., Silva, W. R., Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2019). Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. *J Bras Psiquiatr*.68(1):32-41. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000222>.
- Mendes, M. L. M., Silva, F. R., Messias, C. M. B. O., Carvalho, P. G. S. & Silva, T. F. A. (2016). Hábitos alimentares e atividade física de universitários da área de saúde do município de Petrolina-PE. *Tempus, actas de saúde colet*, Brasília, 10 (2), 205-217. <http://dx.doi.org/10.18569/tempus.v10i2.1669>.
- Ramón-Arбуés, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B., & Antón-Solanas, I. (2020). The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. *International journal of environmental research and public health*, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>.
- Santos, A. C. Z., Fock, M. B., Lopes, R. S. M., & Boechat, J. C. S. (2018). Aspectos neurológicos da ansiedade: estudo de casos em alunos de medicina. *Revista Interdisciplinar Pensamento Científico*, 4 (3), 33-38. <https://doi.org/10.20951/2446-6778/v4n3a4>.
- Santos, L. B., Nascimento, K. G., Fernandes, A. G. O., & Raminelli-da-Silva, T. C. (2021). Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. *SMAD. Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas*, 17(1), 92-100. <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.167804>.
- Santos, R. M., & Simões, M. O. (2020). Níveis de ansiedade em alunos concluintes de cursos de saúde. *Revista Eletrônica de Farmácia*, 17 (1). <https://doi.org/10.5216/ref.v17.51302>.
- Senkevics, A. S. (2022). De brancos para negros? uma análise longitudinal da reclassificação racial no Enem 2010-2016. *Revista de ciências sociais*, Rio de Janeiro: Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ, Instituto de Estudos Sociais e Políticos - IESP, 65, (3). <https://doi.org/10.1590/dados.2022.65.3.268>.
- Silva, G. N. (2019). (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 12(1), 51-61. <https://dx.doi.org/10.36298/gerais2019120105>.
- Silva, M. L., Dias, M. D., Corrêa, K. C., Rondina, R. C., Bastos, E. F., & Almeida, C. C. (2020). Vulnerabilidades na Saúde Mental de Universitários em Período de Estágio Clínico. *Revista Saúde e Desenvolvimento Humano*, 8 (3), 49-60. <http://dx.doi.org/10.18316/sdh.v8i3.6727>.
- Silva, P. C. S., Sousa, J. C. M., Nogueira, E. R., Sousa, M. N. A., Assis, E. V., & Dias, M. J. (2019). Qualidade de vida e condições de saúde de acadêmicos do curso de fisioterapia. *Rev. Bra. Edu. Saúde*, 9 (4), 10-17. <https://doi.org/10.18378/rebes.v9i4.6943>.
- Sinopse estatística do ENEM 2010/2021. Brasília, DF: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira - INEP, 2022.

Tassini, C. C., Val, G. R., Candido, S. S., & Bachur, C. K. (2017). Avaliação do Estilo de Vida em Discentes Universitários da Área da Saúde através do Questionário Fantástico. *International Journal of Cardiovascular Sciences*, 30 (2), 117-122. <https://doi.org/10.5935/2359-4802.20170024>.

Toti, T. G., Bastos, F. A., & Rodrigues, P. F. (2018). Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. *Revista Saúde Física & Mental*, 6 (2), 21-30.

Tsuda, M., Haury, F. N., & Zotesso, M. C. (2020). Investigação das alterações emocionais e comportamentais de universitários iniciantes em Medicina e Enfermagem. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 9(1), 35-45. [10.17267/2317-3394rpds.v9i1.2734](https://doi.org/10.17267/2317-3394rpds.v9i1.2734).

Vignola, R. C., & 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>.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17 (5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>.

Zangirolami-Raimundo, J., Echeimberg, J. O., & Leone, C. (2018). Research methodology topics: Cross-sectional studies. *Journal of Human Growth and Development*. 28 (3): 356-360. <https://doi.org/10.7322/jhgd.152198>.