



Saúde mental dos estudantes de enfermagem do Instituto Politécnico de Santarém durante a pandemia de COVID-19

Mental health of nursing students at the Polytechnic Institute of Santarem during the COVID-19 pandemic

Salud mental de estudiantes de enfermería del Instituto Politécnico de Santarém durante la pandemia de COVID-19

Maria do Carmo Figueiredo¹, <https://orcid.org/0000-0002-1062-3776>

Mário Silva², <https://orcid.org/000-0002-2434-4356>

Marta Rosa³, <https://orcid.org/0000-0003-0916-0564>

Rui Matos⁴, <https://orcid.org/0000-0002-2034-0585>

Luís Gonzaga⁵, <https://orcid.org/0000-0002-3496-5922>

José Amendoeira⁶, <https://orcid.org/0000-0002-4464-8517>

¹ Professora Adjunta aposentada do Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Saúde de Santarém (IPS-ESS); Membro integrado do Centro de Investigação em Qualidade de Vida dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria (CIEQV – IPS e IPL). Portugal.

² Professor Adjunto do Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Saúde de Santarém (IPS-ESS); Membro integrado do Centro de Investigação em Qualidade de Vida dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria (CIEQV – IPS e IPL). Portugal.

³ Professora Adjunta do Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Saúde de Santarém (IPS-ESS); Membro integrado do Centro de Investigação em Qualidade de Vida dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria (CIEQV – IPS e IPL). Portugal.

⁴ Professor Coordenador do Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (IPL-ESECS); Subcoordenador e Membro integrado do Centro de Investigação em Qualidade de Vida dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria (CIEQV – IPS e IPL). Portugal.

⁵ Professor Adjunto do Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Desporto de Rio Maior (IPS-ESDRM); Membro não integrado do Centro de Investigação em



Qualidade de Vida dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria (CIEQV – IPS e IPL). Portugal.

⁶ Professor Coordenador com agregação do Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Saúde (IPS-ESS); Membro integrado do Centro de Investigação em Qualidade de Vida dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria (CIEQV – IPS e IPL). Portugal.

Autor de Correspondência:

Maria do Carmo Figueiredo, E-mail: mcarmo.pereira@essaude.ipsantarem.pt

Resumo

Introdução: A pandemia do coronavírus (COVID-19) no ensino superior causou consequências perturbadoras na vida e na saúde mental dos estudantes. Pretendemos avaliar os níveis de ansiedade, depressão e stress dos estudantes de enfermagem do Instituto Politécnico de Santarém.

Método: Estudo exploratório, observacional descritivo e correlacional. Estudantes: 183 estudantes, selecionados por amostragem de conveniência. Instrumento de medida: Escala de Ansiedade, Depressão e Stress - EADS-21 validada para a população portuguesa, aplicada entre 19 de novembro e 4 de dezembro de 2020. Os dados recolhidos foram analisados com o Software IBM SPSS Statistics for Windows, versão 27.0.

Conclusões: Os achados mostraram que a maioria dos estudantes apresentou um nível normal de depressão (82,5%), ansiedade (88,0%) e stress (94,0%). Cerca de 1,6% dos estudantes relataram nível moderado de stress; 5,5% e 1,6% um nível moderado e grave, respetivamente, de ansiedade e 6% e 0,5% depressão um nível moderado e grave, na devida ordem. Foram encontradas diferenças significativas entre as médias (teste t de Student) na comparação entre género ($p < 0,001$), com os maiores scores, nas três dimensões, no género feminino que apresentou mais stress ($M = 7,59 + 4,728$), depressão ($M = 5,83 + 4,503$) e ansiedade ($M = 3,87 + 3,869$), ou seja, os estados afetivos do género feminino foram mais negativos.

Palavras-Chave: COVID-19; Literacia em Saúde; Saúde Mental; Estudantes de Enfermagem

Abstract

Introduction: The coronavirus (COVID-19) pandemic in higher education has had disturbing consequences on the lives and mental health of students. We intend to



evaluate the levels of anxiety, depression, and stress of nursing students at the Polytechnic Institute of Santarém.

Method: Exploratory, observational, descriptive, and correlational study. Students: 183 students, selected by convenience sampling. Measurement instrument: Anxiety, Depression and Stress Scale - EADS-21 validated for the Portuguese population, applied between November 19 and December 4, 2020. The collected data were analyzed using the IBM SPSS Statistics for Windows Software, version 27.0.

Conclusions: The findings showed that most students had a normal level of depression (82.5%), anxiety (88.0%) and stress (94.0%). About 1.6% of students reported a moderate level of stress; 5.5% and 1.6% a moderate and severe level, respectively, of anxiety and 6% and 0.5% depression a moderate and severe level, in due order. Significant differences were found between means (Student's t test) in the comparison between gender ($p < 0.001$), with the highest scores, in the three dimensions, in the female gender that presented more stress ($M = 7.59 + 4.728$), depression ($M = 5.83 + 4.503$) and anxiety ($M = 3.87 + 3.869$), that is, the affective states of the female gender were more negative.

Keywords: COVID-19; Health Literacy; Mental Health; Nursing Students

Resumen

Introducción: La pandemia del coronavirus (COVID-19) en la educación superior ha tenido consecuencias preocupantes en la vida y salud mental de los estudiantes. Pretendemos evaluar los niveles de ansiedad, depresión y estrés de estudiantes de enfermería del Instituto Politécnico de Santarém.

Método: Estudio exploratorio, observacional, descriptivo y correlacional. Estudiantes: 183 estudiantes, seleccionados por muestreo por conveniencia. Instrumento de medición: Escala de Ansiedad, Depresión y Estrés - EADS-21 validada para la población portuguesa, aplicada entre el 19 de noviembre y el 4 de diciembre de 2020. Los datos recolectados fueron analizados utilizando el software IBM SPSS Statistics para Windows, versión 27.0.

Conclusiones: Los hallazgos mostraron que la mayoría de los estudiantes presentaba un nivel normal de depresión (82,5%), ansiedad (88,0%) y estrés (94,0%). Alrededor del 1,6% de los estudiantes reportaron un nivel moderado de estrés; 5,5% y 1,6% un nivel moderado y severo, respectivamente, de ansiedad y 6% y 0,5% depresión un nivel moderado y severo, en su debido orden. Se encontraron diferencias significativas entre las medias (prueba t de Student) en la comparación entre género ($p < 0,001$), con las puntuaciones más altas, en las tres dimensiones, en el género femenino que presentó más estrés ($M = 7,59 + 4,728$), depresión ($M = 5,83 + 4,503$) y ansiedad ($M = 3,87 + 3,869$), es decir, los estados afectivos del género femenino fueron más negativos.



Palabras Clave: COVID-19; Alfabetización en Salud; Salud Mental; Estudiantes de Enfermería

Recebido: 31/12/2022. Aceite: 4/04/2023.

Introdução

A COVID-19 provocada pelo Coronavírus (SARS-CoV-2), foi detetada em 2019 na cidade de Wuhan, capital da província da China Central. Atingiu as pessoas em diferentes níveis de complexidade, sendo os casos mais graves arremetidos de uma insuficiência respiratória aguda que requereu cuidados hospitalares intensivos – incluindo o uso de ventilação mecânica (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2020). Até meados de abril de 2020 haviam sido registados mais de dois milhões de casos notificados e quase 150 mil mortes no mundo, com os Estados Unidos da América (EUA) a liderar a quantidade de óbitos (mais de 25 mil). A facilidade de propagação, a falta de conhecimento sobre o vírus e o aumento exponencial do número de contágios fizeram com que a Organização Mundial de Saúde (OMS) elevasse a doença ao status de pandemia em março de 2020 (WHO, 2020; Sohrabi et al., 2020).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) no dia 30 de janeiro de 2020, publicou um decreto de Saúde Pública de âmbito Internacional de Emergência. Após esta declaração da OMS, houve a necessidade de implementar medidas para prevenir a propagação da infeção.

A pandemia do coronavírus 2019-2020 afetou os sistemas em todo o mundo, levando ao encerramento de instituições de ensino superior (Gallego-Gomez et al., 2020).

Os primeiros casos da COVID-19 em Portugal foram registados a 26 de fevereiro de 2020 pela Direção-Geral da Saúde (DGS, 2020) e o Governo português decretou, a 12 de março de 2020, o fecho de todos os estabelecimentos de ensino públicos e privados.

A Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (2020) apresentou dados estatísticos que mostraram que o encerramento de escolas e universidades, afetou cerca de 1,3 milhões de estudantes, em 195 países diferentes.

Com as aulas presenciais suspensas, os estudantes manifestaram risco de solidão e perda de ligação com o ambiente social com colegas e professores (Reverté-Villarroya et al., 2021). De acordo com os mesmos autores as práticas clínicas foram interrompidas, principalmente, devido ao medo de contágio e conhecimento incerto sobre a doença. Essa situação repercutiu-se diretamente no stress, ansiedade e depressão.



Atos de saúde pública como quarentena, distanciamento físico foram eficientes para mitigar a pandemia, mas foram prejudiciais à saúde mental das pessoas (Nikopoulou et al., 2022). A inquietação com a saúde mental da população redobrou-se durante esta grave crise social, que foi a COVID-19 (Faro et al., 2020). De acordo com os mesmos autores, um acontecimento como este ocasionou perturbações psicológicas e sociais que afetaram a capacidade de confronto de toda a sociedade, em variados níveis de intensidade e propagação.

Durante a pré-crise da COVID-19, na Itália, a duração da quarentena e/ou distanciamento social assim como a inadequação do espaço utilizado aumentaram a ocorrência de sintomas depressivos (Pancani et al., 2020). O stress foi um fator presente nessa fase. Em mais de quarenta países, como Espanha, Colômbia e Filipinas, observou-se uma maior preocupação em relação ao contágio no género feminino e em faixas etárias mais jovens, sendo que estes mostraram-se preditores significativos para maior nível de stress (Limcaoco et al., 2020).

Durante a Intra crise, sintomas depressivos e aumento de comportamentos relacionados com a dependência de substâncias, como o tabagismo, também ocorreram a longo prazo, conforme indicado num estudo com profissionais da saúde de Taiwan que cuidaram de pessoas com suspeita de SARS-CoV-2 (Lung et al., 2020).

Pesquisas relativas aos efeitos do coronavírus sobre a saúde mental indicaram o aumento de quadros de depressão, ansiedade, stress, pânico, insónia, medo e raiva em diferentes países (Duan & Zhu, 2020; Wang et al., 2020; Yang et al., 2020). De acordo com Joseph et al. (2022), “a pandemia de COVID-19 aumentou o stress e as necessidades psicológicas dos estudantes de enfermagem em todo o mundo” (p.250).

Uma pesquisa efetuada entre 2020 e 2022 demonstrou que os estudantes de enfermagem foram afetados pela COVID-19 em duas formas distintas, mas interligadas, quer como estudantes quer como pessoas (Barrett, 2022). Wallace et al. (2021) quando realizaram uma pesquisa qualitativa nos EUA, descobriram que causas particulares de ansiedade, ligadas à mudança para a aprendizagem, foram os desafios tecnológicos enfrentados (como ter acesso a uma conexão de internet confiável) e a perda percebida de mecanismos de apoio por não passarem tempo em sala de aula com colegas e professores.

Como pessoa, tal como aconteceu com todos os membros da sociedade, os estudantes de enfermagem estiveram preocupados com o seu bem-estar e o dos seus familiares durante a pandemia, sendo impactados, em alguns casos, por períodos de doença e autoisolamento. Uma das causas mais comumente citadas de stress e ansiedade foi o seu potencial para colocar em perigo os seus familiares através da transmissão da doença (Barrett, 2022).

Um estudo realizado em Portugal concluiu que as restrições à liberdade e convívio social causaram frustração e angústia, com destaque para a população dos 16-24 anos, que revelou maiores dificuldades de adaptação (Magalhães et al., 2020).



Noutro estudo, os estudantes do ensino superior apresentaram níveis elevados de ansiedade (48,8%), apatia (16,9%) e isolamento (16,3%) (Benavente et al., 2020). De acordo com estes autores, os estudantes afirmaram que a situação de ensino a distância os deixou numa situação desfavorável em comparação com o ensino presencial. O nível de participação nas aulas diminuiu, bem como o interesse pelas mesmas.

Um outro estudo efetuado por Maia e Dias (2020) também reportou um incremento significativo de ansiedade, depressão e stress entre os estudantes universitários durante o período pandémico, quando comparado a períodos anteriores.

Vale (2021) apresentou valores elevados no seu estudo: depressão - $M = 5,67 \pm 5,61$; ansiedade - $M = 4,75 \pm 5,28$ e stress - $M = 7,60 \pm 5,87$, referindo a autora que o sexo feminino foi o que apresentou piores scores.

O estudo de Teixeira et al. (2022) salientou que estudantes do ensino superior estão expostos a um conjunto de variáveis causadoras de stress, sendo importante “avaliar a saúde mental positiva, a literacia em saúde mental e as vulnerabilidades dos alunos para intervir e desenvolver e aumentar ou manter sua capacidade de saúde mental” (p. 2).

A nível mundial, os resultados não foram diferentes. Um estudo desenvolvido na Índia salientou que 93 (28,7%) dos estudantes tiveram depressão moderada a grave e 167 (51,5%) tiveram ansiedade leve a grave (Chaudary et al., 2021).

Uma pesquisa realizada na China mostrou que 21,3% dos estudantes, apresentaram ansiedade leve, 2,7% ansiedade moderada e 0,9% ansiedade grave. A ansiedade foi identificada em outros estudos com estudantes chineses (Li et al., 2020; Zhu et al., 2021). Num outro estudo, os resultados mostraram que mais de metade (56,9%) dos estudantes experienciaram sintomas depressivos significativos durante a pandemia (Sun et al., 2020).

Um outro estudo realizado nos Estados Unidos, salientou que 138 (71%) indicaram que o stress e a ansiedade aumentaram devido à pandemia de COVID-19, assim como 44% experienciaram alguns pensamentos depressivos. Os principais contributos para tais pensamentos depressivos foram solidão (33%), insegurança ou incerteza (12%), impotência ou desesperança (10%), preocupações sobre desempenho académico (8%) e pensamento excessivo (5%) (Son et al., 2020).

Estudos desenvolvidos em Espanha concluíram que os estudantes apresentaram maiores níveis de ansiedade, emoções negativas e baixa perceção de autoeficácia académica (Alemany-Arrebola et al., 2020).

Um outro estudo desenvolvido em Espanha relatou que 60,2% dos estudantes de enfermagem apresentaram níveis normais de ansiedade, 35,5% exibiram níveis muito próximos do normal e 4,3% revelaram níveis elevados. Em relação aos níveis de depressão, 84,5% dos estudantes pontuaram normal, 14,5% próximo do normal e 1,0% elevado (Méndez-Pinto, 2022).



Outras pesquisas evidenciaram que o género feminino foi mais propenso a sofrimento psicológico durante a COVID-19 com altos níveis de ansiedade e depressão (Aristovnik et al., 2020; Silva et al., 2020; Vale, 2021; Chen & Lucock, 2022).

Neste estudo tivemos como objetivos avaliar os níveis de ansiedade, depressão e stress dos estudantes de enfermagem do Instituto Politécnico de Santarém (IPSantarem) através da escala de ansiedade, depressão e stress (EADS-21), validada para a população portuguesa, por Pais-Ribeiro et al. (2004) e identificar as diferenças nestes domínios, considerando as variáveis sociodemográficas (idade, género, estado civil, filhos, idade dos filhos, distrito de residência e ano curricular).

Metodologia

Desenho do estudo

Desenvolveu-se um estudo exploratório, observacional descritivo e correlacional, seguindo o STROBE (STrengthening the Reporting of OBservational studies in Epidemiology) (von Elm, 2008), ou seja, seguindo o Fortalecimento de Estudos Observacionais pois além de descrever fenómenos, identificar e analisar as possíveis relações entre as variáveis (Grove et al., 2013), são especialmente úteis em situações de epidemias, para desenvolver medidas conducentes à promoção da saúde (Romanowski, et al., 2019).

Setting

Os dados foram colhidos via online, entre 19 de novembro e 4 de dezembro de 2020, através de um link na página institucional para preenchimento pelos estudantes, de forma anónima e gratuita, via Microsoft Forms, com consentimento informado antes do início do questionário. Os dados alusivos às características sociodemográficas da amostra foram recolhidos por meio de um formulário construído para o efeito.

Participantes

Os estudantes foram selecionados pelo método de amostragem de conveniência, com os critérios de elegibilidade: frequentar o 2º, 3º ou 4º anos do curso de enfermagem (licenciatura) do ensino diurno; ter idade igual ou superior a 18 anos; ter nacionalidade portuguesa e concordar em participar no estudo. De um universo de 367 estudantes participaram no estudo 183 (50%).



Fontes de Dados/Medição

Os estudantes participantes do estudo foram avaliados em um único momento por meio de um questionário sociodemográfico e Escala de Ansiedade, depressão e ansiedade (EADS-21) validada para a população portuguesa.

Dados sociodemográficos (género, grupo etário, estado civil, com/sem filhos, distrito de residência e ano curricular) foram colhidos e usados para caracterizar a amostra.

A EADS-21 é um instrumento de autorrelato composto por 21 itens em três subescalas com sete itens cada, para avaliar estados emocionais de depressão, ansiedade e stress na semana anterior. A subescala Ansiedade é constituída por (a) Excitação do Sistema Autónomo (itens 2, 4, 19), (b) Efeitos Músculos Esqueléticos (item 7), (c) Ansiedade Situacional (item 9) e, (d) Experiências Subjetivas de Ansiedade (itens 15, 20). A subescala Depressão é constituída por (e) Disforia (item 13), (f) Desânimo (item 10), (g) Desvalorização da Vida (item 21), (h) Auto depreciação (item 17), (i) Falta de interesse ou de envolvimento (item 16), (j) Anedonia (item 3), e, (k) Inércia (item 5). A subescala Stress é constituída por (l) Dificuldade em Relaxar (itens 1 e 12), (m) Excitação Nervosa (item 8), (n) Facilmente Agitado/Chateado (item 18), (o) Irritação/Reação Exagerada (itens 6, 11) e, (p) Impaciência (item 14). Trata-se de uma escala de resposta tipo Likert de 4 pontos sobre a severidade e frequência dos sintomas nos últimos 7 dias (0 – “não se aplicou nada a mim”, 3 – “aplicou-se a mim a maior parte das vezes”); A cotação é dada pela soma dos itens de cada subescala; pontuações elevadas correspondem a estados afetivos mais negativos.

A consistência interna desta escala na versão portuguesa foi avaliada através do alpha de Cronbach, sendo que os valores encontrados foram, respetivamente, de 0,85 para a subescala “depressão”, de 0,74 para a subescala “ansiedade”, e de 0,81 para a subescala “stress” (Pais-Ribeiro et al., 2004).

Análise de dados

Após a recolha dos dados, iniciou-se o tratamento e análise dos mesmos, com recurso à estatística descritiva. O programa utilizado foi o SPSS® (versão 27 para Windows). Para análise da consistência interna da escala procedemos ao cálculo do alfa de Cronbach; para medir a intensidade de relacionamento entre duas variáveis, recorreremos ao coeficiente de correlação de Pearson (r) e para comparar médias usámos o teste de t de student.

Considerações éticas

Os procedimentos seguiram os padrões de pesquisa da Declaração de Helsínquia.

Foi solicitada autorização aos autores da escala validada para a população portuguesa.



Todos os estudantes foram devidamente informados sobre os objetivos, procedimentos e análise dos dados, dando o consentimento livre e esclarecido antes do início do estudo.

Como o preenchimento da EADS-21 foi voluntário, o estudante tinha total liberdade para solicitar a sua exclusão do estudo a qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

Obtido o parecer da Comissão de Ética da Unidade de Investigação do IPSantarém (112020Saúde), a 26 de outubro de 2020.

Resultados

Sobre as características sociodemográficas - Tabela 1 - 148 dos estudantes (80,9 %) eram do género feminino e 35 (19,1%) do género masculino. A idade variou entre os 18 e os 55 anos, sendo a média de 22,8 anos. 165 (90,2%) dos estudantes eram solteiros ou divorciados e 168 (91,8%) não tinham filhos. Sobre o distrito de residência fora do período de aulas, 105 (57,4%) dos estudantes residiam no distrito de Santarém, seguindo-se o distrito de Lisboa com 50 (27,3%). Dos 183 estudantes, 80 (43,7%) frequentavam o 2º ano, 53 (29,0%) o 3º ano e 50 (27,3%) o 4º ano.

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica dos estudantes

Caracterização sociodemográfica		n	%
Género	Feminino	148	80,9
	Masculino	35	19,1
Grupo Etário	Até 20 anos	79	43,2
	21-30 anos	89	48,6
	31-40 anos	8	4,4
	41 e + anos	7	3,8
Estado Civil	Solteiro (a)	165	90,2
	Casado (a)	8	4,4
	Divorciado(a)	2	1,1
	União de facto	8	4,4
Filhos	Sem filhos	168	91,8
	Com filhos	15	8,2
Distrito de Residência	Leiria	12	6,6
	Santarém	105	57,4
	Lisboa	50	27,3
	Outros	16	8,7
Ano Curricular	2ºano	80	43,7
	3ºano	53	29,0
	4ºano	50	27,3



O instrumento revelou forte consistência interna nas subescalas, com coeficientes alfa de Cronbach elevados: ansiedade ($\alpha = 0,665$); depressão ($\alpha = 0,773$) e stress ($\alpha = 0,740$). Procedendo ao cálculo do coeficiente de correlação de Pearson encontraram-se correlações fortes, positivas e significativas ($p < 0,001$). O cálculo da correlação entre o valor global de cada subescala e respetivos itens mostraram as respostas que mais contribuíram para cada subescala, ou seja, com r mais elevado.

(a) Stress – “Dei por mim a ficar agitado” com $r = 0,868$ e “Senti dificuldade para relaxar”, onde $r = 0,883$.

(b) Depressão – “Senti que não tinha muito valor como pessoa”, com $r = 0,835$;

(c) Ansiedade – “Senti-me quase a entrar em pânico”, onde $r = 0,851$.

De acordo com as instruções de pontuação da EADS-21, os resultados expostos na Tabela 2, mostraram que 172 (94,0%), dos estudantes apresentaram um nível normal de stress, 151 (82,5%) depressão e 161 (88,0%) ansiedade.

Cerca de 3 (1,6%) dos estudantes, referiram um nível moderado de stress; 11 (6%) e 1 (0,5%) um nível moderado e severo de depressão, respetivamente, e 10 (5,5%) e 3 (1,6%) um nível moderado e severo, respetivamente, de ansiedade.

Tabela 2 - Gravidade dos estados afetivo-emocionais dos estudantes

CLASSIFICAÇÃO	Stress		Depressão		Ansiedade	
	N	%	N	%	N	%
Normal	172	94,0	151	82,5	161	88,0
Leve	8	4,4	20	11,0	9	4,9
Moderado	3	1,6	11	6,0	10	5,5
Severo	--	--	1	0,5	3	1,6
TOTAL	183				100	

Encontraram-se diferenças significativas entre médias (teste de t de student) na comparação entre género ($p < 0,001$) (figura 1), sendo os scores mais elevados, nas três dimensões, no género feminino (linha laranja) que apresentam maiores níveis de depressão ($M = 5,83 + 4,503$), de ansiedade ($M = 3,87 + 3,869$) e de stress ($M = 7,59 + 4,728$), ou seja, os estados afetivos das estudantes foram mais negativos.

Não foram encontradas diferenças em função da idade, do estado civil, do ano do curso e do distrito de residência.



Figura 1 - Diferenças de género nas subescalas da EADS-21. Nota: “ $p < 0,001$ ”

Discussão

Este estudo avaliou os níveis de ansiedade, depressão e stress em estudantes de enfermagem do IPSantarém.

As estudantes mostraram valores mais altos de depressão, o que foi corroborado nos estudos de Aristovnik et al. (2020), Silva et al. (2020), Maia e Dias (2020), Chaudhary et al. (2021) e Chen e Lucock (2022).

172 (94,0 %), dos estudantes apresentaram um nível normal de stress, 151 (82,5%) depressão e 161 (88,0 %) ansiedade. Cerca de 3 (1,6%) dos estudantes, referiram um nível moderado de stress indo ao encontro do referido por Son et al. (2020), Pancani et al. (2020), Limcaoco et al. (2020) e Lung et al. (2020); 11 (6%) e 1 (0,5%) um nível moderado e severo de depressão, respetivamente, o que está de acordo com os resultados apresentados por Sun et al. (2020), Chaudary et al. (2021) e Chen e Lucock, (2022); 10 (5,5%) e 3 (1,6%) um nível moderado e severo, respetivamente, de ansiedade, o que está em consonância com outros estudos (Benavente et al., 2000; Li et al., 2020; Alemany-Arrebola et al., 2020; Zhu et al., 2021; Chaudary et al., 2021; Chen & Lucock, 2022).

Os resultados demonstram ainda, que o stress, a depressão e ansiedade poderão estar relacionados com o medo de ser infetado (estudante/familiares/amigos), frustração, sentimento de solidão, perda de conexão com o ambiente social, colegas e professores, conforme corroborado por Barrett (2022), Méndez-Pinto (2022), Reverté-Villarroya et al. (2021), Wallace et al. (2021) e Faro et al. (2020).



De facto, a pandemia de COVID-19 contribuiu para o aumento do stress e das necessidades psicológicas dos estudantes de enfermagem em todo o mundo (Araújo et al., 2022; Duan & Zhu, 2020; Joseph et al., 2022; Wang et al., 2020; Yang et al., 2020).

Os resultados indicam também a necessidade de avaliar “a prevalência de saúde mental positiva dos estudantes e sua relação com outras variáveis como escolaridade, local de residência habitual, vulnerabilidade psicológica e literacia em saúde mental” (Teixeira et al., 2022, p. 2), pois estes estudantes sobretudo os do género feminino encontraram-se mais frágeis num ambiente stressante, como o vivido durante a pandemia COVID-19. Investigações futuras precisam ser realizadas e a saúde mental positiva avaliada usando o Questionário de Saúde Mental Positiva (PMHQ).

Limitações e Trabalhos Futuros

Para poder inferir os resultados à população, teria sido importante ter uma amostra representativa.

Outros dados sociodemográficos poderiam ter sido avaliados, como por exemplo, situação socioeconómica, se o estudante esteve acompanhado ou sozinho durante o confinamento; se acompanhado, o número de coabitantes; se praticava algum tipo de atividade física em casa; como é que ocupava o tempo em casa.

Conclusões

Este estudo pretendeu avaliar os níveis de ansiedade, depressão e stress dos estudantes de enfermagem do IPSantarém através da escala de ansiedade, depressão e stress (EADS-21), e identificar as diferenças nestes domínios, considerando as variáveis sociodemográficas (idade, género, estado civil, filhos, idade dos filhos, distrito de residência e ano curricular).

Os resultados apontam para a relevância da dimensão social e cultural, cuja influência da COVID-19 e a necessidade do confinamento promoveu alterações significativas no bem-estar emocional e mental destes estudantes.

Os estudantes do ensino superior já por si, constituem uma população considerada vulnerável a problemas de saúde ligados às emoções. A extensão e a qualidade da adaptação a situações como a COVID-19 precisam ser conhecidas desde cedo, evitando qualquer alteração psicológica. população. Esta foi uma limitação deste estudo.

A literacia em saúde mental (LSM) por meio do empoderamento é essencial na vida dos alunos. As instituições de ensino superior devem promover a saúde mental positiva dos alunos por meio da conscientização, por meio de plataformas digitais e desenvolver um programa de saúde mental que potencialize medidas positivas de enfrentamento diante



de situações semelhantes, considerando que as tecnologias digitais permitem a autogestão dos problemas de saúde mental (Figueiredo et al., 2022).

Neste sentido, as instituições de ensino superior deveriam compreender este fenómeno, para desenvolverem estratégias, indo ao encontro dos estados afetivos dos estudantes. A importância de uma abordagem transdisciplinar é enfatizada e o envolvimento de todas as partes interessadas é incentivado.

Investigações futuras precisam ser realizadas e a saúde mental positiva avaliada usando o Questionário de Saúde Mental Positiva (PMHQ).

Implicações para a prática clínica

Torna-se cada vez mais importante intervir na saúde mental positiva em idades mais precoces, numa perspetiva salutogénica e ecológica da saúde com programas no desenvolvimento da autoestima, bem-estar, resiliência e literacia em saúde mental.

Estes não terão apenas impactos sobre as crianças/adolescentes e suas famílias, mas os benefícios também podem ser observados na comunidade e à escala social, nos setores de educação e saúde.

Contribuições dos autores

Todos os autores contribuíram, revisaram e aprovaram o manuscrito.

Agradecimentos

Financiamento: Este estudo foi financiado por Fundos Nacionais através da FCT-Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do Life Quality Research Centre (LQRC) no âmbito do projeto UIDB/04748/2020.

Referências Bibliográficas

Alemanya-Arrebola, I., Rojas-Ruiz, G., Granda-Vera, J. & Mingorance-Estrada, A. (2020). Influence of COVID-19 on the perception of academic self-efficacy, state anxiety, and trait anxiety in college students. *Frontiers in Psychology*, 11, 570017. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.570017>.



Araújo, L., Fonseca, S., Amante, M. J., Xavier, P., Silva, C., Cordeiro, L., & Magalhães, C. (2022). Saúde mental em estudantes do ensino superior politécnico na pandemia COVID-19. *Revista de Enfermagem Referência*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.12707/RV21109>.

Aristovnik, A., Kerzic, D., Ravselj, D., Tomazevic, N. & Umek, L. (2020). Impacts of the COVID-19 pandemic on life of higher education students: A global perspective. Preprints. <https://doi.org/10.20944/preprints202008.0246.v2>.

Barrett, D. (2022). Impact of COVID-19 on nursing students: what does the evidence tell us? Editorial. *BMJ Journals, Evidence-Based Nursing*, 25(2). <http://dx.doi.org/10.1136/ebnurs-2022-103533>.

Benavente, A., Peixoto, P., & Gomes, R. (Coords.) (2020). Impacto da Covid-19 no sistema de ensino português. Resultados parciais a 28 de abril 2020 – parte 5. Observatório de Políticas de Educação Formação e Ciência. <https://www.ceied.ulusofona.pt/pt/op-edu-divulgados-novos-resultados-estudo-impacto-covid-19/>.

Centers for Disease Control and Prevention. (2020). Severe outcomes among patients with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - United States, February 12-March 16, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(12), 343-346. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6912e2>.

Chaudhary, A., Sonar, N., Jamuna, T., Banerjee, M., & Yadav, S. (2021). Impact of the COVID -19 pandemic on the on the mental health of college students in India: cross-sectional web-based study. *JMIR Med. Educ*, 2(3), e28158, 1-10. <https://doi.org/10.2196/28158>.

Chen, T. & Lucock, M. (2022). The mental health of university students during the COVID -19 pandemic: An online survey in the UK. *PloS One*, 17(1), e0262562, 1-17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262562>.

Direção Geral da Saúde. (2020). SARS-CoV-2/COVID-19: Relatório de situação-1. <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Relato%CC%81rio-de-Situac%CC%A7a%CC%83o-1.pdf>.

Duan, L., & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet*, 7, 300-302. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30073-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0).

Faro, A., Bahiano, M., Nakano, T., Reis, C., Silva, B., & Vitti, L. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200074. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>.

Figueiredo, M.C., Rosa, M., Silva, M., Matos, R., Gonzaga, L., & Amendoeira, J. (2022). The Mental Health of Students at Polytechnics of Santarem and Leiria during of COVID-19 lockdown. *Medical Sciences Forum*, 16(1), 7. <https://doi.org/10.3390/msf2022016007>.

Gallego-Gomez, J., Campillo-Cano, M., Carrion-Martinez, A., Balanza, S., Rodríguez-González-Moro, T., Simonelli-Muñoz, A., & Rivera-Caravaca, J. (2020). The COVID-19



Pandemic and its impact on homebound nursing students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17(20), 7383. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207383>.

Grove, S. K., Burns, N., & Gray, J. R. (2013). *Practice of Nursing Research: Appraisal, Synthesis, and Generation of Evidence* (9th ed.). Elsevier.

Joseph, R., Turner, T., Lee, C., Akers, S., Whorley, E., & Goodrich, C. (2022). Impact of COVID-19 on Nursing Students: Factors Associated with PTSD Risk. *Journal of Christian Nursing*, 39(4):250-257. <https://doi.org/10.1097/CNJ.0000000000000951>.

Li, H.Y., Cao, H., Leung, D.Y. & Mak, Y.W. (2020). The psychological impacts of a COVID-19 outbreak on college students in China: A longitudinal study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17, 3933. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113933>.

Limcaoco, R., Mateos, E., Fernandez, J., & Roncero, C. (2020). Anxiety, worry and perceived stress in the world due to the COVID-19 pandemic: preliminary results. *MedRxivPreprint*. <https://doi.org/10.1101/2020.04.03.20043992>.

Lung, F. W., Lu, Y. C., Chang, Y. Y., & Shu, B. C. (2009). Mental symptoms in different health professionals during the SARS attack: a follow-up study. *Psychiatric Quarterly*, 80(2), 107-116. <https://doi.org/10.1007/s11126-009-9095-5>.

Magalhães, P., Gouveia, R., Costa-Lopes, R., & Silva, P. (2020). O Impacto Social da Pandemia. Estudo ICS/ISCTE Covid-19. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/42911>.

Maia, B. & Dias, P. (2020) Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200067. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>.

Méndez-Pinto, I. (2022). Psychological impact of COVID-19 among Nursing students at the University of Oviedo. [Master's thesis, Universidad of Algarve]. Sapiencia – Repositório da Universidade do Algarve. <http://hdl.handle.net/10400.1/17890>.

Nikopoulou, V., Holeva, V., Parlapani, E., Karamouzi, P., Voitsidis, P., Porfyri, G., Blekas, A., Papigkioti, K., Patsiala, S., & Diakogiannis, I. (2022). Mental health screening for COVID-19: a proposed cutoff score for the Greek version of the Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S). *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 907–920. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00414-w>.

Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura. (2020). 1.3 billion learners are still affected by school/university closures. <https://en.unesco.org/news/13-billion-learners-are-still-affected-school-university-closures-educational-institutions>

Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5(2), 229-239. <http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v5n2/v5n2a07.pdf>.



Pancani, L., Marinucci, M., Aureli, N., & Riva, P. (2021). Forced social isolation and mental health: a study on 1006 Italians under COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology*, 12:663799. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.663799>.

Reverté-Villarroya, S., Ortega, L., Lavedán, A., Masot, O., Burjalés-Martí, M. D., Ballester-Ferrando, D., Fuentes-Pumarola, C., & Botigué, T. (2021). The influence of COVID-19 on the mental health of final-year nursing students: comparing the situation before and during the pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(3), 694–702. <https://doi.org/10.1111/inm.12827>.

Romanowski, F., Castro, M., & Neris, N (2019). Manual de tipos de estudo. Centro Universitário de Anápolis. <http://repositorio.aee.edu.br/bitstream/aee/15586/1/MANUAL%20DE%20TIPOS%20DE%20ESTUDO.pdf>.

Silva, M. L., Rocha, R. S. B., Buheji, M., Jahrami, H. & Cunha, K. D. C. (2020). A systematic review of the prevalence of anxiety symptoms during coronavirus epidemics. *Journal of Health Psychology*, 26 (1), 115– 125. <https://doi.org/10.1177/1359105320951620>.

Sohrabi, C., Alsafi, Z., O’Neil, N., Khan, M., Kerwan, A., Al-Jabir, A., Iosifidis, C., & Agha, R. (2020). World Health Organization declares global emergency: a review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *International Journal of Surgery*, 76, 71-76. <https://doi.org/10.1016/j.ijisu.2020.02.034>.

Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on college students’ mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e21279, 1-15. <https://doi.org/10.2196/21279>.

Sun, Y., Lin, S., & Chung, K. (2020). University Students’ Perceived Peer Support and Experienced Depressive Symptoms during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Emotional Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9308, 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249308>.

Teixeira, S., Ferré-Grau, C., Canut, T., Pires, R., Carvalho, J., Ribeiro, I., Sequeira, C., Rodrigues, T., Sampaio, F., Costa, T., & Sequeira, C. (2022). Positive Mental Health in University Students and Its Relations with Psychological Vulnerability, Mental Health Literacy, and Sociodemographic Characteristics: A Descriptive Correlational Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6):3185. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063185>.

Vale, A. (2021). Saúde mental e bem-estar psicológico dos estudantes do ensino superior após a terceira vaga da pandemia da covid-19: Um estudo descritivo-exploratório. [Projeto de Graduação apresentado à Universidade Fernando Pessoa para obtenção do grau de Licenciada em Enfermagem]. Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa. <http://hdl.handle.net/10284/10474>.

von Elm, E., Altman, D., Egger, M., Pocock, S., Gøtzsche, P., & Vandenbroucke, J. (2008). The Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) statement: guidelines for reporting observational studies. *J Clin Epidemiol*, 61(4), 344-349. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2007.11.008>.



Wallace, S., Schuler, M., Kaulback, M., Hunt, K., & Baker, M. (2021). Nursing student experiences of remote learning during the COVID-19 pandemic. *Nursing Forum*, 56(3), 612-618. <https://doi.org/10.1111/nuf.12568>

Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395, 945-947. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)

World Health Organization. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): situation report, 78. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331719>

Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., & Xiang, Y. (2020). Mental health services for older adults in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 7, e19. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30079-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30079-1)

Zhu, W., Wang, H. & Wang, A. (2021). An evaluation of mental health and emotion regulation experienced by undergraduate nursing students in China during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Int J Ment Health Nurs.*, 30, 1160 - 1169. <https://doi.org/10.1111/inm.12867>