



SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: INTERFACES ENTRE SUPORTE SOCIAL, CLIMA ÉTICO E AÇÕES DE PROMOÇÃO NO CAMPUS

Resumo: O objetivo deste estudo foi analisar a saúde mental de estudantes da área da saúde em um centro universitário do interior de São Paulo, considerando variáveis sociodemográficas, suporte social percebido, clima ético universitário e ações institucionais. Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, tipo survey, com 313 estudantes. Foram aplicados: questionário sociodemográfico; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido (EMSSP) e Escala de Clima Ético Universitário (ECEU). Observou-se forte associação entre ansiedade e estresse, além de correlação significativa entre clima ético e sintomas depressivos. O suporte social apresentou associação negativa com os indicadores de saúde mental, sobretudo depressão. Variáveis sociodemográficas não se mostraram estatisticamente relevantes. As ações institucionais foram reconhecidas como importantes, mas insuficientes. Conclui-se que saúde mental relaciona-se ao suporte social e ao clima ético, indicando necessidade de políticas institucionais de promoção e fortalecimento das redes de apoio.

Descritores: Saúde Mental, Estudante Universitário, Apoio Social, Promoção da Saúde.

Mental health of university students: interfaces between social support, ethical climate, and promotional actions on Campus

Abstract: This study aimed to analyze the mental health of health sciences students at a university center in São Paulo, considering sociodemographic variables, perceived social support, university ethical climate, and institutional actions. A quantitative, cross-sectional survey was conducted with 313 students. The instruments applied were: sociodemographic questionnaire; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS); and University Ethical Climate Scale (UECS). Results revealed a strong association between anxiety and stress, as well as a significant correlation between ethical climate and depressive symptoms. Perceived social support showed a negative association with mental health indicators, particularly depression. Sociodemographic variables were not statistically significant. Institutional actions were recognized as relevant but insufficient. Findings suggest that mental health is associated with social support and ethical climate, reinforcing the need for institutional policies to promote mental health and strengthen academic support networks.

Descriptors: Mental Health, Student, Social Support, Health Promotion.

Salud mental de los estudiantes universitarios: interfaces entre apoyo social, clima ético y acciones de promoción en el Campus

Resumen: El objetivo de este estudio fue analizar la salud mental de estudiantes del área de la salud en un centro universitario del interior de São Paulo, considerando variables sociodemográficas, apoyo social percibido, clima ético universitario y acciones institucionales. Se realizó un estudio cuantitativo, transversal, tipo survey, con 313 estudiantes. Se aplicaron: cuestionario sociodemográfico; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (EMASP) y Escala de Clima Ético Universitario (ECEU). Se observó fuerte asociación entre ansiedad y estrés, además de correlación significativa entre clima ético y síntomas depresivos. El apoyo social mostró asociación negativa con los indicadores de salud mental, especialmente depresión. Las variables sociodemográficas no fueron estadísticamente significativas. Las acciones institucionales fueron reconocidas como relevantes, pero insuficientes. Se concluye que la salud mental se relaciona con el apoyo social y el clima ético, indicando la necesidad de políticas institucionales para promoverla y fortalecer redes de apoyo académico.

Descritores: Salud Mental, Estudiante, Apoyo Social, Promoción de la Salud.

Isabelle de Proença Ishii

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Facens.

E-mail: isa.ishii2003@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-9264-1635>

Felipe Augusto Monteiro Cravo

Doutor e Mestre em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem. Professor na Universidade de Sorocaba.

E-mail: felipeamcravo@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5572-4239>

Raquel da Silva Barros

Doutora em Psicologia e Tratamento Comunitário. Professora no Centro Universitário Facens.

E-mail: raquel.barros@facens.br

Submissão: 08/09/2025

Aprovação: 10/12/2025

Publicação: 16/01/2026



Como citar este artigo:

Ishii IP, Cravo FAM, Barros RS. Saúde mental de estudantes universitários: interfaces entre suporte social, clima ético e ações de promoção no Campus. São Paulo: Rev Remecs. 2026; 11(17):14-26. DOI: <https://doi.org/10.24281/rremecs2026.11.17002>

Introdução

A saúde mental da população universitária tem sido investigada nacional e internacionalmente, sobretudo quanto à prevalência desta forma de sofrimento entre estudantes universitários¹⁻⁴. Entende-se que o sofrimento psicológico de estudantes universitários está relacionado a uma série de condições externas (i.e., sociais e ambientais) e internas (i.e, psicológicas e físicas), tais como: falta de repertório em habilidades sociais, dificuldades relacionadas à moradia, à autonomia, falta de suporte social e dificuldades de gestão das atividades acadêmicas^{5,6}.

A transição para a vida universitária em si apresenta-se como uma experiência potencialmente estressora para jovens estudantes, o que pode influenciar no modo como esta população vivencia a vida universitária, tanto com relação à formação profissional quanto ao desenvolvimento psicossocial⁷. Por outro lado, há um conjunto de dados indicando que a universidade pode ser um fator de proteção, sobretudo quando as/os estudantes possuem habilidades socioemocionais e competências de gestão e organização de estudos e trabalhos⁶.

Considerando a relevância das investigações em saúde mental, a Organização Mundial de Saúde descreveu sobre a implementação do Plano de Ação Integral de Saúde Mental 2013-2030. O “Comprehensive Mental Health Action Plan - CMHAP 2013- 2030”⁸ traz 4 objetivos principais para ações em Saúde Mental. Dentre os objetivos indica-se o desenvolvimento de sistemas de informação e pesquisas, indicando que a coleta de dados e sua análise são de extrema importância para a melhorar a prestação de serviços e

estratégias de promoção e prevenção em saúde mental. Nesse contexto, destaca-se a importância do cuidado com os estudantes universitários e pesquisas relacionadas à análise dos efeitos e resultados a partir de projetos neste tema.

Frente a multidimensionalidade dos determinantes de saúde mental, as instituições de ensino podem apresentar dificuldades e resistências para implementação de ações. De acordo com Gaiotto et al.⁹ diversas estratégias podem ser implementadas a partir de políticas institucionais de saúde mental universitária, por exemplo: estabelecer promoção da saúde mental, integrar programas de atenção à saúde, promover programas educacionais e estratégicos de comunicação, além de monitorar e avaliar as necessidades em saúde mental pelos estudantes.

Essas estratégias ganham relevância diante dos dados sobre saúde mental de estudantes da área da saúde^{10,11}. No estudo de Freitas et al.¹² no qual avaliou-se 321 estudantes de 9 cursos de graduação da área da saúde (e.g., Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Nutrição, Psicologia e Terapia Ocupacional) de três instituições públicas brasileiras, focando na qualidade de vida e saúde mental. A maioria dos participantes era do gênero feminino (71,0%), solteiras/os (92,8%) e com idade média de 24,0. O estudo observou aspectos relevantes no rastreamento de sintomas de depressão, ansiedade e estresse, avaliados por meio da escala DASS-21. Mais da metade dos estudantes apresentaram sintomas com severidade variável (leves, moderados e graves) para depressão (56,1%), ansiedade (53,6%) e estresse (65,7%). Dentre as/os participantes, uma proporção

significativa apresentou sintomas graves/muito graves (20,56%). Entre os cursos da área da saúde, o curso de Enfermagem destacou-se com uma das maiores prevalências de sintomas graves e muito graves de depressão (30,05%), ansiedade (44,4%) e estresse (47,2%). Amorim et al.¹³ avaliaram 249 estudantes utilizando o Self-Report Questionnaire-20, e foi identificado um percentual significativamente maior de suspeitas de transtornos mentais entre as alunas (77,8%, correspondendo a 130 casos) em comparação aos alunos do gênero masculino (43,9%, correspondendo a 36 casos), o que nos leva a refletir sobre os efeitos desse contexto desigual entre os gêneros.

Graner e Cerqueira¹⁴ realizaram uma revisão integrativa com o objetivo de identificar fatores de risco e proteção para o sofrimento psíquico em estudantes universitários. Foram selecionados ao final 37 artigos, selecionados a partir de três bases de dados e a maioria dos estudos foram conduzidos em países desenvolvidos e com estudantes da área da saúde. Os autores abordam que fatores econômicos estão relacionados a um maior sofrimento em saúde mental. Além disso, o estudo enfatiza a importância das relações interpessoais no contexto universitário, que podem atuar tanto como fator de risco quanto de proteção. Sobre os fatores de risco identificados, destacam-se a dificuldade em fazer amigos, relações conflituosas, sentimento de rejeição, ausência de apoio emocional e dificuldades de adaptação. Por outro lado, o suporte social demonstrou ser um fator protetor, sendo que dois dos estudos apontaram uma relação entre baixo suporte social e maior prevalência de sofrimento em saúde mental.

Quanto ao suporte que os estudantes universitários recebem durante sua trajetória acadêmica, o apoio da Instituição de Ensino parece indispensável tanto nos encaminhamentos para aqueles que já estão em sofrimento quanto preventivamente^{7,15,16}. Segundo Chen et al.¹⁷ o suporte oferecido pelos professores, colegas e familiares está positivamente associado ao engajamento e pertencimento acadêmico que influencia o clima da instituição. Ademais, a pesquisa de Silva, Daher e Nunes¹⁸ demonstra que um suporte familiar adequado está associado a menores índices de transtornos mentais comuns e menor envolvimento em comportamentos de risco. Tais estudos reforçam a importância de redes de apoio, tanto familiares quanto institucionais no enfrentamento das demandas acadêmicas e pessoais.

Uma abordagem eficaz para promover a saúde mental entre estudantes universitários é a implementação de programas que desenvolvam competências sociais, emocionais e relacionais, em conjunto com a formação técnica. É fundamental que essas áreas não sejam tratadas de forma isolada, mas sim que sejam integradas ao currículo acadêmico^{7,19}. Além disso, entre os desafios sociais, emocionais e relacionais enfrentados por estudantes, observa-se as necessidades de oferecer uma educação ecológica como as propostas apresentadas pela teoria do florescimento humano²⁰.

O conceito de florescimento tem aparecido com destaque no contexto universitário por se tratar do estado em que o estudante vivencia bem-estar psicológico, social e emocional. Segundo Faizah, Suminar e Yoenanto²¹, fatores como resiliência,

autocompaixão, emoções positivas, propósito de vida, suporte social e envolvimento com projetos pessoais são determinantes para o florescimento estudantil. No contexto acadêmico, vivenciar o florescimento está diretamente relacionado ao desempenho, engajamento, satisfação com a vida e à redução de comportamentos de risco como o abandono dos estudos. Isto é, reconhecer múltiplas formas de aprendizagem; equilibrar responsabilidades acadêmicas e pessoais; sentir-se pertencendo a um grupo, ou a uma comunidade; construir relações de confiança e segurança com professores; expressar e concretizar ideias para si, suas relações ou melhoria do mundo. Assim, promover o florescimento na universidade é uma estratégia para potencializar o desenvolvimento global dos estudantes²¹⁻²³.

As ações das instituições de ensino são constitutivas para o apoio emocional de seus alunos^{1,7}. Arino e Bardagi²⁴ ao estudarem as relações entre ansiedade, depressão, estresse e a qualidade das vivências acadêmicas em uma amostra de 640 estudantes universitários brasileiros, encontraram correlações negativas entre esses indicadores de saúde mental e as experiências acadêmicas dos participantes (ou seja, níveis mais altos de ansiedade, depressão e estresse se associaram a vivências acadêmicas mais negativas). Dessa maneira, aspectos relacionados às dinâmicas institucionais das universidades parecem indispensáveis para avaliar a qualidade das experiências acadêmicas. Reforçando assim, a necessidade de promover ações institucionais que objetivem o cuidado em saúde mental ao longo de toda a graduação.

Entende-se, portanto, que a produção de pesquisas e intervenções voltadas para a população universitária, bem como a análise dos índices de saúde mental e suas diversas relações, são subsídios fundamentais para a construção de evidências científicas para a efetivação do quarto objetivo do CMHAP-2013⁸. Além disso, faz-se necessário indicar que as instituições de ensino, bem como agências não governamentais possuem responsabilidades sobre o cuidado dos estudantes universitários.

Compreendendo a relação entre as variáveis envolvidas, o objetivo geral desse estudo foi analisar os índices de saúde mental de estudantes da área da saúde em centro universitário localizado no interior de São Paulo. Para tanto, investigou-se as relações entre variáveis sociodemográficas, suporte social percebido e clima ético universitário. Por fim discutiu-se os resultados com base nas ações implementadas no campus voltadas ao cuidado com o aluno e as práticas relacionadas ao cuidado em saúde mental.

Material e Método

Este estudo caracteriza-se como quantitativo e transversal de avaliação do tipo survey sobre variáveis psicológicas (i.e., suporte social percebido e clima ético) relacionadas a saúde mental de estudantes de cursos de saúde. A pesquisa obteve autorização do Comitê de Ética em Pesquisa por meio do parecer nº 6.650.812 CAAE: 77212624.0.0000.5097. As atividades de avaliação ocorreram durante o mês de outubro de 2024, e contou com o apoio do ENLACE - Laboratório de Colaboração Emocional do centro universitário.

Participantes

Participaram deste estudo 313 estudantes da área da saúde de um centro universitário do interior do estado de São Paulo. A idade média das/os participantes foi de 22,4 anos (DP 6,84), a distribuição por curso de graduação foi: 33,4% de Psicologia (105 estudantes), 25,7% de Biomedicina (81 estudantes), 16,2% de Enfermagem (51 estudantes), 12,1% de Odontologia (38 estudantes), 6,0% de Medicina (19 estudantes) e 6% de Medicina Veterinária (19 estudantes). Em relação ao gênero, 82,1% dos participantes se identificaram como do gênero feminino (n=258), 16,6% como do gênero masculino (n=53), e uma pessoa como não-binária.

Instrumentos e materiais

Questionário sociodemográfico – composto por 23 questões censitárias que objetivaram caracterizar a amostra de participantes acerca de aspectos pessoais e sociais. As questões sensíveis como orientação sexual, gênero, religiosidade, foram apresentadas com a opção “prefiro não responder”.

Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS-21) – A DASS-21 é uma escala de rastreio sobre saúde mental de uso livre. A escala é composta por três subescalas que medem índices sintomatológicos para depressão, ansiedade e estresse por meio de respostas a 21 itens (7 afirmativas por fator) em uma escala Likert de quatro pontos (0 – discordo fortemente, 1 – discordo, 2 – concordo; 3- concordo fortemente). A DASS-21 foi validada e adaptada para população brasileira por Vignola e Tucci²⁵, e recentemente teve suas propriedades psicométricas estimadas para estudantes universitários²⁶. Utilizamos as orientações apresentadas por Martins

et al²⁶ para eliminar a afirmativa (2) “senti minha boca seca”, pois esta obteve índices fatoriais abaixo do esperado no compute do fator “ansiedade”.

Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido (EMSSP)²⁷. Esta escala é composta por 12 afirmativas que visam avaliar aspectos subjetivos referentes ao suporte social percebido. Os estudantes respondem uma escala Likert de 7 pontos (1 – discordo muito fortemente, 2 – discordo fortemente 3 – discordo moderadamente, 4 – neutro, 5 – concordo moderadamente, 6 – concordo fortemente e 7 concordo muito fortemente). A EMSSP é uma escala trifatorial e apresenta estrutura interna significativa para “Outros Significativos” (alfa 0,960), “família” (alfa 0,967) e “amigos” (alfa 0,967)²⁷.

Escala e Clima Ético universitário (ECEU)²⁸. Esta escala foi desenvolvida para avaliar aspectos perceptuais sobre as relações sociais e éticas dentro do ambiente universitário. A partir dos seus estudos de validação obteve-se 28 afirmativas em uma escala likert de cinco pontos (1 = Nunca; 5 = Sempre) composta por oito fatores. Os fatores avaliados pela ECEU são 1 – Segurança ($\alpha = 0,68$; $\Omega = 0,74$; Engajamento acadêmico institucional - $\alpha = 0,84$; $\Omega = 0,84$; Acolhimento institucional à diversidade - $\alpha = 0,90$; $\Omega = 0,91$; Indicadores de vitimização - $\alpha = 0,69$; $\Omega = 0,79$; Bem-estar - $\alpha = 0,83$; $\Omega = 0,84$; Indicadores de ansiedade e depressão - $\alpha = 0,86$; $\Omega = 0,86$; Enfrentamento institucional ao abuso ou assédio - $\alpha = 0,92$; $\Omega = 0,92$; Suporte social e institucional percebido - $\alpha = 0,66$; $\Omega = 0,72$). A escala apresentou validade para o fator de segunda ordem “Clima Ético Universitário” ($\alpha = 0,90$; $\Omega = 0,91$)²⁸.

Procedimentos de coleta e análise de dados

Todas as escalas foram disponibilizadas por meio do Google Forms para as/os estudantes, por meio de convite feito em sala de aula. Todas/os foram informadas/os dos objetivos da pesquisa e sobre a participação voluntária. Os dados estatísticos foram analisados através do software JASP 0.19.3.0. Os escores médios gerais das escalas e suas respectivas médias em cada fator não apresentaram distribuição normal por meio do teste de Shapiro-Wilk (DASS-21 (0,965, $p < 0,001$), CEU (0,990, $p < 0,001$) e ESSP (0,941, $p < 0,001$)). Portanto utilizou-se testes não-paramétricos de comparação de média (U de Mann-Whitney) e correlação de Spearman. As diferenças entre as correções foram calculadas por meio do teste r-to-z.

¹ α de Cronbach

² Ω de McDonald.

Resultados

A Tabela 1 apresenta os resultados das correlações obtidas, os índices de saúde mental relacionaram-se com suporte social e clima ético, porém suporte social e clima ético não apresentaram relações entre si ($r = -0.050$; $p > 0,05$). Por meio do Teste R-to-Z de transformação de Fisher demonstrou-se que o fator ansiedade ($r = 0.771$; $p < .001$) apresentou maior correlação com estresse ($r = 0,697$ e $p < .001$) do que com depressão ($r = 0.634$; $p < .001$) ($z = 2.309$; $p < 0,01$).

O mesmo teste identificou que Clima Ético Universitário está mais fortemente relacionado com depressão ($r = 0.386$; $p < .001$) do que com estresse ($r = 0.346$; $p < .001$) e ansiedade ($r = 0.282$; $p < .001$) ($z = 1.737$, $p < 0,05$). Suporte social percebido apresentou o padrão de associação negativa com as variáveis sendo maior a relação com depressão ($r = -0.327$, $p = p < .001$) do que com ansiedade ($r = -0.200$; $p < .001$) e estresse ($r = -0.149$; $p < .01$).

Tabela 1. Correlação entre os fatores de saúde mental (depressão, ansiedade e estresse) e os escores gerais de clima ético universitários e suporte social percebido.

	Depressão	Ansiedade	Estresse	Clima Ético Universitário	Suporte Social Percebido
Depressão	-	-	-	-	-
Ansiedade	0.634***	-	-	-	-
Estresse	0.697***	0.771***	-	-	-
Clima Ético Universitário	0.386***	0.282***	0.346***	-	-
Suporte Social Percebido	-0.327***	-0.200***	-0.149**	-0.050	-

Spearman's rho * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

A Tabela 2 apresenta a análise da relação entre os agrupamentos sociodemográficos das/os participantes e seus escores nos instrumentos de pesquisa. Frente a variáveis dicotômicas (gênero e

orientação sexual) utilizou-se os testes de Mann-Whitney (U) para comparação de médias e frente a variáveis com mais de duas categorias utilizando o teste de Kruskal-Wallis (H).

Para todas as comparações em todas as categorias as médias dos grupos não apresentaram diferenças estatísticas, os valores de *p* foram maiores que 0.05 Embora haja pequenas variações nas médias relacionadas ao gênero e orientação sexual, tais diferenças não são significativas estatisticamente. Com relação à raça/etnia, temos uma amostra majoritariamente composta por pessoas brancas (82,1%), porém os estudantes pretos, pardos ou amarelos também não apresentaram nenhuma associação estatisticamente significativa entre os níveis de clima ético, suporte social, ou sintomas de depressão ansiedade e estresse.

Além disso, a prática de atividade física, curso universitário, o uso ou não de medicamento

psiquiátrico ou sofrimento psicológico antes de entrar na universidade também não apresentaram nenhuma associação estatisticamente significativa com os escores dos instrumentos.

Essas informações sugerem que, no contexto estudado, fatores como gênero, orientação sexual, raça/etnia, curso, prática de atividade física, uso de medicação psiquiátrica e histórico de sofrimento psicológico anterior à entrada na universidade não influenciaram significativamente os níveis de bem-estar percebido nem os sintomas psicopatológicos avaliados. Tal panorama indica a necessidade de investigar outros fatores, que podem ser subjetivos ou característicos da própria instituição, que podem impactar na saúde mental, a percepção de suporte e o clima ético no ambiente acadêmico.

Tabela 2. Relação entre os agrupamentos sociodemográficos das/os participantes e seus escores nos instrumentos de pesquisa.

		Clima Ético	Suporte Social	Depressão	Ansiedade	Estresse	<i>p</i>
Gênero							
<i>Feminino</i>	258 (82,1%)	3,185 (0,33)	5625 (1,02)	1,032 (0,772)	1,034 (0,81)	1,462 (0,74)	
<i>Masculino</i>	53 (16,8%)	3,195 (0,31)	5583 (1,13)	0,981 (0,80)	0,959 (0,86)	1,332 (0,70)	
<i>Não-binária</i>	1 (0,3%) ¹	-	-	-	-	-	
<i>U Mann-Whitney</i>		6639,500	6828,000	7165,500	7331,500	7483,500	>0,05
Orientação sexual							
<i>Heterossexual</i>	257 (81,8%)	3,18 (0,33)	5,60 (1,05)	1,01 (0,78)	1,00 (0,83)	1,44 (0,74)	
<i>Homossexual</i> ²	13 (4,1%)						
<i>Bissexual</i>	36 (11,46%)						
<i>Assexual</i>	1 (0,3%)	3,20	5,60(0,94)	0,96 (0,74)	1,03 (0,78)	1,41 (0,69)	
<i>Pansexual</i>	2 (0,6%)						
<i>Preferiu não responder/outra</i>	4 (1,2%)						
<i>U Mann-Whitney</i>		6508,00	6998,500	7084,00	6568,000	6915,000	>0,05
Raça/Etnia							
<i>Branca</i>	258(82,1%)	3,198 (0,33)	5,63 (1,19)	1,02 (0,78)	1,03 (0,83)	1,43 (0,73)	
<i>Preta</i>	12 (3,8%)	3,119 (0,29)	5,33 (1,19)	1,00 (0,74)	0,98 (0,76)	1,46 (0,80)	
<i>Parda</i>	36 (11,46%)	3,12 (0,28)	5,68 (1,00)	0,98 (0,73)	0,98 (0,87)	1,46 (0,72)	
<i>Amarela</i>	7 (2,2%)	3,22 (0,31)	6,20 (0,96)	0,69 (0,63)	0,76 (0,57)	1,26 (0,39)	
<i>H Kruskal-Wallis</i>		1,992	4,797	1,375	0,450	0,610	>0,05

Curso							
<i>Biomedicina</i>	81 (25,7%)	3,14 (0,28)	5,56 (1,03)	1,012 (0,78)	0,990 (0,8)	1,454 (0,73)	
<i>Enfermagem</i>	51 (16,2%)	3,21 (0,35)	5,59 (1,08)	1,088 (0,78)	1,165 (0,80)	1,561 (0,70)	
<i>Medicina</i>	19 (6,0%)	3,21 (0,39)	5,72 (0,88)	0,880 (0,72)	0,974 (0,83)	1,286 (0,74)	
<i>Medicina Veterinária</i>	19 (6,0%)	3,32 (0,28)	5,75 (0,92)	0,925 (0,80)	0,675 (0,72)	1,308 (0,70)	
<i>Odontologia</i>	38 (12,1%)	3,16 (0,25)	5,51 (1,10)	1,105 (0,83)	0,956 (0,80)	1,338 (0,70)	
<i>Psicologia</i>	105 (33,4%)	3,14 (0,3)	5,62 (1,06)	1,064 (0,80)	1,039 (0,86)	1,451 (0,81)	
<i>H Kruskal-Wallis</i>		7,711	2,114	2,962	7,551	5,503	>0,05
Sofrimento psicológico Antes de entrar na universidade							
<i>Sim</i>	194	3,18 (0,32)	5,54 (1,06)	1,8 (0,82)	1,08 (0,83)	1,46 (0,70)	
<i>Não</i>	72	3,20 (0,32)	5,74 (1,03)	0,96 (0,67)	0,96 (0,80)	1,47 (0,80)	
<i>Não Sei</i>	47	3,17 (0,38)	5,72 (0,92)	0,83 (0,70)	0,84 (0,78)	1,26 (0,75)	
<i>H Kruskal-Wallis</i>		0,406	2,894	3,715	3,915	3,060	>0,05
<i>Sim</i>	123	3,18 (0,33)	5,61 (1,03)	0,99 (0,74)	0,98 (0,81)	1,39 (0,71)	
<i>Não</i>	110	3,18 (0,29)	5,55 (1,07)	1,02 (0,77)	1,01 (0,81)	1,52 (0,71)	
<i>Às vezes</i>	80	3,19 (0,37)	5,69 (0,98)	1,046 (0,85)	1,07 (0,85)	1,39(0,75)	
<i>H Kruskal-Wallis</i>		0,054	0,714	0,042	0,406	2,259 (p>0,05)	>0,05
Usa medicamento psiquiátrico							
<i>Sim</i>	57(18,1%)	3,21 (0,28)	5,61 (1,02)	1,14 (0,84)	1,04 (0,86)	1,43 (0,73)	
<i>Não</i>	243 (77,3%)	3,18 (0,34)	5,61 (1,05)	0,99 (0,75)	0,99 (0,80)	1,43 (0,73)	
<i>Às vezes</i>	13 (4,1%)	3,17 (0,33)	5,64 (0,75)	0,82 (0,66)	1,24 (0,98)	1,49 (0,80)	
<i>H Kruskal-Wallis</i>		1,451	0,111	1,922	0,706	0,154	>0,05

¹Como somente uma pessoa identificou-se como não binária, seus dados não foram agrupados ou analisados pelos testes estatísticos;

²Optou-se por agrupar as identidades não-heterossexuais em um grupo (LGBTQIAPN+) para comparar com os resultados do grupo heterossexual.

Discussão

O objetivo principal deste estudo foi analisar os índices de saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde de uma instituição privada do interior de SP e suas relações com o suporte social percebido, clima universitário, variáveis sociodemográficas e ações implementadas no centro universitário.

Evidenciou-se, na pesquisa, a forte relação entre os índices de saúde mental, principalmente o fator ansiedade que apresentou maior correlação com estresse ($r = 0,697$ e $p < 0,001$) do que com depressão ($r = 0,634$; $p < 0,001$) ($z = 2,309$; $p < 0,01$). Esses resultados foram semelhantes na pesquisa de

Jardim, Castro e Ferreira-Rodrigues²⁹ que avaliou os sintomas de ansiedade, depressão e estresse em 410 estudantes dos cursos da área de saúde de uma universidade pública.

Nesse cenário houve uma correlação positiva e significativa entre os construtos Ansiedade-Estado e Ansiedade Traço com Estresse (respectivamente $r = 0,740$ e $r = 0,810$). Assim, em muitos casos o estresse causado por eventos diários na vida do estudante é um preditor significativo do aparecimento de sintomas de depressão e ansiedade³⁰. Ademais, o estresse aparece em grandes proporções de estudantes universitários da área da saúde ao longo da trajetória acadêmica³¹⁻³³.

Ainda nesse contexto, em relação ao sofrimento em saúde mental dos universitários, a literatura nacional e internacional aponta que o suporte social atua como um fator protetivo na trajetória acadêmica^{34,35}. Os dados da pesquisa validam essa afirmação com o suporte social percebido apresentando um padrão de associação negativa com as variáveis de saúde mental, respectivamente, depressão ($r = -0.327$, $p < .001$), ansiedade ($r = -0.200$; $p < .001$) e estresse ($r = -0.149$; $p < .01$). Estudantes que têm uma rede de apoio com amigos, colegas, familiares, professores apresentam melhores índices de saúde mental³⁶.

A fim de analisar possíveis diferenças entre os estudantes de graduação com histórico prévio de sofrimento psicológico, percebeu-se que esses estudantes não diferem significativamente dos demais, diferentemente do que apontou Bolsoni-Silva et al,⁶.

Dessa maneira, os universitários, a depender do contexto, podem ou não apresentar algum tipo de sofrimento psíquico, sendo que aqueles que já vivenciaram esse tipo de experiência antes de entrar na faculdade não apresentaram diferenças nos escores dos instrumentos utilizados na pesquisa. Esse resultado contribui para reflexões sobre o processo de adaptação dos estudantes ao ensino superior, evidenciando que, independentemente de terem vivenciado sofrimento previamente, é fundamental que a instituição tenha um suporte adequado para adaptação de todos os universitários.

Esse aspecto também é ressaltado por Sahão e Kienen⁷ ao apontarem os desafios do ensino superior e a necessidade das universidades prestarem atenção às questões de saúde mental dos

alunos para o desenvolvimento de uma trajetória acadêmica saudável.

No que se refere ao clima ético universitário (CEU) e os fatores de saúde mental, a depressão está mais fortemente relacionada ao CEU ($r = 0.386$; $p < .001$) do que ansiedade e estresse. Esse resultado confirma a hipótese de que o clima institucional determinante está relacionado à saúde mental dos universitários^{1,7,28}.

É importante destacar que as correlações apenas indicam que as variáveis estão de alguma forma associadas, mas não demonstram relação causal. Assim, deve-se discutir sobre a possibilidade de estudantes que apresentam sintomatologia depressiva estarem lendo a si próprios, os outros e o mundo por um prisma negativo³⁷. Assim, não necessariamente o clima universitário está gerando a sintomatologia depressiva, mas sim frente a avaliação permitindo que esta seja identificada.

Nesta pesquisa não se verificou diferenças estatisticamente significativas entre os grupos sociodemográficos com os instrumentos utilizados. Por exemplo, os índices de saúde mental diferem com outras pesquisas que apontaram maior prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse entre estudantes universitárias do gênero feminino^{3,38}, fenômeno não identificado nesta amostra.

É evidente que a amostra desta pesquisa foi majoritariamente feminina e, portanto, a comparação entre as médias pode apresentar vieses que precisam de futuras investigações. Além disso, não apresentaram diferenças estatisticamente significativas com relação à orientação sexual, raça e curso.

Wittgens et al³⁹, realizaram uma meta-análise sobre saúde mental em pessoas com orientações sexuais minoritárias com 26 estudos incluídos, somando 519.414 heterossexuais, 10.178 gays/lésbicas e 14.410 bissexuais e confirmaram que há desigualdade significativa em saúde mental entre minorias sexuais e populações heterossexuais. Essa conclusão não foi possível observar nessa pesquisa pois não teve diferença estatisticamente significativa nos resultados dos instrumentos realizados com as diferentes orientações sexuais.

Com relação a raça também não observamos diferenças o que difere da revisão sistemática de Smolen e Araújo⁴⁰ que realizaram uma revisão sistemática sobre a relação entre raça/cor da pele e transtornos mentais no Brasil e constataram que há tendência consistente de maior carga de transtornos mentais em não-brancos no Brasil.

A presente pesquisa indicou que o clima ético universitário e o suporte social não estão correlacionados entre si, o que evidencia a necessidade de mais estudos sobre esses aspectos. Isso porque a estrutura e o suporte oferecidos pela faculdade podem influenciar a saúde mental dos universitários a depender dos contextos e realidades investigadas³⁴.

Um ponto diferencial da universidade investigada são iniciativas voltadas ao desenvolvimento socioemocional, como a presença de um laboratório de colaboração emocional (ENLACE) que pode impactar positivamente a percepção dos estudantes sobre o apoio institucional. O laboratório da universidade apresenta atividades complementares à grade curricular como trilhas de aprendizagem

autoinstrucionais baseadas na teoria do florescimento com o objetivo de ensinar habilidades socioemocionais, bem-estar e qualidade de vida a partir dos pilares: consciência sustentável, mente inovadora, visão global e atitude empreendedora^{20,21}.

Ademais, proporciona reflexões, intervenções, e vivências sobre relacionamentos, gestão de tempo, bem-estar e florescimento para professores e alunos durante o período letivo, acompanhando a grade curricular com ações de saúde mental. O aluno a cada ano, através de um sistema online, pode acompanhar a sua qualidade de vida e solicitar acolhimento quando necessário. A instituição também possui um Núcleo de Apoio Psicopedagógico que oferece suporte na organização, gestão do tempo, técnicas de aprendizagem e adaptação à vida universitária com auxílio de uma psicóloga e uma psicopedagoga. Tais ações configuram importantes estratégias de suporte, favorecendo a adaptação e o bem-estar dos estudantes no contexto acadêmico^{20,21}.

Os resultados dessa pesquisa trazem contribuições para a compreensão da saúde mental de estudantes universitários, ressaltando a relevância de estudar essa temática para compreender o papel da universidade frente ao cenário de sofrimento em saúde mental. A adaptação dos estudantes ao ambiente universitário demanda ações institucionais que envolvam políticas de acolhimento e núcleos de apoio^{7,24,34}.

O estudo também apresentou que as correlações entre os fatores de saúde mental são estatisticamente significativas. Em outra perspectiva, analisar as variáveis sociodemográficas

com relação aos escores dos instrumentos de pesquisa sugeriu que elas não possuem diferenças significativas em cada agrupamento, porém nos indicou dados relevantes para investigar o impacto contextual da universidade relacionado com ações de bem-estar e saúde mental.

Por fim, o suporte social percebido como um fator importante nos índices de saúde mental, principalmente quando falamos de ansiedade e depressão e o clima ético que pode ser um escore decisivo para observar a qualidade das vivências acadêmicas, porém não únicas diante de uma avaliação para índices de saúde mental.

Considerações

Percebe-se que a saúde mental dos estudantes universitários está relacionada ao suporte social percebido e clima universitário, sendo necessário explorar mais a fundo o contexto da universidade e as ações implementadas voltada ao bem-estar e florescimento do estudante para compreensão real dos impactos gerados na saúde dos alunos. Além dos próprios índices de saúde mental indicarem que temos correlações marcantes entre eles, não foi possível afirmar diferenças entre os agrupamentos sociodemográficos devido à semelhança dos resultados obtidos mediante aos escores dos instrumentos.

Nessa pesquisa, a análise dos índices de saúde mental dos estudantes e a investigação das relações entre as variáveis sociodemográficas, o suporte social percebido e o clima ético universitário foram essenciais para a compreensão do contexto do centro universitário e a comparação com os índices de saúde mental na literatura nacional e internacional.

Potencialidades: verifica-se que a adoção da cultura de bem-estar e florescimento dentro do currículo acadêmico pode influenciar positivamente os resultados relacionados à saúde mental dos estudantes. As ações promovidas pelo laboratório ENLACE oportunizam aos alunos momentos de reflexão sobre suas dificuldades e potencialidades, favorecendo o autoconhecimento e o entendimento de sua saúde mental. Dessa forma, observa-se que iniciativas institucionais de acolhimento e promoção da saúde contribuem para os fatores protetivos e de suporte percebido pelos universitários.

Limitações: por se tratar de uma pesquisa com uma coleta de dados realizada de forma online, é possível que alguns participantes não tenham compreendido integralmente determinadas questões ou, ainda, optado por não respondê-las por receio de exposição. Além disso, não foi possível identificar quais alunos já haviam participado previamente das atividades do ENLACE, o que pode ter influenciado tanto na percepção sobre saúde mental quanto na maneira como responderam ao formulário. Tais aspectos configuram limitações do estudo e devem ser considerados em pesquisas futuras, sugerindo a necessidade de metodologias que possibilitem maior controle dessas variáveis e aprofundamento na relação entre participação em atividades institucionais e a percepção de saúde mental.

Perspectivas Futuras: sugere-se assim, novas pesquisas que explorem mais as ações das universidades frente aos índices de saúde mental que podem ser decisivas para uma percepção de suporte social e bem-estar. E estudos que possam contemplar se as universidades que têm ações

voltadas à saúde mental têm menores índices de sofrimento em saúde mental em seus estudantes. Também sugere-se a implementação de mais instrumentos que possibilitem rastrear o sofrimento dos alunos e ações mais focalizadas nas demandas que aparecem considerando as especificidades dessa população.

O estudo ainda que possua sua contribuição para a compreensão dos índices de saúde mental e suas relações com os instrumentos utilizados, apresenta alguns pontos que podem ser explorados, o centro universitário é particular e foi analisado apenas os estudantes da área da saúde, então, explorar em outras pesquisas condições socioeconômicas e de cursos de outras áreas pode ser essencial para a comparação com outras instituições.

Referências

1. Brandão MP, Pimentel FL, Cardoso MF. Impact of academic exposure on health status of university students. *Rev Saúde Pública.* 2011; 45(1):49-58.
2. Carvalho EA, Rocha MM, Menezes PR, Andrade TM. Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. *Cienc Cuid Saúde.* 2015; 14(3):1290.
3. Gomes CFM, Silva A, Rocha A, Almeida L. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. *SMAD Rev Eletr Saúde Mental Álcool Drog.* 2020; 16(1):1-8.
4. Fruehwirth JC, Biswas S, Perreira K. Perceived stress, mental health symptoms, and deleterious behaviors during the transition to college. *PLoS One.* 2023; 18(6).
5. Fior CA, Almeida LS. Transição e adaptação acadêmica dos estudantes ao ensino superior. In: Osti A, et al., organizadores. *Ensino Superior: mudanças e desafios na perspectiva dos estudantes.* São Carlos: Pedro & João Editores. 2023.
6. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR, Carrara K, Silveira F, Paula FM. Promove Universitários: treinamento de habilidades sociais: guia teórico e prático. São Paulo: Hogrefe. 2020.
7. Sahão FT, Kienen N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. *Psicol Esc Educ.* 2021; 25:e224238.
8. World Health Organization (WHO). *Comprehensive mental health action plan 2013–2030.* Geneva: WHO. 2021. Disponível em: <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>>.
9. Gaiotto EMG, Carvalho F, Lima R, Pereira E. Response to college students' mental health needs: a rapid review. *Rev Saúde Pública.* 2021; 55:114.
10. Ferreira RR, Silva GB, Costa AB, Pereira ML, Almeida L. The mental health of medicine students: an integrative review. *Res Soc Dev.* 2023; 12(3):e14912339975.
11. Esperidião E, Barbosa DA, Oliveira EB, Santos AL, Silva RCG. A saúde mental do aluno de Enfermagem: revisão integrativa da literatura. *SMAD Rev Eletr Saúde Mental Álcool Drog.* 2013; 9(3):144-53.
12. Freitas PHB, Silva R, Andrade AR, Gomes L, Souza R, et al. Perfil de qualidade de vida e saúde mental de estudantes universitários da área da saúde. *Res Soc Dev.* 2022; 11:e35011125095.
13. Amorim BB, Silva AG, Silva TL, Santana PR, Silva AR, Silva RR, et al. Saúde mental do estudante de Medicina: psicopatologia, estresse, sono e qualidade de vida. *Rev Psicol Divers Saúde.* 2018; 7(2):245-54.
14. Graner KM, Cerqueira ATAR. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Cien Saúde Colet.* 2019; 24(4):1327-36.
15. Morais LM, Mascarenhas SAN, Ribeiro JLP. Diagnóstico do estresse, ansiedade e depressão em universitários: desafios para um serviço de orientação e promoção da saúde psicológica na universidade, um estudo com estudantes da UFAM-Brasil. *Amazônica Rev Psico.* 2010; 4(1):55-76.
16. Souza DC, Favarin DB, Scorsolini-Comin F. Estratégias grupais para promoção de saúde em universitários. *Educação.* 2021;46:e42800.
17. Chen C, Bian F, Zhu Y. The relationship between social support and academic engagement among university students: the chain mediating effects of life satisfaction and academic motivation. *BMC Public Health.* 2023; 23:2368.

18. Silva de Souza M, Daher Baptista AS, Nunes Baptista M. Relação entre suporte familiar, saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários. *Acta Colomb Psicol.* 2010; 13(1):143-54.
19. Brackett MA. *Permission to feel: unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive.* New York: Celadon Books. 2020.
20. Levin J. Human flourishing and population health: meaning, measurement, and implications. *Perspect Biol Med.* 2020; 63(3):401-19.
21. Faizah F, Suminar DR, Yoenanto NH. Cultivating growth: a review of flourishing students in higher education. *Adolescents.* 2024; 4(4):587-604.
22. VanderWeele TJ, Case B. Academic flourishing and student formation. *Int J Wellbeing.* 2025; 15(2):1-29.
23. Volstad C, Hanley J, Chiarelli AM, Parikh N, Hobson J, et al. "You have to be okay with okay": experiences of flourishing among university students transitioning directly from high school. *Int J Qual Stud Health Well-being.* 2020; 15(1):1834259.
24. Arino DO, Bardagi M. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Psicol Pesqui.* 2018; 12(3):44-52.
25. Vignola RC, Tucci AM. Adaptação e validação da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS) para o português do Brasil. *J Affect Disord.* 2014; 155:104-9.
26. Martins BG, Silva WR, Maroco J, Campos JADB. Escala de depressão, ansiedade e estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. *J Bras Psiquiatr.* 2019; 68(1):32-41.
27. Brugnoli AVM, Fachel JMG, Silva FM, Nunes MF. Evidências de validade da Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido (EMSSP) em universitários. *Cien Saúde Colet.* 2022; 27(11):4223-32.
28. Frick LT, Borges D, Souza L, Machado P. Escala de Clima Ético Universitário (ECEU): propriedades psicométricas. *Rev Port Educ.* 2023; 36(2):e23044.
29. Jardim MGL, Castro TS, Ferreira-Rodrigues CF. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. *Psico-USF.* 2020; 25(4):645-57.
30. Fragelli TBO, Fragelli RR. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rápida review de estudos longitudinais. *Rev Docencia Ensino Super.* 2021; 11:1-21.
31. Murakami K, Silva T, Andrade A, Souza P, Rocha L. Estresse psicológico em estudantes de cursos de graduação da área da saúde: subsídios para promoção de saúde mental. *Rev Med.* 2019; 98(2):108-13.
32. Murakami K, Silva T, Andrade A, Souza P, Rocha L. Estresse e enfrentamento das dificuldades em universitários da área da saúde. *Psicol Cienc Prof.* 2024; 44:e258748.
33. Freitas PHB, Andrade AR, Gomes L, Souza R, Silva R, et al. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Rev Latino-Am Enferm.* 2023; 31:e3884.
34. Silva AMS, Ximenes VM. Discussões sobre saúde mental e suporte social entre estudantes universitários. *Rev Cienc Humanas.* 2022; 15(1).
35. Li J, Han X, Wang W, Sun G, Cheng Z. How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: the mediating role of self-esteem. *Learn Individ Differ.* 2018; 61:120-6.
36. Penha JRL, Oliveira CC, Mendes AVS. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. *J Health NPEPS.* 2020; 5(1):369-95.
37. Dalgalarrodo P. *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais.* 3ª ed. Porto Alegre: Artmed. 2019.
38. Rodrigues DS, Lima P, Rocha C, Gomes A. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira. *Cad Bras Ter Ocup.* 2022; 30:e3305.
39. Wittgens C, Fischer MM, Buspavanich P, Theobald S, Schweizer K, Trautmann S. Mental health in people with minority sexual orientations: a meta-analysis of population-based studies. *Acta Psychiatr Scand.* 2022; 145(4):357-72.
40. Smolen JR, Araújo EM. Race/skin color and mental health disorders in Brazil: a systematic review of the literature. *Cien Saude Colet.* 2017; 22(12):4021-30.