

# Saúde mental dos estudantes dos Politécnicos de Santarém e Leiria durante o confinamento por COVID-19



Maria do Carmo Figueiredor<sup>1</sup> | Marta Rosa<sup>1</sup> | Mário Silva<sup>1</sup> | Rui Matos<sup>2</sup> | Luis Gonzaga<sup>1</sup>  
José Amendoeira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>IPSantarém - Centro de Investigação em Qualidade de Vida | <sup>2</sup>IPLeiria - Centro de Investigação em Qualidade de Vida

Palavras-chave: COVID-19; Estudantes; Literacia; Saúde Mental positiva

## Introdução:

A pandemia de COVID -19 reduziu a mobilidade social e as interações sociais em períodos de confinamento. Mesmo aqueles que não sofreram a doença apresentaram manifestações de stresse, ansiedade e depressão.



Financiador:  
**FCT**  
Fundação para a Ciência e a Tecnologia  
UIDP/04748/2020

## Objetivos:

**Avaliar os níveis de ansiedade, depressão e stresse dos estudantes do ensino superior dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria durante o confinamento face à pandemia COVID-19.**

## Metodologia:

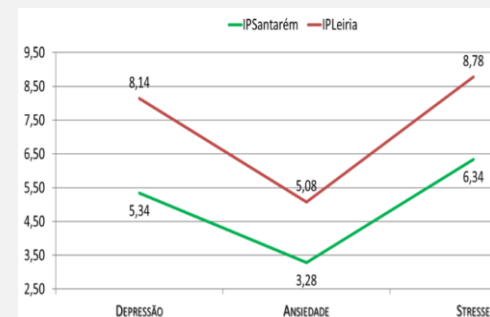
Estudo quantitativo, correlacional descritivo transversal. Os participantes foram **775 estudantes** selecionados por amostragem de conveniência dos Institutos Politécnicos de Santarém e Leiria. Aplicou-se o instrumento: **Escala de Ansiedade, Depressão e Stresse-21**, versão portuguesa. Composta por três subescalas, constituída por sete itens avaliados por escala tipo Likert de quatro pontos, que refletem para a severidade e frequência dos sentimentos experienciados. Dados analisados com recurso ao IBM® SPSS 27.0. Este estudo foi **aprovado pela Comissão de Ética** da Unidade de Investigação do IPSantarém (112020Saúde).

## Resultados e discussão:

**O instrumento revelou forte consistência interna nas subescalas**, com coeficientes alfa de Cronbach elevados: ansiedade ( $\alpha = 0,877$ ); depressão ( $\alpha = 0,921$ ) e stresse ( $\alpha = 0,920$ ). Encontraram-se **correlações fortes, positivas e significativas** ( $p < 0,001$ ) entre as três subescalas. Os participantes apresentaram **um nível normal de depressão (72,5%), ansiedade (79,7%) e stresse (87,6%)**. Cerca de 6,5% referiram um nível grave ou extremamente grave de ansiedade e depressão. 562 (72,5%) dos estudantes dos IP, manifestaram depressão e 618 (79,7%) de ansiedade. Estes dados são semelhantes aos apresentados por Son et al., (2020), pois 138 (71%) mostraram stresse e ansiedade devido a COVID -19. Sun et al., (2020) salientaram que os estudantes apresentaram sentimentos depressivos significativos (56,9%).

Figura 1 - Instituto frequentado por subescalas da EADS

Na comparação em termos do IP frequentado, encontraram-se diferenças significativas entre as médias de depressão, ansiedade e stresse, com scores mais elevados nas três dimensões, nos estudantes do IPLeiria, ou seja, os estados afetivos daqueles estudantes foram mais negativos (Figura 1).



**Conclusões:** A literacia em saúde mental através do *empowerment* é essencial na vida dos estudantes. As Instituições de Ensino Superior devem promover a saúde mental positiva dos estudantes através de conscientização, por exemplo, através de plataformas digitais e desenvolvimento de programas de saúde mental, que alavanquem medidas de enfrentamento positivas face a situações semelhantes, considerando que as tecnologias digitais permitem a autogestão de problemas de saúde mental.