

REVISTA MULTIDISCIPLINAR

Nº2 | Abril 2023

Propriedade

Instituto Superior Politécnico Jean Piaget de Benguela

Director da Revista

Paulo Inglês

Editor

Paulo Inglês

Editora especial

Gorete Baptista

Conselho Editorial

Elísio Macamo

Jean-Michel Mabeko Tali

Maria Gorete Baptista

Marissa Moorman

Natália Viti

Paulo Inglês

Conselho Científico

Bonifácio Tchimboto

Edalina Rodrigues Sanches

Ermelinda Liberato

Jon Schubert

Jorge Matos

Margarida Paredes

Maria Gorete Baptista

Natália Viti

Patrícia Gomes

Paulo Inglês

Sandra Pombo

Tanaka Lukeba Canda

Vanessa Oliveira

Ficha Técnica

Periodicidade

Semestral

ISSN

2184-7374

Depósito legal

421/2020

Capa

Sofia Mateus & Laboratório Criativo

Instituto Superior Politécnico Jean Piaget de Benguela

Revisão

Gorete Baptista e Paulo Inglês

Edição *online*

Mónica Gomes

Bartolomeu Ndumbo

José Kassala

Gabinete de Comunicação e Imagem

Instituto Superior Politécnico Jean Piaget de Benguela

Publicação integral online

<https://revistamultidisciplinar.ipiagetbenguela.org/>

Endereço e Contactos

Instituto Superior Politécnico Jean Piaget de Benguela

Estrada Nacional 100, Lobito-Benguela

Bairro Nossa Senhora da Graça

CP 1393 Benguela/Angola

Telefone: (+244) 222 723 169

Email: cesp.benguela@unipiaget-angola.org

Site: <https://www.cesp.ipiagetbenguela.org/>

REVISTA MULTIDISCIPLINAR
CESP

**Edição Especial – 2^{as} Jornadas Científicas de Saúde Pública do ISP Jean
Piaget Benguela**



SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR EM ÉPOCA PANDÉMICA

Ana Maria Nunes Galvão¹, Maria Cristina Martins Teixeira¹, Carina de Fátima Rodrigues¹

¹Professora Doutora na Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

Introdução: Associado à pandemia COVID-19, desenvolve-se uma nova crise socioeconómica que, inevitavelmente, afeta a saúde mental dos portugueses. No início do ano 2021, devido ao aumento dos casos de infeção COVID-19, a população portuguesa entra num segundo confinamento e é sujeita ao dever de recolhimento domiciliário, mantendo as escolas com o ensino presencial. Com o agravamento da situação, a 23 de janeiro, o ensino voltou à modalidade à distância. **Objetivo:** Avaliar o impacto da pandemia na saúde mental dos estudantes do Ensino Superior, durante o tempo em que decorre o segundo confinamento geral no país. Pretendeu-se avaliar os níveis de stress, ansiedade e depressão dos estudantes. **Metodologia:** O estudo é exploratório, transversal e correlacional, utilizando uma amostra não probabilística de 441 estudantes do IPB a frequentarem cursos das diferentes escolas. Os dados foram recolhidos no início do 2.º semestre do ano letivo 2020/21 período que coincidiu com o segundo confinamento nacional devido à pandemia COVID-19. Para a recolha de dados sobre o estado psicológico dos estudantes foi utilizada a escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21). Ao questionário adicionamos variáveis sociodemográficas, familiares e situacionais relacionadas com a COVID-19. A análise foi quantitativa, com recurso a técnicas de análise estatística descritiva e inferencial adequada, incluindo (coeficiente de correlação de Spearman). **Resultados:** Verificou-se que a dificuldade de acesso à internet, a um computador ou a alimentos causa aumento significativo dos níveis de ansiedade. Os níveis de depressão aumentam, também, com situações frequentes de dificuldade de acesso à internet e a alimentos. Os níveis de stress aumentam com a dificuldade de acesso à internet e a situações de apoio frequente de familiares e amigos. A procura de cuidados médicos parece estar associada a aumento significativo de níveis de ansiedade, depressão e stress. Por outro

lado, a prática de desporto diminui os níveis de depressão e, por sua vez, a saída da habitação por motivos laborais reduz os níveis de depressão e de stress.

Conclusão: A análise destes resultados reveste-se de grande importância para a prática clínica, para que se possa garantir uma intervenção psicológica compreensiva e preventiva e, também, criar condições para o treino da resiliência e de competências de enfrentamento.

Palavras-Chave: Saúde Mental, estudantes do Ensino Superior, pandemia

Referências Bibliográficas:

Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of emotional negative states: Comparison of Depression Anxiety Stress Scales (DASS) and Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 335-343. DOI: 10.1016/0005-7967(94)00075-U.

Watson, D., & Clark, L. (1995). Testing a Tripartite Model: I. Evaluating the Convergent and Discriminant Validity of Anxiety and Depression Symptom Scales. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 3-14. DOI: 10.1037/0021-843X.104.1.3.

Carver, C. (1997a). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100.