



TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: PREVALÊNCIA, FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO

*COMMON MENTAL DISORDERS IN COLLEGE STUDENTS: PREVALENCE, RISK AND
PROTECTIVE FACTORS*

Lidiane Brock¹
Liciane Diehl²
Michelle Engers Taube³
Mary Sandra Carlotto⁴

Resumo

Estudantes universitários são uma população de risco para transtornos mentais devido aos estressores presentes no contexto acadêmico. A forma de lidar com situações estressantes apresenta relação com problemas de saúde mental. O objetivo do estudo foi identificar a prevalência dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) e sua associação com variáveis sociodemográficas, acadêmicas, laborais e estratégias de coping em uma amostra de 390 estudantes universitários brasileiros. A coleta de dados foi realizada por meio do Self-Reporting Questionnaire - 20 (SRQ-20), Coping Orientation to Problems Experienced Inventory (COPE) - Versão Reduzida e um questionário sociodemográfico, acadêmico e laboral. Os resultados obtidos por meio da análise de Regressão Logística Binária Multivariada identificaram a prevalência de 68,2% de TMC e como variáveis de risco o sexo feminino e utilização do coping evitativo e como fator de proteção o uso do coping focado no problema. A alta prevalência de TMC encontrada sugere a necessidade da implementação de programas de suporte psicossocial aos estudantes e ações para o desenvolvimento de estratégias de coping focadas no problema.

Palavras-chave: Transtornos Mentais Comuns; estudantes universitários; saúde mental; estratégias de coping; fatores de risco.

Abstract

University students are a population at risk for mental disorders due to the stressors present in the academic context. The way of dealing with stressful situations is related to mental health problems. This study aims to identify the prevalence of Common Mental Disorders (CMD) and its association with sociodemographic, academic and work variables and coping strategies in a sample of 390 Brazilian university students. Data collection was performed using the Self-Reporting Questionnaire - 20 (SRQ-20), Coping Orientation to Problems Experienced Inventory (COPE) - Short Version and a sociodemographic, academic and work questionnaire. The results obtained through the Multivariate Binary Logistic Regression analysis identified a prevalence of 68.2% of CMD and female gender and the use of avoidant coping as risk variables, and the use of problem-focused coping as a protective factor. The high prevalence of CMD found suggests the need to implement psychosocial support programs for students and actions to develop coping strategies focused on the problem.

Keywords: Common Mental Disorders; university students; mental health; coping; risk factors.

1 Universidade do Vale do Taquari, Brasil, Graduada em Psicologia, <https://orcid.org/0000-0002-4849-1852>, lidiane.brock@universo.univates.br, Av. Benjamin Constant, 881, Lajeado, RS.

2 Universidade do Vale do Taquari, Brasil, Doutora em Psicologia, <https://orcid.org/0000-0002-3702-9574>, lici@univates.br

3 Universidade do Vale do Taquari, Brasil, Doutora em Psicologia, <https://orcid.org/0000-0002-7865-953X>, michelle.oliveira@univates.br

4 Universidade de Brasília, Brasil, Doutora em Psicologia Social, <https://orcid.org/0000-0003-2336-5224>, mscarlotto@gmail.com

INTRODUÇÃO

Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) são considerados um quadro de sofrimento psíquico com menor gravidade e maior frequência, quando comparados aos transtornos mentais, sendo os sintomas, o esquecimento, a dificuldade na concentração, a insônia, a irritabilidade, a fadiga e questões somáticas, como cefaleia, perturbação no apetite, tremores e má digestão (Goldberg, 1994). Os TMC também aparecem na literatura como Transtornos Mentais Menores (TMM), por se tratarem de um grupo de sintomas que não preenchem um diagnóstico psiquiátrico formal, mas ainda assim afetam a qualidade de vida da população (Silva, Pereira, & Moura, 2020).

Estudos realizados com estudantes universitários encontraram prevalências altas de TMC (Gomes, Pereira Junior, Cardoso, & Silva, 2020; Oliveira, Carmo, & Vêras, 2023; Perini, Delanogare, & Souza, 2019). Essas investigações identificaram prevalência de 39,9% (Gomes et al., 2020), 40% (Perini et al., 2019), 66,1% (Rodrigues, Cruz, Nascimento, & Cid, 2022), 78,6% (Oliveira et al., 2023). Revisão sistemática da literatura realizada por Lopes, Lessa, Carvalho, Reichert, Andrade e Micheli (2022) encontrou em 18 estudos revisados, prevalências de TMC que variaram de 19% a 55,3%.

Quanto aos fatores sociodemográficos associados, identifica-se maior prevalência em mulheres (Oliveira et al., 2023; Perini et al., 2019; Rodrigues et al., 2022), solteiros (as) (Oliveira et al., 2023) e estudantes mais jovens (Carvalho, Araujo-Filho, Silva, Ibiapina, Cardoso, & Rocha, 2023). Com relação aos fatores acadêmicos, a literatura indica que a maior prevalência está associada a estar em algum curso da área de exatas (Rodrigues et al., 2022), pressão acadêmica e sobrecarga de atividades (Barros & Peixoto, 2022; Santos, Souza, Ribeiro, Nascimento, Bruno, & Cecília, 2021), insatisfação com o curso (Perini et al., 2019; Santos et al., 2021), relacionamentos insatisfatórios com os colegas e docentes, não contar com o apoio da Universidade frente às adversidades e não considerar a Universidade um ambiente acolhedor (Oliveira et al., 2023), ter dificuldade para fazer amigos, sentimento de rejeição e o pouco apoio emocional (Perini et al., 2019). Como fatores de proteção, revisão integrativa realizada por Graner e Cerqueira (2019) identificou ter uma religião, receber apoio social de pares e pais, estar engajado academicamente, utilizar estratégias de enfrentamento focadas no problema, resiliência, autoeficácia e autoestima elevadas, dentre outras.

O período de curso de graduação é geralmente acompanhado por diversas mudanças na vida dos estudantes. É um momento de construção profissional e aprendizagem, mas que também pode ser fonte de frustrações, angústias, tristezas (Cardoso, Gomes, Pereira, & Silva, 2019) e presença de diversos estressores, como sobrecarga de disciplinas ou de trabalhos acadêmicos, as dificuldades econômicas e familiares, a atuação dos professores e as dificuldades na assimilação da matéria (Abacar, Aliante, & Antonio, 2021). No contexto da pandemia do COVID-19, alguns estudos apontam que estudantes em período pandêmico apresentaram níveis significativamente maiores de depressão, ansiedade e estresse, em comparação ao período não pandêmico (Maia & Dias, 2020), sendo que foram observadas também reações emocionais como estresse, ansiedade, luto, raiva e pânico, associadas à preocupação com o atraso das atividades acadêmicas e o medo do adoecimento (Gundim et al., 2021).

A forma como as pessoas lidam com os estressores, denominadas estratégias de *coping*, relaciona-se com a qualidade da sua saúde (Keogh & Herdenfeldt, 2002; O'Driscoll, 2013). Essas estratégias são definidas como um conjunto de esforços cognitivos e comportamentais a fim de manejar demandas externas e/ou internas que

sobrecarregam os recursos pessoais (Lazarus & Folkman, 1984). Podem ser focadas no problema, quando agem sobre a causa do estresse, ou focadas na emoção, quando agem sobre as emoções geradas pela situação estressora (Folkman & Lazarus, 1980). Endler e Parker (1990) sugerem uma terceira dimensão do *coping* denominada evitação, a qual inclui estratégias voltadas à pessoa ou a tarefa, que buscam evitar a situação estressora. O *coping* de evitação envolve esforços cognitivos e comportamentais orientados para negar, minimizar ou evitar lidar diretamente com demandas estressantes (Cronkite & Moos, 1995)

As estratégias focadas no problema apresentam maiores resultados positivos, por alcançarem diretamente o estressor, enquanto estratégias evitativas são pouco eficazes, estando relacionadas ao adoecimento psíquico (Pietrowski, Cardoso, & Bernardi, 2018; Poncinho & Perestrelo, 2011). Outros autores entendem que o contexto da situação afeta a eficácia de uma estratégia, sendo que situações de trabalho favorecem o *coping* focado no problema, enquanto situações de saúde favorecem o *coping* focado na emoção (Folkman & Lazarus, 1980).

Em estudantes universitários, estudo realizado por Mota, Silva, Costa, Aguiar, Marques e Monaquezi (2021) identificou que estudantes universitários que utilizavam estratégias evitativas como fuga e esquiva e isolamento apresentavam maior risco de TMC. Estudantes que usavam estratégias de reavaliação positiva para extrair significado das experiências pessoais, aprender e mobilizar recursos para melhorar a adaptação, sendo baseadas em um plano de ação e resolução apresentavam menor risco. Investigação realizada por Narváez, Obando-Guerrero, Hernández-Ordoñez e Cruz-Gordon (2021) com estudantes universitários identificou que a pandemia COVID-19 impulsionou o uso de enfrentamento adaptativo reduziu os níveis de depressão, ansiedade e estresse e o uso de estratégias de enfrentamento desadaptativas aumentaram seus níveis de depressão, ansiedade e estresse.

Considerando as altas prevalências de TMC em estudantes universitários encontradas na literatura, entende-se que o presente estudo pode contribuir para a ampliação do conhecimento científico e subsidiar possíveis intervenções para as instituições de ensino com foco na criação de estratégias de enfrentamento aos estressores que promovam melhora na saúde de estudantes universitários. O presente estudo, de delineamento observacional, explicativo e de corte transversal, teve como objetivo identificar a prevalência dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) e sua associação com variáveis sociodemográficas, acadêmicas, laborais e estratégias de *coping* em estudantes universitários brasileiros.

MÉTODOS

Participantes

Participaram do estudo uma amostra do tipo não probabilística de 390 estudantes de uma universidade de caráter comunitário e beneficente de direito privado e sem fins lucrativos da região sul do país, cursando graduação na modalidade presencial. A maioria declarou-se pertencente ao sexo feminino (79,5%, n = 310), de cor branca (94,9%, n = 370); com companheiro(a) (52,6%, n = 205), sem filhos(as) (93,6%, n=365). A idade média dos participantes foi de 24 anos (DP = 6, Min = 17, Max = 62).

Quanto às características laborais, a maioria trabalha (82,5%, n = 322), com carga horária entre 21 a 40 horas

semanais (48,7%, n = 157), mais de 41 horas semanais (35,4%, n=114) e até 20 horas semanais (n=55, 17,1%). Em relação às características acadêmicas, a maior parcela dos estudantes realizava seu curso na Área das Ciências da Saúde (39,5%, n=154), seguido pela Ciências Humanas e Sociais (38,2%, n=149) e, por último, na Área de Ciências Exatas (22,3%, n=87). Quanto ao semestre, 44,4% estavam entre o 5º e o 8º semestre (n=173), 33,1% entre o 1º e o 4º semestre (n=129) e 22,6% no final do curso, entre o 9º ao 12º semestre (n=88). Em relação ao tempo que declararam ficar envolvidos em demandas acadêmicas, 37,4% relataram entre 9 e 17 horas semanais (n=146), 31,5% entre 18 e 26 horas semanais (n=123), 18,7% mais de 27 horas semanais (n=73) e 12,3% ficavam até 8 horas semanais (n=48).

Instrumentos

A coleta de dados foi realizada por meio de um instrumento autoaplicável constituído de três blocos: (1). Questionário de dados sociodemográficos (sexo, idade, situação conjugal filhos), acadêmicos (escolaridade, curso realizado na instituição, carga horária de disciplinas, período do curso) e laborais (estar trabalhando, carga horária). (2). *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ - 20), original desenvolvida por Harding et al. (1980), versão revalidada para o Brasil por Gonçalves, Stein e Kapczinski (2008), para rastreamento de transtornos mentais não-psicóticos, com 20 questões de resposta sim e não. Cada afirmativa pontua o valor de 1 para composição do escore final do somatório de valores. Ao final, os escores indicam a provável presença de transtorno mental, variando de 0 (nenhuma probabilidade) a 20 (extrema probabilidade). A análise de confiabilidade foi realizada através do Cálculo de Kuder Richardson (KR20) resultando no valor de 0,84. (3). *Coping Orientation to Problems Experienced Inventory* (COPE), de Carver, Scheier e Weintraub (1989), versão reduzida, adaptada por Câmara, Carlotto e Bedin (2019), cujo objetivo é identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com estressores. O instrumento é constituído por 18 itens distribuídos em três dimensões: *coping* evitativo (seis itens, $\alpha = 0,71$, neste estudo $\alpha = 0,74$), *coping* focado no problema (seis itens, $\alpha = 0,81$, neste estudo $\alpha = 0,70$) e *coping* focado na emoção (seis itens, $\alpha = 0,78$, neste estudo $\alpha = 0,60$). Os itens são avaliados numa escala de quatro pontos (1 “Não costumo fazer isso em absoluto” a 4 “Costumo fazer isso muito”).

Procedimentos de coleta de dados

Inicialmente foi feita abertura do protocolo institucional intitulado “Autorização para usar espaços, dados e documentos da instituição”, via sistema online da própria instituição, solicitando autorização para enviar a pesquisa para os estudantes e coordenadores de curso. Após o deferimento do protocolo, o *link* de acesso aos instrumentos no Google Formulários foi enviado aos coordenadores de curso e divulgado em redes sociais. A coleta de dados foi realizada no período de 5 a 20 de março de 2021, após a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, disponível no próprio formulário.

A coleta foi realizada na terceira fase da Covid-19 (fevereiro a junho de 2021) caracterizada, segundo o sistema Monitora Covid-19 da Fundação Oswaldo Cruz, ficou marcada por altas taxas de contágio e adoecimento e uma crise generalizada do sistema de saúde (Barcellos & Xavier, 2022). Assim, tal momento revelou a necessidade de coleta de

dados on-line. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da [nome ocultado para preservar a avaliação às cegas], sob o CAAE: [número ocultado para preservar a avaliação às cegas].

Procedimentos de análise dos dados

Os dados foram analisados no programa IBM SPSS - *Statistical Package for Social Sciences* versão 27 (PASW, Inc., Chicago, IL) para *Windows*. Como critério de decisão estatística, adotou-se o nível de significância de p menor que 0,05. Estatísticas descritivas foram realizadas para calcular as frequências, percentuais, médias e desvios-padrão. As variáveis quantitativas contínuas foram categorizadas com base em seus quartis com pontos de corte em Q1, >Q2 e superior a Q3.

As possibilidades de respostas dos instrumentos foram transformadas em variáveis categóricas dicotômicas. Nas dimensões do Inventário *Coping Orientation to Problems Experienced* foram agrupadas as pontuações de até o 2,50 (ponto de corte estabelecido pela mediana) para caracterizar a não utilização da estratégia de enfrentamento, enquanto que pontuações acima de 2,50 identificaram a utilização.

Considerando as variáveis e o tamanho amostral para uma das respostas da variável dependente (TMC = 266), as independentes foram analisadas por blocos alocados da seguinte forma: Bloco 1 - Dados sociodemográficos, acadêmicos e laborais; e Bloco 2 - Dimensões do *Coping*. A variável desfecho foi os TMC, mensurados pelo SRQ-20, e considerou suspeitos de TMC os estudantes que responderam a sete ou mais perguntas positivamente, com base nos estudos de Gonçalves et al. (2008) e Santos, Araújo, Pinho e Silva (2010).

Foi implementada a técnica de Regressão Logística Binária Multivariada. As variáveis selecionadas para análise multivariada foram todas as variáveis independentes com valores de VIF menor que 10 na análise bivariada, com o objetivo de evitar a exclusão de variáveis potencialmente importantes (Myers, 1990). As análises comparativas foram complementadas com estimativa da medida de efeito, o *Odds Ratio* (OR) bruto, com intervalo de confiança de 95% (IC95%).

Para seleção das variáveis representativas, foi usado o método de seleção *backward condicional*, a partir do modelo saturado. Para detectar a adequação/qualidade dos modelos gerados, consideraram-se os testes conhecidos como Pseudo R^2 – *Cox*, *Snell* e *Nagelkerk* – que indicam o poder de explicação das variáveis independentes sobre a variável dependente. A associação da regressão entre as variáveis independentes e o desfecho foi analisada com o teste da razão de máxima verossimilhança (*likelihood-ratiotest* – 2LL ou -2log).

RESULTADOS

A prevalência encontrada de TMC foi de 68,2%. Os resultados apresentados na Tabela 1 evidenciam que, entre as variáveis sociodemográficas, acadêmicas e laborais, somente a variável sexo feminino obteve associação estatisticamente significativa com TMC nesta etapa da análise.

Os resultados da tabela 2 indicam as associações com as dimensões do *Coping*. Verifica-se que as variáveis *coping* evitativo e *coping* focado no problema foram associadas aos TMC.

No bloco das variáveis sociodemográficas, acadêmicas e laborais, o modelo inicial foi composto pelos fatores idade, sexo, raça, companheiro(a), filhos, curso de graduação, semestre, carga horária acadêmica, atividade profissional e carga horária profissional. O modelo final foi definido em 11 etapas, que classificou corretamente 86,5% do grupo com TMC; e 35,5% do grupo sem TMC, o que implica uma proporção média de 70,3% de acertos. Conforme estatística de *Nagelkerk*, estima-se que o modelo foi capaz de explicar 8,2% das variações registradas no grupo com TMC.

Em relação ao bloco das variáveis referentes às dimensões do *coping*, o modelo inicial foi composto pelas três dimensões do instrumento. Já o modelo final, elencado como mais fidedigno para responder os com TMC, em 2 etapas, classificou corretamente 72,6% dos casos analisados. No grupo com TMC, a proporção de acerto foi de 94,4%; e no grupo sem TMC, foi de 25,8%. Conforme estatística de *Nagelkerk*, estima-se que o modelo final foi capaz de explicar 14,5% das variações registradas no grupo com TMC. A Tabela 3 apresenta o modelo geral de Regressão Logística Binária Multivariada.

As variáveis associadas aos TMC foram: sexo feminino; *coping* focado no problema; e *coping* evitativo. No que se refere aos fatores de maior impacto para explicar os TMC, os resultados apontaram associação positiva com o sexo feminino, implicando um aumento de 3,30 vezes mais chance de o estudante apresentar TMC; e o uso de estratégias de *coping* evitativas, implicando 5,57 vezes mais chance de o estudante apresentar TMC. A dimensão do *coping* focado no problema apresentou-se como fator protetivo, diminuindo as chances de o estudante apresentar TMC em 0,58 vezes.

As demais variáveis constantes no modelo, embora não tenham apresentado um nível mínimo de significância representativo, são importantes, pois influenciam, de certa forma, no poder de explicação das variáveis efetivamente significativas, conforme indicadores *Cox*, *Snell* e *Nagelkerk*.

DISCUSSÃO

O presente estudo buscou identificar a prevalência dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) e sua associação com variáveis sociodemográficas, acadêmicas, laborais e estratégias de *coping* em estudantes universitários brasileiros. Os resultados indicaram que uma proporção significativa dos participantes apresentou TMC (68,2%) e como fatores de risco ser do sexo feminino e utilizar estratégias de *coping* evitativas e como fator de proteção o uso de estratégias de *coping* focado no problema.

Quanto à prevalência, o percentual identificado pode ser considerado alto assim como os identificados por Rodrigues et al. (2022) que foi de 66,1% e de Oliveira et al. (2023) que identificou 78,6%. A alta prevalência em estudantes universitários pode estar relacionada à vivência do período pandêmico, no qual os alunos referiam ter medo de contrair a COVID-19 e porque tiveram suas atividades restritas, principalmente a prática de atividades físicas (Carvalho et al., 2023). Soma-se a essas vivências, o aumento do uso de dispositivos eletrônicos e crescimento exponencial de notícias com maior percepção negativa associadas à pandemia (Guimarães & Maués, 2021). A literatura tem confirmado o aumento da ansiedade, estresse e depressão entre os estudantes universitários como reflexo da pandemia (Maia & Dias, 2020; Talarowska et al., 2023), além da presença de sinais de cansaço, desânimo, desmotivação e menor aprendizagem decorrentes da pandemia (Nunes, 2021). Teodoro et. al. (2021) observaram

que, quanto maior o impacto do COVID-19 na vida do estudante, menor foi o nível de saúde mental apresentado.

Em relação aos fatores associados, a variável sociodemográfica que apresentou relação com os TMC foi o sexo feminino. Esse resultado vai ao encontro de estudos que identificaram que mulheres apresentam maior chance de apresentar sintomas de TMC (Oliveira et al., 2023; Perini et al., 2019; Rodrigues et al., 2022). Esse fato pode ser explicado pela maior dificuldade enfrentada por mulheres para ingressar numa carreira e alcançar maior independência social e econômica, enfrentando maiores conflitos que homens (Carvalho, Bertolini, Milani, & Martins, 2015). Outro aspecto é a desigualdade ainda enfrentada pelas mulheres na sociedade, considerando que muitas vezes precisam conciliar estudos com obrigações domésticas e familiares, as quais ainda tendem a ser tratadas como obrigação das mulheres (Reis, Aguiar, & Paes, 2020). No contexto pandêmico, também foi observado que estudantes universitárias mulheres apresentaram maiores níveis de cansaço emocional do que os homens (Araoz & Ramos, 2022).

Em relação às dimensões do *coping*, a variável com maior chance de acometimento foi a variável *coping* evitativo. Esse resultado vai ao encontro de outros estudos que relacionaram o uso de estratégias de *coping* e saúde mental, os quais identificaram que o uso de estratégias desadaptativas (evitativas e focadas na emoção) está relacionado a níveis mais elevados de depressão e ansiedade (Mota et al., 2021; Rogowska, Kusnierz, & Ochni., 2021). Estudo realizado por Rogowska et al. (2021) com estudantes universitários revela que ocorreu um aumento das estratégias evitativas ao longo da pandemia. Pode-se pensar que esse enfrentamento possa ter sido utilizado pelos estudantes na medida em que os estressores foram percebidos como de pouco controle (Kato, 2012) como foi o caso da pandemia (Zurlo, Vallone, & Della Volta, 2022). A pandemia gerou um contexto de incertezas fazendo com que as pessoas vivenciassem estímulos intensos de forma rápida e que pode ter levado a mais incertezas e desconfortos levando a um enfrentamento evitativo o que aumenta o sofrimento psicológico uma vez que não atua no estressor (Carnahan, Carter, & Sbrocco, 2022).

O *coping* focado no problema apresentou associação negativa com os TMC, ou seja, diminuiu as chances de o estudante apresentar TMC, caracterizando-se como um fator de proteção. Esse resultado vai ao encontro de outros estudos que identificaram diminuição dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão quando os estudantes utilizavam esse tipo de estratégia (Kurtović, Vuković, & Gajić, 2018; Oti-Boadi, Malm, Dey, & Oppong, 2022; Poncinho & Perestrelo, 2011). Também observado no contexto da COVID-19 por Mota et al. (2021), que acrescenta que estudantes que buscaram novas aprendizagens, mobilização de recursos para adaptação, dentre outras estratégias para resolução de problemas, tiveram menores índices de TMC.

CONCLUSÃO

Os resultados indicam uma alta prevalência de TMC e como fator de risco ser mulher e utilizar estratégias de *coping* evitativas e como fator de proteção o uso de *coping* focado no problema. Esses, provavelmente, potencializados pela vivência de um período altamente estressante gerado pela pandemia Covid-19.

É importante destacar como forças deste estudo, o uso de um modelo teórico e instrumentos com adequadas propriedades psicométricas para as variáveis investigadas utilizados amplamente em investigações nacionais e internacionais. Destaca-se também a alta proporção de casos de TMC classificados corretamente e as etapas da

análise do modelo utilizado, sendo realizados 11 passos no Bloco 1 e 2 passos no Bloco 2.

A investigação apresenta algumas limitações que devem ser consideradas para a leitura dos seus resultados. A primeira diz respeito ao seu desenho transversal, que impossibilita realizar inferências causais (Wang & Cheng, 2020). A segunda é devido ao tipo de amostra não probabilística que não permite a generalização de seus resultados. A terceira é devido ao fato de o estudo ter sido realizado em uma única instituição com características e cultura regionais.

Estudos futuros com delineamento longitudinal e múltiplas fontes podem ampliar a compreensão acerca dos fatores associados ao adoecimento psíquico dos estudantes, além de clarificar as consequências da pandemia de Covid-19 na saúde mental desse público. Amostras aleatórias de diferentes regiões do país podem ampliar o conhecimento sobre os fatores de risco e de proteção aos TMC.

Como implicações para a prática, sugere-se para as instituições de ensino a implementação de programas voltados para a prevenção da saúde mental aos estudantes visando a desestigmatização do sofrimento psicológico com vistas a auxiliar a identificar os estressores e sintomas associados para, se necessário, buscar auxílio. Destaca-se a importância de reconhecer os efeitos da pandemia na vida pessoal e acadêmica dos estudantes, auxiliando-os a retomar as atividades de forma construtiva.

Ações voltadas para o desenvolvimento das estratégias de enfrentamento focadas no problema são igualmente importantes, com reforço específico para o grupo de estudantes mulheres. Por fim, destaca-se a importância do acompanhamento psicossocial dos estudantes por parte da instituição, professores e pares, para a criação de um ambiente de ensino saudável no qual os estudantes possam lidar com os estressores de forma a ter um adequado manejo e resolução construtiva.

REFERÊNCIAS

- Abacar, M., Aliante, G., & Antonio, J. F. (2021). Stress e estratégias de coping em estudantes universitários. *Aletheia*, 54(2), 133-144. <http://dx.doi.org/DOI10.29327/226091.54.2-13>
- Araoz, E. G. E., & Ramos, N. A. G. (2022). Cansaço emocional em estudantes universitários peruanos no contexto da pandemia de Covid-19. *Educação & Formação*, 7(1), 1-20. <https://doi.org/10.25053/redufor.v6i2.6759>
- Barcellos, C., & Xavier, D. R. (2022). As diferentes fases, os seus impactos e os desafios da pandemia de covid-19 no Brasil. *Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde*, 16(2), 221-226. <https://doi.org/10.29397/reciis.v16i2.3349>
- Barros, R. N. de, & Peixoto, A. de L. A. (2022). Integração ao ensino superior e saúde mental: um estudo em uma universidade pública federal brasileira. *Avaliação-Campinas*, 27(03), 609-631. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-40772022000300012>
- Câmara, S. G., Carlotto, M. S., & Bedin, L. M. (2019). Evidências de validade da versão reduzida do Coping Orientation to Problems Experienced Inventory (COPE) com trabalhadores brasileiros. *Psicogente*, 22(41), 1-18.

<https://doi.org/10.17081/psico.22.41.3301>

- Cardoso, J. V., Gomes, C. F. M., Pereira, R. J., & Silva, D. A. (2019). Estresse em estudantes universitários: uma abordagem epidemiológica. *Revista de Enfermagem UFPE*, 13(especial), e241547. <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.241547>
- Carnahan, N. D., Carter, M. M., & Sbrocco, T. (2022). Intolerance of uncertainty, looming cognitive style, and avoidant coping as predictors of anxiety and depression during COVID-19: a longitudinal study. *International Journal of Cognitive Therapy*, 15(1), 1-19. <http://dx.doi.org/10.1007/s41811-021-00125-7>
- Carvalho, I. S. de, Araujo-Filho, A. C. A., Silva, A. P. da., Ibiapina, A. R. de S., Cardoso, A. R., & Rocha, S. S. da. (2023). Prevalência de transtornos mentais comuns em universitários durante a pandemia da COVID-19. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas*, 19(3), 57-65. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2023.196206>
- Carvalho, E. A., Bertolini, S. M. M. G., Milani, R. G., & Martins, M. C. (2015). Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino Superior. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 14(3), 1290-1298. <https://doi.org/10.4025/ciencucuidaude.v14i3.23594>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, B. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cronkite, R. C., Moos, R. H. (1995). Life context, coping processes, and depression. In: E. E., Beckham, & W. R., Leber (Eds.), *Handbook of depression* (pp. 569–587). Guilford Press.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-854. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.58.5.844>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Goldberg, D. M. (1994). A bio-social model for common mental disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 90(suppl. 385), 66-70. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1994.tb05916.x>
- Goldberg, D., & Huxley, P. (1992). *Common Mental Disorders: A bio-social model*. Routledge.
- Gomes, C. F. M., Pereira Junior, R. J., Cardoso, J. V., & Silva, D. (2020). Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. *SMAD: Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 16(1), 1-8. <https://doi.org/10.11606//issn.1806-6976.smad.2020.157317>
- Gonçalves, D. M., Stein, A. T., & Kapczinski, F. (2008) Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for

- DSM-IV-TR. *Caderno de Saúde Pública*, 24(2), 380-390. <https://www.scielo.br/pdf/csp/v24n2/16.pdf>
- Graner, K. M., & Cerqueira, A. T. A. R. (2019). Revisão integrativa: sofrimento psicológico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(4), 1327-1346. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>
- Guimarães, A. R., & Maués, O. C. (2021). Ensino remoto na educação superior pública: posições do movimento sindical docente no contexto da pandemia de Covid-19. *Revista Trabalho, Política e Sociedade*, 6(10), 155-174. <https://doi.org/10.29404/rtps-v6i10.827>
- Gundim, V. A., Encarnação, J. P. Santos, F. C., Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., & Souza, R. C. (2021). Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista baiana de Enfermagem*, 35(e37293), 1-14. <http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>
- Harding, T. W., Arango, M. V. de, Baltazar, J., Climent, C. E., Ibrahim, H. H., Ladrado-Ignacio, L., Murthy, R. S., & Wig, N. N. (1980). Mental disorders in primary health care: a study of their frequency and diagnosis in four developing countries. *Psychological Medicine*, 10(2), 231-241. <https://doi.org/10.1017/s0033291700043993>
- Kato, T. (2012). Development of the Coping Flexibility Scale: Evidence for the coping flexibility hypothesis. *Journal of Counseling Psychology*, 59, 262-273. <https://doi.org/10.1037/a0027770>
- Keogh, E., & Herdenfeldt, M. (2002). Gender, coping and the perception of pain. *Pain*, 97(3), 195-201. [https://doi.org/10.1016/S0304-3959\(01\)00427-4](https://doi.org/10.1016/S0304-3959(01)00427-4)
- Kurtović, A., Vuković, I., & Gajić, M. (2018). The effect of locus of control on university students' mental health: possible mediation through self-esteem and coping. *The Journal of Psychology*, 152(6), 341-357. <https://doi.org/10.1080/00223980.2018.1463962>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lopes, F. M., Lessa, R. T., Carvalho, R. A., Reichert, R. A., Andrade, A. L. M., & Micheli, D. (2022). Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Psicologia em Pesquisa*, 16, e31105. <https://doi.org/10.34019/1982-1247.2022.v16.31105>
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia*, 37, e200067. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Mota, D. C. B., Silva, Y. V. da, Costa, T. A. F., Aguiar, M. H. da C., Marques, M. E. de M., & Monaquezi, R. M. (2021). Mental health and internet use by university students: coping strategies in the context of COVID-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(6), 2159-2170. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.44142020>

- Myers, R. (1990). *Classical and modern regression with applications*. London: Duxbury.
- Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., & Cruz-Gordon, E. K. D. L. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Universidad y Salud*, 23(3), 207-216. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>
- Nunes, R. C. (2021). Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(3), 1-13. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13022>
- O'Driscoll, M. P. (2013). Coping with stress: A challenge for theory, research and practice. *Stress and Health*, 29(2), 89-90. <https://doi.org/10.1002/smi.2489>
- Oliveira, R. A., Carmo, M. B. B. do, & Vêras, R. M. (2023). Fatores associados aos transtornos mentais comuns em estudantes universitários da universidade federal da Bahia. *Cenas Educacionais*, 6, e14766. <https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/14766>
- Oti-Boadi, M., Malm, E., Dey, N.E.Y., & Opong, S. (2022). Fear of COVID-19: Psychological distress and coping among university students in Ghana. *Current Psychology*, 41, 8260–8270. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02267-5>
- Perini, J. P., Delanogare, E., & Souza, S. A. (2019). Transtornos Mentais Comuns e aspectos psicossociais em universitários do sul do Brasil. *Vittalle: Revista de Ciências da Saúde*, 31(1), 44-51. <https://doi.org/10.14295/vittalle.v31i1.8678>
- Pietrowski, D. L., Cardoso, N. O., & Bernardi, C. C. N. (2018). Estratégias de coping frente à síndrome de burnout entre os professores: uma revisão integrativa da literatura nacional. *Contextos Clínicos*, 11(3), 397-409. <https://doi.org/10.4013/ctc.2018.113.10>
- Pocinho, M., & Perestrelo, C. X. (2011). Um ensaio sobre burnout, engagement e estratégias de coping na profissão docente. *Educação e Pesquisa*, 37(3), 513-528. <https://www.scielo.br/pdf/ep/v37n3/a05v37n3.pdf>
- Reis, S. M. A. O., Aguiar, & S. G., Paes, V. N. (2020). Mulheres na universidade: a conquista sucede a luta. *Revista Cocar*, 14(30), 1-19. <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/3601>
- Rodrigues, D. S., Cruz, D. M. C., Nascimento, J. S., & Cid, M. F. B. (2022). Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 30, e3305. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO252833051>
- Rogowska, A. M., Kusnierz, C., & Ochnik, D. (2021). Changes in stress, coping styles, and life satisfaction between the first and second waves of the COVID-19 pandemic: A longitudinal cross-lagged study in a sample of university students. *Journal of Clinical Medicine*, 10(17), 4025. <https://doi.org/10.3390/jcm10174025>

- Santos, K. O. B., Araújo, T. M. D., Pinho, P. D. S., & Silva, A. C. C. (2010). Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). *Revista Baiana Saúde Pública*, 34(3), 544-60. <http://files.bvs.br/upload/S/0100-0233/2010/v34n3/a1881.pdf>
- Santos, A. L. T., Souza, J. F., Ribeiro, C. L., Nascimento, P. A. C., Bruno, T., & Cecília, H. (2021). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes da área da saúde e os fatores relacionados. *Saúde Coletiva*, 11(67), 6677- 6683. <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i65p6677-6690>
- Silva, R. C., Pereira, A. A., & Moura, E. P. (2020). Qualidade de vida e Transtornos Mentais Menores dos estudantes de medicina do Centro Universitário de Caratinga (UNEC) - Minas Gerais. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(2), 1-7. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.2-20190179>
- Talarowska, M., Rucka, K., Kowalczyk, M., Chodkiewicz, J., Kowalczyk, E., Karbownik, M. S., & Sienkiewicz, M. (2023). Mental health of students at Polish universities after two years of the outbreak of COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1921. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031921>
- Teodoro, M. L. M., Alvares-Teodoro, J., Peixoto, C. B., Pereira, E. G., Diniz, M. L. N., Freitas, S. K. P., Ribeiro, P. C. C., Gomes, C. M. A., & Mansur-Alves, M. (2021). Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 9(2), 372-383. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497969633003>
- Wang, X. Cheng, Z. (2020). Cross-sectional studies: Strengths, weaknesses, and recommendations. *Chest*, 158(1), S65-S71. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>

Lista de Anexos

Tabela 1 - Caracterização dos dados sociodemográficos segundo a classificação TMC

Variáveis	Classificação TMC				p	Odds Ratio Bruto
	Sem TMC (n=124)		Com TMC (n=266)			OR (IC95%)
	N	%	n	%		
Faixa etária					0,66	1,07 (0,78 - 1,48)
Até 20 anos	36	29	71	26,7		
21 até 25 anos	51	41,1	133	50		
26 anos ou mais	37	29,8	62	23,3		
Sexo					0,00	
Masculino	44	35,5	36	13,5		1
Feminino	80	64,5	230	86,5		3,51 (2,11 - 5,84)
Raça					0,18	0,57 (0,25 - 1,29)
Branca	113	91,1	257	96,6		
Parda	11	8,9	7	2,6		
Negra	0	0	2	0,8		
Companheiro					0,16	1,38 (0,88 - 2,16)
Sim	69	55,6	136	51,1		
Não	55	44,4	130	48,9		
Filhos					0,68	1,22 (0,48 - 3,12)
Sim	10	8,1	15	5,6		
Não	114	91,9	251	94,4		
Curso de graduação					0,12	1,27 (0,93 - 1,73)
Ciências da saúde	45	36,3	109	41		
Ciências humanas e sociais aplicadas	52	41,9	97	36,5		
Ciências exatas	27	21,8	60	22,6		
Semestre					0,77	1,06 (0,74 - 1,51)
1° ao 4° semestre	45	36,3	84	31,6		
5° ao 8° semestre	49	39,5	124	46,6		
9° ao 12° semestre	30	24,2	58	21,8		
Carga horária acadêmica					0,70	0,96 (0,77 - 1,19)
Até 8 horas	18	14,5	30	11,3		

Tabela 1 - Caracterização dos dados sociodemográficos segundo a classificação TMC (cont.)

Entre 9 e 17 horas	49	39,5	97	36,5		
Entre 18 e 26 horas	37	29,8	86	32,3		
Mais de 27 horas	20	16,1	53	19,9		
Atividade profissional					0,38	0,77 (0,43 - 1,38)
Realiza	100	80,6	222	83,5		
Não realiza	24	19,4	44	16,5		
Carga horária profissional					0,90	1,01 (0,80 - 1,28)
Não trabalha	22	17,7	42	15,8		
Até 20 horas semanais	15	12,1	40	15		
Entre 21 a 40 horas semanais	48	38,7	109	41		
Mais de 41 horas semanais	39	31,5	75	28,2		

Tabela 2 - Caracterização das dimensões do coping segundo a classificação TMC

Variáveis	Classificação TMC				p	Odds Ratio Bruto
	Sem TMC (n=124)		Com TMC (n=266)			OR (IC95%)
	n	%	n	%		
Coping focado no problema					0,04	
Sim	94	75,8	180	67,7		0,58 (0,34 - 0,97)
Não	30	24,2	86	32,3		1
Coping focado na emoção					0,35	
Sim	52	41,9	143	53,8		1,26 (0,77 - 2,05)
Não	72	58,1	123	46,2		1
Coping evitativo					0,00	
Sim	4	3,2	43	16,2		5,57 (1,92 - 16,18)
Não	120	96,8	223	83,8		1

Tabela 3 - Modelo Geral explicativo para os TMC

Variáveis independentes	Coeficiente de regressão				Odds Ratio Ajustado	
					95% C.I. para EXP(B)	
	B	S.E.	Sig.	Exp(B)	Inferior	Superior
Sexo	1,29	0,27	0,00	3,63	2,14	6,15
Coping evitativo	1,72	0,54	0,00	5,57	1,92	16,18
Coping focado no problema	- 0,55	0,26	0,04	0,58	0,34	0,97