



## Associação entre depressão, ansiedade, estresse e satisfação com a vida em universitários de um município no interior do Ceará

Association between depression, anxiety, stress and satisfaction with life in university students in a municipality in Ceará

Asociación entre depresión, ansiedad, estrés y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de un municipio de Ceará

Maria Laís Ribeiro Braga<sup>1</sup>, André Sousa Rocha<sup>1</sup>, Iany Tâmillá Pereira Batista<sup>1</sup>, Antonia Juliana Mesquita Ferreira<sup>1</sup>, João Vitor Teixeira de Sousa<sup>1</sup>, Vanessa Ximenes Bertoldo Rolim<sup>1</sup>, Carlos Eduardo da Silva-Barbosa<sup>2</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Investigar a relação entre ansiedade, estresse e depressão com níveis de satisfação com a vida em estudantes universitários em uma instituição localizada no interior do Ceará. **Métodos:** A amostra, não probabilística, foi de 237 universitários com idade entre 18 e 50 anos, com média de 23 anos (DP= 5,93). No que se refere ao sexo, 179 (75,52%) se autodeclararam mulheres. Foram utilizadas a Escala de Satisfação com a Vida e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS - 21). **Resultados:** Os resultados demonstram que os universitários pesquisados apresentam maior nível de estresse, e nível de satisfação com a vida razoavelmente satisfeitos. A correlação entre as variáveis resultou em uma força inversamente proporcional de magnitude fraca, significando que a medida que a depressão, ansiedade e estresse aumentam, a satisfação com a vida tem fraca tendência a diminuir. **Conclusão:** Considerando os resultados encontrados, percebe-se a relevância de se explorar e estudar os níveis de depressão, ansiedade e estresse entre os universitários e avaliar a satisfação com a vida, visto que os resultados obtidos reforçam a necessidade de intervenções.

**Palavras-chave:** Bem-estar, Saúde mental, Universitários.

### ABSTRACT

**Objective:** To investigate the relationship between anxiety, stress and depression with levels of life satisfaction in university students at an institution located in the interior of Ceará. **Methods:** The non-probabilistic sample consisted of 237 university students aged between 18 and 50 years old, with an average of 23 years old (SD= 5.93). With regard to sex, 179 (75.52%) declared themselves women. The Satisfaction with Life Scale and the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS - 21) were used. **Results:** The results demonstrate that the university students surveyed have a higher level of stress and a reasonably satisfied level of life satisfaction. The correlation between the variables resulted in an inversely proportional force of weak magnitude, meaning that as depression, anxiety and stress increase, satisfaction with life has a weak tendency to decrease.

<sup>1</sup> Centro Universitário INTA. (UNINTA) – Campus Itapipoca, Itapipoca – CE.

<sup>2</sup> Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. (UFRRJ), Rio de Janeiro – RJ.

**Conclusion:** the results found, the relevance of exploring and studying the levels of depression, anxiety and stress among university students and evaluating satisfaction with life is clear, as the results obtained reinforce the need for interventions.

**Keywords:** Wellbeing, Mental health, University students.

---

## RESUMEN

**Objetivo:** Investigar la relación entre ansiedad, estrés y depresión con los niveles de satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de una institución ubicada en el interior de Ceará. **Métodos:** La muestra no probabilística estuvo compuesta por 237 estudiantes universitarios con edades entre 18 y 50 años, con un promedio de edad de 23 años (DE= 5,93). En cuanto al sexo, 179 (75,52%) se declararon mujeres. Se utilizó la Escala de Satisfacción con la Vida y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21). **Resultados:** Los resultados demuestran que los estudiantes universitarios encuestados tienen un mayor nivel de estrés y un nivel de satisfacción con la vida razonablemente satisfecho. La correlación entre las variables resultó en una fuerza inversamente proporcional de magnitud débil, lo que significa que a medida que aumentan la depresión, la ansiedad y el estrés, la satisfacción con la vida tiene una tendencia débil a disminuir. **Conclusión:** Considerando los resultados encontrados, queda clara la relevancia de explorar y estudiar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios y evaluar la satisfacción con la vida, ya que los resultados obtenidos refuerzan la necesidad de intervenciones.

**Palabras clave:** Bienestar, Salud mental, Estudiantes universitarios.

---

## INTRODUÇÃO

O ambiente universitário promove as habilidades, competências profissionais e pessoais dos estudantes, proporcionando qualidade no funcionamento cognitivo (ARINO DO, et al., 2018).

Para Cerqueira KM e Graner ATDAR (2019), durante a trajetória acadêmica, o estudante universitário passa por mudanças biológicas, psicológicas, sociais e encontra situações que impactam na saúde mental. Ao se deparar com as exigências e demandas típicas do ingresso universitário, o estudante apresentará recursos cognitivos e emocionais para administrar uma série de novas demandas (PADOVANI RDC, et al., 2014).

As novas solicitações acadêmicas são intrínsecas a vivência universitária, como, por exemplo: maior carga horária de trabalho, nível de exigência elevado em relação ao processo de formação, adaptação a um novo contexto e rotina de sono modificadas (ARINO DO, et al., 2018).

Para Sahão FT e Kienen N (2021) o sofrimento mental dos estudantes se relaciona a essa série de requisições do ambiente universitário. Existem também as variáveis pessoais que afetam a saúde mental do universitário, como o menor convívio familiar em decorrência da moradia em outra cidade, dificuldade de gerenciar as finanças, transporte, constituição de novos vínculos sociais e a possibilidade de afastamento de outros já existentes (JARDIM MGL, et al., 2020).

Segundo Sousa GSD et al., (2021) as transições que ocorrem no ambiente universitário são intensas e aumentam a probabilidade de crises, tornando os estudantes um grupo mais vulnerável. Nesse período, o acadêmico experimenta uma nova rotina, com inclusão de responsabilidades, além de intensas expectativas sociais, resultando em dificuldades de adaptação e de enfrentamento às circunstâncias que envolvem a Instituição de Ensino Superior (IES).

De acordo com Backhaus I, et al. (2019), ao escolher a futura profissão, o estudante desenvolve elevadas expectativas sobre como ocorrerá a trajetória no espaço acadêmico. Jardim MGL, et al., (2020) argumentam que a insatisfação com o curso ao qual os universitários pertencem pode ser fator que impacta na saúde mental e nas relações que ele estabelece. O ingressar na universidade se configura para os jovens como um evento importante permeado de mudanças, amadurecimento, que, tipicamente, coincide com o período de

desenvolvimento psicossocial (BARROS RND, 2022). Essas mudanças podem ser demarcadas por fatores de risco e proteção associados a sintomas psicopatológicos.

A ansiedade é um sentimento próprio da vivência humana, necessário para a autopreservação. Pode ser conceituada como apreensão, tensão ou inquietação pela antecipação do perigo. O quadro ansioso é um dos mais associados a doenças psicossomáticas, em que se manifestam outras doenças com origem nos fatores emocionais (BERNARDELLI LV et al., 2022).

O estresse se relaciona com os estados emocionais naturais da reação pessoal dos sujeitos frente a mudanças desafiadoras. O modo como a pessoa reage a esses agentes estressores é relevante para a probabilidade do surgimento ou a evolução de algum adoecimento (KAM SXL et al., 2019). A exposição intensa a estressores é um dos principais fatores ambientais que vulnerabilizam o indivíduo para o desenvolvimento de quadros depressivos (PADOVANI RDC, et al., 2014).

A depressão se caracteriza como um transtorno multifatorial que pode se desenvolver em qualquer período da vida, gerando custos pessoais e sociais. Essa psicopatologia aumenta a probabilidade para comportamentos autodestrutivos, comumente acompanhada pela perda do significado atribuído à vida, podendo levar ao suicídio. Estima-se que no Brasil a prevalência para quadros depressivos na população acima de 18 anos seja de 7,6%, visto que as faixas etárias de 18 a 29 anos correspondem a 3,9% desse total (BARROSO SM e ANDRADE VSD, 2019).

Arino DO et al. (2018) evidenciam que os estudantes universitários estão vulneráveis ao desenvolvimento de quadros depressivos, ansiosos e de estresse. O autor destaca a prevalência elevada desses transtornos dentre universitários, sendo previsto que cerca de 15 a 25% desse público pode apresentar algum transtorno mental durante a formação acadêmica. A partir desses dados, argumenta-se que os aspectos relacionados à vida acadêmica e à carreira impactam na saúde mental dessa população e explicam parcialmente a alta prevalência de transtornos mentais encontrados.

Pavot We Diener ED (1993) conceituam a satisfação com a vida como um processo de julgamento no qual os sujeitos avaliam a qualidade de suas vidas tendo como base um conjunto de critérios próprios. A satisfação com a vida corresponde a um julgamento cognitivo consciente da vida na qual os critérios de julgamento aferidos são pessoais. O indivíduo faz a comparação de circunstâncias de vida com um conjunto de padrões já estabelecidos. Diante do exposto, objetivou-se com este estudo, investigar a relação entre ansiedade, estresse e depressão com níveis de satisfação com a vida em estudantes universitários do interior do Ceará.

## MÉTODOS

Estudo transversal, quantitativo e descritivo em que a amostra, escolhida por conveniência, foi composta por 237 estudantes de graduação das áreas da saúde, a saber, Fisioterapia, Medicina, Psicologia, Nutrição, Enfermagem e Odontologia de uma instituição de ensino superior privada localizada no interior do Ceará. As idades dos participantes variaram de 18 a 50 anos, com média de 23 anos (DP=5,93).

No que se refere ao sexo, 179 (75,52%) se autodeclararam mulheres. Em relação à distribuição dos cursos, houve predominância de estudantes de psicologia com 134 representantes (56,54%), seguido da enfermagem com 41 (17,29%), odontologia com 23 (9,7%), nutrição com 15 (6,32%), fisioterapia com 13 (5,48%) e medicina com 11 (4,64%).

Foram utilizados dois instrumentos para coletar os dados, sendo a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS) – 21 e a Escala de Satisfação com a Vida (ESV).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário INTA – UNINTA – Campus Itapipoca (registro CAAE 68454323.0.0000.8133) sob parecer nº 6.002.050. Após obter o parecer favorável, os alunos foram contatados para serem informados sobre os propósitos da pesquisa. A coleta de dados foi realizada de forma coletiva em sala de aula. Os participantes completaram ambos os instrumentos em uma única sessão com tempo médio de 15 minutos.

Avaliou-se a normalidade dos dados por meio de duas técnicas: Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk. Vale ressaltar que o valor de  $p < 0,001$  em todos os fatores da DASS – 21, caracterizando a distribuição não normal. Apenas a ESV apresentou nível de significância para uma distribuição normal, ou seja,  $p > 0,05$ .

Assim, optou-se pela escolha de procedimentos não-paramétricos para analisar os dados. Utilizou-se também o teste U de Mann-Whitney para comparação entre os grupos e a correlação de Spearman para a investigação da relação entre os construtos ansiedade, depressão, estresse e nível de satisfação com a vida, adotando-se  $p > 0,05$  como nível crítico de significância e intervalo de confiança 95%.

A fim de atender aos objetivos propostos, foram utilizadas estatísticas descritivas e inferenciais. Foram aplicados teste o t de student para comparar os grupos a correlação de Pearson para verificar o nível de associação entre as variáveis em estudo. Os resultados obedeceram a sequência dos objetivos propostos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente, apresentam-se as estatísticas descritivas da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) e da Escala de Satisfação com a Vida (ESV). As descrições do DASS 21 estão elencadas na tabela 1, que apresenta as análises referentes às médias de depressão, ansiedade e estresse.

Em relação a DASS – 21 a maior média é referente ao fator estresse ( $M=14,95$ ). Já o fator ansiedade apresentou menor média ( $M=13,00$ ) de escores.

**Tabela 1** - Estatística descritiva da DASS – 21.

N		Mínimo	Máximo	Média	Erro Desvio
Dass-dep-geral	237	0	21	13,85	4,520
Dass-ans-geral	237	0	21	13,00	4,263
Dass-est-total	237	0	21	14,95	4,268
Esv-total	237	0	21	20,86	7,054
N válido (de lista)	237				

Fonte: Braga MLR, et al., 2024.

Essa análise demonstra que o nível de estresse é maior em relação ao nível de ansiedade nos participantes desta amostra, ou seja, estudantes de graduação na área da saúde. Dando sequência aos objetivos, em relação a ESV, como é uma escala simples de cinco itens, verificou-se que a média geral dos participantes foi ( $M=20,91$ ) (Tabela 2).

**Tabela 2** – Estatística descritiva da ESV.

N		Mínimo	Máximo	Média	Erro Desvio
Esv-total	237	5	35	20,91	6,958
N válido (de lista)	237				

Fonte: Braga MLR, et al., 2024.

Na Tabela 3 a correlação entre os construtos mensurados pela DASS – 21 e a ESV foram estabelecidas. Percebe-se uma relação diretamente proporcional entre os fatores da escala DASS – 21 com magnitude moderada a forte, o que é sugerido pelos achados de Martins, BG et al. (2019) em que o autor argumenta que existe uma sobreposição clínica entre depressão, ansiedade, e estresse na proposta original da DASS-21.

A criação da escala já era prevista uma alta correlação entre os fatores que ela se propõe a verificar. Em contrapartida, visualiza-se uma relação inversamente proporcional entre a DASS – 21 com a ESV com magnitude fraca entre as variáveis, o que está em consonância com achados de outras pesquisas.

**Tabela 3** - Correlação de Spearman entre os fatores da DASS - 21 e ESV.

	Dass-dep-geral		Dass-ans-geral	Dass-est-total
Dass-dep-geral	Coeficiente de Correlação	1,000	,697**	,712**
	Sig. (2 extremidades)	-	,000	,000
	N	237	237	237
Dass-ans-geral	Coeficiente de Correlação	,697**	1,000	,805**
	Sig. (2 extremidades)	,000	-	,000
	N	237	237	237
Dass-est-total	Coeficiente de Correlação	,712**	,805**	1,000
	Sig. (2 extremidades)	,000	,000	.
	N	237	237	237
Esv-total	Coeficiente de Correlação	-,296**	-,153*	-,135*
	Sig. (2 extremidades)	,000	,018	,037
	N	237	237	237

Fonte: Braga MLR, et al., 2024.

Na **Tabela 4**, ao comparar os índices de depressão, ansiedade e estresse da escala DASS-21 entre os sexos, pode-se verificar, por meio do teste U de Mann-Whitney, que houve diferença estatisticamente significativa, no que tange a depressão ( $U=4267,500$ ;  $Z= - 2,160$ ,  $p < 0,05$ ,  $r=0,14$ ), a ansiedade ( $U=3786,000$ ;  $Z= - 3,219$ ,  $p < 0,05$ ,  $r= 0,21$ ) e ao estresse ( $U=4789,000$ ;  $Z= - 3,532$ ,  $p < 0,05$ ,  $r= 0,21$ ). Pode-se observar que o tamanho do efeito oscilou entre muito baixo e baixo entre os grupos (Field, 2020).

Não foi possível encontrar diferenças entre os grupos quando se buscou avaliar o nível de satisfação com a vida ( $U=4789,000$ ;  $Z= - 1,014$ ,  $p > 0,05$ ,  $r= 0,07$ ). Portanto, para os fatores da DASS-21, a análise de dados sugeriu que a hipótese nula ( $H_0$ ) deve ser rejeitada, de modo que a hipótese alternativa ( $H_a$ ) seja acatada. Todavia, para a ESV a análise apontou para a retenção da  $H_0$ , isto é, de que a hipótese nula não pode ser rejeitada.

Quando os grupos foram avaliados, cujo intuito foi verificar quais deles pontuaram mais em relação aos instrumentos, verifica-se que as mulheres apresentaram maiores índices de ansiedade, depressão e estresse e satisfação com a vida, conforme a (**Tabela 5**) que demonstra os valores de mediana e intervalo interquartilico, em relação aos homens.

Esses resultados não estão de acordo com uma das hipóteses levantadas pelo estudo, de que as mulheres apresentaram maiores níveis de depressão, ansiedade, estresse e, como consequência, menores índices de satisfação com a vida. Logo, a tal situação esperada ocorreu com a população masculina. Dado que as pontuações na ESV foram maiores em comparação com a DASS – 21.

**Tabela 4** - Correlação de Teste Mann-Whitney para amostras independentes.

	Dass-dep-geral	Dass-ans-geral	Dass-est-total	Esv-total
U de Mann-Whitney	4267,500	3786,000	3643,500	4789,000
Wilcoxon W	6037,500	5556,000	5413,500	6559,000
Z	-2,160	-3,219	-3,532	-1,014
Significância Sig. (bilateral)	,031	,001	,000	,311

Fonte: Braga MLR, et al., 2024.

**Tabela 5**- Estatística descritiva para amostras independentes (homens e mulheres).

	Dass-dep-geral		dass-ans-geral		dass-est-total		esv-total	
	M <sub>d</sub>	IA	M <sub>d</sub>	IA	M <sub>d</sub>	IA	M <sub>d</sub>	IA
Mulheres	14,0	7	14,0	7	16,0	7	21,0	9
Homens	13,0	7	11,0	7	13,0	6	19,0	9

Fonte: Braga MLR, et al., 2024.



O presente trabalho objetivou investigar a relação entre depressão, ansiedade e estresse, com a satisfação com a vida em universitários de um município no interior do Ceará. Observou-se semelhança na caracterização da amostra de universitários com outros estudos quando se dialoga sobre a maior tendência a mulheres estudantes, o que se diferencia é que a média de idade encontrada neste estudo é de 23 anos. No estudo de Oliveira ESD, et al. (2020) também é observada uma tendência de maiorias mulheres, solteiras, com faixa etária entre 18 a 21 anos. O estudo de Padovani RDC, et al. (2014) também apresenta mais mulheres participantes.

A literatura aponta para a vulnerabilidade da população universitária ao perceber que esse público é afetado por maiores índices em comparação a população em geral quando se trata de quadros depressivos, ansiosos e de estresse (PADOVANI, RDC et al., 2014; JARDIM MGL et al., 2020; BARROSO SM et al., 2019). Com os dados obtidos por meio da DASS-21, verificou-se que o estresse obteve a maior média com 14,95 (**Tabela 1**).

Sendo assim, o estresse está mais elevado em relação à depressão e a ansiedade na vivência desses universitários. Esse dado corrobora com o estudo de Abacar M, et al. (2021) que indica uma predominância de sintomas de estresse de natureza psicológica em estudantes universitários.

Os autores, em sua pesquisa, citam que as maiores fontes de estresse foram encontradas na sobrecarga de matéria ou de trabalhos acadêmicos, dificuldades financeiras, situações familiares e atuação dos professores.

As intensas mudanças experienciadas do ingresso universitário podem ocasionar quadros estressores. Na literatura científica, o estresse pode ser descrito como uma reação física, psíquica e hormonal que ocorre quando o indivíduo experimenta uma situação em que o corpo necessita de adaptação frente a estado de tensão excessiva e crônica que pode causar desequilíbrio na homeostase do sujeito.

Além disso, o quadro estressor é resultante da ineficácia ou esgotamento das estratégias de enfrentamento neste âmbito. Quando vivenciando situações estressoras, o indivíduo pode passar a apresentar baixa tolerância às frustrações e desilusões (MARTINS BG, et al., 2019; KAM, 2019).

O estudo de Oliveira ESD, et al. (2020) relatou que existe alta taxa de estresse entre os estudantes, associado a hábitos prejudiciais à saúde, em destaque, o uso de substâncias psicoativas, sedentarismo, perfil de sono inadequado e hábitos alimentares não saudáveis. As situações estressoras podem influenciar no modo como o estudante aproveita as oportunidades que surgem no ensino superior, tanto com relação à formação profissional quanto ao desenvolvimento psicossocial (SAHÃO FT e KIENEN N, 2021).

Padovani RDC, et al. (2014) sugere que é necessário um melhor cuidado com os universitários para a diminuição de quadros de estresse. Para isso, o autor aponta para o incentivo do maior convívio familiar por meio do apoio financeiro, da melhoria de transportes ou do oferecimento de ajuda para visitação às famílias de outros Estados.

O estudo aponta também como estratégia a inserção de profissionais de assistência psicossocial ao estudante, a criação de campanhas psicoeducativas para prevenção e tratamento do estresse, visto que mulheres apresentam maior índice, o autor propõe políticas específicas voltadas para a saúde da mulher. Os achados da aplicação da Escala de Satisfação com a Vida (**Tabela 2**) evidenciam que os universitários pesquisados se apresentam razoavelmente satisfeitos com uma média de 20,91 pontos, se diferenciando dos achados de Honório DA, (2020), onde universitários concluintes e ingressantes apresentam uma somatória com uma média de 25 pontos se encaixando na classificação satisfeitos.

A satisfação com a vida impacta o modo como o universitário vai se relacionar com esse ambiente e seus pares. Uma maior satisfação com a vida colabora para as vivências acadêmicas que ocorrem, para comportamentos pró-sociais, e traz benefícios à saúde mental e física dos estudantes, contribuindo para menores comportamentos de risco (HONÓRIO DA, 2020).

Com relação aos achados da correlação de variáveis (**Tabela 3**), foi inicialmente feita a correlação de Spearman entre as variáveis da DASS-21. Ao cruzar todos os fatores foi observado uma correlação

significativa de magnitude moderada a forte entre suas variáveis que exploram a depressão, ansiedade e estresse. Assim, reforça-se o alto índice de correlação entre suas variáveis (MARTINS BG, et al., 2019). No que diz respeito à correlação das variáveis da DASS-21 e ESV foi encontrada uma correlação inversamente proporcional de magnitude fraca, significando que quando os níveis de depressão, ansiedade e estresse aumentam ocorre em uma magnitude fraca a redução dos níveis de satisfação com a vida, ou oposto.

Dessa maneira, resultados encontrados da correlação das variáveis corroboram em partes com o estudo de Dorta et al. (2022) em que o autor estuda a relação entre depressão e bem-estar subjetivo em pessoas com e sem diagnóstico de transtorno mental. Os resultados das suas correlações destacam que o sujeito que tem um diagnóstico de algum transtorno mental apresenta menor satisfação com a vida.

Dos resultados refletidos nesta pesquisa, verifica-se a diferença encontrada, que foi uma correlação fraca, mas ainda existente, que aponta para o menor bem-estar subjetivo à medida que a depressão, ansiedade e estresse se intensificam.

Os dados coletados nesta pesquisa não apresentaram parâmetros normais de distribuição de dados, por isso, foram utilizados testes não paramétricos, o teste Mann-Whitney (**Tabela 4**) para a comparação dos grupos independentes. A partir do teste, os achados demonstram que na comparação dos dois grupos ocorreu uma diferença estatística significativa quando se fala da relação entre depressão, ansiedade e estresse, significando que a variável sexo tem efeito sobre esses três fatores.

Diferente da satisfação com a vida que não apresentou na medida de análise diferença com significado estatístico, indicando que o fenômeno da satisfação com a vida não se altera pelo variável sexo, esse achado está conforme a pesquisa de Silva BNS, et al. (2021) que identificou em ambos sexos uma satisfação com a vida invariante.

Conforme os achados deste estudo, mulheres apresentam maior percentual nas três categorias verificadas pela DASS-21. Tal achado é consistente com o resultado de outras pesquisas que apontam que mulheres apresentam maiores taxas de depressão, ansiedade e estresse do que homens (PADOVANI RDC, et al., 2014; LOPES FM, et al., 2022).

A maior prevalência de depressão, ansiedade e estresse encontrada em mulheres pode ser justificada por fatores sociais, biológicos e psicológicos e a capacidade de mulheres de expressarem suas emoções mais facilmente do que os homens. Essa comparação das prevalências relacionadas ao sexo se mostra relevante para pensar na criação de intervenções e estratégias voltadas ao cuidado em saúde mental nesse âmbito para os universitários (MARTINS BG, et al, 2019).

Para Jardim MGL, et al., (2020) o alto índice entre mulheres se deve ao acúmulo de papéis sociais atribuídos a elas, como, por exemplo, as mulheres frequentemente precisam conciliar suas atividades laborais com o trabalho doméstico, demanda que não acontece, de forma geral, com os homens; além disso, ainda existe o papel de cuidadora direcionado geralmente a figura feminina.

Dessa maneira, esse acúmulo de atividades, geralmente vivenciado por mulheres, pode ocasionar que o tempo de atividades voltadas para o cuidado de si se torne mais raro, contribuindo assim para consequências adversas à saúde física e emocional. Além desses, outros aspectos que podem ter contribuído para que mulheres apresentassem maior pontuação seriam a maior exposição a eventos negativos, como exemplo, discriminação de gênero, abuso físico e sexual.

De acordo com Beneton ER, et al. (2021) os universitários do sexo feminino e masculino reagem de formas diferentes aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse que desencadeiam na vivência universitária. O autor ainda discorre que mulheres tendem a manifestar maiores sintomas emocionais (depressão, ansiedade e estresse) enquanto universitários do sexo masculino tendem fazer maior uso de substâncias psicoativas, mascarando o que sentem. Verifica-se, então, que mulheres apresentaram índices maiores de estresse, ansiedade e depressão e na literatura mostra uma maior sobrecarga de mulheres (JARDIM MGL, et al. 2020; LOPES FM, et al. 2022) o que pode ser utilizado para justificar esse achado. Mesmo apresentando maior sobrecarga, mulheres sabem expressar melhor o que sentem do que homens.

Os homens optam por outra saída e apresentam tendência a associar doença a fraqueza, e por muitas vezes, têm dificuldade de expressar ansiedade e sentimentos e dificultando pedir ajuda (BENETON ER, et al., 2021; SILVA, BNS et al., 2021). Quando feita a estatística descritiva (**Tabela 5**) foi possível verificar na divisão de grupos por sexo que mulheres apesar de apresentar taxas maiores de depressão, ansiedade e estresse, apresentarão também maior satisfação com a vida do que homens. Levando em consideração que o poder econômico impacta na satisfação com a vida (SILVA BNS, et al., 2021) seria necessário investigar por sexo como se estabelece esse aspecto nesta amostra.

## CONCLUSÃO

Os objetivos iniciais deste estudo foram devidamente alcançados, tendo sido uma de suas hipóteses iniciais negada quando se fala que mulheres obtiveram maiores taxas de depressão, ansiedade e estresse, e por isso, apresentariam menor satisfação com a vida. Contudo, a hipótese foi parcialmente confirmada. Considerando os resultados encontrados, percebe-se a relevância de se explorar e estudar os níveis de depressão, ansiedade e estresse entre os universitários e avaliar a satisfação com a vida, visto que os resultados obtidos reforçam a necessidade de intervenções. Os instrumentos podem ser usados como um meio de auxiliar e criar planos estratégicos para o cuidado e prevenção desses universitários que se encontram em uma vivência marcada por intensas mudanças, necessidade de adaptação, tomada de decisões e outros fatores que propiciam o desenvolvimento de estressores, como apontou o achado. Dessa maneira, sugere-se para pesquisas futuras o estudo da satisfação com a vida exclusivamente na população universitária feminina, utilizando-se de outros instrumentos somados à ESV a fim de compreender melhor como se encontra o bem-estar subjetivo.

## REFERÊNCIAS

1. ABACAR M, et al. Stress e estratégias de coping em estudantes universitários. *Aletheia*, 2021; 54(2).
2. ARIÑO DO e BARDAGI MP. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista psicologia em pesquisa*, 2018; 12(3).
3. BACKHAUS I, et al. Health-related quality of life and its associated factors: results of a multi-center cross-sectional study among university students. *Journal of Public Health*, 2020; 42(2): 285-293.
4. BARROS RND e PEIXOTO ADLA. Integração ao ensino superior e saúde mental: um estudo em uma universidade pública federal brasileira. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, 2022; 27: 609-631.
5. BARROSO SM, et al. Solidão e depressão: Relações com características pessoais e hábitos de vida em universitários. *Psicologia: Teoria e pesquisa*, 2019.
6. BENETON ER, et al. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. *Revista da SPAGESP*, 2021; 22(1): 145-159.
7. BERNARDELLI LV, et al. A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, 2022; 27: 49-67.
8. DIENER ED, et al. The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 1985; 49(1): 71-75.
9. FIELD A. *Descobrimos a estatística usando o SPSS-5*. Penso Editora, 2020.
10. GRANER KM e CERQUEIRA ATDAR. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2019; 24: 1327-1346.
11. HONORÁRIO DA, et al. Perfil motivacional, formas de estudo e satisfação de estudantes universitários com a vida. *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, 2020; 101(258): 420-435.
12. JARDIM MGL, et al. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. *Psico-USF*, 2021; 25: 645-657.
13. KAM SXL, et al. Estresse em estudantes ao longo da graduação médica. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2020; 43: 246-253.
14. LOPES FM et al. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 2022; 16(1): 1-23.
15. MARTINS BG, et al. Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2019; 68: 32-41.
16. NASCIMENTO AMD. Satisfação com a vida: uma explicação pautada na crença no mundo justo e nos valores humanos. *Repositório UFPB*, 2016.



17. NETO F. The satisfaction with life scale: Psychometrics properties in an adolescent sample. *Journal of youth and adolescence*, 1993; 22(2): 125-134.
18. OLIVEIRA ESD, et al. Estresse e comportamentos de risco à saúde entre estudantes universitários. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2020; 73.
19. PADOVANI RDC, et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, 2014; 10(1): 02-10.
20. PAVOT W e DIENER ED. Review of the satisfaction with life scale. *Psychological assessment*, 1993; 5(2): 164.
21. SAHÃO FT e KIENEN N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 2021; 25.
22. SILVA BNS, et al. Propriedades psicométricas da Satisfaction with Life Scale em adultos jovens brasileiros. *Cadernos de Saúde Pública*, 2021; 37.
23. SOUSA GSD, et al. Fatores associados à ideação suicida de universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021; 75(3).