

# ANÁLISE DA RELEVÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE ENTRE ESTUDANTES DO CURSO DE PSICOLOGIA DA UNIEVANGÉLICA COMO FATOR DE PRESERVAÇÃO DA SAÚDE MENTAL AO LONGO DA GRADUAÇÃO

Cristina França Rodrigues<sup>1</sup>  
Anna Carolina Messias Nogueira<sup>2</sup>  
Letícia Matos Alves Freires<sup>3</sup>  
Humberto de Sousa Fontoura<sup>4</sup>  
Leandro Nascimento da Silva Rodrigues<sup>5</sup>  
Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA<sup>12345</sup>

## RESUMO

**Introdução:** Estudantes de Psicologia passam por um contexto de grande exigência emocional durante a graduação, o que os torna vulneráveis ao estresse e a outros transtornos mentais comuns. Nesse sentido, a espiritualidade e a religiosidade se dão como potenciais fatores protetores à saúde mental. **Objetivo:** Analisar a realidade acadêmica dos estudantes de Psicologia da UniEVANGÉLICA em relação à saúde mental, identificando a influência da espiritualidade. **Método:** Trata-se de uma pesquisa descritiva, transversal e quantitativa, realizada com 35 estudantes do 1º, 4º e 8º períodos. Foram aplicados questionário socioeconômico e as escalas DASS-21, SSRS, FACIT-SP e WHOQOL-SRPB. **Resultados:** Grande parte dos estudantes apresentou níveis elevados de espiritualidade e percepção espiritual, associando-se a menores índices de depressão, ansiedade e estresse. Observou-se correlação negativa entre espiritualidade e sofrimento psíquico ( $r$  variando de -0,26 a -0,39), sugerindo que quanto maior a espiritualidade, menor os sintomas negativos da depressão, ansiedade e estresse. **Conclusão:** A espiritualidade se mostrou relevante como fator de proteção da saúde mental dos estudantes de Psicologia.

**Palavras-chave:** Espiritualidade; Estudantes Universitários; Saúde Mental;

## INTRODUÇÃO

A formação e atuação na área da saúde são realizadas em ambientes com elevada demanda emocional, de modo que os profissionais e estudantes em formação são mais vulneráveis à tensão psicológica e à exaustão emocional, estando susceptíveis ao desenvolvimento do estresse e de outros transtornos mentais comuns. O desenvolvimento dessas desordens pode implicar em prejuízos sociais, profissionais e emocionais, ainda mais pelo período universitário acontecer, para muitas pessoas, no início da vida adulta em uma fase de maturação das habilidades de lidar com demandas diversas e ambientes competitivos (Souza, Caldas, De Antoni, 2017).

Em vista da ampliação da compreensão da relação saúde/doença, uma nova visão de integralidade do cuidado, necessária para abranger as necessidades

desses estudantes, envolvendo a promoção da saúde por meio do bem-estar mental, por exemplo, abrange o profissional psicólogo, que objetiva promover a qualidade de vida do ser humano em sua integridade, considerando aspectos biológicos, psíquicos e sociais. (Brasil, 1997).

Embora sejam conhecidos fatores “tradicionais” que podem interferir na qualidade da saúde mental, como exercício físico, a dimensão da religiosidade muitas vezes é descartada. No entanto, há uma crescente evidência de que a espiritualidade e a religiosidade desempenham um papel significativo no enfrentamento de desafios emocionais e na promoção do bem-estar psicológico. Neste contexto, explorar essa temática entre os estudantes da área da saúde torna-se imperativo para oferecer uma abordagem mais completa e holística à saúde mental (Luiz *et al.*, 2023). Diante do exposto, o objetivo deste trabalho é interpretar a realidade acadêmica dos estudantes matriculados no curso de Psicologia da Universidade Evangélica de Goiás - Campus de Anápolis no que diz respeito à sua saúde mental e determinar a influência da espiritualidade nessa perspectiva.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma pesquisa descritiva com delineamento transversal e abordagem quantitativa, realizada a partir da aplicação de escalas que avaliam a espiritualidade, religiosidade e saúde mental. O projeto de pesquisa foi aprovado pela Plataforma Brasil da UniEVANGÉLICA. Sendo a população do estudo constituída por 738 alunos do curso de Psicologia da UniEVANGÉLICA. Estimou-se uma amostra de conveniência prevista de 232 participantes, distribuídos entre o primeiro, quarto e oitavo semestres nos períodos matutino e noturno, considerando a facilidade de acesso aos participantes e a viabilidade de coleta de dados dentro do contexto acadêmico.

Os participantes responderam questionário para coleta de dados socioeconômica por meio da escala ENADE 2022 e foram avaliados quanto a saúde mental e qualidade de vida pelas escalas DASS-21 e pela escala WHO-SRPB que avaliou a espiritualidade e fé pelas escalas SSRS e FACIT-SP

Os dados foram transcritos para planilhas no programa MS Excel Office XP. Para verificar a normalidade dos dados, foi utilizado o teste de Komolgorov-smirnov. Para comparação entre grupos, foi utilizado o teste T-Student (distribuição simétrica)

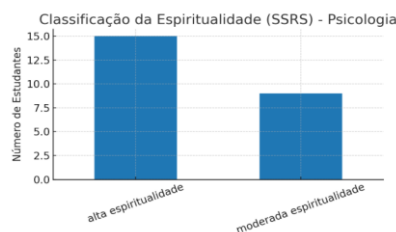
ou teste Mann-Whitney. A análise estatística descritiva foi realizada no software Statistical Packpage for Social Science (SPSS 16.0), adotando-se significância de  $p < 0,05$ .

## RESULTADOS

A amostra efetiva, considerando a adesão inferior à prevista, foi composta por 35 estudantes do 1º, 4º e 8º período do curso de Psicologia da UniEVANGÉLICA, com idades entre 19 e 29 anos. A maioria dos participantes declarou vínculo religioso, embora em diferentes intensidades de prática, relataram também participantes que se declaram apenas espiritualizados, sem afiliação religiosa formal. Não foram observadas associações significativas entre espiritualidade e renda familiar.

Na análise da escala SSRS (Spiritual Self Rating Scale), verificou-se que a maior parte dos estudantes apresentou alta espiritualidade, seguida por níveis moderados, como mostrado na figura 1. Ainda que não tenham sido identificadas diferenças estatisticamente significativas entre períodos do curso, os dados indicam que a espiritualidade é percebida como uma dimensão relevante ao longo da graduação.

**Figura 1.** Distribuição da classificação de espiritualidade (SSRS)



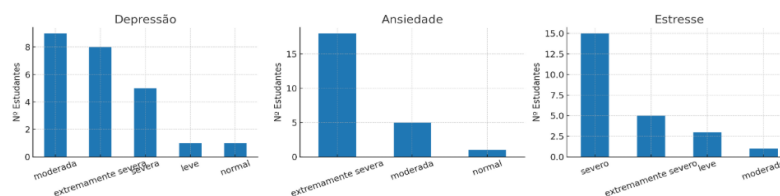
Fonte: Autor

Na avaliação da saúde mental com a escala DASS-21, observou-se a seguinte distribuição: predominância de níveis moderados e leves de depressão com alguns casos graves e extremamente graves. Apenas um estudante foi classificado como normal o que indica uma predominância de sintomas depressivos relevantes entre os participantes. Em relação aos sintomas ansiosos há uma maior frequência em classificações moderada e severa, indicando elevada prevalência de sintomas ansiosos. Para o fator estresse, grande parte apresentou

níveis moderados a severos, sugerindo impacto considerável da rotina acadêmica, como mostra a figura 2.

Logo, os indicadores de depressão, ansiedade e estresse apresentaram correlações fortes entre si ( $r \approx 0,71$ ), evidenciando que os estudantes que relatam sintomas de uma dessas condições tendem a apresentar também as outras.

**Figura 2.** Distribuição dos níveis de Depressão, Ansiedade e Estresse entre os estudantes de Psicologia.



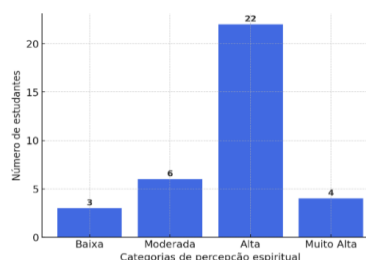
Fonte: Autor

No que diz respeito ao bem-estar espiritual, avaliado pela escala FACIT-SP, a maioria dos estudantes (28) foi classificada com nível moderado, enquanto seis apresentaram níveis elevados e apenas um foi classificado com nível baixo.

Além disso, a espiritualidade e o bem-estar espiritual apresentaram correlação negativa com sintomas de depressão, ansiedade e estresse, já que a escala FACIT-SP correlacionou-se negativamente com Depressão ( $r = -0,39$ ), Ansiedade ( $r = -0,29$ ) e Estresse ( $r = -0,34$ ), isto é, se relacionam de maneira moderada e inversa, quando uma aumenta a outra diminui.

Já na escala WHOQOL-SRPB, 22 estudantes demonstraram alta percepção espiritual, enquanto 6 se dividiram entre percepção moderada, 4 muito alta e 3 percepção baixa, como mostra a figura 3. Ademais, essa escala se correlaciona negativamente com as variáveis depressão, com o  $r = -0,28$  e ansiedade com um  $r = -0,26$ .

**Figura 3.** Percepção espiritual (WHOQOL-SRPB)



Fonte: Autor

Essas correlações entre espiritualidade e bem-estar indica que níveis mais elevados de espiritualidade estão associados a menores níveis de sofrimento psicológico, ou seja, quanto maior o nível de espiritualidade, menores os níveis de sofrimento psíquico relatado pelos estudantes.

### **CONCLUSÃO**

Portanto, é certo que estudantes com maior percepção e prática espiritual apresentaram menores níveis de depressão, ansiedade e estresse, sugerindo que a espiritualidade pode atuar como recurso de enfrentamento no contexto acadêmico.

### **AGRADECIMENTOS**

Agradeço à Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA, pela concessão da bolsa de Iniciação Científica, que possibilitou o desenvolvimento deste trabalho. Além de agradecer o meu orientador e coorientador pela orientação e incentivo.

### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BRASIL. Ministério da Saúde. **Conselho Nacional de Saúde**. Resolução nº 218/1997.

FRANÇA, Luiz Carlos Moraes et al. Espiritualidade e religiosidade para universitários: uma revisão de literatura. **Enfermagem Brasil**, v. 22, n. 2, p. 258-274, 2023.

OLIVEIRA, M. R.; JUNGES, J. R. Saúde mental e espiritualidade/religiosidade: a visão de psicólogos. **Estudos de psicologia**, v. 17, n. 3, p. 469 - 476, 2012.

PANZINI, Raquel Gehrke *et al.* Validação brasileira do Instrumento de Qualidade de Vida/espiritualidade, religião e crenças pessoais. **Revista de Saúde Pública**, v. 45 (1), p. 153-65, 2011.

SOUZA, Marcella; CALDAS, Thuanny; DE ANTONI, Clarissa. Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde: uma revisão sistemática. **Psicologia e Saúde em debate**, v. 3, n. 1, p. 99-126, 2017.