

DO PROPÓSITO À PRÁTICA: ESPIRITUALIDADE E BEM-ESTAR MENTAL NA GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

Anna Carolina Messias Nogueira¹
Cristina França Rodrigues¹
Letícia Matos Alves Freires¹
Humberto de Sousa Fontoura¹
Leandro Nascimento da Silva Rodrigues¹
Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹

RESUMO

INTRODUÇÃO: A espiritualidade é compreendida como a busca de sentido e propósito na vida, podendo ou não envolver religião, e tem sido associada à promoção do bem-estar. Estudantes da área da saúde, particularmente de Fisioterapia, enfrentam sobrecarga emocional, acadêmica e socioeconômica, o que os torna vulneráveis a transtornos psíquicos. Nesse contexto, a espiritualidade pode atuar como recurso de enfrentamento. **OBJETIVO:** Interpretar a realidade acadêmica de estudantes de Fisioterapia da UniEVANGÉLICA – Anápolis quanto à saúde mental e analisar a influência da espiritualidade nesse cenário. **MÉTODOS:** Estudo descritivo, transversal e quantitativo, com amostra de 43 estudantes do 1º, 4º e 8º períodos de Fisioterapia. Foram aplicadas escalas validadas disponibilizadas via Google Forms. A análise estatística utilizou SPSS, considerando $p < 0,05$. **RESULTADOS:** A espiritualidade foi predominante: 79% dos estudantes apresentaram alta espiritualidade (SSRS), e 72% relataram alta ou muito alta percepção espiritual (WHOQOL-SRPB). Contudo, 74,4% indicaram apenas bem-estar espiritual moderado (FACIT-SP12). Em relação à saúde mental, 93% apresentaram ansiedade (69,8% em nível extremamente grave), 79% depressão (48% grave ou extremamente grave) e 65% estresse (37,2% grave). A renda familiar de até três salários-mínimos foi relatada por 51,2%, e 55,8% dos estudantes trabalhavam, fatores associados à sobrecarga emocional. **CONCLUSÃO:** A espiritualidade mostrou-se constante ao longo da graduação e constitui recurso importante de suporte emocional, mas não suficiente para prevenir sintomas de ansiedade, depressão e estresse. O bem-estar espiritual moderado sugere que a vivência prática da espiritualidade tem maior impacto sobre a saúde mental do que a simples percepção espiritual. Aspectos socioeconômicos também contribuem significativamente para o sofrimento psíquico desses estudantes.

Palavras-chave: Curso de fisioterapia; Espiritualidade; Saúde mental.

INTRODUÇÃO

A espiritualidade reflete a busca pessoal por sentido e propósito na vida, conectando-se a algo maior, com ou sem laços religiosos. Ela pode ser um caminho para encontrar equilíbrio e fortalecer a saúde mental, trazendo bem-estar em momentos de desafio (Oliveira; Junges, 2012).

Ao ingressar na universidade, o estudante busca uma profissão que traga realização social, emocional e financeira. No entanto, expectativas frustradas podem gerar sofrimento mental, com impactos físicos e psicológicos que comprometem sua qualidade de vida (Souza; Caldas; De Antoni, 2017).

A formação em saúde, como na Fisioterapia, ocorre em ambientes de alta carga emocional, tornando estudantes e profissionais mais suscetíveis ao estresse e a transtornos psicológicos (Souza; Caldas; De Antoni, 2017; Vuuren; Bodenstein; Nel, 2018). Além das demandas teóricas e práticas, desafios pessoais afetam diretamente a saúde mental. Embora sono e exercício sejam fatores valorizados, a espiritualidade e a religiosidade, muitas vezes subestimadas, revelam-se fundamentais para enfrentar dificuldades e promover bem-estar (Luiz C. M. F et al., 2023).

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho é interpretar a realidade acadêmica dos estudantes matriculados no curso de Fisioterapia 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

Os dados foram descritos como média, desvio-padrão, frequências, porcentagens e gráficos. Para verificar a normalidade dos dados, foi utilizado o teste de Kolmogorov-smirnov. Para comparação entre grupos, foi utilizado o teste T-Student (distribuição simétrica) ou teste Mann-Whitney. Foi considerado $P < 0,05$ e os dados foram analisados no software Statistical Packpage for Social Science (SPSS).

Trata-se de um estudo descritivo, transversal e quantitativo, aprovado pelo Comitê de Ética (CAAE 79982424.4.0000.5076). A amostra incluiu 43 estudantes do 1º, 4º e 8º períodos de Fisioterapia da UniEVANGÉLICA – Anápolis, com idade superior a 18 anos. Os participantes com respostas incompletas foram excluídos.

Entre fevereiro e maio de 2025, um questionário via Google Forms, com Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, foi aplicado em sala de aula. As escalas utilizadas foram:

- SSRS (Spirituality Self Rating Scale);
- DASS-21 (Depressão, Ansiedade e Estresse);
- WHOQOL-SRPB (Qualidade de Vida – Espiritualidade);
- FACIT-SP12 (Bem-estar Espiritual);
- ENADE 2022 (Socioeconômico).

Os dados foram analisados no SPSS, com testes de normalidade (Kolmogorov-Smirnov) e comparação (T-Student ou Mann-Whitney), considerando $p < 0,05$.

RESULTADOS

A análise conjunta das escalas SSRS, WHOQOL-SRPB e FACIT-SP12 evidencia que a espiritualidade é uma dimensão marcante na vida dos estudantes de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás ao longo de toda a graduação.

Como ilustrado na tabela 1, na escala SSRS verificou-se predomínio de alta espiritualidade em 79% dos participantes, em comparação com apenas (2%) de baixa espiritualidade, demonstrando que os alunos, independentemente do período (1º, 4º ou 8º), mantêm elevado envolvimento espiritual ao longo da graduação.

Tabela 1. Distribuição dos níveis de orientação espiritual segundo a SSRS entre estudantes de Fisioterapia. UniEVANGÉLICA, Anápolis, 2025.

Classificação	Alta espiritualidade	Moderada	Baixa
Nº de participantes	34	8	1
Porcentagem	79%	19%	2%

Fonte: autoria própria.

A avaliação pela escala WHOQOL-SRPB reforçou essa tendência, como comprovado na tabela 2, ao indicar que mais de 70% dos estudantes apresentam alta (53,5%) ou muito alta (18,6%) percepção espiritual, sugerindo que a espiritualidade é fortemente presente e valorizada durante a graduação.

Tabela 2. Distribuição dos níveis de percepção espiritual segundo a WHOQOL-SRPB entre estudantes de Fisioterapia. UniEVANGÉLICA, Anápolis, 2025.

Classificação	Muito alta	Alta	Moderada	Baixa
Nº de participantes	8	23	11	1
Porcentagem	18,6%	53,5%	25,6%	2,3%

Fonte: autoria própria.

Já a FACIT-SP12 mostrou que a maioria dos participantes (74,4%) apresenta bem-estar espiritual em nível moderado, como demonstrado na tabela 3, revelando que, embora a espiritualidade esteja presente, nem sempre seu impacto é percebido na vida prática de forma intensa.

Tabela 3. Distribuição dos níveis de bem-estar espiritual segundo a FACIT-SP12 entre estudantes de Fisioterapia. UniEVANGÉLICA, Anápolis, 2025.

Classificação	Alto	Moderado	Baixo
Nº de participantes	6	32	5
Porcentagem	13,9%	74,4%	11,6%

Fonte: autoria própria.

Em relação aos fatores da saúde mental analisados e organizados na tabela 4, a ansiedade é a dimensão mais comprometida visto que 93% dos estudantes apresentavam algum nível de ansiedade e entre eles, 69,8% em nível extremamente

grave. Já em relação ao estresse, a maioria dos participantes demonstrou níveis grave (37,2%) ou moderado (27,9%). Por fim, aproximadamente 79% dos estudantes analisados apresentaram algum grau de depressão, sendo que 48% em nível grave ou extremamente grave. Como os participantes estavam distribuídos entre diferentes períodos, os achados sugerem que o estado de sofrimento psíquico não se restringe ao início ou final da formação acadêmica.

Tabela 4. Distribuição dos sintomas de saúde mental segundo a DASS-21 entre estudantes de Fisioterapia. UniEVANGÉLICA, Anápolis, 2025.

DASS-21	Extremamente grave	Grave	Moderado	Leve	Normal
Ansiedade	69,8%	16,3%	4,7%	2,3%	7%
Estresse	20,9%	37,2%	27,9%	7%	7%
Depressão	25,6%	23,3%	25,6%	4,7%	20,9%

Fonte: autoria própria.

A análise dos fatores socioeconômicos revelou que a maioria dos estudantes (51,2%) tinha renda familiar total de até três salários-mínimos e que 55,8% trabalhavam durante a graduação, esse grupo provavelmente enfrenta maior carga de estresse e ansiedade por ter que conciliar os estudos e estágios com a demanda e necessidade laboral.

CONCLUSÃO

A espiritualidade, um pilar fundamental na jornada acadêmica dos estudantes de Fisioterapia da UniEVANGÉLICA, destaca-se como recurso essencial de suporte emocional, mantendo-se constante ao longo da graduação. Contudo, seu bem-estar moderado (74,4%, FACIT-SP12) não impede a alta prevalência de ansiedade (93%), depressão (79%) e estresse (65%), intensificados por baixa renda (51,2%) e trabalho (55,8%). Assim, a espiritualidade, embora valiosa, requer complemento com suporte psicológico e financeiro. A amostra pequena limita a generalização dos achados.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem à Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA pelo apoio institucional e pelo fomento à pesquisa por meio da concessão da bolsa PIBIC (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica), que possibilitou o desenvolvimento deste trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABDULGHANI, H. M. et al. Association between spirituality and depression among medical students in Saudi Arabia. **Journal of Religion and Health**, v.56, n.3, p.1175-1183, 2017.

ARAGÃO, J., et al. Saúde mental em estudantes de medicina. In: Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia, 14, 2017, Braga, Portugal. Anais: **ATAS DO XVI CONGRESSO INTERNACIONAL GALEGO-PORTUGUÊS DE PSICOPEDAGOGIA**. Braga, Portugal: Asociación Científica Internacional Psicopedagogía, 2017, p. 014 - 016.

BONFIM, R. S. S.; de AGUIAR, M. C. M. A influência do curso de medicina na espiritualidade dos estudantes. **Revista Pró - UniverSUS**, v. 12, n. 2, p. 78 - 85, 2021.

BYRBYE, L. N.; THOMAS, M. R.; SHANNAFELT, T. D. Systematic Review of Depression, Anxiety, and Other Indicators of Psychological Distress Among U.S. and Canadian Medical Students. **Academic Medicine**, v.89, n.5, p. 837- 847, 2014.

COSTA. L. S., et al. Religiosidade e Espiritualidade no Enfrentamento à pandemia de COVID-19: revisão integrativa. **Revista Psicologia da IMED**. Mato Grosso do Sul, Brasil, v. 14, n. 1, p. 157 - 175, 2022.

FERNANDES COSTA, Katlyn Laury et al. Avaliação dos níveis de ansiedade, estresse e qualidade de vida em acadêmicos de Fisioterapia. **Fisioterapia Brasil**, v. 20, n. 5, 2019.

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.

GRETHER, et al. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). **Revista Brasileira de Educação Médica**. Santa Catarina, Brasil, v. 43, n. 1, p. 276 - 285, 2019.

KREIN, Carline Engel. O conceito ampliado de saúde e sua relação com a saúde mental. **Rio Grande do Sul: UNIJUÍ**, 2021.

MONTEIRO, D. D., et al. Espiritualidade/religiosidade e saúde mental no Brasil: uma revisão. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**. São Paulo, Brasil, v. 40, n. 98, p. 129 - 139, 2020.

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.

PEREIRA, F.; SANTOS, C. Adaptação cultural da Functional Assessment of Chronic ILLness Therapy -Spiritual Well -Being (FACIT-Sp): estudo de validação em doentes oncológicos na fase final de vida. **Cadernos de Saúde**, v. 4, n. 2, p. 37-45, 1 jun. 2011.

TYSSEN, R. et al. Suicidal ideation among medical students and young physicians: a nationwide and prospective study of prevalence and predictors. **Journal of Affective Disorders**, v.104 n1-3, p.121-130, 2018.

VAN VUUREN, Elizabeth C. Janse; BODENSTEIN, Karen; NEL, Mariette. Stressors and coping strategies among physiotherapy students: Towards an integrated support structure. **Health SA Gesondheid**, v. 23, 2018.