Psi Unisc
REVISTA DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
DA UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL
AVALIAÇÃO QUADRIENAL 2021 - 2024
Qualis B1
ISSN: 2527-1288
Mestrado Profissional em Psicologia
EDUNISC
UNISC

*Cómo citar (APA): Abacar, M., Aliante, G., José, C. M., Carlos, F. Q., & Pastola, A. (2026). Síntomas de estrés en estudiantes de medicina clínica de último año. *Psi Unisc*, 10, Artigo e19560. http://doi.org/10.17058/psiunisc.v10i.19560

Tipo de Artículo: Artículos de Investigación

Síntomas de estrés en estudiantes de medicina clínica de último año[1]

Sintomas de estresse em estudantes finalistas do curso de medicina clínica

Symptoms of stress in final year of clinical medicine students

Mussa Abacar
Universidad Rovuma (UniRovuma), Nampula - NPL/Mozambique
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-7797-8101
Correo electrónico: mabacar@unirovuma.ac.mz

Gildo Aliante
Universidad Save (UniSave), Massinga - IB/Mozambique
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6283-9544
Correo electrónico: aliantegildo@unisave.ac.mz

Coutinho Maurício José
Universidad Rovuma (UniRovuma), Nampula - NPL/Mozambique
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2396-334X
Correo electrónico: josenlepa@gmail.com

Florinda Quid Carlos
Universidad Rovuma (UniRovuma), Nampula - NPL/Mozambique.
ORCID: https://orcid.org/0009-0003-7386-6219
Correo electrónico: florindaquidcarloscarlosa@gmail.com

Arlindo Pastola
Centro de Salud Academia Militar, Nampula - NPL/Mozambique
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2708-8765
Correo electrónico: arlindopastola@gmail.com

[1] Los autores declaran que esta contribución es original e inédita. Por lo tanto, se garantiza que el trabajo no ha sido publicado en ninguna otra revista científica.

Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional

Resumen

Introducción: El ingreso a la educación superior conlleva cambios significativos en la vida personal, familiar, profesional y social de los estudiantes, que en ocasiones se caracterizan por momentos de crisis emocionales y psicológicas que culminan en el desarrollo de estrés y otros trastornos mentales. **Objetivo**: Evaluar la sintomatología del estrés en estudiantes de medicina de último año de una universidad pública del norte de Mozambique. **Método**: Este estudio transversal, descriptivo y cuantitativo, basado en el modelo teórico de cuatro fases del estrés de Lipp, se desarrolló mediante un cuestionario sociodemográfico y el Inventario de Síntomas de Estrés de Lipp para Adultos, aplicado a 33 estudiantes. Los datos se analizaron con el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales, versión 20. **Resultados**: Se identificó una baja frecuencia de síntomas de estrés, con una mayor incidencia de síntomas en la fase de alarma y de naturaleza psicológica. **Conclusión**: Los estudiantes investigados presentaron síntomas de estrés, y su cronicidad puede derivar en síndrome de burnout y comprometer significativamente el rendimiento académico. Este estudio sirve como advertencia a la comunidad académica sobre los desafíos que plantea la actualidad, inherentes a las prácticas preventivas de gestión del estrés para mantener la salud y el bienestar de los estudiantes.

Palabras clave: estrés psicológico; medicina clínica; salud mental; universidades.

Resumo

Introdução: O ingresso no ensino superior traz consigo grandes mudanças na vida pessoal, familiar, profissional e social do estudante, às vezes caracterizadas por momentos de crises emocionais e psicológicas, culminando com o desenvolvimento de manifestação de estresse e demais transtornos mentais. **Objetivo:** Avaliar a sintomatologia de estresse em estudantes finalistas do curso de medicina clínica de uma universidade pública da região norte de Moçambique. **Método:** Este estudo do tipo transversal, descritivo e quantitativo, embasado pelo modelo teórico quadrifásico de estresse de Lipp, foi desenvolvido por meio de questionário sociodemográfico e Inventário de Sintomas de *Stress* de Lipp para Adultos aplicado a 33 estudantes. Os dados foram analisados com auxílio de *Statistical Package for the Social Sciences*, versão 20. **Resultados:** Identificou-se pouca frequência de sintomas de estresse, maior ocorrência de sintomas da fase de alerta e de natureza psicológica. **Conclusão:** Os estudantes pesquisados apresentaram uma sintomatologia de estresse e sua cronicidade pode evoluir para a síndrome de burnout e comprometer, sobremaneira, o desempenho acadêmico. O estudo serve de alerta a comunidade acadêmica sobre os desafios impostos na contemporaneidade, inerentes às práticas preventivas de gestão de estresse para a manutenção da saúde e do bem-estar dos estudantes.

Palavras-chave: estresse psicológico; medicina clínica; saúde mental; universidades.

Abstract

Introduction: Entering higher education brings with it significant changes in the personal, family, professional, and social lives of students, sometimes characterized by moments of emotional and psychological crises, culminating in the development of stress and other mental disorders. **Objective**: To evaluate the symptomatology of stress in final-year medical students at a public university in northern Mozambique. **Method**: This cross-sectional, descriptive, and quantitative study, based on Lipp's four-phase theoretical model of stress, was developed using a sociodemographic questionnaire and the Lipp Stress Symptom Inventory for Adults applied to 33 students. Data was analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences, versión 20. **Results**: Low frequency of stress symptoms was identified, with a higher occurrence of

symptoms in the alarm phase and of a psychological nature. **Conclusion**: The students studied presented stress symptoms, and their chronicity can evolve into burnout syndrome and significantly compromise academic performance. This study serves as a warning to the academic community about the challenges posed in contemporary times, inherent in preventive stress management practices for maintaining the health and well-being of students.

Keywords: stress; clinical medicine; mental health; universities.

Introducción

La universidad es una institución social de extrema importancia para el desarrollo educativo, científico, tecnológico y cultural, así como para la vida de los estudiantes, ya que es capaz de promover la ampliación de la lista de habilidades y competencias profesionales y personales, además de mejorar su cognición (Ariño & Bardagi, 2018). Así, ingresar en una Institución de Educación Superior (IES) es un periodo marcado por desafíos y exigencias, en el que los estudiantes se enfrentan a mayores responsabilidades y autonomía para realizar sus tareas académicas diarias (Casanova et al., 2021; Faria et al., 2021, 2023), además de los cambios en el nivel educativo, las incertidumbres naturales en la elección profesional, los cambios de residencia y el distanciamiento de la familia (Calais et al., Lipp, 2003; Wang & Liu, 2022).

Como se puede ver, la transición a la universidad supone un momento de gran cambio en la vida del estudiante, que puede tener implicaciones para su salud física y mental (Wang & Liu, 2022). Los periodos de transición en el desarrollo se consideran momentos de crisis normativa. Crisis normativa entendida como momentos de transformación en el ciclo vital del individuo, en los que las diferenciaciones de un momento anterior y la aparición de la nueva condición o situación provocan la pérdida de un equilibrio ya establecido y el restablecimiento de un nuevo equilibrio, basado en la condición que emerge (Minuchin, 1988). En periodos de transición humana, se requieren nuevas habilidades para afrontar los cambios e incertidumbres que surgen en el nuevo curso de desarrollo.

La experiencia universitaria puede ser un periodo marcado por características únicas, siendo una fase de transición y cambios en todos los aspectos de la vida del estudiante, que puede configurarse para algunos como un factor de estrés y afectar directamente a su salud mental (Ariño & Bardagi, 2018; Wang & Liu, 2022). Lameu et al. (2016) afirman que, al ser un momento decisivo en la vida del estudiante, puede configurarse como un factor de estrés, perjudicando su capacidad de adaptación y su calidad de vida. Un factor estresante puede definirse como cualquier evento, situación o condición ambiental que se percibe subjetivamente como teniendo un impacto negativo en el individuo (Halberich, 2021).

Varios estudios relacionados con la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación superior denuncian que las instituciones de educación superior han enfrentado diversos problemas, como el sufrimiento y la enfermedad mental de los estudiantes, caracterizados, por ejemplo, por el aumento del uso de fármacos psicotrópicos, la alta demanda de atención psicológica proporcionada por la institución, el abandono de estudios, trastornos mentales graves, intentos de suicidio e incluso suicidios (Demenech et al., 2021; Dessauvagie et al., 2023; Li et al., 2022; Oliveira et al., 2020; Oliveira & Verás, 2023; Rufato et al., 2022; Wang & Liu, 2022).

Otros factores que pueden contribuir a esta realidad son: deberes y demandas adyacentes al entorno académico (productividad, resultados y evaluaciones), dificultad para acceder al mercado laboral, autorregulación de su aprendizaje y adaptación académica, alta carga de estudios debido al número de disciplinas, conciliación entre trabajo y actividades académicas, problemas económicos, falta de apoyo familiar, desorganización de los profesores, malas relaciones interpersonales con los profesores, dificultades para acceder a los servicios de salud mental en la IES (Abacar et al., 2021; Ghizoni et al., 2024; Oliveira et al., 2019; Oliveira & Véras, 2023).

Además de estos factores, en Mozambique, Mandlate y Nivagara (2019) insinúan que la mayoría de los estudiantes de escuelas públicas no asisten a los cursos de su primera preferencia, debido a la falta de vacantes, contrariamente a lo que ocurre en la educación privada, lo que teóricamente puede socavar su motivación durante sus estudios. Además, la insuficiencia y/o ausencia de programas integrales de asistencia para estudiantes en

instituciones de educación pública (Aliante, 2023; Mechisso, 2017, Sunde, 2022) y la crisis económica y financiera que atraviesa el país desde 2016, pueden condicionar el agravamiento del sufrimiento mental de la población universitaria. La experiencia y la exposición continua a este conjunto de factores pueden dañar la salud mental de los estudiantes.

Uno de los problemas de salud mental que afecta a los estudiantes y que se ha identificado de forma recurrente es el estrés (Fragelli & Fragelli, 2021; Montinho et al., 2017; Oliveira et al., 2020; Viana et al., 2023). El estrés puede entenderse como el resultado de una interpretación que provoca mecanismos reguladores de naturaleza emocional, fisiológica y conductual, provocando un estado de respuesta adaptativa (Faro, 2015). En la misma línea, Lipp (2021) definió el estrés como un estado de desequilibrio en el funcionamiento psicobiológico del cuerpo que se manifiesta en respuesta a situaciones peligrosas, desafiantes o dañinas en el entorno. Es decir, una sensación subjetiva de insuficiencia e incapacidad para afrontar la situación (Halberich, 2021).

Nogueira-Martins y Nogueira-Martins (2018) afirman que las tensiones que experimentan los estudiantes provienen tanto del entorno académico, político, institucional y social como de sus vulnerabilidades psicológicas. Basándose en la noción de estrés, propusieron tres categorías: el estrés relacionado con el proceso de profesionalización (construcción de una carrera profesional e identidad en un mercado muy competitivo asociado a las complejidades del grupo adulto); estrés situacional (presiones y exigencias de la formación, calidad de la enseñanza, exámenes, dificultades en las relaciones con colegas y profesores, meritocracia, competitividad y productivismo académico) y estrés personal (características individuales, rasgos de personalidad, antecedentes personales y familiares, trastornos mentales, situación económica y social, entre otros). A estos factores estresantes se suman el estrés estructural/estructurante, relacionado con la cultura capitalista neoliberal, el colonialismo, el capacitismo y las interseccionalidades de género, clase, raza, etnia, entre otras vulnerabilidades (Romanini et al., 2024).

El estrés es un proceso que se desarrolla en fases. A diferencia de Hans Selye, quien propuso el modelo trifásico (alarma, resistencia y agotamiento), Lipp y Lipp (2019) presentan un modelo teórico de cuatro fases de la ocurrencia del estrés, a saber: alerta, resistencia, casi agotamiento y agotamiento. Cada una de estas fases está compuesta por un conjunto de síntomas físicos y psicológicos.

La fase de alerta comienza cuando la persona toma conciencia de la presencia de un agente causante de estrés y consiste en la respuesta a estímulos a los que el cuerpo no está adaptado. Esta fase se caracteriza por signos como irritabilidad, ansiedad, insomnio, olvido e incapacidad para concentrarse (Lipp, 2016; Koteswari, 2006).

La fase de resistencia ocurre cuando el factor estresor permanece presente durante períodos muy prolongados o cuando se acumulan más factores estresores. Se manifiesta a través de signos de fatiga, aislamiento social, indiferencia, letargo, aumento del consumo excesivo de alcohol y café (Lipp, 2016; Koteswari, 2006). Si la persona es capaz de afrontar el factor estresante y restablecer la homeostasis, vuelve a la normalidad. Pero, por lo demás, pasa a la fase de casi agotamiento.

La fase de casi agotamiento se caracteriza por un debilitamiento de la persona, que ya no es capaz de adaptarse ni resistir el factor de estrés. En esta etapa, la persona aún puede trabajar o estudiar, a pesar del desgaste. Pero no crean ni tienen ideas originales, caen drásticamente en creatividad y productividad. Es una fase caracterizada por mucha ansiedad. Las enfermedades que surgen en la fase de resistencia tienden a aumentar, pero aún no son tan graves como en el agotamiento (Lipp, 2016). Por lo tanto, se necesita tanto ayuda médica para tratar el problema físico que ya ha surgido, como ayuda psicológica para aprender a afrontar la causa del estrés. Debido al debilitamiento del cuerpo, se desencadenan enfermedades que permanecían latentes. Si el factor estresante permanece presente y la persona no aprende a

manejarlo, ocurrirá la última fase, la del agotamiento.

La fase de exhausta o agotamiento, la última fase, constituye el estado patológico, en el que la persona agota las reservas energéticas necesarias, lo que conduce a una disminución de la resistencia al agente inductor de estrés, agotamiento progresivo físico y mental, enfermedad y, finalmente, colapso (Lipp, 2016; Koteswari, 2006). Es una fase marcada por tristeza crónica, depresión, fatiga física y mental crónica, dolores de cabeza crónicos, problemas estomacales, aislamiento y pensamientos autodestructivos (Lipp, 2016; Koteswari, 2006). Asimismo, Cardoso et al. (2019) enumeraron los siguientes síntomas de esta fase: insomnio, disminución del tiempo de sueño y descanso, casi ninguna libido, falta de interés en el trabajo y los estudios, agotamiento y cansancio intenso, falta de socialización, pérdida del sentido del humor, apatía, deseo de morir, aparición de enfermedades graves como depresión, úlceras, hipertensión, diabetes, infarto e incluso muerte.

Así, Lipp y Lipp (2019) afirman que la lista de síntomas, clasificada en cuatro fases según su gravedad, puede ser un método útil para ayudar a diagnosticar el estrés desde el principio hasta la etapa más avanzada, permitiendo no solo a individuos, sino también a organizaciones públicas y privadas, llevar a cabo medidas preventivas que pueden reducir el estrés y quizás enfermedades mentales, en el trabajo o en el ámbito académico. Por lo tanto, el modelo cuadrifásico es extremadamente útil en el diagnóstico y tratamiento del estrés, ya que permite identificar exactamente en qué nivel del proceso de desarrollo del estrés se encuentra la persona, para permitir la implementación de medidas terapéuticas efectivas (Carpenter et al., 2023).

La prevalencia del estrés en estudiantes de diversas áreas de conocimiento ha sido preocupante, especialmente en la medicina clínica (Conceição et al., 2019; Li et al., 2022; Lima et al., 2023; Ottero et al., 2022). De hecho, aunque se reconoce que el estrés puede afectar y manifestarse en estudiantes de todas las áreas de conocimiento, la literatura científica destaca que quienes están en el área de salud (Li et al., 2022; Murakami et al., 2024), especialmente los de medicina clínica son más propensos a esta situación (Araújo & Silva, 2024; Pacheco et al., 2017), porque además de tratar con factores estresantes de carácter académico, también están expuestos a los factores estresantes de la medicina clínica, tales como: la muerte, pacientes en grave estado de salud, violencia hospitalaria, sobrecarga, presión, condiciones laborales insuficientes o inadecuadas (Lima et al., 2023; Monteiro et al., 2020; Ottero et al., 2022).

En una encuesta realizada con 151 estudiantes de grado en el área de salud, se concluyó que el 49,7% de los estudiantes presentaba síntomas de estrés, siendo la mayoría de los participantes asistentes de los periodos 8º y 9º. Y los síntomas psicológicos estaban más presentes (50,7%) (Mota et al., 2016). En la misma dirección, en otra encuesta que involucró a 761 estudiantes en el área de salud, se encontró que el 47,1% reportó síntomas de estrés. Asimismo, una investigación con la participación de 391 estudiantes universitarios concluyó que 192 (49,1%) de la muestra tenían puntuaciones de nivel de estrés superiores a la media de todos los estudiantes implicados (Cardoso et al., 2019). En la misma dirección, Alzahrani et al. (2020) observaron que el 65,1% y el 15,2% de los 289 estudiantes clínicos de medicina investigados mostraron niveles de estrés moderados y severos, respectivamente. A su vez, Preto et al. (2020) encontraron que, de los 209 estudiantes de enfermería de grado, 163 (78,0%) mostraron síntomas de estrés, con una predominancia de la fase de resistencia 120 (57,4%), seguida por la fase de casi agotamiento 28 (13,4%), seguida de síntomas psicológicos 121 (57,9%).

A su vez, Gharti et al. (2023) concluyeron que el 52,2% de los 150 estudiantes que respondieron al instrumento utilizado para evaluar el estrés reportaron niveles altos. Finalmente, en la investigación de Murakami et al. (2024), participaron 162 estudiantes de cursos de grado en el área de salud (por ejemplo, Fisioterapia, Logopedia, Medicina, Nutrición y Terapia Ocupacional), y se concluyó que la presencia de estrés se identificó en proporciones

entre el 45% y el 100% de los estudiantes, dependiendo del curso y la etapa cursada.

En este contexto, la salud mental de los estudiantes es una preocupación internacional y el número de publicaciones en esta área ha aumentado considerablemente en los últimos años (Nobre et al., 2023; Oliveira et al., 2020; Romanini et al., 2024). Sin embargo, la mayor productividad académica se da en países de altos ingresos que mantienen asociaciones entre sí (Li et al., 2022; Nobre et al., 2023). Así es como Nobre et al. (2023) enfatizan la necesidad e importancia de que más países de ingresos medios y bajos, como Mozambique, expandan e inviertan más en investigación en el área, así como el establecimiento de alianzas entre países de altos ingresos y medios y bajos para el intercambio de experiencias.

Se destaca la importancia de los estudios centrados en la salud mental de los estudiantes cuando se observan las consecuencias del estrés en este público objetivo. El estrés disminuye la motivación para estudiar, aumentando el riesgo de abandonar la escuela, puede provocar conductas violentas, depresión, impulsos suicidas y otras condiciones que perjudican la salud mental del estudiante y de los miembros de su vida (Halberich, 2021).

Esta investigación contribuye a la escasa literatura mozambiqueña sobre el estrés en el contexto académico universitario, especialmente en estudiantes del área de medicina clínica, además de apoyar futuras investigaciones de la misma naturaleza. El estudio proporciona indicadores para la Estrategia de Salud Escolar, Adolescente y Juvenil 2019-2029 del Ministerio de Educación y Cultura, así como para la Agenda de Investigación en Salud Humana 2024-2028 del Ministerio de Salud, que contemplan la salud mental como uno de los temas de interés nacional.

Además, este trabajo está enmarcado en la Estrategia Científica 2016-2025 del Instituto Nacional de Salud, que incluye el programa 2 - salud mental, trauma y violencia (Instituto Nacional de Salud, 2016). Por tanto, la investigación sobre alcoholismo, drogas, salud mental, violencia y trauma constituye actividades prescritas en el programa. Esta investigación se llevó a cabo con el objetivo de evaluar los síntomas de estrés en los estudiantes finalistas del curso de medicina clínica.

2. Metodología

La metodología de una investigación explica el camino seguido en un estudio. En esta investigación, participó una muestra de accesibilidad no probabilística de 33 estudiantes del curso de medicina clínica de una universidad pública situada en Nampula, al norte de Mozambique. En el perfil sociodemográfico, los participantes de 21 y 41 años eran mayoritariamente hombres (26=78,8%). Todos asistieron al sexto curso, con horario laboral.

Para lograr el objetivo de este estudio, se decidió llevar a cabo una investigación descriptiva, cuantitativa y transversal. Se pidió a los participantes que respondieran a un breve cuestionario de datos sociodemográficos, con fines de descripción muestral, y al Inventario de Síntomas de Estrés de Lipp para Adultos (ISSL). El ISSL es una prueba psicológica aprobada por el Consejo Federal de Psicología de Brasil y ampliamente utilizada para evaluar la presencia de síntomas de estrés, su gravedad y la mayor vulnerabilidad del encuestado, ya sea psicológica o física (Carpenter et al., 2023; Faiad et al., 2018; Lipp et al., 2017; Lipp & Lipp, 2019).

Compuesto por diferentes conjuntos de síntomas, el ISSL es un instrumento que permite evaluar tanto los síntomas de estrés psicológico como físico, según el modelo de estrés en cuatro fases (Lipp & Lipp, 2019), que incluye las fases de alerta, resistencia, casi agotamiento y agotamiento. Se le pide al encuestado que indique si ha tenido el síntoma en las últimas 24 horas, en la última semana o en el último mes. Cada marco se refiere a una de las fases de estrés, siendo los dos primeros fotogramas 15 elementos y el último (casi agotamiento y fase de agotamiento) 23 elementos (Faiad et al., 2018; Lipp et al., 2017). La presencia de estrés se evalúa utilizando puntuaciones brutas. En este contexto, puntuaciones superiores a seis en el

Gráfico 1, tres en el Gráfico 2 y ocho en el Gráfico 3 indican un diagnóstico positivo de estrés. Si las puntuaciones obtenidas están por encima de los límites de las tres tablas, se identifica un proceso de agravamiento del estrés (Faiad et al., 2018; Sadir et al., 2010).

Para definir la fase de estrés en la que se encuentra la persona, se considera la condición en la que obtuvo la puntuación más alta, en términos porcentuales y no en términos del número de síntomas signos de naturaleza física o psicológica (Faiad et al., 2018; Sadir et al., 2010). Además de que la ISSL para adultos es un instrumento ampliamente utilizado para evaluar el estrés en diferentes contextos, la elección de este instrumento se debió a sus cualidades psicométricas determinadas por el alfa de *Cronbach*, cuyo valor era 0,91, demostrando que los ítems reflejan un alto valor para el concepto intencional, es decir: medir el nivel de estrés (Lipp et al., 2017). Los datos se recopilaron tras autorización de la Dirección de Ciencias de la Salud de la universidad investigada, cuya solicitud se realizó mediante una carta de credencial emitida por la Facultad de Educación y Psicología de la Universidad de Rovuma, fechada el 14 de julio de 2022. La carta presentada a la dirección en cuestión fue respondida favorablemente el 21 de julio de ese mismo año. Y, después de eso, la penúltima autora, que recopiló los datos, fue al hospital donde los estudiantes hicieron la práctica, donde inicialmente se presentó ante los supervisores de la práctica y ante la dirección del hospital. En los contactos mantenidos con los estudiantes, se explicaron brevemente los objetivos, los procedimientos metodológicos y las solicitudes para participar en la investigación. Todos los participantes dieron su consentimiento libre y aceptaron oralmente formar parte de la investigación, sin que hubiera intercambio monetario ni ningún intercambio por su participación.

Se garantizaron los derechos de los participantes, recogidos en varios documentos orientadores para la investigación con seres humanos, como la Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial, a saber: aceptación, privacidad, anonimato, acceso a la información, confidencialidad de la información y consentimiento oral e información libre e informada. El protocolo no fue aprobado por un comité de ética en la investigación, sino autorizado por la dirección de la Facultad de Educación y Psicología de la Universidad Rovuma, ya que la universidad a la que está vinculado fue creada en 2019 y hasta ahora no cuenta con un comité de ética en investigación.

Además, cabe señalar que esta investigación se llevó a cabo antes de la entrada en vigor de la Ley de Investigación en Salud Humana (Ley nº 6/2023, 2023) y su Reglamento (Decreto nº 53/2024, 2024), que establecen la obligación de aprobar protocolos a los comités de ética en investigación en salud humana en Mozambique. El análisis descriptivo de datos se basó en el *software Statistical Package for the Social Sciences*, versión 20. Así, se determinaron las frecuencias absolutas y porcentuales de cada ítem que conforma la ISSL y caracterizaron el perfil de los participantes. A discreción de los investigadores, los síntomas más frecuentes fueron los reportados con al menos el 20% de los participantes.

3. Resultados y debate

Los resultados del análisis de las frecuencias absolutas y porcentuales de síntomas de estrés en la muestra investigada se muestran en la Tabla 1. Teniendo en cuenta la decisión de los autores de considerar que los síntomas más señalados eran aquellos cuya frecuencia es igual o superior al 20%, se infiere que, en la fase de alerta, los síntomas físicos más señalados eran: insomnio, sequedad bucal, tensión muscular, cambio en el apetito y nudo estomacal. En cuanto a los síntomas psicológicos de esta fase, los más indicados fueron: un deseo repentino de iniciar nuevos proyectos y un aumento repentino de la motivación. En resumen, en esta fase, cinco de los 12 síntomas físicos (41,7%) y dos síntomas psicológicos de los tres (66,7%) fueron los más indicados.

En la fase de resistencia, los síntomas físicos más comunes fueron: sensación de

agotamiento físico constante, cansancio constante y cambio en el apetito. Pensar constantemente en un solo tema y una sensibilidad emocional excesiva fueron lo que más destacó en los síntomas psicológicos. En términos porcentuales, en esta fase hubo un registro mayor de tres de los diez síntomas físicos (30%) y dos de los cinco síntomas psicológicos (40%) predichos en el Inventario de Síntomas de Estrés de Lipp para Adultos (ISSL).

Por último, el insomnio es el síntoma físico más señalado en el Cuadro 3, que se refiere a la fase de casi agotamiento y agotamiento. Y la fatiga emocional constante excesiva, la pérdida del sentido del humor y las frecuentes pesadillas están entre los síntomas psicológicos más frecuentes en el Cuadro 3. Usando el criterio de frecuencia de los síntomas en términos porcentuales, los síntomas psicológicos (n = 3; 27,3%) fueron los más frecuentemente mencionados, seguidos por los síntomas físicos (n = 1; 8,3%).

Tabla 1
Síntomas de estrés en los estudiantes investigados

Síntomas	*fi*	%
Síntomas físicos (F1 – fase de alerta)		
Manos y pies fríos	3	9,0
Boca seca	14	42,4
Nudo en el estómago	10	30,3
Aumento de la sudoración	1	3,0
Tensión muscular	11	33,3
Apretamiento mandibular/rechinar de dientes	—	—
Diarrea pasajera	5	15,1
Insomnio	15	45,4
Taquicardia	—	—
Hiperventilación	—	—
Hipertensión arterial súbita y pasajera	—	—
Cambio de apetito	11	33,3
Síntomas psicológicos (P1 – fase de alerta)		
Aumento súbito de motivación	8	24,2
Entusiasmo súbito	6	18,1
Deseo súbito de iniciar nuevos proyectos	19	57,6
Síntomas físicos (F2 – fase de resistencia)		
Problemas de memoria	2	6,0
Malestar generalizado, sin causa específica	4	12,1
Hormigueo en las extremidades	2	6,0
Sensación de desgaste físico constante	16	48,5
Cambio en el apetito	13	39,4
Aparición de problemas dermatológicos	—	—
Hipertensión arterial	—	—
Cansancio constante	15	45,5
Gastritis, úlcera o malestar estomacal muy prolongado	5	15,1

Síntomas	*fi*	%
Mareo o sensación de flotar	1	3,0
Síntomas psicológicos (P2 – fase de resistencia)		
Sensibilidad emotiva excesiva	7	21,2
Duda sobre sí mismo	2	6,0
Pensar constantemente en un solo tema	11	33,3
Irritación excesiva	5	15,1
Disminución de la libido	6	18,2
Síntomas físicos (F3 y 4 – fase de casi agotamiento y agotamiento)		
Diarrea frecuente	1	3,0
Dificultades sexuales	3	9,0
Insomnio	16	48,5
Náuseas	6	18,2
Tics	2	6,0
Hipertensión arterial continuada	—	—
Problemas dermatológicos (de piel) prolongados	2	6,0
Cambio extremo de apetito	4	12,1
Tortura frecuente	3	9,0
Úlcera, colitis u otro problema digestivo	3	9,0
Infarto	1	3,0
Síntomas psicológicos (P3 y 4 – fases de casi agotamiento y agotamiento)		
Imposibilidad de trabajar/estudiar	1	3,0
Pesadillas frecuentes	7	21,2
Sensación de incompetencia en todas las áreas	1	3,0
Ganas de huir de todo	3	6,0
Apatía, depresión o rabia prolongada	1	3,0
Cansancio constante excesivo	14	42,4
Pensar y hablar constantemente de un solo tema	5	15,2
Irritabilidad frecuente sin causa aparente	3	6,0
Angustia, ansiedad, miedo y diariamente	1	3,0
Hipersensibilidad emotiva	—	—
Pérdida del sentido del humor	7	21,2

Nota. Tabla preparada por los autores (2025).

Según el criterio definido por los autores ahora señalado, en general, hubo una mayor prevalencia de síntomas en el gráfico 1 - fase de alarma - (46,7% de los 15 síntomas predichos), seguido del gráfico 2 - fase de resistencia - (33,3% de los 15 síntomas listados) y el gráfico 3 - fase cercana al agotamiento y agotamiento - (n = 4; 17,4%), con predominancia de síntomas psicológicos. Aunque la mayoría de los participantes no informaron de la aparición de síntomas de estrés, es necesario prestar atención a los síntomas psicológicos de la fase de agotamiento, la última fase del modelo teórico de Lipp adoptado en esta investigación, que constituye una etapa grave, ya que al menos tres (27%) de los 11 síntomas registraron una frecuencia superior

al 20%.

Según los criterios definidos en el manual ISSL debidamente descrito en el método, en términos generales, hubo una mayor frecuencia de síntomas psicológicos, ya que cinco (36,8%) de los 19 listados fueron señalados con más del 20% de los participantes. A su vez, nueve (24,3%) de los 37 síntomas de ISSL tenían una frecuencia igual o superior al 20%. Por lo tanto, la fase de alerta mostró un mayor registro de síntomas de estrés, especialmente psicológicos.

Los hallazgos alcanzados en este estudio pueden estar relacionados con la capacidad cognitiva de los estudiantes para gestionar factores estresantes relacionados con el contexto de su educación, ya que el estudio involucró a estudiantes finalistas del curso de medicina clínica de sexto curso. Estar en el sexto año puede proporcionar una mayor estabilidad emocional y psicológica, teniendo en cuenta que los estudiantes pueden utilizar estrategias adecuadas para afrontar funcionalmente las adversidades académicas, así como sentirse más cerca de integrarse en el mercado laboral y en su práctica clínica. Es importante señalar que los profesionales de medicina clínica constituyen un grupo de trabajadores sanitarios con prestigio social y salarial en Mozambique. Estos elementos pueden ser factores protectores frente al estrés y otros problemas de salud mental de los estudiantes al final de su formación en medicina clínica en el país.

Los resultados de esta investigación corroboran los de varios estudios que utilizaron la ISSL para evaluar el estrés en estudiantes de salud, especialmente en estudiantes de medicina. Santos et al. (2017), utilizando el mismo instrumento (ISSL), evaluaron el estrés de 78 estudiantes de medicina y encontraron que aproximadamente el 59% de la muestra presentaba síntomas de estrés en la fase de alarma; lo que revela que había una baja prevalencia de fases avanzadas de estrés.

Los bajos niveles de estrés en los estudiantes de medicina en las fases de casi agotamiento y agotamiento posiblemente se justifiquen por el hecho de que el periodo entre el cuarto y el octavo semestre es de mayor estabilidad y adaptación de los estudiantes en relación con la presencia de factores estresantes (Santos et al., 2017). Los estudios que evalúan el estrés en estudiantes en el primer o último periodo de la facultad de medicina pueden detectar más fácilmente niveles más altos de la enfermedad, ya que estos son momentos de mayor preocupación por el rendimiento académico y profesional emergente o incluso por adaptarse a nuevos sistemas de enseñanza y aprendizaje.

Por el contrario, otros estudios de este tipo concluyeron que los estudiantes de medicina investigados encajaban en la fase de resistencia, presentando esencialmente síntomas de naturaleza psicológica. Por ejemplo, el estudio de Querido et al. (2016) mostró que parte de los 50 participantes presentaban estrés (52%), con predominancia de síntomas psicológicos y en la fase de resistencia. De manera similar, Estrela et al. (2018), con una muestra de 138 estudiantes de medicina, concluyeron que el 78,98% los tenía, el 0,72% en la fase de alerta; 61,59% en resistencia; 16,67% en agotamiento.

Kam et al. (2019) también evaluaron el estrés ISSL en estudiantes de medicina. Entre los 420 estudiantes encuestados, el 65% (n = 273) presentaba algún síntoma característico de este fenómeno. La mayoría de los 273 estudiantes (53,57%) estaban en la fase de resistencia, mientras que el 1,42% presentaba síntomas correspondientes a la fase de alerta; el 9,04% estaba en la fase de casi agotamiento; y un 0,95% en la fase de agotamiento. Y en Costa et al. (2020), se concluyó que, de los 279 estudiantes de medicina investigados, el 66,3% presentaba estrés y la mayoría estaba en la fase de resistencia (58,4%), con predominancia de síntomas psicológicos (42,3%).

Asimismo, investigaciones desarrolladas con una muestra similar (estudiantes de enfermería) apuntan a la presencia de síntomas de estrés en la mayoría de la población investigada, con predominancia de síntomas de la fase de resistencia y de naturaleza psicológica (Costa et al., 2018; Preto et al., 2020). En el estudio de Costa et al. (2018), la prevalencia del

estrés entre los estudiantes de enfermería de grado fue del 73,3% de los 236 de la muestra, con la mayoría (65,7%) en la fase de resistencia al estrés y el 42,0% con predominancia de síntomas psicológicos.

Teniendo en cuenta que la prevalencia del estrés en los estudiantes está aumentando a nivel internacional, es necesario destacar que la identificación temprana de las tendencias de comportamiento estudiantil ante las fuentes de tensión en el curso universitario asume un carácter importante en vista de los posibles riesgos a los que están sometidos los estudiantes, que, en la mayoría de los casos, se extienden a lo largo de su vida profesional (Nogueira-Martins & Nogueira-Martins, 2018). En este contexto, se ratifica la necesidad de investigar más sobre el fenómeno investigado y otros trastornos mentales como la ansiedad, la depresión, el agotamiento, así como los determinantes sociales relacionados con estos trastornos mentales, ya que el conocimiento de sus causas es importante para identificar a los estudiantes en riesgo y planificar acciones que fomenten la búsqueda de ayuda y el desarrollo de habilidades de gestión emocional (Fragelli & Fragelli, 2021). Del mismo modo, es deseable buscar comprender las formas de afrontamiento que los estudiantes utilizan para enfrentar las adversidades derivadas de las exigencias relacionadas con la vida académica.

Por tanto, los hallazgos de este estudio advierten sobre la necesidad de una atención integral a la salud del estudiante, especialmente a la salud mental, que no solo debería ser una preocupación para los profesionales de la salud mental (por ejemplo, psicólogos, psiquiatras y terapeutas), sino que también involucra a grupos directivos, profesores, pedagogos, trabajadores sociales, y debería ser difundida y valorada por las Instituciones de Educación Superior (IES). abarcando el entorno de aprendizaje en su conjunto (Nogueira-Martins & Nogueira-Martins, 2018). Finalmente, utilizando Câmara et al. (2024), se enfatiza que fomentar la evaluación de la salud mental de los estudiantes de medicina es de gran valor para identificar los factores desencadenantes de los trastornos mentales, desarrollar estrategias de intervención y, en consecuencia, promover una mejor calidad de vida para los estudiantes, favoreciendo la formación de profesionales médicos de excelencia, preparados para contribuir a la salud pública.

Por lo tanto, teniendo en cuenta que generar este tipo de discusión es de importancia fundamental y puede contribuir al desarrollo de prácticas que alivien el sufrimiento en el contexto de la educación superior pública (Mota et al., 2023), los resultados de este estudio pueden contribuir en la misma dirección. Por último, conviene recordar que esta investigación es transversal, buscada únicamente para evaluar los síntomas del estrés y se desarrolló con una muestra de estudiantes finalistas, posiblemente con un repertorio de gestión académica del estrés.

En vista de esto, los estudios futuros pueden centrarse en explorar no solo los síntomas del estrés, sino también la depresión, la ansiedad, los trastornos mentales, los determinantes sociales de la salud, estrategias de afrontamiento, involucrar a estudiantes de diversas instituciones de educación superior en Mozambique, así como proponer intervenciones y acciones de promoción de la salud mental en el contexto académico. Los hallazgos de estos estudios pueden ayudar en el diseño e implementación de políticas de atención en salud mental para estudiantes universitarios, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y garantizar la eficiencia y eficacia del aprendizaje académico.

4. Reflexiones finales

El objetivo de esta investigación fue evaluar los síntomas del estrés en estudiantes de último año del curso de medicina clínica de una universidad pública en Nampula, Mozambique. Con base en este objetivo, se observó una baja prevalencia de síntomas de estrés, así como una mayor incidencia de síntomas en la fase de alerta y de naturaleza psicológica.

También cabe señalar que los estudiantes encuestados experimentan ciertas situaciones de estrés, ya que muestran signos del fenómeno, lo que indica la necesidad de prestar atención a la salud mental de los estudiantes. La promoción de la salud mental en el entorno universitario puede lograrse mediante acciones de concienciación y formación sobre el estrés, los cambios organizativos, así como el fomento de la búsqueda de ayuda profesional cuando sea necesario.

Referencias

Abacar, M., Aliante, G., & António, 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

Alzahrani, A., Hakami, A., AlHadi, A., Batais, M. A., Alrasheed A. A., & Almigbal, T. H. (2020). The interplay between mindfulness, depression, stress and academic performance in medical students: A Saudi perspective. *PLoS One, 15*(4), e0231088, 1-11. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231088

Araújo, J. P. G., & Silva, R. C. S. (2024). A relação entre o esgotamento emocional com os possíveis transtornos psiquiátricos: ansiedade, depressão e burnout em estudantes de medicina. *Research, Society and Development*, *13*(3), e12213345379, 1-8, 2024. http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i3.45379

Ariño, D. O., & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Psicologia em Pesquisa*, *12*(3), 44-52. https://doi.org/10.24879/2018001200300544

Câmara, G. R., Ribeiro, L. X. G., Souza, R. G., & Barroso, W. A. (2024). Efeitos do estresse crônico na saúde mental dos acadêmicos de medicina. *Revista Eletrônica Acervo de Saúde*, *24*(4), 1-8. https://doi.org/10.25248/REAS.e15416.2024

Calais, S. L., Andrade, L. M. B., & Lipp, M. E. N. (2003). Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de stress em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *16*(2), 257-263. https://doi.org/10.1590/S0102-79722003000200005

Camargo, V. C. V., Calais, S. L., & Sartori, M. M. P. (2015). Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. *Estudos de Psicologia*, *32*(4), 595-604. http://dx.doi.org/10.1590/0103-166X2015000400003

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 Online*, *13*, e241547. https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.241547

Carpenter, Y., Salustiano, P., Cruz, R. M., & Anunciação, L. (2023). Análise estatística e psicométrica da equivalência entre a aplicação tradicional e computadorizada do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL-R) em pessoas com diferentes perfis sociodemográficos e ocupacionais. *Trabalho (En)Cena*, e023023, 1-14. https://doi.org/10.20873/2526-1487e023023

Conceição, L. S., Batista, C. B., Dâmaso, J. G. B., Pereira, B. S., Carniele, R. C., & Pereira, G. S. (2019). Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: Uma revisão sistemática da literatura. *Avaliação*, *24*(3), 785-802. https://doi.org/10.1590/S1414-40772019000300012

Costa, C. R. B., Maynart, W. H. C., Oliveira, L. B., Albuquerque, M. C. S., & Correia, D. S. (2018). Estresse entre estudantes de graduação em enfermagem: Associação de características sociodemográficas e acadêmicas. *Saúde e Pesquisa*, *11*(3), 475-482. https://doi.org/10.17765/1983-1870.2018v11n3p475-482

Costa, D. S., Medeiros, N. S. B., Cordeiro, R. A., Frutuoso, E. S., Lopes, J. M., & Moreira, S. N. T. (2020). Sintomas de depressão, ansiedade e estresse de estudantes de medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *44*(1), e040, 1-10. https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069

Declaração de Helsínquia da Associação Médica Mundial 1/6 (versão de outubro de 2024). Recuperado de https://www.ihmt.unl.pt/wp-content/uploads/2024/10/Declaracao-de-Helsinquia-2024.PT_.pdf

Decreto n.º 53/2024, *de 18 de julho de 2024*. Aprova o Regulamento da Lei de Investigação em Saúde Humana. Boletim da República, I série, n. 139.

Demenech, L. M., Oliveira, A.T., Neiva-Silva, L., & Dumith, S. C. (2021). Prevalence of anxiety, depression and suicidal behaviors among Brazilian undergraduate_students: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *282*.147-159. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.108

Dessauvagie, A. S., Dang, H., Nguyen, T. A, T., & Groen, G. (2022). Mental health of university students in Southeastern Asia: A systematic review. *Asia Pacific Journal of Public Health*, *34*(2-3) 172-181. http://dx.doi.org/10.1177/10105395211055545

Estrela, Y. C. A., Rezende, A. C. C., Guedes, A. F., Pereira, C. O., & Sousa, M. N. A. (2018). Estresse e correlatos com características de saúde e sociodemográficas de estudantes de medicina. *Revista CES Medicina*, *32*(3), 215-225. http://dx.doi.org/10.21615/cesmedicina.32.3.3

Faiad, C., Sousa, V., Matsunaga, L. H., Rodrigues, C. M. L., & Rosa, H. R. (2018). Propriedades psicométricas do ISSL no contexto da Segurança Pública. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, *9*(supl.3), 54-72. https://doi.org/10.5433/2236-6407.2018v9n3suplp54

Faria, A. A. G. B. T., Pereira-Neto, L. L., & Almeida, L. S. (2021). Efeitos da aprendizagem remota em estudantes do ensino superior. *Educação em Debate*, 86, 136-150. https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/65616

Faria, A. A. G. B. T., Pereira-Neto, L. L., & Almeida, L. S. (2023). Dificuldades na adaptação acadêmica dos estudantes de ensino superior em tempos de pandemia. *Educação UFSM*, *48*, 1-24, 2023. https://doi.org/10.5902/1984644469514

Faro, A. (2015). Estresse e distresse: Estudo com a escala de faces em Aracaju (SE). *Temas em Psicologia*, *23*(2), 341-354. https://doi.org/10.9788/TP2015.2-08

Fragelli, T. B. O., & Fragelli, R. R. (2021). Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma *rapid review* de estudos longitudinais. *Revista de Docência do Ensino Superior*, *11*, e029593, 1-21. https://doi.org/10.35699/2237-5864.2021.29593

Gharti, K., Gurung, G., Thapa, N., & Karki, S. (2023). Stress and coping among nursing students. *Journal of Nursing and Health Sciences Nepal*, *2*(1), 44-52. https://doi.org/10.3126/jnhsn.v2i1.66460

Ghizoni, L. D., Silva, J. V., & Santos, M. J. G. (2024). Atividade acadêmica enquanto trabalho: Vivências de "prazer-sofrimento" em universitários. *Trabalho (En)Cena*, *9*, e024004, 1-23. https://doi.org/10.20873/2526-1487e024004

Halberich, U. (2021). Stress-related physical and mental disorders: A new paradigm. *BJPsych Advances*, *27*(3), 145-152. https://doi.org/10.1192/bja.2021.1

Instituto Nacional de Saúde (2016). *Estratégia científica 2016 - 2025*. INS. Recuperado de https://ins.gov.mz/wp-content/uploads/2020/09/Estrategia-Cientifica.v1.22.06.1.pdf

Kam, S. X. L., Toledo, A. L. S., Pacheco, C. C., Souza, G. F. B., Santana, V. L, M., Bonfá-Araujo, B., & Custódio, C. R. S. N. (2019). Estresse em estudantes ao longo da

graduação médica. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *43*(1), e040, 246-253. https://doi.org/10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180192

Koteswari, V. B. (2006). Beat stress with positive attitude. *Global Organization Development Summit* (GODS), 18-21.

Lameu, J. do N., Salazar, T. L., & Souza, W. F. (2016). Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicologia da Educação*, *42*, 13-22. https://doi.org/10.5935/2175-3520.20150021

*Lei n.º 6/2023, de 8 de junho de 2023***.** Lei de investigação de saúde humana. Boletim da República, Série I, n. 110, 2023, 1135-1139.

Li, W., Zhao, Z., Chen, D., Peng, Y., & Lu, Z. (2022). Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *63*(11), 1222-1230. https://doi.org/10.1111/jcpp.13606

Lima, J. L. F., Rabelo, P. W. L., & Machado, Y. C. (2023). Saúde mental dos estudantes de medicina: Características individuais, socioeconômicas e contextuais. *Pensar Acadêmico*, *21*(2), 1401-1410. https://doi.org/10.21576/pensaracadmico.2023v21i2.3765

Lipp, M. E. N. (2016). O stress do professor frente ao mau comportamento do aluno. In D. C. Fava (Org.). *A prática da psicologia na escola* (pp.351-372). Artesâ.

Lipp, M. E. N. (2017). O treino de controle do estresse em grupo: Um modelo da TCC. In C.

B. Neufeld & B. Rangé (Org.), *Terapia cognitivo-comportamental em grupos: Das evidências à prática* (pp.301-318). Artmed.

Lipp, M. E. N. (2021). *ISSL-R- Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp-revisado – Manual técnico*. Nila Press.

Lipp, M. E. N., Costa, K. R. S., & Nunes, V. O. (2017). Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, *17*(1), 46-53. https://doi.org/10.17652/rpot/2017.1.12490

Lipp, M. E. N., & Lipp, L. M. N. (2019). Proposal for a four-phase stress model. *Psychology*, 10, 1435-1443. https://doi.org/10.4236/psych.2019.1011094

Mandlate, E., & Nivagara, D. (2019). Políticas de acesso ao ensino superior em Moçambique: Progressos e desafios da sua implementação. *Revista EDUCAmazônia - Educação Sociedade e Meio Ambiente, Humaitá*, *LAPESAM/GISREA/UFAM/CNPq/EDUA*, *22*(1), 7- 34. Recuperado de https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/educamazonia/article/view/5752

Monteiro, D. T., Mendes, J. M. R., & Beck, C. L. C. (2020). Perspectivas dos profissionais da saúde sobre o cuidado a pacientes em processo de finitude. *Psicologia: Ciência e Profissão*, *40*, e191910, 1-15 https://doi.org/10.1590/1982-37030e03191910

Mota, A. A. S., Pimentel, S. M., & Mota, M. R. S. (2023). Expressões de sofrimento psíquico de estudantes da Universidade Federal do Tocantins. *Educação e Pesquisa*, *49*, e254990. https://doi.org/10.1590/S1678-4634202349254990

Mota, N. I. F., Alves, E. R. P., Leite, G. O., Sousa, B. S. M. C., Ferreira, M. O., & Dias, M. D. (2016). Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental, Álcool e Droga*, *12*(3),163-70.

https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v12i3p163-170

Moutinho, I. L. D., Maddalena, N. C. P., Roland, R. K., Lucchetti, A. L. G., Tibiriçá, S. H. C., Ezequiel, O. S., & Lucchetti, G. (2017). Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. *Revista da Associação Médica Brasileira*, *63*(1), 21-28. https://doi.org/10.1590/1806-9282.63.01.21

Minuchin, P. (1988). *Relationships within the family: A systems perspective on development*. Em R. Hinde & J. Stevenson-Hinde (Orgs.), *Relationships within families: Mutual influences* (pp. 8-25). Claren don Press/University Press.

Murakami, K., Troncon, L. E. A., Santos, J. L. F., & Panúncio-Panto, M. P. (2024). Estresse e enfrentamento das dificuldades em universitários da área da saúde. *Psicologia: Ciência e Profissão*, *44*, e258748, 1-16. https://doi.org/10.1590/1982-3703003258748

Nobre, L. S., Silva, A. R., Júnior, L. B. C., Serra, M. A. A. O., Gherardi-Donato, E. C, S., & Fernandes, M. N. F. (2023). A saúde mental entre estudantes universitários: Uma revisão bibliométrica. *Revista Observatório de La Economia Latino-americana*, *21*(5), 2601-2619. https://doi.org/10.55905/oelv21n5-014

Nogueira-Martins, L. A., & Nogueira-Martins, M. C. F. (2018). Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, *7*(3), 334-337. https://doi.org/10.17267/2317-3394rpds.v7i3.2086

Oliveira, A. S., Macedo, E. B., & Sousa, I. L. (2020). Sofrimento psíquico entre os discentes do ensino superior. *Trabalho En(Cena)*, *5*(1), 213-226. https://doi.org/10.20873/2526-1487V5N1P213

Oliveira, R. A., & Véras, R. M. (2023). Bem-estar psicológico de estudantes universitários da graduação: Fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de cuidado em saúde mental. *APRENDER – Caderno de Filosofia e Psicologia da Educação*, 30, 137-158. https://doi.org/10.22481/aprender.i30.13759

Oliveira, S. C. F. S., Queiroz, R. G., Costa, M. J. F., Vieira, B. R., Medeiros, L. A. D. M., & Guenes, G. M. T. (2019). Prevalência de estresse em graduandos de odontologia de uma Universidade Pública Federal. *Odontologia Clínico-Científica*, *18*(4), 291-294.

Ottero, C. L. S., Iost, A. R. J., & Gonçalves, S. J. C. (2022). A saúde mental dos estudantes de medicina: Uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, *15*(3), 1-7. https://doi.org/10.25248/REAS.e9751.2022

Pacheco, J. P., Giacomin, H. T., Tam, W. W., Ribeiro, T. B., Arab, C., Bezarra, I. M., & Pinasco, G. C. (2017). Mental health problems among medical students in Brazil: A systematic review and meta-analysis. *Brazilian Journal of Psychiatry*, *39*(4), 369-378. https://doi.org/10.1590/1516-4446-2017-2223

Preto, V. A., Souza, A. L. T., Sousa, B. O. P., Fernandes, J. M., Pereira, S. S., & Cardoso, L. (2020). Preditores de estresse recente em universitários de enfermagem. *Research, Society and Development*, *9*(3), e37932371,1-15. http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i3.2371

Querido, I. A., Naghettini, A. V., Orsini, M. R. C. A., Bartholomeu, D., & José Maria Montiel, J. M. (2016). Fatores associados ao estresse no internato médico. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *40*(4), 565-573. http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v40n4e00072015

Romanini, M., Ferigato, S. H., & Teixeira, R. R. (2024). Saúde mental na universidade: Problematizando o presente, imaginando futuros. In M. Romanini (Org.), *Psicologia, educação e saúde mental: Problematizações sobre/com a universidade* (pp.138-151). ABRAPSO.

Rufato, F. D., Rossetto, E., & Wilkon, N. W. V. (2022). Psychic illness in young university students. *Revista Tempos e Espaços em Educação, 15*(34), e16903, 1-17. http://dx.doi.org/10.20952/revtee.v15i34.16903

Sadir, M. A., Bignotto, M. M., & Lipp, M. E. N. (2010). Stress e qualidade de vida: Influência de algumas variáveis pessoais. *Paideia*, *20*(45), 73-81. https://doi.org/10.1590/S0103-863X2010000100010

Santos, F. S., Maia, C. R. C., Faedo, F. C., Gomes, G. P. C., Nunes, M. E., & Oliveira, M. V. M. (2017). Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *41*(2), 194-200. http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v41n2RB20150047

Soares, V. M., Lima, B. M. C., & Santos, L. C. O. (2024). Sofrimento psicológico: Um estudo com jovens estudantes de Odontologia. *Research, Society and Development*, *13*(5), e4513545788, 1-10. http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i5.45788

Viana, M. A. O., Forte, F. D. S., Cavalcanti, S. D. L. B., & Massoni, A. C. L. T. (2023). Estresse, ansiedade e depressão em estudantes de graduação em Odontologia. *Revista da Associação Brasileira de Ensino Odontológico*, *23*(1), 1813, 1-12. http://dx.doi.org/10.30979/revabeno.v23i1.1813

Wang, X., & Liu, Q. (2022). Prevalence of anxiety symptoms among Chinese university students amid the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, *8*, e10117, 1-10. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e10117

Informaciones complementarias

Recibido: 26/06/2024

Aceptado: 24/02/2026

Publicado: 24/03/2026

Editoras responsables: Dra. Cristiane Davina Redin Freitas, Dra. Leticia Lorenzoni Lasta y Dra. Silvia Virginia Coutinho Areosa.
Autor correspondiente: Gildo Aliante
Correo electrónico: aliantegildo@unisave.ac.mz
Conflicto de intereses: Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses.
Financiación: No se recibió financiación.
Contribuciones de los autores: Mussa Abacar: Conceptualización, Metodología, Supervisión, Redacción del manuscrito original y Redacción - revisión y edición. Gildo Aliante: Análisis de datos, Metodología, Redacción del manuscrito original y Redacción - revisión y edición. Coutinho Maurício José: Análisis de datos, Metodología, Redacción del manuscrito original y Redacción - revisión y edición. Florinda Quid Carlos: Conceptualización, Investigación y Redacción del manuscrito original. Arlindo Pastola: Análisis de datos, Redacción del manuscrito original y Redacción - revisión y edición.

Datos de los autores:

- *Mussa Abacar.* Director del Centro de Investigación en Psicología Aplicada, Profesor de la Facultad de Educación y Psicología y Coordinador del Núcleo de Estudios sobre Salud y Trabajo. Doctor en Psicología Cognitiva por la Universidad Federal de Pernambuco, máster en Psicología de las Organizaciones, Social y del Trabajo por la Universidad de Oporto, licenciado en Psicología y Pedagogía por la Universidad Pedagógica.

- *Gildo Aliante.* Profesor (Asistente en Prácticas) del Departamento de Educación y Psicología y Responsable del Centro de Apoyo Psicosocial para Estudiantes; miembro del Centro de Estudios e Investigación en Salud y Trabajo del Instituto de Psicología de la UFRGS, y del Centro de Estudios en Salud y Trabajo del Laboratorio de Investigación en Psicología de la Universidad de Rovuma. Doctor y máster en Psicología Social e Institucional, licenciado en Planificación, Administración y Gestión de la Educación por la Universidad Pedagógica, Mozambique.

- *Coutinho Maurício José.* Miembro del Centro de Estudios sobre Salud y Trabajo. Licenciado en Psicología Social y de las Organizaciones, con especialización en Comportamiento Organizacional.

- *Florinda Quid Carlos.* Licenciada en Psicología Educativa con Especialización en Intervención en Desarrollo Humano y Aprendizaje.

- *Arlindo Pastola.* Licenciado en Psicología Educativa con especializaciones en Intervención en el Desarrollo Humano y el Aprendizaje. Técnico en Enfermería General.

Traducción al idioma español: Dr ª Neiva Maria Mallmann Graziadei
Textual Assessoria - Porto Alegre/RS/Brasil