

ARTIGO DE INVESTIGAÇÃO (ORIGINAL)

Saúde Mental Positiva, Percepções e Expetativas Acadêmicas dos Estudantes de Enfermagem: Um Estudo Descritivo-Correlacional

Positive Mental Health, Perceptions and Academic Expectations of Nursing Students: A Descriptive-Correlational Study

Salud Mental Positiva, Percepciones y Expectativas Académicas de los Estudiantes de Enfermería: Un Estudio Descriptivo-Correlacional

Mariana Raquel Câmara ^{1,2}

 <https://orcid.org/0000-0002-5280-0574>

Maria Luísa Gonçalves ^{2,3}

 <https://orcid.org/0000-0003-3461-1515>

Tânia Marlene Lourenço ^{2,4}

 <https://orcid.org/0000-0002-1469-7086>

José Carlos Carvalho ^{5,6}

 <https://orcid.org/0000-0002-8391-8647>

¹ Instituto São João de Deus, Funchal, Portugal

² Escola Superior de Enfermagem de São José de Cluny, Funchal, Portugal

³ Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Porto, Portugal

⁴ RISE@Health, Escola Superior de Enfermagem de São José de Cluny, Funchal, Portugal

⁵ Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Porto, Porto, Portugal

⁶ RISE@Health, Escola Superior de Enfermagem, Universidade do Porto, Porto, Portugal

Autor de correspondência

Mariana Câmara

E-mail: marianaraquelcamara@hotmail.com

Recebido: 04.09.25

Aceite: 22.01.26

Resumo

Enquadramento: A Saúde Mental Positiva, foca-se em potenciar a Saúde Mental (SM). Ingressar no Ensino-Superior (ES), pressupõe transições e adaptações. Estas poderão constituir desafios para a SM dos Estudantes de Enfermagem (EE).

Objetivo: Avaliar a relação entre a Saúde Mental Positiva (SM+) e as Percepções Acadêmicas – Expetativas (PA-Exp) dos estudantes do Curso de Licenciatura em Enfermagem (CLE).

Metodologia: Estudo transversal, descritivo-correlacional, amostra não probabilística acidental de 127 EE. Colheita de dados abril-maio/2024, através de questionário online: dados sociodemográficos e clínicos, *Questionário de SM+* ($\alpha = 0,930$) e *Questionário de PA-Exp* ($\alpha = 0,950$). Tratamento e análise de dados realizado no *Software IBM SPSS, versão 29.0*. Obteve parecer favorável de Comissão de Ética.

Resultados: Amostra predominantemente feminina (77,20%), com elevados níveis de SM+ global (121,14 + 16,77) e elevada média global de 36,00 + 4,53 no *Questionário de PA-Exp*. Correlação positiva fraca, estatisticamente significativa entre os totais globais dos questionários ($\rho = 0,197$; $p \leq 0,05$).

Conclusão: EE com níveis mais elevados de SM+ tendem a apresentar PA-Exp superiores.

Palavras-chave: saúde mental; aspirações psicológicas; estudantes de enfermagem; educação em enfermagem; estudos transversais

Abstract

Background: Positive mental health strengthens and enhances overall mental health. Entering higher education involves transitions and adaptations that may challenge nursing students' mental health.

Objective: To examine the relationship between positive mental health and academic perceptions and expectations among students enrolled in an undergraduate nursing program.

Methodology: A cross-sectional, descriptive correlational study was conducted using a nonprobability convenience sample of 127 Portuguese nursing students. Data were collected between April and May 2024 through an online questionnaire that included sociodemographic and clinical variables, the Positive Mental Health Questionnaire ($\alpha = 0.93$), and the Academic Perceptions Questionnaire - Expectations ($\alpha = 0.95$). Data were analyzed using IBM SPSS Statistics, version 29.0. An ethics committee approved the study.

Results: The sample was predominantly female (77.2%) and demonstrated high overall levels of positive mental health ($M = 121.14$; $SD = 16.77$), as well as a high overall mean score for academic perceptions and expectations ($M = 36.00$; $SD = 4.53$). A weak but statistically significant positive correlation was found between the total scores of the two questionnaires ($\rho = 0.197$; $p \leq 0.05$).

Conclusion: Nursing students with higher levels of positive mental health tend to report higher academic expectations.

Keywords: mental health; aspirations, psychological; students, nursing; education, nursing; cross-sectional studies

Resumen

Marco contextual: La salud mental positiva se centra en potenciar la salud mental (SM). Ingresar en la educación superior (ES) implica transiciones y adaptaciones. Estas pueden suponer retos para la SM de los estudiantes de enfermería (EE).

Objetivo: Evaluar la relación entre la salud mental positiva (SM+) y las percepciones académicas, expectativas (PA-Exp) de los estudiantes del Grado en Enfermería (CLE).

Metodología: Estudio transversal, descriptivo-correlacional, muestra no probabilística accidental de 127 EE. Recopilación de datos entre abril y mayo de 2024, mediante cuestionario en línea: datos sociodemográficos y clínicos, Cuestionario de SM+ ($\alpha = 0,930$) y Cuestionario de PA-Exp ($\alpha = 0,950$). Tratamiento y análisis de datos realizado en el Software IBM SPSS® versión 29. Obtuvo el dictamen favorable de la Comisión de Ética.

Resultados: Muestra predominantemente femenina (77,20%), con elevados niveles de SM+ global (121,14 + 16,77) y elevada media global de 36,00 + 4,53 en el Cuestionario de PA-Exp. Correlación positiva débil, estadísticamente significativa entre los totales globales de los cuestionarios ($\rho = 0,197$; $p \leq 0,05$).

Conclusión: EE con niveles más altos de SM+ tienden a presentar una PA-Exp superior.

Palabras clave: salud mental; aspiraciones psicológicas; estudiantes de enfermería; educación en enfermería; estudios transversales



Escola Superior de
Enfermagem de Coimbra

fct

Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia

Como citar este artigo: Câmara, M. R., Gonçalves, M. L., Lourenço, T. M., & Carvalho, J. C. (2026). Saúde Mental Positiva, Percepções e Expetativas Acadêmicas dos Estudantes de Enfermagem: Um Estudo Descritivo-Correlacional. *Revista de Enfermagem Referência*, 6(5), e43020. <https://doi.org/10.12707/RV125.71.43020>



Introdução

A Saúde Mental Positiva (SM+) é definida como a Saúde Mental (SM) de pessoas saudáveis, com intuito de otimizar o seu bem-estar (Ribeiro et al., 2023). Os estudos existentes desta natureza particularizam a importância de adotar estilos de vida saudáveis (Magalhães et al., 2023; Sierra et al., 2022), associados a níveis mais elevados de SM+ (Maciel et al., 2023; Valentim et al., 2023).

O ingresso no Ensino Superior (ES) constitui um marco importante, esta nova fase pressupõe uma série de transições e adaptações, acompanhadas de desafios e exigências que podem afetar o bem-estar mental (Carvalho et al., 2024; Francisco & Arriaga, 2022; Vedana et al., 2022) e desempenho académico (Barreto et al., 2024; Teixeira et al., 2022). Além da adaptação ao ES, os Estudantes de Enfermagem (EE) enfrentam ainda mais desafios (Souza et al., 2023; Tiga-Loza et al., 2024), associados à génese do curso, sendo disso exemplo as práticas clínicas em contextos reais de aprendizagem.

Deste modo, partiu-se para este estudo com o seguinte objetivo: Avaliar a relação entre a SM+ e as Percepções Académicas-Expetativas (PA-Exp) dos estudantes do Curso de Licenciatura em Enfermagem (CLE).

Enquadramento

O conceito de SM+ foi introduzido e explorado na Europa por Maria Teresa Canut-Lluch. Definindo como um espaço específico dentro da SM, resultante do produto de vários fatores (Lluch, 2008). Pressupõe “um constructo dinâmico e flutuante que inclui pensamentos e sentimentos, tanto positivos quanto negativos, pois é tão saudável ficar preocupado diante de situações incertas quanto sentir-se feliz quando tudo vai bem” (Lluch, 2008, p. 18). Durante a vida académica, os estudantes, ganham mais independência dos pais e estão em contacto com uma realidade e responsabilidades desconhecidas até então (Campos et al., 2024; Ferreira et al., 2023; Massano-Cardoso et al., 2024). O foco nas PA-Exp são uma necessidade recente e promissora para o sucesso académico. As expetativas integram objetivos ou aspirações para a permanência no ES (Araújo et al., 2014). O ingresso num curso, deverá ser bem preparado para que os agentes stressores (frequências, ensinamentos clínicos e outros) não influenciem negativamente esta fase (Araújo et al., 2022; Sequeira & Carvalho, 2009, 2014). No estudo exploratório de Sequeira et al. (2013), somente com EE, constataram que a depressão e a ansiedade são diagnósticos frequentes neste grupo populacional. O consumo de substâncias também se revelou um problema (Rodrigues et al., 2023), sendo mais prevalente na população feminina. Esta questão é “preocupante pelas consequências na saúde dos estudantes e pelas repercussões que pode ter nas suas ações, essencialmente a nível dos ensinamentos clínicos” (Sequeira, et al., 2013, p. 178-179). Em suma, a literatura encontra uma causa efeito entre os níveis de SM e a exigência académica do CLE. Requerendo a estes estudantes um grau de maturidade e capacidade adaptativa superior perante múltiplos fatores

de risco (Sequeira et al., 2013; Silva et al., 2024). A nossa pesquisa não revelou nenhum estudo que correlacione a SM+ com as PA-Exp, vinculando o carácter inovador desta investigação. Desta feita, pretendemos contribuir com evidência científica para um melhor desempenho e sucesso académico. A longo prazo esperamos aprimorar a prática baseada na evidência e fortalecer o reconhecimento profissional dos Enfermeiros. O presente estudo visou igualmente responder a outros objetivos específicos: avaliar a SM+; avaliar as PA-Exp; relacionar a SM+ e as PA-Exp com aspetos sociodemográficos e clínicos dos EE.

Questão de investigação

Qual a relação entre a Saúde Mental Positiva e as Percepções Académicas Expetativas dos Estudantes do Curso de Licenciatura em Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior?

Metodologia

Estudo quantitativo, transversal descritivo-correlacional. Critérios de inclusão: idade ≥ 18 anos; ser estudante do CLE e critério de exclusão: ser estudante internacional. Decorreu numa Instituição Privada de ES Portuguesa, com um total de 157 alunos inscritos no CLE durante o ano letivo 2023/2024. Obteve-se uma amostra não probabilística de 127 EE. Para o cálculo da amostra, utilizou-se a plataforma online *Qualtrics*, com base na fórmula para populações finitas e um intervalo de confiança de 95%, recomendando um mínimo de 112 EE. A colheita de dados ocorreu entre abril e maio de 2024. Os EE tiveram acesso ao *link* dos questionários (usado o Microsoft 365 versão *Business*) através do seu e-mail institucional. No mesmo, constava o convite à participação no estudo (declaração de aceitação), assim como os objetivos e procedimentos inerentes ao mesmo. Era explícito no e-mail a garantia de confidencialidade e anonimato, a livre vontade em participar e o carácter voluntário. Posteriormente o EE tinha acesso ao questionário, quando concluído teriam de o submeter. Os e-mails dos participantes nunca foram acessíveis à equipa de investigadores.

As questões formuladas eram maioritariamente fechadas. O questionário utilizado foi constituído por três partes: dados sociodemográficos, académicos e de saúde, *Questionário de Saúde Mental Positiva (QSM+)*, e *Questionário de Percepções Académicas – Expetativas (QPA-Exp)*. Para utilizar o QSM+ e o QPA-Exp, foi solicitado e obtido a autorização dos respetivos autores. O QSM+, foi traduzido e validado para a população Portuguesa por Sequeira e Carvalho (2009; 2014). Baseado no Modelo Multifatorial de SM+, contempla seis Fator(es) (F). Este questionário é composto por 39 itens, que se distribuem de forma desigual ao longo dos F. Na soma total de todos os itens, o QSM+ apresenta como cotação mínima 39 e máxima 156, sendo que quanto maior for o valor obtido maior será o nível de SM+. Pode-se também interpretar os resultados por cada F.

Relativamente ao QPA-Exp, é apenas de âmbito académico, engloba 42 itens distribuídos de forma equitativa por sete F. As respostas variam numa escala de 1 a 6, sendo que 1 corresponde a *baixa expectativa académica*

e 6 a *elevada expectativa académica*. Os resultados obtidos poderão corresponder a *baixo e elevado* nível de expectativas. A descrição dos F de cada instrumento, encontra-se na Tabela 1.

Tabela 1.

Descrição dos F das Escalas QSM+ e QPA-Exp

<i>QSM+</i>	<i>QPA-Exp</i>
F1: Satisfação Pessoal	F1: Envolvimento Político e Cidadania
F2: Atitude Pró-Social	F2: Formação para o Emprego/Carreira
F3: Autocontrolo	F3: Interação Social
F4: Autonomia	F4: Mobilidade Estudantil
F5: Resolução de Problemas e Auto atualização	F5: Pressão Social
F6: Habilidades de Relação Interpessoal	F6: Desenvolvimento Pessoal e Social
	F7: Qualidade da Formação

Nota. QSM+ = Questionário de Saúde Mental Positiva; QPA-Exp = Questionário de Perceções Académicas- Expectativas.

Ambas as escalas apresentaram boa consistência interna. Para a análise estatística inferencial, foi avaliada a normalidade das variáveis utilizando o teste de Kolmogorov-Smirnov. O QSM+ obteve distribuição normal, sendo utilizado o Teste de ANOVA One-Way, o Teste *t-Student* para amostras independentes e teste de significância (*p-value*) para a diferença de médias. O QPA-Exp não cumpriu com os critérios de normalidade, pelo que se utilizou o Teste de Kruskal Wallis e Teste U de Mann-Whitney, bem como o teste de significância (*p-value*). Adicionalmente, foi aplicado o teste de correlação de Spearman, uma vez que as variáveis apresentavam distribuições distintas, acompanhado do respetivo teste de significância (*p-value*). Neste estudo, foi utilizado um nível de confiança de 95%.

O estudo obteve parecer favorável de uma Comissão de Ética (Nº 004/24 em abril de 2024). Cumpriu com todos os princípios patentes na declaração de Helsínquia, de Tóquio, da Organização Mundial da Saúde e da Comunidade Europeia, assim como os princípios da Comissão Nacional de Proteção de Dados, constante na Lei nº. 43/2004.

Os participantes demonstraram intenção voluntária de

participação e validação do consentimento informado.

Resultados

A amostra contemplou 127 EE, maioritariamente pertencentes ao género feminino (77,20%), com uma média de 21,93 anos (*DP* = 4,18). 85,00% dos EE não é trabalhador-estudante. Do total da amostra, 22,80% já recebeu um diagnóstico de doença mental por parte de um profissional de SM e 15,70% já recorreu a algum serviço de saúde por um problema de SM. Relativamente ao consumo de tabaco, 8,60% dos EE refere ter consumido “1 a 2 vezes” e 26,70% refere ter consumido álcool “1 a 3 vezes por mês”. Quanto às drogas ilícitas a mais consumida é a cannabis com 10,70% dos EE a admitir consumo.

Entroncado com o objetivo específico de avaliar a SM+ dos EE, pela análise da Tabela 2, constatamos que 62,99% estão classificados como Nível Alto de SM+, enquanto 37,01% estão no Nível Intermédio. O F2 é o que apresenta maior proporção de EE no Nível Alto (92,13%), enquanto o F3 apresenta a menor (32,28%).

Tabela 2.*Distribuição dos EE de acordo com os níveis de SM+*

QSM+	“Nível Alto”		“Nível Intermédio”		“Nível Baixo”	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
F1	78	61,42	40	31,50	9	7,09
F2	117	92,13	9	7,09	1	0,79
F3	41	32,28	68	53,54	18	14,17
F4	57	44,88	53	41,73	17	13,39
F5	70	55,12	53	41,73	4	3,15
F6	65	51,18	59	46,46	3	2,36
Global	80	62,99	47	37,01	-	-

Nota. QSM+ = Questionário de Saúde Mental Positiva; F = Fator; *n* = Amostra; % = Percentagem.

Relativamente ao objetivo específico de análise das PA-Exp, constatamos pela Tabela 3 que o F mais cotado é

o F1, com média de 5,83 (*DP* = 0,66) e o menos cotado F3, com média de 4,83 (*DP* = 1,17).

Tabela 3.*Média, mediana, desvio padrão, valor mínimo, valor máximo e alfa cronbach dos F do QPA-Exp*

QPA-Exp	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>DP</i>	<i>Min</i>	<i>Máx</i>	α
F1	5,54	5,83	0,66	2,50	6,00	0,880
F2	5,50	5,66	0,63	2,67	6,00	0,870
F3	4,65	4,83	1,17	1,17	6,00	0,900
F4	5,31	5,50	0,66	2,67	6,00	0,800
F5	4,82	5,00	0,92	1,00	6,00	0,770
F6	5,13	5,16	0,67	2,67	6,00	0,720
F7	5,02	5,16	0,85	2,00	6,00	0,800
Global	36,00	36,50	4,53	18,50	42,00	0,950

Nota. QPA-Exp = Questionário de Percepções Académicas – Expetativas; F = Fator; *M* = Média; *Me* = Mediana; *DP* = Desvio-padrão; *Min* = Mínimo; *Máx* = Máximo; α = Alfa de cronbach.

No que concerne ao estudo das relações entre as variáveis sociodemográficas, clínicas, SM+ e PA-Exp dos EE, evidenciamos pela Tabela 4, a existência de associações significativas. Nomeadamente, o QSM+, releva diferenças estatisticamente significativas entre diversos F e as variáveis: Deslocado da

Área de Residência, Consumo de Substâncias, Anos de matrícula e Acompanhamento por um Profissional de SM. Relativamente ao QPA-Exp, identificamos diferenças estatisticamente significativas nas variáveis: Idade e Escolha do curso e/ou instituição como primeira opção.

Tabela 4.

Associações significativas entre os F das escalas e as variáveis sociodemográficas/acadêmicas

	F	Idade*	Deslocado área residência**	Consumo substâncias***	Anos de matrícula***	Acomp. SM**	1. ^a opção (curso/inst.)**
QSM+	F2	-	$p = 0,023$	$p = 0,003$	-	-	-
	F3	-	-	-	$p = 0,015$	-	-
	F4	-	-	-	$p = 0,003$	-	-
	F5	-	-	$p = 0,042$	-	$p = 0,029$	-
	F6	-	-	$p = 0,028$	-	-	-
QPA-Exp	F1	$p = 0,005$	-	-	-	-	-
	F3	$p \leq 0,001$	-	-	-	-	-
	F5	$p = 0,006$	-	-	-	-	$p = 0,044$
	F7	$p \leq 0,001$	-	-	-	-	-

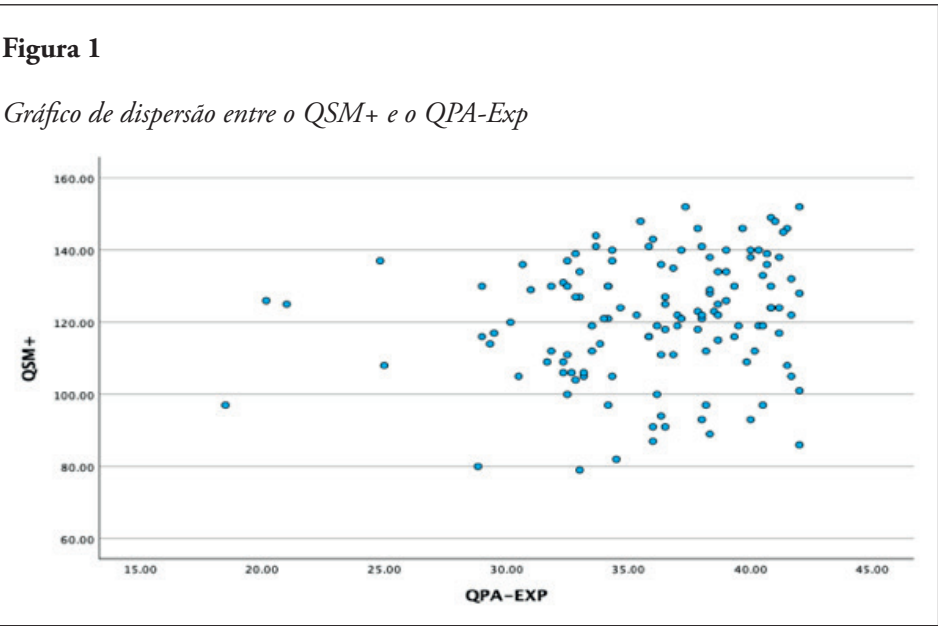
Nota. F = Fator; QSM+ = Questionário de Saúde Mental Positiva; QPA-Exp = Questionário de Percepções Acadêmicas – Expetativas; Acomp. SM = Acompanhamento por profissional de saúde mental.

* Teste de Sperman; ** Testes não paramétricos Mann-Whitney U; *** Teste de Kruskal-Wallis.

São apresentadas apenas correlações estatisticamente significativas ($p < 0,05$).

Para finalizar, procedeu-se à análise das correlações de Spearman entre os F do QSM+ e do QPA-Exp. Existem várias correlações fracas e estatisticamente significativas

($\rho = 0,197$; $p \leq 0,05$), sendo que quanto maior o nível de SM+ dos EE maiores são as PA-Exp (Figura 1).



Discussão

A maioria da amostra pertence ao género feminino, o número de EE com diagnóstico de doença mental, tem vindo a aumentar sucessivamente (Cunha, 2020; Lima et al., 2023). Pressupondo-se um aumento mais acentuado após pandemia (Palomino et al., 2024; Reis et al., 2025; Sillero et al., 2023). Consideramos também a possibilidade dos EE sub ou sobre relatar certo tipo de comportamentos (Sequeira et al., 2019).

No QSM+, a pontuação mais elevada registou-se no F5,

semelhante ao observado no estudo de Cunha (2020). O F mais baixo foi o F3, resultado encontrado também no estudo de Nogueira et al. (2025). Na globalidade do QSM+ a maioria dos EE (62,99%) apresenta níveis elevados de SM+ ($M = 121,14$), resultados semelhantes no estudo de Jauregui-Soriano et al. (2022) e Teixeira et al. (2022).

Na análise inferencial do QSM+ com a variável “Deslocado da Área de Residência”, comprovamos que os EE deslocados da sua área de residência obtiverem valores inferiores no F2 do QSM+, sendo estaticamente significativa. Igual

feito foi obtido no estudo de Teixeira et al. (2022). Ponderamos associar à necessidade de adaptação do estudante deslocado ao novo meio, deixando-o de certo modo menos pró-ativo socialmente. Quanto ao Consumo de Substâncias (lícitas e ilícitas) nos últimos 3 meses, existem diferenças estatisticamente significativas nos F: F2, F5 e F6, sendo os EE que não consumiram a obterem valores superiores. Relativamente aos anos de matrícula, constatamos haver diferenças estatisticamente significativas nos F3 e F4. A média total do QSM+ é superior e estatisticamente significativa no terceiro ano de curso. Associamos ao processo de adaptação e familiarização com o curso/profissão. Na análise da SM+ com a variável Acompanhamento por um Profissional de SM, existe no F5 diferença com significado estatístico, sendo superior quando o EE não é acompanhado por um profissional. Pressupomos que os EE que necessitam de ajuda profissional serão mais vulneráveis, logo com valores inferiores de SM+.

Relativamente ao QPA-Exp, constatamos que existem diferenças estatisticamente significativas ao nível dos F: F1, F3, F5 e F7 e a variável Idade. No global, os participantes mais velhos tendem a identificar PA-Exp mais baixas. Associamos este achado à gestão que o EE faz das suas expectativas ao longo do curso, pela maior familiarização com a futura profissão. A investigação evidenciou igualmente que, os EE, “Colocados na sua primeira opção de Curso e/ou Instituição” apresentam diferenças estatisticamente significativas no F5. Por este se tratar de uma investigação inovadora pela utilização desta escala, não existem estudos que permitam uma comparação mais alargada dos resultados obtidos. No entanto, a produção científica existente aponta para a necessidade de moldar as expectativas dos EE em relação à profissão, transmitindo-lhes competências transversais que ajudem a ultrapassar expectativas irrealistas e diminuam o potencial abandono da profissão (Sillero et al., 2023). Relativamente à análise entre o QSM+ e o QPA-Exp, esta investigação demonstrou que quanto mais elevados os níveis de SM+, maiores PA-Exp. A reflexão sobre os resultados obtidos remete-nos para a necessidade de intervenção nos pilares fundamentais do constructo da SM+, segundo o Modelo multifatorial de SM+ desenvolvido por Lluch (2008), assim como na gestão das PA-Exp dos EE. Como limitações do estudo, ressaltamos as características da amostra: pequena e somente de uma Instituição.

A criação de ambientes académicos mais próximos, saudáveis e empáticos pode impulsionar intervenções preventivas e personalizadas, reforçando a ligação entre a SM e o contexto escolar. Do ponto de vista pedagógico, ajustar práticas educativas, desenvolver competências sócio emocionais e melhorar o desempenho académico, são consideradas áreas potenciais de intervenção.

Conclusão

A investigação alcançou plenamente os seus objetivos, revelando níveis elevados de SM+ entre os EE. Identificaram-se áreas que requerem intervenção, como autocontrolo, autonomia, autoestima e satisfação pessoal.

Também se obteve um perfil muito positivo das PA-Exp dos EE, destacando a mobilidade nacional e internacional como oportunidade de enriquecimento académico. Estes constituem os primeiros dados nacionais conhecidos com uma amostra exclusivamente de EE.

Conclui-se que as Instituições de ES devem reforçar a proximidade com os EE, devolvendo e discutindo os resultados, ampliando programas de promoção de SM+, criando iniciativas de mentoria e desenvolvendo programas focados nas PA-Exp para facilitar a transição para o ES. Futuras investigações devem adotar abordagens multicêntricas, longitudinais e comparativas, bem como criar observatórios que acompanhem os percursos académicos e profissionais. Este campo de estudo é essencial para promover o bem-estar e o sucesso académico, refletindo-se futuramente na prestação de cuidados humanizados enquanto Enfermeiros.

Contribuição de autores

Conceptualização: Câmara, M. R., Gonçalves, M. L., Lourenço, T. M., Carvalho, J. C.

Tratamento de dados: Câmara, M. R., Lourenço, T. M.

Análise formal: Câmara, M. R., Lourenço, T. M.

Investigação: Câmara, M. R.

Metodologia: Câmara, M. R., Gonçalves, M. L., Lourenço, T. M., Carvalho, J. C.

Administração do projeto: Lourenço, T. M.

Software: Câmara, M. R.

Supervisão: Lourenço, T. M.

Validação: Lourenço, T. M., Carvalho, J. C.

Redação - rascunho original: Câmara, M. R., Gonçalves, M. L., Lourenço, T. M.

Redação - análise e edição: Câmara, M. R., Gonçalves, M. L., Lourenço, T. M.

Agradecimentos

Escola Superior de Enfermagem de São José de Cluny.

Tese/Dissertação

Dissertação de Mestrado “Saúde Mental Positiva, Perceções e Expectativas Académicas dos Estudantes de Enfermagem: Um Estudo Descritivo-Correlacional”, apresentada à Escola Superior de Enfermagem de São José de Cluny, 2024.

Referências bibliográficas

- Araújo, A. M., Costa, A. R., Casanova, J. R., & Almeida, L. S. (2014). Questionário de Perceções Académicas – Expectativas: Contributos para a sua Validação Interna e Externa. *Revista Eletrónica de Psicologia, Educação e Saúde*, 4(1), 156-178. https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/30121/1/e-psi%20art29a4v1_2014.pdf
- Araújo, L., Fonseca, S., Amante, M. J., Xavier, P., Silva, C., Cordeiro, L., & Magalhães, C. (2022). Saúde mental em estudantes do ensino superior politécnico na pandemia COVID-19. *Revista de Enfermagem Referência*, 6(1), e21109. <https://doi.org/10.12707/RV21109>
- Barreto, A. B., Almeida, D. S., Fontana, R. J., Silva, L. L., Alves, D. A., & Novaes, M. O. (2024). Suicídio: uma discussão necessária

- nas universidades. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, 17(12), e13102. <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.12-363>
- Campos, S., Pereira, A., Ferreira, M., & Cardoso, A. P. (2024). Emotional States of Students in the Transition to Higher Education: An Exploratory Approach. *New Trends in Qualitative Research*, 20(3), e939. <https://doi.org/10.36367/ntqr.20.3.2024.e939>
- Carvalho, M. M., Vale-Dias, M. L., Keyes, C., & Bohlmeijer, E. (2024). Precisamos de literacia em saúde mental positiva? Primeiras explorações do alargamento do horizonte da literacia em saúde mental. *Jornal de Investigação Médica (JIM)*, 5(2). <https://revistas.ponteditora.org/index.php/jim/article/view/957>
- Cunha, M. I. (2020). *Promoção da Saúde dos Estudantes do Ensino Superior: Saúde Mental Positiva e Literacia em Saúde Mental em análise*. (Dissertação de mestrado, Instituto Politécnico de Viana do Castelo). Escola Superior de Saúde. http://repositorio.ipv.pt/bitstream/20.500.11960/2515/1/Marcia_Cunha.pdf
- Ferreira, M. M., Santos, J. M., Sampaio, F., Moreira, M. T., Nogueira, A., Guerra, M., & Brito, I. (2023). Estilos de vida dos estudantes do ensino superior: Contributos para a promoção da saúde. *Revista De Enfermagem Referência*, 6(2), 1–10. <https://doi.org/10.12707/RVI2022>
- Francisco, R., & Arriaga, M. T. (2022). Literacia em saúde nos estudantes do ensino superior: que relações com o uso de redes sociais? *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 33, e33031. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-7331202333031>
- Jauregui-Soriano, K., Huyhua-Gutierrez, S., Zegarra-Chapoñan, R., Espinoza-Moreno, T., & Zeladita-Huaman, J. (2022). Asociación entre la salud mental positiva y habilidades sociales en estudiantes de enfermería. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (28), 134–145. <https://doi.org/10.19131/rpesm.352>
- Lima, V. D., Costa, A. G. M., Vasconcelos, M. L., & Lourenço, L. M. (2023). Saúde Mental no Ensino Superior: revisão de literatura. *Interação em Psicologia*, 26(3). <https://doi.org/10.5380/riep.v26i3.76204>
- Lluch, M. T. (2008). Concepto de salud mental positiva: Factores relacionados. In J. Fornes, y J. Gómez (Eds.), *Recursos y programas para la salud mental*. Enfermería psicosocial II (pp. 37-69). Madrid: Fuden, Colección líneas de especialización en enfermería.
- Maciel, F. V., Wendt, A. T., Demenech, L. M., & Dumith, S. C. (2023). Fatores associados à qualidade do sono em estudantes universitários. *Ciência & saúde coletiva*, 28(4), 1187–1198. <https://doi.org/10.590/1413-81232023284.14132022>
- Magalhães, F. K., Chaparro, J. G. B., Domingues, H. S., Rocha, C. M. F., & Câmara, S. M. (2023). Validação do Questionário de Estilos de Vida Pessoal em Estudantes Universitários (PLQ Universitários). *Revista de Enfermagem Referência*, 6(2), 1–7. <https://doi.org/10.12707/RVI23.44.30625>
- Massano-Cardoso, I. M., Figueiredo, S. C., & Galhardo, A. (2024). Ansiedade, depressão e stress em estudantes universitários deslocados da sua residência. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 10(2), 1-15. <https://doi.org/10.31211/rpics.2024.10.2.343>
- Nogueira, M. J., Carvalho, J. C., Costa, P., & Sequeira, C. (2025). Vulnerabilidade psicológica, literacia em saúde mental, saúde mental positiva e comportamentos de saúde em estudantes do ensino superior. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, 2(27), e39780. <https://doi.org/10.29352/mill0227.39780>
- Palomino, J. C. V., Bernal, M. P., & Sandoval, M. I. (2024). Deserción en la educación superior y salud mental: Estudio bibliométrico. *Contabilidad Y Negocios*, 19(37), 34 –57. <https://doi.org/10.18800/contabilidad.202401.002>
- Reis, L. D., Alves, L. S. M., Diniz, T. M., Sousa, K. A. A., & Silva, E. S. (2025). O Ensino Superior e seus Impactos na Saúde Mental dos Graduandos no Período Pandêmico e Pós Pandemia da Covid-19. *Revista Foco*, 18(3), e8083. <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v18n3-116>
- Ribeiro, I., Freitas, O., Sousa, G., Carvalho, J., Sequeira, C., & Pires, R. (2023). Saúde mental dos jovens do ensino secundário da Ilha da Madeira: fatores de vulnerabilidade e proteção. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 29, 37 –47. <https://doi.org/10.19131/rpesm.361>
- Rodrigues, A., Simões, A., Pais, M., Guerra, M., Coelho, M., Rosa, P., Ferreira, N., & Marinheiro, P. (2023). Saúde Mental dos estudantes do ensino superior e consumo de substâncias psicoativas: revisão interativa da literatura. *Gestão e Desenvolvimento*, 31, 33 –52. <https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2023.11842>
- Sequeira, C. & Carvalho, J. C. (2009;2014). Tradução para a população Portuguesa do Questionário de Saúde Mental Positiva (SM+). In C. Sequeira, I. Ribeiro, J. Carvalho, T. Martins & T. Rodrigues (Eds). *Saúde e Qualidade de Vida em análise*. (1ªed., pp. 303-314). Núcleo de Investigação em Saúde e Qualidade de Vida.
- Sequeira, C., Carvalho, J. C., Gonçalves, A., Nogueira, M. J., Lluch Canut, T., & Roldán, Merino, J. (2019). Levels of positive mental health in portuguese and spanish nursing students. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*; 1 –10. <https://doi.org/10.1177/1078390319851569>
- Sequeira, C. A., Carvalho, J. C., Borges, E. A., & Sousa, C. N. (2013). Vulnerabilidade mental em estudantes de enfermagem no ensino superior: estudo exploratório. *Journal of Nursing and Health*, 3(2), 170 –181. https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/17856/1/2013_Vulnerabilidade%20mental%20em%20estudantes%20de%20enfermagem%20no%20ensino%20superior%20estudo%20exploratório.pdf
- Sierra, N. R., Rodríguez, E. S., Montañez, R. A. C., Algarra, A. J. C., & Hernández-Zambrano, S. M. (2022). Intervenções de prevenção sobre o consumo de álcool em jovens universitários. *Revista Cuidarte*, 13(2), e15. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.2388>
- Sillero, A. S., Poisa, M. G., Marques-Sule, E., & Margañon, R. A. (2023). Motivações e expectativas dos estudantes de enfermagem da geração Z: Uma análise qualitativa de escolhas de carreira pós-pandemia. *Journal of Professional Nursing*, 49, 178 –185. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2023.09.005>
- Silva, N. C., Braga, S. C., Pereira, J. F., Vernaglia, T. V. C., & Kumakura, A. R. S. O. (2024). Análise da acurácia do Resultado de Enfermagem “Nível de Ansiedade” em estudantes de enfermagem. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 32, 61 –76. <https://doi.org/10.19131/rpesm.387>
- Souza, D. C., Rossato, L., Zanini, M. R., & Scorsolini-Comin, F. (2023). Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo: Estratégia de Psicoeducação com Estudantes de Enfermagem. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 23(1), 226 –249. <https://doi.org/10.12957/epp.2023.75309>
- Teixeira, S., Ferré-Grau, C., Canut, T. L., Pires, R., Carvalho, J. C., Ribeiro, I., Sequeira, C., Rodrigues, T., Sampaio, F., Costa, T., & Sequeira, C. A. (2022). Positive Mental Health in University Students and Its Relations with Psychological Vulnerability, Mental Health Literacy, and Sociodemographic Characteristics: A Descriptive Correlational Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3185. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063185>

- Tiga-Loza, D.C., Arboleda de Pérez, L. B., Ramírez-Cruz, M. A., & Cordero, R. D. (2024). Factors related to mental health problems in nursing students: a multicenter study. *Revista Cuidarte*, 15(2), e3296. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.3296>
- Valentim, O., Vilelas, J., Carvalho, J. C., Andrade, C. M. S. M., Tomás, C., Costa, P. S., & Sequeira, C. (2023). The relation between lifestyles and positive mental health in Portuguese higher education students. *Global Health Promotion*, 30(1), 23 –32. <https://doi.org/10.1177/17579759221112552>
- Vedana, K. G. (2022). A Prevenção do Suicídio nas Instituições de Ensino Superior. *Nursing Edição Brasileira*, 25(292), 8472. <https://doi.org/10.36489/nursing.2022v25i292p8472>