



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS**  
**INSTITUTO DE PSICOLOGIA**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM**  
**PSICOLOGIA**



**ESTRESSE ACADÊMICO E MAL-ESTAR PSICOLÓGICO: UMA**  
**PERSPECTIVA DE ESTUDANTES DE PÓS-GRADUAÇÃO**

**JULIO CEZAR ALBUQUERQUE DA COSTA**

**Maceió**

**2023**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM  
PSICOLOGIA

**ESTRESSE ACADÊMICO E MAL-ESTAR PSICOLÓGICO: UMA  
PERSPECTIVA DE ESTUDANTES DE PÓS-GRADUAÇÃO**

JULIO CEZAR ALBUQUERQUE DA COSTA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGP) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), como requisito para obtenção do grau de Mestre em Psicologia

Orientador: Prof. Dr. Leogildo Alves Freires

Linha de Pesquisa: Subjetividades, Políticas e Processos Psicossociais.

**Maceió**

2023

**Catálogo na fonte**  
**Universidade Federal de Alagoas**  
**Biblioteca Central**  
**Divisão de Tratamento Técnico**

Bibliotecária: Helena Cristina Pimentel do Vale – CRB4 –661

C837e Costa, Julio Cezar Albuquerque da.  
Estresse acadêmico e mal-estar psicológico : uma perspectiva de estudantes de pós-graduação / Julio Cezar Albuquerque da Costa. – 2024.  
77 f.

Orientador: Leogildo Alves Freires.  
Dissertação (mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Alagoas, Instituto de Psicologia. Maceió, 2024.

Inclui bibliografia e anexos.

1. Estresse acadêmico. 2. Estudantes universitários. 3. Pós-Graduação.  
4. Psicometria. I. Título.

CDU: 159.944 -057.87



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS - UFAL  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA - IP  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA – PPGP**


## **TERMO DE APROVAÇÃO**

**JÚLIO CÉZAR ALBUQUERQUE DA COSTA**

**Título do Trabalho: "ESTRESSE ACADÊMICO E MAL-ESTAR PSICOLÓGICO: UMA PERSPECTIVA DE ESTUDANTES DE PÓS-GRADUAÇÃO".**

Dissertação aprovada como requisito para obtenção do grau de Mestre em Psicologia, pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Alagoas, pela seguinte banca examinadora:


Orientadora:

Documento assinado digitalmente  
 **LEOGILDO ALVES FREIRES**  
Data: 28/03/2024 10:05:07-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---


Prof. Dr. Leogildo Alves Freires (PPGP/UFAL)

Examinadores:

Documento assinado digitalmente  
 **IG IBERT BITTENCOURT SANTANA PINTO**  
Data: 01/04/2024 14:54:18-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>


---

Prof. Dr. Ig Ibert Bittencourt Santana Pinto (PPGI/UFAL)

Documento assinado digitalmente  
 **GLEIDSON DIEGO LOPES LOURETO**  
Data: 01/04/2024 16:14:32-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Prof. Dr. Gleidson Diego Lopes Loureto (UFRR)

Documento assinado digitalmente  
 **SHEYLA CHRISTINE SANTOS FERNANDES**  
Data: 01/04/2024 17:12:43-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Profa. Dra. Sheyla Christine Santos Fernandes (PPGP/UFAL)

Maceió-AL, 22 de março de 2024.

## AGRADECIMENTOS

Inicialmente, o espaço de agradecimentos da minha dissertação vai para a minha família. À Verena, que no início do ciclo era minha namorada e atualmente é minha esposa, eu agradeço pela compreensão nesses últimos dois anos, marcados por prazos apertados, incertezas no processo de se fazer uma pesquisa e tantos outros problemas que aconteceram durante o meu vínculo do mestrado em psicologia, sem você isso não seria possível. Obrigado pelo carinho de sempre e pelo incentivo em tempos difíceis.

À Ludemir, minha mãe, que sempre acreditou que seria possível encarar um desafio tão grande quanto o mestrado logo após o término da graduação, com as incertezas que marcaram o período pós-pandêmico, no qual planos tão grandes quanto fazer um mestrado se mostravam muitas vezes ousados. Obrigado por ser a pessoa que me fez acreditar que isso seria possível, sem você, o mestrado seria mais um plano que talvez não sairia do papel. E aos meus irmãos, José Alves e Júlia Maria, agradeço pelo companheirismo de sempre, que apesar das diferenças, sempre prevalece.

Quanto às outras pessoas que se fizeram importantes na minha caminhada, agradeço ao Professor Doutor Leogildo Alves, pela iniciativa de me mostrar o caminho da pesquisa científica com a psicometria, em meados de 2018, quando eu estava no quarto período de psicologia pela UFAL. Agradeço pela confiança de sempre e a certeza de que juntos, faríamos trabalhos excepcionais, você me mostrou a psicometria, e a psicometria mudou a minha vida, então obrigado por isso.

Agradeço também a Luan Filipy (~~nunca sei escrever o teu Filipy~~), um camarada que a psicometria me deu de maneira inesperada, obrigado pela parceria dentro e fora da universidade, tamo junto Luanzito! Obrigado por estar por perto e viabilizar um caminho menos difícil de se percorrer nesses dois anos.

Por fim, preciso agradecer ao Professor Doutor Diego Loureto, que no início da minha caminhada como psicometrista, mesmo lotado de trabalho e dando conta da própria tese, sempre arrumou um tempo para me ensinar e orientar no R e em Análise Fatorial Confirmatória, quando eu estava quebrando a cabeça para entender o que seria uma invariância fatorial para o meu PIBIC. Esse não é um caminho fácil, sobretudo para estudantes de psicologia que não estão tão familiarizados com estatística e análise de dados, então ter alguém por perto foi muito importante para que tudo isso pudesse ser realizado.

Ainda, obrigado a todos e todas que, direta ou indiretamente participaram desse ciclo, vamos para mais!

COSTA, J. C. A., **Estresse Acadêmico e Mal-estar Psicológico: Uma perspectiva de estudantes de Pós-Graduação**. 2024. XX f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2024.

## RESUMO

O estresse é considerado um fenômeno psicológico no qual o sujeito interpreta uma situação como potencialmente capaz de modificar o estado de bem-estar subjetivo de um sujeito. Alguns autores apontam que níveis elevados de estresse durante períodos muito longos podem acarretar em sintomas de mal-estar psicológico, nesse sentido, o estresse que naturalmente é adaptativo, acaba gerando comportamentos desadaptativos. Por outro lado, o fenômeno pode ser avaliado a partir de diversos contextos, como o estresse de minorias, estresse organizacional e até acadêmico. Este estudo se propõe a adaptar a Escala de Estresse Acadêmico (EEA) para o contexto de estudantes de pós-graduação (stricto sensu), além de reunir evidências de validade e precisão do instrumento. É importante ressaltar ainda que a medida original se encontra disponível para aplicação em larga escala no contexto de estudantes de graduação, desde 2018, e docentes universitários, a partir de 2022. Sendo assim, pode-se inferir que a adaptação ao contexto-alvo deste estudo possibilitará a comparação de estresse acadêmico em quase todos os grupos de pessoas que frequentam a academia, restando apenas o grupo de técnicos administrativos. Diante disso, o instrumento foi submetido a análises qualitativas e quantitativas, sendo assim, a validade de conteúdo foi avaliada a partir da Análise Semântica e de Juízes, a fim de atestar a clareza, pertinência prática e relevância teórica do instrumento, de modo a lapidar a medida para a aplicação em larga escala. Posteriormente, a validade baseada na estrutura interna do instrumento foi mensurada através da Análise Fatorial Confirmatória (AFC), consistência interna (Alfa de Cronbach, Ômega de McDonald e Confiabilidade Composta) e a Teoria de Resposta ao Item (TRI) considerando os parâmetros de discriminação e dificuldade do instrumento (a e b). Os resultados do artigo 1 apontam que a medida adaptada apresenta evidências de validade e precisão no contexto brasileiro. Já no artigo 2, utilizou-se de testes comparativos (PERMANOVA) e um modelo explicativo do fenômeno do estresse acadêmico quando associado com as variáveis de afetividade negativa (Depressão, Ansiedade e Estresse) e fatores protetores no contexto acadêmico (Resiliência e Satisfação com a Vida). Os testes

comparativos apontaram que os professores universitários apresentaram os menores níveis de estresse acadêmico e geral, depressão e ansiedade, enquanto para as variáveis de satisfação com a vida e resiliência, os resultados apontaram que os professores universitários apresentaram os maiores níveis, quando comparados a estudantes de graduação e pós-graduação. Por fim, testou-se o modelo explicativo para investigar o efeito mediador da satisfação com a vida e resiliência na relação entre o estresse acadêmico e a afetividade negativa, marcada pela depressão, ansiedade e estresse, os resultados apontaram que os fatores protetores apresentaram 56,3% de mediação na relação entre as variáveis supracitadas, indicando que na presença da resiliência e satisfação com a vida, o impacto do estresse acadêmico na afetividade negativa tende a diminuir.

**Palavras-chave:** Estresse Acadêmico, Psicometria, Universitários, Pós-Graduação

## ABSTRACT

Stress is considered a psychological phenomenon in which the subject interprets a situation as potentially capable of modifying the subject's state of subjective well-being. Some authors point out that high levels of stress over very long periods can lead to symptoms of psychological discomfort. In this sense, stress, which is naturally adaptive, ends up generating maladaptive behaviors. On the other hand, the phenomenon can be evaluated from different contexts, such as minority stress, organizational and even academic stress. This study aims to adapt the Academic Stress Scale (EEA) to the context of postgraduate students (*stricto sensu*), in addition to gathering evidence of the instrument's validity and accuracy. It is also important to highlight that the original measure is available for large-scale application in the context of undergraduate students, since 2018, and university teachers, from 2022. Therefore, it can be inferred that adaptation to the target context of this The study will make it possible to compare academic stress in almost all groups of people who attend the gym, with only the group of administrative technicians remaining. Therefore, the instrument was subjected to qualitative and quantitative analyses, therefore, the content validity was assessed based on Semantic and Judge Analysis, in order to attest to the clarity, practical relevance and theoretical relevance of the instrument, in order to refine suitable for large-scale application. Subsequently, the validity based on the internal structure of the instrument was measured using Confirmatory Factor Analysis (CFA), internal consistency (Cronbach's Alpha, McDonald's Omega and Composite Reliability) and Item Response Theory (IRT) considering the discrimination parameters and difficulty of the instrument (a and b). The results of article 1 indicate that the adapted measure presents evidence of validity and precision in the Brazilian context. In article 2, comparative tests (PERMANOVA) and an explanatory model of the phenomenon of academic stress were used when associated with negative affectivity variables (Depression, Anxiety and Stress) and protective factors in the academic context (Resilience and Satisfaction with Life). The comparative tests showed that university professors presented the lowest levels of academic and general stress, depression and anxiety, while for the variables of life satisfaction and resilience, the results showed that university professors presented the highest levels, when compared to students. undergraduate and postgraduate courses. Finally, the explanatory model was tested to investigate the mediating effect of life satisfaction and resilience in the relationship between academic stress and negative



affectivity, marked by depression, anxiety and stress. The results showed that the protective factors presented 56.3% of mediation in the relationship between the aforementioned variables, indicating that in the presence of resilience and satisfaction with life, the impact of academic stress on negative affectivity tends to decrease.

**Keywords:** Academic Stress, Psychometrics, University Students, Postgraduate Students

## **LISTA DE ILUSTRAÇÕES**

### **ARTIGO I- ESCALA DE ESTRESSE ACADÊMICO EM ESTUDANTES DE PÓS-GRADUAÇÃO: UMA PROPOSTA DE ADAPTAÇÃO**

Figura 1. Estrutura fatorial da EEA-PG..... 19

Figura 2. CCIs e CIT da EEA-PG ..... 21

### **ARTIGO II - ESTRESSE ACADÊMICO: UM ESTUDO DE CARACTERIZAÇÃO MULTIGRUPAL**

Figura 1. Médias entre os grupos..... 40

Figura 2. Modelo de Equações Estruturais ..... 41

## **LISTA DE TABELAS**

### **ARTIGO I - ARTIGO I- ESCALA DE ESTRESSE ACADÊMICO EM ESTUDANTES DE PÓS-GRADUAÇÃO: UMA PROPOSTA DE ADAPTAÇÃO**

Tabela 1. Perfil demográfico da amostra.....	13
Tabela 2. Coeficiente de Validade de Conteúdo da EEA-PG .....	17
Tabela 3. Resultados da Análise Fatorial Confirmatória (AFC) .....	18
Tabela 4. Parâmetros individuais dos itens .....	20

### **ARTIGO II- ESTRESSE ACADÊMICO: UM ESTUDO DE CARACTERIZAÇÃO MULTIGRUPAL**

Tabela 1. Perfil descritivo da amostra comparativa .....	33
Tabela 2. Perfil descritivo da amostra do modelo explicativo .....	34
Tabela 3. Comparações entre grupos.....	37

## LISTA DE SIGLAS

a - Discriminação do item

AFC - Análise Fatorial Confirmatória

ANOVA - Análise de Variância

b - Dificuldade do item

BRS - Escala Breve de Resiliência

bx - Dificuldade média do item

CAPES - Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

CC - Confiabilidade Composta

CCI - Curvas Características dos Itens

CEP-UFAL - Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Federal de Alagoas

CFI - Comparative Fit Index

CIT - Curva de Informação do Teste

CNS - Conselho Nacional de Saúde

Conep - Comissão Nacional de Ética em Pesquisa

COVID-19 - Corona Virus Disease

CVC - Coeficiente de Validade de Conteúdo

DASS - 21 - Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse-21

EEA - Escala de Estresse Acadêmico

EEA-PG - Escala de Estresse Acadêmico para estudantes de Pós-Graduação

EI - Efeito Indireto

ET - Efeito Total

ESV - Escala de Satisfação com a Vida

IC90% - Intervalo de Confiança de 90%

IES - Instituições de Ensino Superior

ITC - International Test Commission

MEE - Modelagem por Equações Estruturais

MIMIC - Múltiplos Indicadores e Múltiplas Causas

PERMANOVA - Análise Multivariada de Variância com Permutações

PG - Pós-Graduação

PNAES - Política Nacional de Assistência Estudantil

RMSEA - Root Mean Square Error Approximation

SRMR - Standardized Root Mean Square Residual

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TCT - Teoria Clássica dos Testes

TLI - Tucker-Lewis Index

TRI - Teoria de Resposta ao Item

WLSMV - Weighted Least Squares Means and Variance Adjusted

$\alpha$  - Alfa de Cronbach

$\lambda$  - Cargas fatoriais

$\omega$  - Ômega de McDonald

$\chi^2$  - Qui-quadrado

$\chi^2/df$  - Razão qui-quadrado por graus de liberdade

## SUMÁRIO

---

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	<b>1</b>
<b>2. ARTIGO I</b> .....	<b>7</b>
<b>Escala de Estresse acadêmico em estudantes de Pós-Graduação: Uma proposta de adaptação</b> .....	<b>7</b>
<b>RESUMO</b> .....	<b>7</b>
<b>Introdução</b> .....	<b>9</b>
<b>Método</b> .....	<b>12</b>
Participantes.....	12
Procedimentos .....	14
Instrumentos .....	15
Análise de dados .....	15
<b>Resultados</b> .....	<b>17</b>
Evidências de validade baseadas no conteúdo dos itens .....	17
Evidências de validade baseadas na estrutura interna da medida.....	18
<b>Discussão</b> .....	<b>21</b>
<b>Considerações Finais</b> .....	<b>23</b>
<b>3. ARTIGO II</b> .....	<b>29</b>
<b>Estresse Acadêmico: Um estudo de caracterização multigrupal</b> .....	<b>29</b>
<b>RESUMO</b> .....	<b>29</b>
<b>Introdução</b> .....	<b>31</b>
<b>Método</b> .....	<b>33</b>
Participantes.....	33
Procedimentos .....	35
Instrumentos .....	35
Análise de dados .....	36
<b>Resultados</b> .....	<b>37</b>
Comparações entre os grupos .....	37
Modelo estrutural do contexto da pós-graduação .....	40
<b>Discussão</b> .....	<b>41</b>
<b>Considerações finais</b> .....	<b>45</b>
<b>4. DISCUSSÃO</b> .....	<b>55</b>
<b>5. ANEXOS</b> .....	<b>60</b>