

A RELAÇÃO ENTRE O SUPORTE SOCIAL, AUTOESTIMA, ANSIEDADE, DEPRESSÃO E O ESTRESSE EM UNIVERSITÁRIOS

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT, SELF-ESTEEM, ANXIETY, DEPRESSION AND STRESS IN UNIVERSITY STUDENTS

Andresa de Araújo Lacerda^{*I}, Hadassa Harrizon Santos^{II}, Ruana Batista da Silva^{II}, Tamyres Tomaz Paiva^{III}, Suiane Magalhães Tavares^{IV}

Resumo. O cotidiano universitário em si traz grande cobrança e é veículo para vários estressores. No contexto da pandemia do COVID-19, se tornou grande impulsor para o surgimento de transtornos ansiosos e depressivos. Nessa perspectiva, o objetivo do presente estudo foi investigar o papel do estresse, da depressão e da ansiedade na relação entre o suporte social percebido e a autoestima em universitários durante a pandemia do COVID-19. O estudo foi do tipo transversal. Foram aplicadas a Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido (MPSS), Depression, Anxiety and Stress Scale Short Form (DASS-21), e a Medida de Autoestima. Os resultados mostraram correlação negativa entre suporte social percebido e depressão e ansiedade, bem como ausência de relação significativa entre o suporte e o estresse. De maior importância, encontramos uma mediação da depressão (Efeitos indiretos = 0,24; IC95%, 0,13; 0,35) e da ansiedade (Efeitos indiretos = 0,11; IC95%, 0,03; 0,20) estatisticamente significativa na relação do suporte percebido na autoestima. A síntese dos nossos resultados confirmou nossa hipótese do papel mediador da depressão e da ansiedade em estudantes universitários, bem como contribui para elucidar a importância do suporte social, sobretudo em períodos de crise sanitária.

PALAVRAS-CHAVE: Universitários; Estresse; Ansiedade; Depressão; Autoestima; Saúde Mental.

Abstract. University daily life itself brings great demand and is a vehicle for several stressors, and in the context of the COVID-19 pandemic, it became a major driver for the emergence of anxious and depressive disorders. From this perspective, the present study aimed to investigate the role of stress, depression, and anxiety in the relationship between perceived social support and self-esteem in university students during the COVID-19 pandemic. The study was cross-sectional in nature. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MPSS), Depression, Anxiety and Stress Scale Short Form (DASS-21), and the Self-esteem Measure were conducted. The results showed a negative correlation between perceived support and depression and anxiety, as well as no significant relationship between support and stress. Of greater importance, we found a statistically significant mediation of depression (Indirect effects = 0.24; 95% CI, 0.13; 0.35) and anxiety (Indirect effects = 0.11; 95% CI, 0.03; 0.20) in the relationship of perceived support on self-esteem. The synthesis of our results confirmed our hypothesis of the mediating role of depression and anxiety in university students and contributed to elucidating the importance of social support, especially in periods of health crises.

KEYWORDS: University students. Stress. Anxiety. Depression. Self-esteem. Mental Health.

^IGraduando (a). Psicologia da Faculdade Nova Esperança (FACENE). CEP: 58067-695, João Pessoa, Paraíba, Brasil.

*Autor correspondente: andresapsico.lacerda@gmail.com

ORCID ID: 0000-0002-5756-796X.

^{II}Graduando (a). Psicologia da Faculdade Nova Esperança (FACENE). Faculdade Nova Esperança (FACENE). CEP: 58067-695, João Pessoa, Paraíba, Brasil.

ORCID ID: 0000-0001-5978-8507; 0000-0003-4947-2001.

^{III}Psicóloga. Doutora em Psicologia Social, Faculdade Nova Esperança (FACENE). CCEP: 58067-695, João Pessoa, Paraíba, Brasil.

ORCID ID: 0000-0001-9415-0963

^{IV}Psicóloga. Doutoranda em Psicologia Social, Universidade Federal da Paraíba (UFPB). CEP: 58051-900, João Pessoa, Brasil.

ORCID ID: 0000-0001-9769-3090

INTRODUÇÃO

O início da vida universitária em si traz mudanças significativas na vida do indivíduo, representando, muitas vezes, um período de transição entre adolescência e a vida adulta¹. O período da pandemia do COVID-19 modificou a forma dos estudantes relacionarem-se com seus pares, assim como a relação com os professores². Esta pandemia também modificou a convivência interpessoal, familiar, laboral e social³. Com a rápida disseminação do contágio do COVID-19, todas as pessoas tiveram que se adaptar a uma nova realidade.

Realidade esta que passou a privar as pessoas do convívio com outras pessoas, adotando o modelo de isolamento social. A pandemia causou o medo de contaminação e da perda de entes queridos, a falta de contato e vida social, aumentando os níveis de estresse². Além disso, as mudanças das aulas presenciais para as aulas remotas, somados aos estressores externos provocados pela COVID-19, aumentaram o desenvolvimento de sintomas de estresse, ansiedade, depressão, além da dificuldade da permanência do indivíduo e manutenção do tratamento daqueles que têm o diagnóstico². Os sintomas da depressão também estão relacionados com a autoestima⁴, entendendo-a como uma percepção e autoavaliação de si mesmo⁵.

Alguns sintomas apareceram decorrentes desse período, como depressão, ansiedade e estresse². Se na vida acadêmica em períodos de sobrecarga de tarefas o estudante pode desenvolver uma ansiedade patológica⁶, em um período atípico, como este da COVID-19, pode haver consequências muito mais graves. Em estudo, Mosleh et al.⁷ identificaram que, durante o período da COVID-19, os alunos, que apresentaram algum tipo de sofrimento psicológico, estavam positivamente relacionados com o

nível de fadiga e negativamente associado ao impacto percebido na avaliação do estilo de vida do aluno, saúde física e enfrentamento do estresse.

Além da falta do convívio com os pares, alguns estudantes também tiveram que ficar longe de seus familiares, por medo de contaminar ou serem contaminados com o vírus da COVID-19. Com isso, a falta de suporte social percebido vai muito mais além das relações com os amigos, também inclui os familiares e outras pessoas que são significativas⁸. Em estudo, Mariani et al.⁹ demonstraram que a depressão está relacionada ao suporte social percebido, ou seja, quanto mais suporte social, menos sintomas apareceram, principalmente no período de isolamento. Em outro estudo, Huang e Zhao¹⁰ identificaram que pessoas mais jovens, que passam muito tempo pensando na pandemia e profissionais de saúde, correm alto risco de desenvolver algum transtorno mental.

Pessoas mais solitárias e preocupadas excessivamente com o COVID-19 apresentam baixa tolerância ao sofrimento e, com isso, podem desenvolver a depressão, ansiedade e o estresse pós-traumático¹¹. Por isso, é tão importante desenvolver a resiliência porque ela é preditora para a diminuição dos sintomas da depressão, ansiedade e o do estresse pós-traumático¹¹. O simples fato de terem contato com pessoas que foram diagnosticadas com o COVID-19, já faz com que as pessoas pensem que podem estar contaminadas, gerando ansiedade¹². Além disso, pessoas que foram detectadas com o vírus do COVID-19 e que tiveram sintomas físicos podem ter mais probabilidade de desenvolver os sintomas da depressão¹³. Essas mesmas pessoas que perderam suas rendas também apresentaram

maior risco de desenvolver os sintomas da depressão¹³.

Neste sentido, o objetivo geral do presente estudo foi analisar o papel dos sintomas da depressão, estresse e a ansiedade na relação do suporte social percebido e a

autoestima. A hipótese do estudo é que o suporte social percebido de forma geral, diminui os sintomas da depressão, estresse e ansiedade, e este, em níveis baixos, aumentaria a autoestima dos estudantes universitários no período pandêmico.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal de caráter quantitativo e de natureza exploratória, desenvolvido no período de fevereiro a novembro de 2022.

A amostra foi não probabilística, ou seja, participaram todas as pessoas que aceitaram fazer parte do estudo em questão. Foram incluídos na pesquisa apenas estudantes universitários que tinham mais de 18 anos de idade (n = 339). Excluídos: participantes que não completaram o questionário de forma completa, ou aqueles que tinham idade inferior a 18 anos de idade (n = 6).

Foram usadas as escalas:

Itens da Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido (MSPSS), desenvolvida por Zimet et al. 8 e validada para o contexto brasileiro por Gabardo-Martins et al. 14. O instrumento é composto por 12 itens, divididos em três fatores (família, amigos, outras pessoas significativas), a serem respondidos por meio de escala Likert de sete pontos, variando de 1 = discordo muito fortemente a 7 = concordo muito fortemente. Essa medida, no entanto, foi agrupada para formar um fator geral, a qual denominamos de Suporte Social Percebido de forma geral com coeficiente de consistência interna de 0,90.

Medida de Autoestima desenvolvida por Robins, Hendin, e Trzesniewski¹⁵, validada para o Brasil por Pimentel et al. 16 composta

por apenas 1 item. “Eu tenho autoestima alta”, respondendo numa escala de 7 pontos que variaram de 1= não muito comum para mim a 7= muito comum para mim.

A Depression, Anxiety and Stress Scale – Short Form (DASS-21) foi desenvolvida por Lovibond e Lovibond¹⁷ e validada por Patias et al. 18. Essa medida é composta por 21 itens e possui o objetivo de medir e diferenciar, ao máximo, os sintomas do estresse ($\alpha = 0,84$) de ansiedade ($\alpha = 0,88$) e depressão ($\alpha = 0,90$). Essa escala foi aplicada no modelo Likert de 0 a 3 pontos (0 - Não aconteceu comigo nessa semana; 1 - Aconteceu comigo algumas vezes na semana; 2 - Aconteceu comigo em boa parte da semana; e, 3 - Aconteceu comigo na maior parte do tempo da semana).

Questionário sociodemográfico composto por perguntas como: idade, sexo, gênero, estado civil, se têm filhos, tempo de relacionamento, orientação sexual, religião e renda familiar.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética das Faculdades Nova Esperança (CAEE: 55186622.0.0000.51790; parecer nº 5.296.791). A coleta foi realizada de forma presencial em ambientes coletivos (e.g., salas de aula) em uma instituição privada na Cidade de João Pessoa- PB e foi iniciada após a concordância com Termo de Consentimento Livre e Esclarecido no qual ficou assegurado o caráter do sigilo e anonimato das informações pessoais. A presente pesquisa foi baseada na

Resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS) nº 466/2012 e na Resolução 510/2016 e se buscou obedecer aos princípios de autonomia, não maleficência, beneficência e justiça, critérios necessários para pesquisas realizadas com seres humanos.

Por meio do Software JASP (versão 0, 16.4), realizou-se uma análise descritiva com o perfil amostral e com as variáveis do estudo. Fez-se também estatística inferencial com a análise de correlação de Pearson com

as variáveis. Além disso, foi elaborada uma análise de mediação para identificar se o suporte geral tem relação com a autoestima, levando em consideração o papel dos sintomas da depressão, estresse e ansiedade. A referida análise examina os processos condicionais da variável independente sobre a variável dependente, isto é, avalia os tipos de efeitos (diretos, indiretos e total) dos processos condicionais, por meio de regressões lineares.

RESULTADOS

Participaram do estudo 339 estudantes universitários, sendo a maioria constituída pelo sexo feminino (63,7%), cisgênero (58,1%), solteiras (79,3%), sem filhos (79,2%), consideradas heterossexuais (97,7%), católicas (54,4%) e com média salarial de 1 a 3 salários-mínimos (32,7%). Todos residem atualmente no Estado da Paraíba, nas cidades de: João Pessoa, Sapé, Santa Rita, Guarabira, Pitimbu, Campina Grande e Conde.

Foram realizadas análises preliminares a fim de representar a estatística descritiva por meio da média e o desvio padrão de cada fator. Com isso, obtivemos que o Suporte Geral tem média de 4,09 (DP = 0,75) e a Autoestima apresentou média de 4,57 (DP = 1,79). Isso indica que as pessoas na

escala de concordância demonstraram que pontuaram acima do ponto médio da escala, no caso 4,0, indicando que eles identificaram que receberam suporte social de forma geral, assim como também apresentaram autoestima positiva. Enquanto que a Depressão apresentou média de 0,91 (DP = 0,84); a Ansiedade apresentou média de 0,74 (DP= 0,77), indicando que esses estudantes universitários não pontuaram nos sintomas da depressão e ansiedade durante o período do COVID-19. Porém, quanto ao Estresse, a média ficou de 1,13 (DP = 0,85), indicando que a maioria dos estudantes universitários viveram algumas vezes na semana os sintomas do estresse. Esses resultados são detalhados na Tabela 1.

TABELA 1: Médias, Desvios padrões, e intervalos de confiança entre os escores

Fatores	M	DP	IC
Suporte geral	4,09	0,75	1-7
Depressão	0,91	0,84	0-3
Estresse	1,13	0,85	0-3
Ansiedade	0,74	0,77	0-3
Autoestima	4,57	1,79	1-7

Fonte: Elaborado pelos Autores (2021).

Realizou-se ainda a análise de correlação de Pearson entre as variáveis do nosso estudo, na qual se observou que o Suporte Social se correlaciona de forma negativa com a Depressão ($r = -0,26$; $p < 0,001$), bem como com a Ansiedade ($r = -0,26$; $p < 0,001$) e, de forma positiva, com a Autoestima ($r = 0,25$; $p < 0,001$). Isso indica que quanto

maior o grau de Suporte Social percebido de forma, maior o grau de Autoestima e menor os sintomas da Depressão e da Ansiedade. Não observamos, no entanto, uma correlação entre os fatores do Suporte Social percebido de forma geral com os sintomas do Estresse. Esses dados são detalhados na Tabela 2.

TABELA 2: Correlações entre as variáveis.

Variáveis	Suporte geral	Depressão	Estresse	Ansiedade	Autoestima
1. Suporte Geral	-	-	-	-	-
2. Depressão	-0,26***	-	-	-	-
3. Estresse	-0,07	-0,73***	-	-	-
4. Ansiedade	-0,17**	0,74***	-	-	-
5. Autoestima	0,25***	-0,43***	-0,31***	-0,23***	-

Nota: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Fonte: Elaborado pelos Autores (2021).

A partir do grau de relações encontradas entre as variáveis, decidimos testar a análise de mediação, a fim de verificar se os sintomas da Depressão e da Ansiedade medeiam a relação entre o Suporte Geral sobre a Autoestima. Observa-se a princípio que o Suporte Geral tem uma relação direta positiva com a Autoestima ($b = 0,35$; $SE = 0,11$; $IC_{95\%}, 0,36; 0,81$). Isso indica que, quanto mais se tem suporte de forma geral (e.g., amigos, família e outras pessoas significativas) maior a autoestima das pessoas, durante o período do COVID-19. Por meio da figura 1, podemos observar que a Depressão medeia a relação do Suporte Geral com a Autoestima (Efeitos

indiretos = $0,24$; $IC_{95\%}, 0,13; 0,35$). Na figura 2, percebemos que a Ansiedade também medeia a relação do Suporte Geral com a Autoestima (Efeitos indiretos = $0,11$; $IC_{95\%}, 0,03; 0,20$). Isto é, quanto mais suporte familiar de amigos e outras pessoas significativas os universitários tiveram, durante o período do COVID-19, menos sintomas da Depressão eles desenvolveram. E, por sua vez, quanto menor a pontuação de sintomas da Depressão e da Ansiedade eles tiveram, maior a pontuação na Autoestima. Desta forma, podemos perceber que tanto os sintomas da Depressão quanto os da Ansiedade podem contribuir para a diminuição da Autoestima.

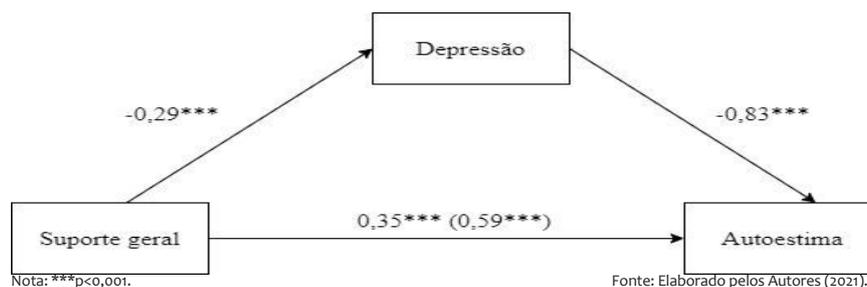


FIGURA 1: Depressão como mediador da relação do suporte geral com a autoestima. Nota: *** $p < 0,001$.

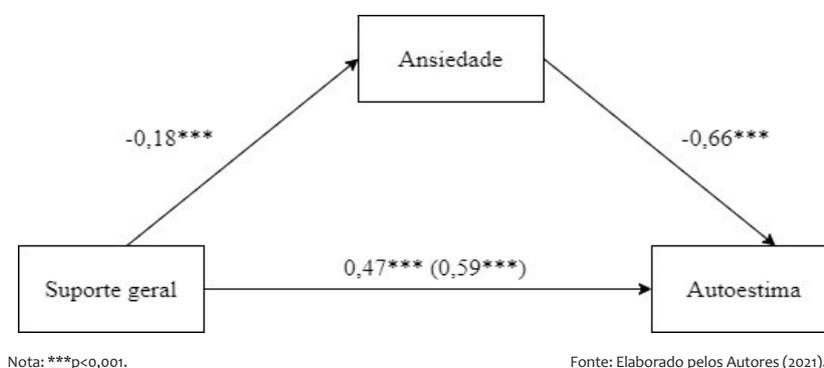


FIGURA 2: Ansiedade como mediador da relação do suporte geral com a autoestima

DISCUSSÃO

Com a repercussão da pandemia da COVID-19 e a doença coronavírus, na vida de todas as pessoas, diversas medidas foram adotadas pelos países a fim de conter o vírus e evitar a morte das pessoas, inclusive a adaptação das aulas presenciais para um modelo remoto. À luz desse cenário, este estudo apresentou a relação do Suporte Social percebido de forma geral mediado pelos sintomas da Depressão e Ansiedade produzindo efeitos significativos sobre a Autoestima em estudantes universitários. Nosso modelo explicativo evidenciou que o Suporte Social, percebido de forma geral, tem impacto direto na Autoestima dos participantes do estudo mas, sobretudo, se os estudantes universitários apresentarem algum tipo de sintoma como a Ansiedade e a Depressão, isso poderá contribuir para diminuir a Autoestima.

Os participantes que tiveram menos suporte, no período da pandemia, pontuaram níveis mais elevados de sintomas depressivos e ansiedade e, por sua vez, apresentaram baixos níveis de autoestima. O que indica que os efeitos mediados da depressão e da ansiedade desempenham um papel relevante na relação

do suporte ou na falta dele, com o grau de Autoestima. Ainda neste estudo, encontramos correlações negativas do Suporte Geral com os sintomas depressivos e ansiedade, e correlações positivas com a Autoestima. Ou seja, esses achados correlacionais dão suporte a resultados de estudos anteriores^{2,19}.

Além do quadro da depressão e ansiedade, a crise pandêmica gerou outras reações nas pessoas em geral¹, advindas do estresse, que pode ocasionar outras consequências. Nosso estudo não revelou estatísticas significativas para a relação entre o Estresse e o Suporte Geral, indo de encontro a outros estudos na literatura²⁰. Por outro lado, para sintomas patológicos, nossos resultados corroboram com achados de Mariani et al.⁹, revelando que relações significativas, envolvendo familiares, amigos, entre outros, podem contribuir para menores níveis de ansiedade e depressão. De modo geral, nossos achados foram ao encontro de outras pesquisas^{7,12,21}, que demonstraram que a vida acadêmica, principalmente nesse período pandêmico, trouxe algum tipo de sofrimento psicológico.

Finalmente, nosso estudo cumpriu

com o objetivo proposto de forma satisfatória, porém, não está isento de limitações. Primeiro, contamos com uma amostra de universitários, o que poderia indicar para estudos futuros a análise de forma geral da população menos escolarizada. Nossa segunda limitação centrou-se na não equivalência dos dados amostrais, pois, a maioria dos participantes foram mulheres. Sugere-se a equiparação por sexo e gênero em pesquisas futuras. Nossa terceira limitação é que nosso estudo foi realizado em apenas uma instituição de cunho privado, poderia abranger para aplicação em outras instituições privadas e públicas, com a finalidade de analisar se existem

diferenças quanto ao modelo proposto no estudo. Uma quarta e última limitação está centrada no fato de termos testado um modelo explicativo para um tipo de estudo correlacional, diferenciando-se de uma análise experimental, em que pudéssemos controlar as variáveis intervenientes como, por exemplo, conversas no momento da aplicação, e até mesmo manipulação das variáveis independentes, no caso do Suporte Social Percebido, de forma geral. Sugere-se que pesquisas futuras possam replicar esse estudo a fim de testar novos modelos com base em pressupostos estatísticos e teóricos.

CONCLUSÃO

O presente estudo aborda temática de grande relevância social, sendo esta impactante para todos os acadêmicos. A Psicologia possui esse olhar para conscientizar e incentivar uma relação interpessoal acadêmica mais saudável e acolhedora. Tendo em vista que observamos que o Suporte Social Percebido é um grande aliado quando se trata em prevenção de sintomas da Depressão e da Ansiedade. Logo, há grande importância do apoio entre docentes, alunos e familiares como fonte de estímulo, nas atividades rotineiras e acadêmicas, atingindo assim um equilíbrio entre as tensões geradas pelas demandas acadêmicas e as atividades

prazerosas que podem ser realizadas como forma de escape para as responsabilidades vindas com as demandas existentes.

À medida que o estudante de nível superior encontrar tal equilíbrio, irá se sentir acolhido se tal apoio vier como um incentivador em meio às dificuldades, o que pode assim melhorar o seu rendimento, seja na faculdade, quanto em outros ambientes como o trabalho e a família. Em suma, o espaço universitário se mostra um ambiente onde as relações cotidianas, entre alunos e professores, devem ser conservadas de forma saudável, pois, cada estudante tem sua subjetividade e carrega consigo suas próprias experiências.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. McLafferty M, Lapsley CR, Ennis E, Armour C, Murphy S, Bunting BP, et al. Mental health, behavioural problems and treatment seeking among students commencing university in Northern Ireland. Sasayama D, editor. PLOS ONE. 2017 Dec 13;12(12):e0188785.

2. Algazal Marin G, Caetano IR de A, Bianchin JM, Cavicchioli FL. DEPRESSÃO E EFEITOS DA COVID-19 EM UNIVERSITÁRIOS. *InterAmerican Journal of Medicine and Health*. 2021 Mar 3;4.

3. World Health Organization.

- Coronavirus disease (COVID-19) pandemic [Internet]. World Health Organization. 2020. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.
4. Azmi FM, Khan HN, Azmi AM, Yaswi A, Jakovljevic M. Prevalence of COVID-19 Pandemic, Self-Esteem and Its Effect on Depression Among University Students in Saudi Arabia. *Frontiers in Public Health*. 2022 Feb 8;10.
 5. Mruk CJ. Pesquisa, teoria e prática sobre auto-estima: Rumo a uma psicologia positiva da auto-estima. 3ª ed. Nova York, NY: Springer Publishing Company (2006)
 6. Sharp J, Theiler S. A Review of Psychological Distress Among University Students: Pervasiveness, Implications and Potential Points of Intervention. *International Journal for the Advancement of Counselling* [Internet]. 2018 Feb 2;40(3):193–212. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10447-018-9321-7>
 7. Mosleh SM, Shudifat RM, Dalky HF, Almalik MM, Alnajar MK. Mental health, learning behaviour and perceived fatigue among university students during the COVID-19 outbreak: a cross-sectional multicentric study in the UAE. *BMC Psychology*. 2022 Mar 2;10(1).
 8. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*. 1988 Mar;52(1):30–41.
 9. Mariani R, Renzi A, Di Trani M, Trabucchi G, Danskin K, Tambelli R. The Impact of Coping Strategies and Perceived Family Support on Depressive and Anxious Symptomatology During the Coronavirus Pandemic (COVID-19) Lockdown. *Frontiers in Psychiatry*. 2020 Nov 13;11.
 10. Huang Y, Zhao N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*. 2020 Apr;288:112954.
 11. Liu CH, Zhang E, Wong GTF, Hyun S, Hahm H “Chris”. Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for U.S. young adult mental health. *Psychiatry Research* [Internet]. 2020 Aug 1;290:113172. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120311185>
 12. Serafim AP, Durães RSS, Rocca CCA, Gonçalves PD, Saffi F, Cappellozza A, et al. Exploratory study on the psychological impact of COVID-19 on the general Brazilian population. Brenner MH, editor. *PLOS ONE*. 2021 Feb 3;16(2):e0245868.
 13. Sherman AC, Williams ML, Amick BC, Hudson TJ, Messias EL. Mental health outcomes associated with the COVID-19 pandemic: Prevalence and risk factors in a southern US state. *Psychiatry Research* [Internet]. 2020 Nov 1;293:113476. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120331371#sec0002>
 14. Gabardo-Martins LMD, Ferreira MC, Valentini F, Gabardo-Martins LMD, Ferreira MC, Valentini F. Psychometric Properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Trends in Psychology* [Internet]. 2017 Dec 1;25(4):1873–83. Available from: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2358-18832017000401873&script=sci_arttext&tlng=en
 15. Robins RW, Hendin HM, Trzesniewski

- KH. Measuring Global Self-Esteem: Construct Validation of a Single-Item Measure and the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2001 Feb;27(2):151–61.
16. Pimentel CE, Silva FM de SM da, Santos JLF dos, Oliveira KG, Freitas NBC, Couto RN, et al. Single-Item Self-Esteem Scale: Brazilian Adaptation and Relationship with Personality and Prosocial Behavior. *Psico-USF*. 2018 Mar;23(1):1–11.
17. Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*. 1995 Mar;33(3):335–43.
18. Patias ND, Machado WDL, Bandeira DR, Dell’Aglia DD. Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form: Adaptação e Validação para Adolescentes Brasileiros. *Psico-USF*. 2016 Dec;21(3):459–69.
19. Azmi FM, Khan HN, Azmi AM, Yaswi A, Jakovljevic M. Prevalence of COVID-19 Pandemic, Self-Esteem and Its Effect on Depression Among University Students in Saudi Arabia. *Frontiers in Public Health*. 2022 Feb 8;10.
20. Maia BR, Dias PC. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)* [Internet]. 2020;37. Available from: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v37/1678-9865-estpsi-37-e200067.pdf>
21. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2020 Mar 6;17(5):1729. Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>