

Associações entre Saúde Mental, Traços de Personalidade e Empatia em Universitários: Uma Revisão Integrativa

Libia Monteiro Martins

Orcid.org/0000-0002-7327-4606

Marcos Silva Vendramini

Orcid.org/0009-0008-9313-6658

Karen Mendes Graner*

Orcid.org/0000-0002-7176-5778

*Curso de Psicologia, Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE),
Governador Valadares, MG, Brasil*

Resumo

Saúde mental refere-se à percepção de bem-estar e à capacidade de lidar com as adversidades da vida, tendo seus agravos aumentados ao longo dos anos, especialmente após a pandemia. A literatura aponta elevado sofrimento psíquico na população universitária, associado a diversos fatores, como traços de personalidade e empatia, características individuais que podem influenciar nessa ocorrência. O objetivo deste estudo foi investigar associações entre percepção de saúde mental, traços de personalidade e empatia em universitários. Realizou-se uma revisão integrativa com os descritores: (“*personality traits*” OR “*empathy*”) AND (“*mental disorder*” OR “*common mental disorders*” OR “*psychological symptoms*” OR “*stress*”) AND (“*university students*” OR “*college students*” OR “*undergraduate students*”), nas bases de dados: PubMed, SciELO e Bireme. Inicialmente, foram encontrados 243 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão, que são: nos “últimos 5 anos”, em inglês, espanhol ou português, e de acesso gratuito, obteve-se uma amostra final de doze artigos. A maioria dos estudos analisados era do tipo transversal. Destes, dez investigaram saúde mental dos universitários e traços de personalidade, destacando o traço neuroticismo como associado à elevada prevalência de sofrimento. Somente dois exploraram a associação entre sofrimento e empatia, não tendo sido identificada associação significativa entre as variáveis. Mesmo sendo um componente importante na área da saúde, ainda são escassos os estudos que abordam empatia relacionada à saúde mental universitária. Por outro lado, a literatura é consistente em relação aos traços de personalidade e sofrimento em universitários. Novos estudos devem ser realizados para investigar a influência dessas variáveis na saúde mental dos universitários.

Palavras-chave: Saúde mental, personalidade, empatia, fatores associados.

* Correspondência: Rua Israel Pinheiro, 2000 – Universitário, 35020-220, Governador Valadares, MG, Brasil. Tel.: 33-88802914. karen.graner@univale.br

Agradecimento à Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG) pelo apoio financeiro.

Associations between Mental Health, Personality Traits and Empathy in University Students: An Integrative Review

Abstract

Mental health refers to the perceptions of well-being and the capacity to handle adversities of life, with its grievances increasing along the years, especially after the pandemic. The literature points out to an increase of mental suffering in the academic population, associated with diverse factors, like personality traits and empathy, individual characteristics that can influence in this occurrence. The objective of this study is to investigate associations between perception of mental health, personality traits and empathy in students. An integrative review was done with the descriptors: (“personality traits” OR “empathy”) AND (“mental disorder” OR “common mental disorders” OR “psychological symptoms” OR “stress”) AND (“university students” OR “college students” OR “undergraduate students”), in the data bases: PubMed, SciELO and Bireme. Initially, 243 studies were found. After applying the inclusion criteria: “last 5 years”, in English, Spanish or Portuguese, and of free access, a final sample of twelve studies were obtained. The majority of the studies were cross-sectional. Of these, ten investigated students’ mental health and personality traits, highlighting the neuroticism trait as associated with an increased prevalence with suffering. Only two explored the associations between suffering and empathy, and no significant association was identified between the variables. Even though it is an important component in the health field, studies that address empathy related to mental health of students is still scarce. On the other hand, the literature is consistent in relationship with personality traits and suffering in students. New studies need to be made, to investigate the influence of these variables in mental health of university students.

Keywords: Mental health, personality traits, empathy, associated factors.

Asociaciones entre Salud Mental, Rasgos de Personalidad y Empatía en Estudiantes Universitarios: Una Revisión Integradora

Resumen

La salud mental se refiere a la percepción de bienestar y a la capacidad para enfrentar las adversidades de la vida, cuyos problemas han aumentado con el tiempo, especialmente después de la pandemia. La literatura señala un elevado sufrimiento psíquico en la población universitaria, relacionado con diversos factores, como los rasgos de personalidad y la empatía, características individuales que pueden influir en esta situación. El objetivo de este estudio fue investigar las asociaciones entre la percepción de salud mental, los rasgos de personalidad y la empatía en estudiantes universitarios. Se realizó una revisión integrativa con los descriptores: (“personality traits” OR “empathy”) AND (“mental disorder” OR “common mental disorders” OR “psychological symptoms” OR “stress”) AND (“university students” OR “college students” OR “undergraduate students”), en las bases de datos: PubMed, SciELO y Bireme. Inicialmente, se encontraron 243 artículos. Después de aplicar los criterios de inclusión: “últimos 5 años”, en inglés, español o portugués, y de acceso gratuito, se obtuvo una muestra final de doce artículos. La mayoría de los estudios analizados eran de tipo transversal. De estos, diez investigaron la salud mental de los universitarios y los rasgos de personalidad, destacando el rasgo de neuroticismo como asociado a una alta prevalencia de sufrimiento. Solo dos exploraron las asociaciones entre sufrimiento y empatía, sin encontrar una asociación significativa entre estas variables. A pesar de ser un componente importante en el ámbito de la salud, aún son escasos los estudios que aborden la empatía relacionada

con la salud mental universitaria. Por otro lado, la literatura es consistente en cuanto a los rasgos de personalidad y el sufrimiento en universitarios. Nuevos estudios deben realizarse para investigar la influencia de estas variables en la salud mental de los estudiantes universitarios.

Palabras-clave: Salud mental, personalidad, empatía, factores asociados.

O conceito de saúde mental circunda a percepção de bem-estar que possibilita aos indivíduos lidar com as dificuldades da vida, conseguir aprender e trabalhar bem, e contribuir para a comunidade em que se encontra (Organização Mundial de Saúde [OMS], 2022). Sabe-se que algumas condições da vida acabam acometendo as atividades diárias e a percepção de bem-estar das pessoas. Os transtornos mentais, neurológicos e relacionados ao uso de substâncias, por exemplo, são responsáveis por 12% dos anos perdidos por alguma incapacidade, o que vem aumentando os custos com cuidados em saúde e sobrecarregando o sistema (Tausch et al., 2022).

De acordo com a OMS (2022), com o início da pandemia de covid-19, observou-se agravamento na saúde mental das populações em geral, referindo maior percepção de angústia, ansiedade e depressão. Estimativas apontam que a covid-19 impulsionou uma crise de saúde mental, aumentando em 25% os sintomas ansiosos e depressivos, em especial, no primeiro ano de pandemia. Ainda, fatores individuais, familiares, da comunidade e estruturais parecem ter influenciado a percepção de saúde mental. Como aponta o relatório da OMS (2021), pessoas em condições de alta vulnerabilidade socioeconômica, incluindo pobreza, violência e desigualdade social, tendem a apresentar maior risco para sofrimento (Tomim & do Nascimento, 2021).

Estudantes universitários, particularmente os da área da saúde, vêm sendo foco de pesquisas em diversos países, constatando-se elevada prevalência de sofrimento psíquico (Cunha et al., 2023; Graner & Ramos-Cerqueira, 2019). A formação em saúde envolve o comportamento de cuidado, tendo, portanto, algumas especificidades inerentes ao campo como potenciais estressores, como a maior proximidade com a dor do outro e a morte (Graner & Ramos-Cerqueira,

2019). Além disso, a literatura aponta que características como sexo feminino, ser mais jovem, ter baixa renda e apoio social, dificuldade para fazer amigos, avaliar seu desempenho acadêmico como ruim e pensar em abandonar o curso estão associadas à maior percepção de sofrimento nessa população (Graner & Ramos-Cerqueira, 2019). Além disso, outra variável que vem sendo investigada são os traços de personalidade em universitários, bem como apresentado em estudos realizados no período pandêmico, que identificaram associação entre neuroticismo, extroversão e conscienciosidade, e a presença de sintomas depressivos, inquietude e sensação de desvalor (de Oliveira, 2022; Liu et al., 2022; Yang & Koo, 2022).

Outra variável psicológica que vem sendo foco crescente de investigação em profissionais da área da saúde é a empatia (Castillo et al., 2021; Esquerda et al., 2016; Lewis & Cardwell, 2020; Mufato & Gaíva, 2019; Sattar et al., 2023). Essa variável tem sido considerada como um constructo multidimensional que engloba a capacidade de entender as emoções dos pacientes, assim como suas perspectivas e experiências (Castillo et al., 2021). Trata-se de um elemento central nas relações, acarretando benefícios para todos os envolvidos e favorecendo o estabelecimento de vínculo, a adesão às recomendações médicas e um melhor prognóstico em saúde (Esquerda et al., 2016; Mufato & Gaíva, 2019).

No cenário da prática clínica, estudo latino-americano, realizado por meio de divulgação em site específico, com uma amostra de 7.584 médicos formados, concluiu que a empatia se apresentou tanto como fator de proteção quanto de risco para a saúde mental (Gleichgerrecht & Decety, 2013). Ainda parece haver pouco consenso na literatura acerca da relação existente entre as variáveis utilizadas para investigar saúde

mental em estudantes ou profissionais formados da área da saúde e empatia (Atahuaman-Arroyo et al., 2020).

A possível associação de sofrimento em universitários com personalidade e empatia tem despertado o interesse da comunidade científica (Lewis & Cardwell, 2020). Assim, cabe investigar a existência dessa associação e incorporar os achados da literatura de forma sistemática à pesquisa e à prática nesse campo. Tendo isso em vista, o objetivo deste estudo foi investigar a associação entre a percepção de saúde mental e os traços de personalidade e empatia em estudantes universitários da área da saúde.

Metodologia

Este estudo trata de uma revisão integrativa da literatura nacional e internacional. A revisão integrativa é uma metodologia que visa à síntese do conhecimento e à incorporação de resultados de estudos na prática (Souza et al., 2010). Para sua realização, faz-se necessário cinco passos para se atingir o objetivo proposto, sendo eles:

1. Elaborar uma pergunta norteadora, conforme o objetivo da pesquisa;
2. Realizar uma busca em bases de dados científicos selecionadas, utilizando descritores baseados nessa pergunta;
3. Selecionar uma amostra no universo de artigos encontrados, a partir da leitura de títulos e resumos, levando em consideração os critérios de inclusão/exclusão estabelecidos;
4. Realizar uma análise crítica da amostra de artigos selecionados, a partir da leitura na íntegra e do preenchimento de um instrumento elaborado para registro dos dados;
5. Discutir os dados e, finalmente, elaborar um artigo para sistematizar os achados da pesquisa.

A pergunta norteadora deste estudo foi: há associação entre saúde mental de universitários e traços de personalidade e/ou empatia? Para tanto, optou-se pelos seguintes descritores: (“*personality traits*” OR “*empathy*”)

AND (“*mental disorder*” OR “*common mental disorders*” OR “*psychological symptoms*” OR “*stress*”) AND (“*university students*” OR “*college students*” OR “*undergraduate students*”). Utilizou-se dos termos booleanos OR entre os termos sinônimos e AND para adicionar descritores à busca. As bases de dados utilizadas para a realização da pesquisa foram: Pubmed, SciELO e Bireme, sendo a busca efetuada no mês de maio de 2023. Foram incluídos estudos publicados nos últimos cinco anos, na língua inglesa, portuguesa ou espanhola, disponíveis nas bases de dados na íntegra, de forma gratuita, e cujo foco foi a saúde mental de universitários e sua associação com traços de personalidade e/ou empatia.

A primeira etapa da pesquisa consistiu em uma busca nas bases de dados, utilizando-se os descritores, obtendo-se um total de 243 artigos. Na segunda etapa, ocorreu a aplicação dos filtros nas próprias bases de dados (últimos cinco anos, na língua inglesa, portuguesa ou espanhola, disponíveis nas bases de dados na íntegra e de forma gratuita), permanecendo 110 estudos. Na terceira, houve a leitura dos títulos e dos resumos, obtendo-se um total de 24 artigos. Por fim, realizou-se a leitura na íntegra e discussão dos artigos entre os autores da pesquisa, constituindo uma amostra final de 12 estudos. Segue o fluxograma descrevendo essas etapas.

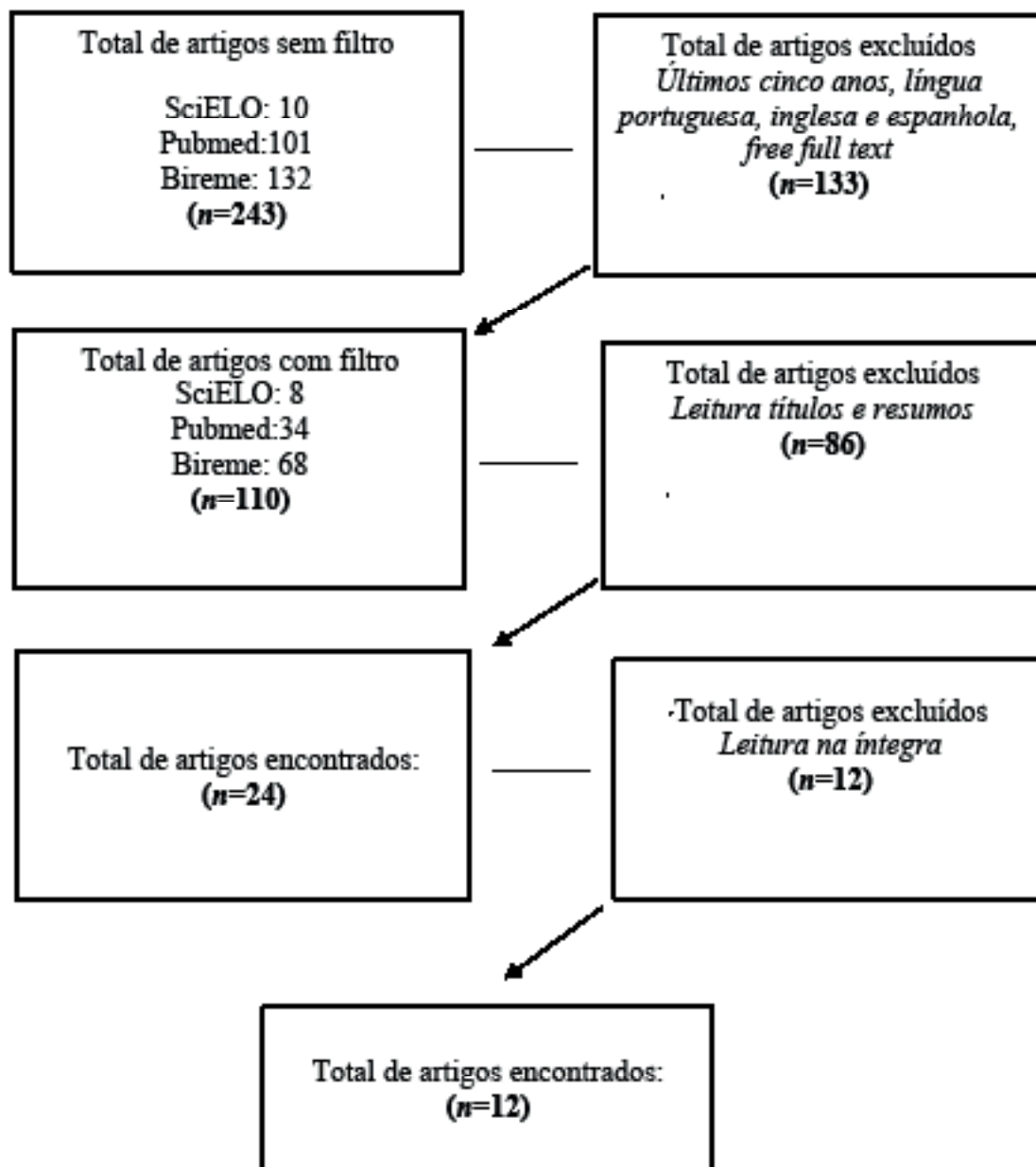
Para tabulação dos dados coletados e sistematização dos resultados, preencheu-se um protocolo composto pelos seguintes tópicos: referência bibliográfica, ano, objetivo, método (tipo de estudo, principais variáveis, tamanho da amostra e instrumentos utilizados) e principais resultados.

Resultados e Discussão

O presente estudo objetivou identificar possíveis associações entre saúde mental de universitários, traços de personalidade e empatia, por meio de uma revisão integrativa da literatura nacional e internacional dos últimos cinco anos (2020–2024). Os artigos que compuseram

Figura 1

Fluxograma da Coleta de Dados Realizada na Revisão Integrativa



a amostra final foram organizados de forma a oferecer a descrição das publicações, conforme as seguintes categorias: autores, ano de publicação, objetivo do estudo, delineamento realizado, variáveis estudadas pelos autores (exemplo: so-

ciodemográficas, psicológicas, acadêmicas e de saúde), número da amostra, instrumentos utilizados na coleta de dados e resultados principais encontrados, conforme Tabela 1 a seguir.

Tabela 1*Características dos Estudos Identificados na Revisão Integrativa sobre Saúde Mental de universitários e Fatores Associados (n=12)*

Autores	Ano	Objetivo	Delineamento	Variáveis estudadas	Amostra	Instrumentos	Principais resultados
Atahuman- -Arroyo et al.	2020	Determinar os níveis de empatia e sua associação com funcionalidade familiar, estresse, rendimento acadêmico e fatores sociodemográficos em estudantes de medicina.	Transversal	• Variável dependente: empatia • Variáveis independentes: funcionalidade familiar, estresse acadêmico, rendimento acadêmico e fatores sociodemográficos	130	Escala de Empatia Médica de Jefferson (EEMJ); APGAR familiar; Inventário de Estresse Acadêmico SISCO; Rendimento acadêmico; Questionário sociodemográfico.	• Prevalência alta de estresse: 92,3%; • Média elevada de empatia: 106,1 (DP±18,29); • Associações: prevalência de empatia mais elevada em mulheres, em pessoas que têm uma família “funcional” e com relacionamento íntimo; menor empatia no quinto ano de estudo.
Karing	2021	Verificar a prevalência de ansiedade e depressão em estudantes durante o <i>lockdown</i> ; verificar fatores de risco e proteção associados.	Transversal	• Variável dependente: sofrimento mental (ansiedade, depressão estresse) • Variáveis independentes: traços de personalidade e variáveis sociodemográficas.	2548	Generalized Anxiety Disorder Scale (GDA-7); Patient Health Questionnaire-8 Scale (PHQ-8); Perceived Stress Scale (PSS-10); Big Five Inventory (BFI-S); General Self-Efficacy Scale; Mindfulness Attention and Awareness Scale; Questões sobre Covid-19; Itens de duas escalas: The Brief COPE e Heidelberg Form for Emotion Regulation Strategies.	• Traço de personalidade neuroticismo associado a elevados níveis de ansiedade, depressão e estresse. • <i>Mindfulness</i>, autoeficácia e otimismo (variáveis psicológicas), coping proativo e apoio social se correlacionam negativamente. • Prevalência de depressão: 35,9% (moderados a grave); 27,7% ansiedade, 25,1% estresse. • Fatores de risco: maior idade e ser mulher. • Fatores de proteção: <i>mindfulness</i> e estratégias de enfrentamento.

Liu et al.	2022	Explorar os mecanismos internos da forma como certos traços de personalidade desencadeiam sintomas específicos de saúde mental durante e após <i>lockdown</i> (covid-19).	Transversal	• Variáveis dependentes: saúde mental • Variáveis independentes: traços de personalidade e variáveis sociodemográficas (sexo, idade e ano).	525	The Big Five Inventory-10 (BFI-10); The Kessler Psychological Distress Short Scale (K6).	• Extroversão, neuroticismo e conscienciosidade podem ser responsáveis pela ativação ou supressão de alguns sintomas, durante e após o <i>lockdown</i>. • Indivíduos com altos níveis de neuroticismo não se adaptaram bem ao <i>lockdown</i>. • Apresentar traço neuroticismo esteve relacionado a sofrimento durante e após o confinamento, enquanto extroversão e conscienciosidade estiveram associados a menor sofrimento.
Yang & Koo	2022	Investigar a associação entre estados emocionais negativos e os traços de personalidade do Big Five em uma amostra de estudantes universitários em Taiwan.	Transversal	• Variável dependente: saúde geral e mental (ansiedade e depressão) • Variáveis independentes: traços de personalidade e variáveis sociodemográficas.	580	Health-Promoting Lifestyle Profile II; Chinese version (HPLP-II); Big Five Inventory (BFI); Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21).	• Idade esteve correlacionada positivamente a maior percepção de estados emocionais negativos. • Neuroticismo e abertura à experiência estiveram significativamente correlacionados a estados emocionais negativos e amabilidade inversamente correlacionada. • Amabilidade esteve inversamente correlacionada a estados emocionais negativos. A pontuação (alta) de crescimento espiritual do HPLP-II foi significativamente correlacionada a um baixo escore de estados emocionais negativos. • O neuroticismo apresentou associação significativa com transtornos mentais, especialmente depressão. • Abertura à experiência foi significativamente associada a estados emocionais negativos e a um risco aumentado de depressão.

Zou et al.	2020	Verificar o comportamento de exposição relacionado à depressão nas mídias sociais, bem como a sua relação com traços de personalidade e estresse.	Transversal	• Variável dependente: depressão, estresse. • Variáveis independentes: comportamento de exposição na mídia, traços de personalidade e variáveis sociodemográficas (idade, gênero e série).	203	University Stress Scale (USS); Mini-IPIP Scales; Beck Depression Inventory II (BDI-II); Distress Disclosure Index (DDI).	• Os fatores de estresse foram positivamente correlacionados a níveis elevados de depressão. • Os fatores de estresse foram dominantes para explicar depressão, quando comparados com as variáveis de controle. • Pessoas menos extrovertidas, pouca abertura à experiência, e baixa amabilidade, e neuroticismo elevado apresentaram maior possibilidade de depressão.
Rettew et al.	2021	Examinar as relações entre traços de personalidade e saúde mental, antes e durante a pandemia de covid-19.	Longitudinal	• Variável dependente: Saúde mental • Variável de exposição: traços de personalidade.	n= 484	Big Five Inventory (BFI); Aplicativo para avaliação do bem-estar, humor e nível de estresse.	• Fatores de risco para comportamentos relacionados ao bem-estar e humor: Elevados níveis de neuroticismo • Fatores de proteção para comportamentos relacionados ao bem-estar e humor: elevados níveis de conscienciosidade, extroversão, abertura à experiência e amabilidade. • Fatores de risco para estresse: elevado neuroticismo e elevado traço de extroversão. O nível de estresse percebido reduziu após o <i>lockdown</i>. • Durante o <i>lockdown</i>, pessoas com elevado neuroticismo apresentaram menor declínio no humor, se comparadas com pessoas com elevado nível de extroversão.

Biondi et al. 2021	O objetivo deste estudo é aumentar a compreensão sobre o impacto psicológico do confinamento da covid-19 nos estudantes de graduação, particularmente no que diz respeito à associação entre traços de personalidade, mecanismos de defesa, sintomas de depressão, ansiedade e estresse, e cumprimento das medidas de saúde recomendadas pelo governo.	Transversal	- Variáveis dependentes: níveis de depressão, ansiedade e estresse; adesão às recomendações de saúde. - Variáveis independentes: personalidade; mecanismos de defesa.	1427	The Personality Inventory for the DSM-5 – Brief Form (PID-5-BF); Defense Style Questionnaire (DSQ-40); Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); Questionário sobre cumprimento de medidas de saúde recomendadas pelo Governo.	Os estudantes com traços de personalidade psicoticismo, afeto negativo, distanciamento e antagonismo, estilos de defesa neurótico e imaturo apresentaram maior risco de ansiedade, depressão e estresse de não cumprir as medidas de saúde recomendadas pelo governo italiano.
Ervasti et al. 2019	Examinar a associação de traços de personalidade e estresse entre estudantes universitários finlandeses e seus interesses em usar aplicativos que os ajudem no gerenciamento do estresse.	Transversal exploratório	- Variável dependente: estresse. - Variável independente: Traços de personalidade	Estudo 1: 635 respondentes / Estudo 2: 366 respondentes	Openness-Five-Factor Inventory (NEO-FFI); Uma questão sobre estresse; Center for Epidemiologic Studies Depression Scale Questionnaire (CES-D); Generalized Anxiety Disorder Questionnaire; Self-Rumination Scale (SRuS); Questionário sóciodemográfico.	- Fator de risco: alto neuroticismo se associou significativamente a uma frequente ausência em trabalho e compromissos por questões psicológicas e um aumento em preocupação financeira, status social e saúde. Neuroticismo teve correlação significativa com sofrimento. Abertura à experiência se correlacionou negativamente com estresse e possibilidade de ausência do trabalho por questões psicológicas. - Fatores de proteção: extroversão, amabilidade, e conscienciosidade tiveram correlação positiva com felicidade a questões financeira, status social e saúde. Abertura à experiência também teve associação positiva com satisfação. - Pessoas com depressão e estresse tenderam a utilizar mais os aplicativos de controle de estresse.

Chen et al.	2022	Analisar como o estresse e estratégia de coping mediam a associação entre traços de personalidade e sofrimento psíquico.	Transversal	• Variável dependente: sofrimento psíquico. • Variáveis independentes: traços de personalidade, estresse, enfrentamento.	260	Inventory of College Students' Recent Life Experiences (ICSRLE); Big Five Inventory (BFI); Chinese Making Sense of Adversity Scale (CMSAS); Coping Flexibility Scale (CFS); Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42).	• Fatores de risco: traço de personalidade neuroticismo e estresse se associaram a maior sofrimento. Percepção de estresse como ameaça e experiências estressantes na vida parecem interferir (mediar) a relação entre neuroticismo e sofrimento. • Fatores de proteção: traço de personalidade, extroversão, amabilidade e abertura à experiência foram associados a maior enfrentamento flexível diante do estresse.
Sattar et al.	2023	Explorar a relação entre bem-estar mental e profissionalismo médico em estudantes universitários.	Revisão sistemática	–	16 artigos	Bases de dados: Web of Science, PubMed, Scopus e ScienceDirect	• Identificaram-se cinco subtemas: empatia, performance acadêmica, compaixão, comportamento antiprofissional e profissionalismo. • Associações: correlação negativa entre empatia e Burnout; compaixão se apresentou como atenuador das variáveis • Burnout e aumentou a percepção de gratificação profissional. Performance acadêmica se associou ao Burnout.
Sharma et al.	2021	Verificar a relação entre <i>Trigunas</i> (traço de personalidade Ayurveda), satisfação com a vida e estresse percebido.	Transversal	• Variável dependente: estresse • Variáveis independentes: <i>Trigunas</i>, satisfação com a vida	N=121	Vedic Personality Inventory (VPI), Perceived Stress Scale (PSS), Satisfaction With Life Scale (SWLS).	• Fatores de risco: <i>Rajas</i> (qualidade da ação, paixão, mudança, ambição, inquietação, descontentamento, inveja, sensualidade) e <i>Tamas</i> (entediado, ignorante, medroso, inerte, inflexibilidade cognitiva, desilusão, apatia, destruição) mostraram uma fraca correlação positiva com estresse e negativa com satisfação da vida. • Fatores de proteção: correlação positiva entre traço <i>Satva</i> (qualidade da inteligência que favorece harmonia, equilíbrio e consciência) e satisfação com a vida, e negativa com estresse.

Bessey	2022	Compreender os determinantes das escolhas de estilo de vida, analisando um conjunto de estilos de vida (os Alameda Sete) e o efeito dos parâmetros de preferência econômica, traços de personalidade e uma medida de habilidade ao mesmo tempo na probabilidade de adotar esses estilos de vida.	Experimental	• Variáveis estudadas: escolhas de estilo de vida, preferência econômica; personalidade; estilos de vida; capacidade cognitiva; saúde geral e mental.	138 participantes	Tarefas de orçamento e escolha de loteria; Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS), Questionário de saúde baseado no Alameda Seven Lifestyles, Grit Score Inventory; The Big Five Inventory (BFI).	• Fatores de risco: pontuação elevada em neuroticismo foi correlacionada positivamente à piora na saúde mental. • Fatores de proteção: elevada conscienciosidade correlacionou-se positivamente com boa saúde mental geral auto-relatada.
--------	------	--	--------------	---	-------------------	---	---

Dos doze estudos analisados sobre o tema, um tratava de uma revisão sistemática (Sattar et al., 2023). Um outro estudo analisado apresentou uma análise experimental do comportamento (Bessey, 2022). Esse tipo de delineamento visa identificar relações funcionais entre as variáveis, controlando condições experimentais, manipulando variáveis e observando seus efeitos (Todorov & Hanna, 2010). Identificou-se, ainda, uma pesquisa nomeada como exploratória (Ervasti et al., 2019), ou seja, um estudo preliminar, visando adaptação e planejamento para uma pesquisa principal (Piovesan & Temporini, 1995).

Apenas um estudo foi caracterizado como longitudinal (Rettew et al., 2021), visando ao acompanhamento de uma população por um determinado período, envolvendo mais de uma coleta de dados no mesmo grupo, e analisando possíveis mudanças no comportamento das variáveis ao longo do tempo. Estudos como esses, do tipo observacional, estabelecem hipóteses e observam a realidade sem interferência do pesquisador, buscando associar medidas de diferentes variáveis para estabelecer relações de causa e efeito (Franco & Passos, 2011).

Os demais estudos analisados foram do tipo transversal ($n=8$; Atahuman-Arroyo et al., 2020; Biondi et al., 2021; Chen et al., 2022; Karing, 2021; Liu et al., 2022; Sharma et al., 2021; Yang & Koo, 2022; Zou et al., 2020). Esse método envolve coleta de dados em determinado período, utilizando-se amostras representativas de populações e pretendendo investigar a prevalência de condições de saúde, situações de risco e não risco. A escolha frequente de pesquisadores por esse tipo de delineamento se deve à viabilidade, em geral, em termos de custo e duração da pesquisa (Franco & Passos, 2011).

Com relação aos países nos quais os estudos empíricos foram realizados, obteve-se: Perú (Atahuman-Arroyo et al., 2020), Coreia (Bessey, 2022), Itália (Biondi et al., 2021), Singapura (Chen et al., 2022), Finlândia (Ervasti et al., 2019), Alemanha (Karing, 2021), China (Liu et al., 2022; Zou et al., 2020), EUA (Rettew

et al., 2021), Índia (Sharma et al., 2021) e Taiwan (Yang & Koo, 2022). Isso mostra uma amplitude mundial de interesse pelo assunto. O fato de não ter sido identificado nenhum estudo brasileiro que abarcasse o tema demonstra a relevância de se desenvolver pesquisas nacionais.

Observou-se que três estudos tinham como limitação o número amostral, considerando o delineamento dos estudos (Atahuman-Arroyo et al., 2020; Bessey, 2022; Sharma et al., 2021), e outros apresentaram amostras robustas, sendo um com mais de 1.400 (Biondi et al., 2021) e outro com 2.500 participantes (Karing, 2021), o que traz maior confiabilidade aos dados. Os demais incluíram entre 200 e 680 participantes (Chen et al., 2022; Ervasti et al., 2019; Liu et al., 2022; Rettew et al., 2021; Yang & Koo, 2022; Zou et al., 2020).

A maioria dos instrumentos utilizados nos estudos é considerada consistente para medir as variáveis e são amplamente utilizados na literatura. Os mais frequentes foram: o *Big Five Inventory*-BFI (Bessey, 2022; Chen et al., 2022; Karing, 2021; Liu et al., 2022; Rettew et al., 2021; Yang & Koo, 2022), o *Depression, Anxiety Stress Scale*-DASS (Biondi et al., 2021; Chen et al., 2022; Yang & Koo, 2022) e o *Perceived Stress Scale*-PSS (Karing, 2021; Sharma et al., 2021). Para investigação da variável empatia, um único estudo empírico foi identificado utilizando-se a Escala de Empatia Médica de Jefferson-EEMJ (Atahuman-Arroyo et al., 2020).

Dez estudos verificaram associação entre sofrimento mental e traços de personalidade em universitários, sendo que quase a totalidade ($n=08$) utilizou o modelo dos cinco grandes fatores (Bessey, 2022; Biondi et al., 2021; Chen et al., 2022; Ervasti et al., 2019; Karing, 2021; Liu et al., 2022; Rettew et al., 2021; Yang & Koo, 2022; Zou et al., 2020). O uso desse modelo vem sendo amplamente apresentado na literatura com foco na população universitária (Zanon et al., 2019). Destaca-se que, em todos, identificou-se associação significativa entre a variável neuroticismo e sofrimento mental ($p \leq 0,05$). Um estudo investigou traços de personalidade por meio do modelo ayurvédico (Sharma et al.,

2021), tendo sido encontrada associação entre os traços *Rajas* e *Tamas* com maior percepção de estresse e infelicidade. Esses traços podem se assemelhar ao neuroticismo do modelo Big Five, uma vez que trazem como aspectos negativos da personalidade inquietação, descontentamento, medo e inércia (Sharma et al., 2021).

Vale mencionar que alguns estudos analisaram a relação entre sofrimento e personalidade no contexto da pandemia, reiterando associação entre neuroticismo e sofrimento mental (Biondi et al., 2021; Karing, 2021). Liu et al. (2022) verificaram que pessoas com alto neuroticismo tendiam a apresentar maior sofrimento durante e após o *lockdown*, se comparadas às do grupo pré-*lockdown*. Já Rettew et al. (2021) verificaram que pessoas com elevado traço de neuroticismo tiveram alterações de humor menos evidentes durante a covid-19, comparativamente ao grupo de pessoas que não tinham essa característica. Isso, possivelmente, se deve ao *lockdown* ter funcionado como uma estratégia de “fuga/esquiva” para o grupo com alto neuroticismo em relação aos estressores ambientais. Por outro lado, pessoas com traço elevado para extroversão, no período de *lockdown*, perceberam-se mais desconfortáveis com essa medida de contenção (Rettew et al., 2021).

Apenas dois dos estudos analisaram a relação entre sofrimento e empatia (Atahuman-Arroyo et al., 2020; Sattar et al., 2023). Isso demonstra um interesse incipiente em investigar essa associação, visando ao desenvolvimento de habilidades sociais nos acadêmicos, conforme discutiram Silva e Abrita (2022), que realizaram uma revisão sistemática em três bases de dados, identificando 16 estudos sobre o tema (Silva & Abrita, 2022).

Atahuman-Arroyo et al. (2020), em estudo transversal com 130 estudantes de medicina no Perú, verificaram elevada prevalência de estresse e empatia, embora não tenha sido observada associação significativa entre essas variáveis. Os autores identificaram que a empatia se associou significativamente ao gênero, funcionalidade familiar e ano de estudo ($p < 0,05$). Sattar et al. (2023), a partir de uma revisão sistemática da

literatura com 16 estudos como amostra final, apresentaram uma análise dos temas e resultados, destacando estresse e apoio social como possíveis preditores dos níveis de empatia, e uma forte correlação negativa entre Síndrome de *Burnout* e empatia em universitários de medicina.

Dessa forma, tanto Atahuman-Arroyo et al. (2020) quanto Sattar et al. (2023) sinalizaram que estudantes com menor nível de estresse apresentaram maiores níveis de empatia. No entanto, parece haver uma ausência de consenso na literatura a respeito da associação entre estresse e empatia em universitários de medicina. As razões para isso podem estar relacionadas a aspectos individuais, como a variabilidade no repertório de enfrentamento dos estudantes diante de eventos adversos (Atahuman-Arroyo et al., 2020; Sattar et al., 2023).

A associação de empatia ao gênero parece ser consistente na literatura e uma das razões apontadas para isso é a maior predisposição de mulheres a se identificarem empaticamente com seus pacientes (Atahuman-Arroyo et al., 2020). Compreende-se que, às mulheres, atribuem-se funções de cuidado e apoio emocional, papéis construídos por meio de um processo de socialização que lhes permite identificar e expressar mais as emoções do que os homens (Cotta et al., 2020).

Sobre o período de curso, embora estudos corroborem resultados que indicam diminuição nos níveis de empatia, conforme avança o curso, essa relação também carece de consenso na literatura. Os motivos podem estar relacionados ao incremento no nível de exigências acadêmicas e maior aprofundamento no período dos estágios, momento em que se lida com as demandas do cuidado em saúde e a dor do outro (Atahuman-Arroyo et al., 2020; Graner & Ramos-Cerqueira, 2019; Sattar et al., 2023).

Empatia é um dos constructos mais explorados no campo das práticas profissionais em saúde, tanto que os únicos estudos encontrados na presente revisão têm como população estudantes de medicina. Justamente por isso que o instrumento frequentemente utilizado nas inves-

tigações é a Escala Jefferson, criada em 2001 para avaliar empatia médica diante de divergências conceituais no campo, que dificultavam sua mensuração. Apesar disso, há de se considerar que avalia, predominantemente, aspectos cognitivos da empatia, o que se constitui uma limitação (Provenzano et al., 2014).

Outra limitação dos estudos identificados é a carência de delineamentos longitudinais, os quais se mostram mais adequados para identificação de relações causais entre variáveis como o avanço no curso (período) e os níveis de empatia. A maior parte das pesquisas na área utilizam delineamentos transversais que possibilitam descrever o perfil de uma população em momento específico e estabelecer associações, identificando possíveis preditores de risco ou proteção para a situação avaliada (Franco & Passos, 2011).

A literatura encontra-se consistente em relação ao elevado sofrimento psíquico da população universitária. Além disso, variáveis como gênero, idade, autoavaliação da saúde e do desempenho acadêmico, e relacionadas ao estilo de vida (Cunha et al., 2023; Graner & Ramos-Cerqueira, 2019; Karing, 2021) vêm se apresentando como fatores de risco para sofrimento psíquico. Por outro lado, variáveis psicológicas, como flexibilidade cognitiva, estratégias de *coping* proativo e resiliência (Chen et al., 2022; Graner et al., 2018) vêm se apresentando como fatores de proteção.

No entanto, são escassos os estudos que investigam a influência de fatores como traços de personalidade e empatia na percepção de sofrimento em universitários da área da saúde. Por fim, estudos sobre empatia com essa população são relevantes, considerando que ela é uma importante variável no ato de cuidar, proporcionando maior vínculo e adesão a recomendações oferecidas pelos profissionais (Esquerda et al., 2016; Mufato & Gaíva, 2019).

Considerações Finais

Verificou-se escassa literatura que investigue a relação entre empatia e saúde mental em universitários. Empatia é uma habilidade essen-

cial na relação profissional-paciente/cliente e, supostamente, pode estar associada a maior sofrimento em profissionais que lidam frequentemente com a dor e o sofrimento humano. Já com relação à associação entre personalidade e saúde mental em universitários, encontrou-se um maior número de estudos. Estes, em sua maioria do tipo transversal, apontaram forte correlação entre o traço de personalidade de neuroticismo e sofrimento psíquico, o que representa a tendência dos indivíduos a experienciar emoções negativas.

Por fim, os resultados obtidos na presente revisão integrativa podem favorecer o planejamento de estratégias interventivas que visem à promoção de melhor percepção de bem-estar dos indivíduos durante a vida acadêmica, com ênfase no manejo de emoções e estratégias de enfrentamento mais adaptativas. Além disso, sabe-se que comportamentos empáticos podem favorecer relações mais duradouras e de confiança, fato relevante especialmente em universitários da área da saúde.

Pesquisas sobre o tema tendem a orientar intervenções em estudantes ainda em curso, de forma a desenvolver comportamentos de cuidado humanizados em sua prática e, ao mesmo tempo, não acarretar ou comprometer sua saúde mental. Destaca-se que é de responsabilidade das Instituições de Ensino Superior a oferta de serviços de atendimento ao estudante, que assistam à sua saúde mental e o auxiliem na identificação de estratégias de enfrentamento das situações vivenciadas, bem como no fortalecimento das redes de apoio. Faz-se necessário o desenvolvimento de ações de prevenção e promoção da saúde do estudante como parte integrante do processo de formação, considerando que as habilidades socioemocionais são essenciais para a aprendizagem e a atuação profissional.

Faltou questionar, como um estudante adoecido pode ter uma plenitude na formação; como as políticas públicas institucionais podem favorecer essa formação plena. Para mim, essas considerações finais precisam ser reformuladas e problematizadas em políticas estruturantes de saúde mental para o estudante do Ensino Superior.

Contribuição dos autores

Libia Monteiro Martins e Karen Mendes Graner: responsáveis por todas as etapas do presente estudo e pela elaboração do presente artigo.

Marcos Silva Vendramini: responsável e pela elaboração do presente artigo.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não haver conflito de interesses relacionado à publicação deste manuscrito.

Referências

- Atahuman-Arroyo, F., Ramírez-Espinoza D. M., Segama-Fabián, E., Dámaso-Mata, B., Panduro-Correa, V., & Arteaga-Livias, K. (2020). Factores asociados al nivel de empatía hacia el paciente en estudiantes de medicina, Perú, 2018. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(2), e2673. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2673>
- Bessey, D. (2022). Determinants of Lifestyle Choices among South Korean College Students: An experimental analysis. *Risk Management and Healthcare Policy*, 15, 93–105. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S333968>
- Biondi, S., Casale, S., Burrai, J., Mazza, C., Cavaggioni, G., Ferracuti, S., Giannini, A. M., & Roma, P. (2021). Personality and Lockdown: A Study on Italian Undergraduates during the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 622366. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.622366>
- Castillo, V. P., Calzadilla-Núñez, A., Moya-Ahumada, C., Torres-Martínez, P., Pastén, P. C., & Díaz-Narváez, V. P. (2021). Psychometric properties of the Jefferson Empathy Scale in four nursing student faculties. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 55, e03741. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2020023903741>
- Chen, L., Qu, L., & Hong, R. Y. (2022). Pathways linking the Big Five to Psychological Distress: Exploring the mediating roles of stress mindset and coping flexibility. *Journal of Clinical Medicine*, 11(9), 2272. <https://doi.org/10.3390/jcm11092272>
- Cotta, C. K., Filho, Miranda, F. B. G., Oku, H., Machado, G. C. C., Pereira, G. A., Jr., & Mazzo, A. (2020). Cultura, ensino e aprendizagem da empatia na educação médica: Scoping review. *Interface*, 24, e180567. <https://doi.org/10.1590/Interface.180567>
- Cunha, C. M., Fortes, D. A., Scapim, J. P. R., Santos, K. O. B., & Fernandes, R. de C. P. (2023). Common mental disorders in medical students: Prevalence and associated factors. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 47(4), e117. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v47.4-2022-0307.ING>
- de Oliveira, A. J. (2022). *Avaliação de traços de personalidade e de funções executivas em usuários de substâncias psicoativas: Impactos no funcionamento adaptativo* [Doctoral thesis, Universidade Metodista de São Paulo]. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da METODISTA. <http://tede.metodista.br/jspui/handle/tede/2275>
- Ervasti, M., Kallio, J., Määttänen, I., Mäntyjärvi, J., & Jokela, M. (2019). Influence of personality and differences in stress processing among finnish students on interest to use a Mobile Stress Management App: Survey study. *JMIR Mental Health*, 6(5), e10039. <https://doi.org/10.2196/10039>
- Esquerda, M., Yuguero, O., Viñas, J., & Pifarré, J. (2016). La empatía médica, ¿nace o se hace? Evolución de la empatía en estudiantes de medicina [The medical empathy, is it born or is it made? Evolution of the empathy in medical students]. *Atencion Primaria*, 48(1), 8–14. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2014.12.012>
- Franco, L. J., & Passos, A. D. C. (Eds.). (2011). *Fundamentos de epidemiologia* (2nd ed.). Manole.
- Gleichgerricht, E., & Decety, J. (2013). Empathy in clinical practice: How individual dispositions, gender, and experience moderate empathic concern, burnout, and emotional distress in physicians. *PLoS ONE*, 8(4), e61526. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061526>
- Graner, K. M., & Ramos-Cerqueira, A. T. A. (2019). Revisão integrativa: Sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(4), 1327–1346. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>

- Graner, K. M., de Moraes, A. B. A., Torres, A. R., Lima, M. C. P., Rolim, G. S., & Ramos-Cerqueira, A. T. A. (2018). Prevalence and correlates of common mental disorders among dental students in Brazil. *PLoS ONE*, *13*(9), e0204558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204558>
- Karing, C. (2021). Prevalence and predictors of anxiety, depression and stress among university students during the period of the first lockdown in Germany. *Journal of Affective Disorders Reports*, *5*, 100174. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100174>
- Lewis, E. G., & Cardwell, J. M. (2020, June 02). The big five personality traits, perfectionism and their association with mental health among UK students on professional degree programmes. *BMC Psychology*, *8*(1), 54. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00423-3>
- Liu, T-H., Xia, Y., & Ma, Z. (2022). Multifarious linkages between Personality Traits and Psychological Distress during and after COVID-19 Campus Lockdown: A psychological network analysis. *Frontiers in Psychiatry*, *13*, 816298. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.816298>
- Mufato, L. F., & Gaíva, M. A. M. (2019). Empatia em saúde: Revisão integrativa. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, *9*. <https://doi.org/10.19175/recom.v9i0.2884>
- Organização Mundial de Saúde. (2021, 21 de setembro). *Comprehensive mental health action plan 2013–2030*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029?ua=1>
- Organização Mundial de Saúde. (2022, 17 de junho). *OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção*. <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>
- Piovesan, A., & Temporini, E. R. (1995). Pesquisa exploratória: Procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública. *Revista de Saúde Pública*, *29*(4), 318–325. <https://doi.org/10.1590/S0034-89101995000400010>
- Provenzano, B. C., Machado, A. P. G., Rangel, M. T. A. S., & Aranha, R. N. (2014). A empatia médica e a graduação em medicina. *Revista HUPE*, *13*(4), 19–25. [d523d78e6c68b3ac378e-5978d0e5c8687468.pdf](https://doi.org/10.1590/1980-5978d0e5c8687468.pdf)
- Rettew, D. C., McGinnis, E. W., Copeland, W., Nardone, H. Y., Bai, Y., Rettew, J., Devadenam, V., & Hudziak, J. J. (2021). Personality trait predictors of adjustment during the COVID pandemic among college students. *PLoS ONE*, *16*(3), e0248895. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248895>
- Sattar, K., Yusoff, M. S. B., Arifin, W. N., Mohd Yasin, M. A., & Mat Nor, M. Z. (2023). A scoping review on the relationship between mental wellbeing and medical professionalism. *Medical Education Online*, *28*(1). <https://doi.org/10.1080/10872981.2023.2165892>
- Sharma, S., Bhargav, P. H., Singh, P., Bhargav, H., & Varambally, S. (2021). Relationship between Vedic personality traits (Sattva, Rajas, and Tamas) with life satisfaction and perceived stress in healthy university students: A cross-sectional study. *Ayu*, *42*, 39–44. https://doi.org/10.4103/ayu.ayu_98_21
- Silva, C. L. de S., & Abritta, R. T. R. (2022). A empatia em estudantes de medicina: Uma revisão sistemática. *E-Acadêmica*, *3*(2), e4132170. <https://doi.org/10.52076/eacad-v3i2.170>
- Souza, M. T. S., Silva, M. D. S., & Carvalho, R. C. (2010). Revisão integrativa: O que é e como fazer. *Einstein*, *8*(1), 102–106. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>
- Tausch, A., Souza, R. O., Viciania, C. M., Cayetano, C., Barbosa, J., & Hennis, A. J. (2022). Strengthening mental health responses to COVID-19 in the Americas: A health policy analysis and recommendations. *Lancet Regional Health. Americas*, *5*, 100118. <https://doi.org/10.1016/j.lana.2021.100118>
- Todorov, J. C., & Hanna, E. S. (2010). A análise experimental do comportamento no Brasil. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, *26*, 143–153. <https://doi.org/10.1590/S010237722010000500013>
- Tomim, G. C., & do Nascimento, D. T. (2021). O Impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental. *Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde*, *18*(3), 96–112. <https://doi.org/10.21450/rahis.v18i3.6626>

Yang, S-W., & Koo, M. (2022). The Big Five Personality Traits as Predictors of Negative Emotional States in University Students in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16468. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416468>

Zanon, C., Araújo, A., & Hutz, C. S. (2019). The Relevance of The Big Five Model to Students' Adaptation to The Academic Environment Personality and Academic Experiences. *Psico*, 50(4), e31599. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2019.4.31599>

Zou, M. L., Li, M. X., & Cho, V. (2020). Depression and disclosure behavior via social media: A study of university students in China. *Heliyon*, 6(2), e03368. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e03368>

Editora Associada: Monalisa Muniz
Nascimento

Recebido: 06/12/2024
1ª revisão: 06/06/2025
Aceite final: 04/07/2025

Apêndice

Indicação de Referências

As referências abaixo condizem à investigação de níveis de empatia e traços de personalidade em universitários da área da saúde.

Seitz, T., Längle, A. S., Seidman, C., & Löffler-Stastka, H. (2018). Does medical students' personality have an impact on their intention to show empathic behavior?. *Archives of Women's Mental Health*, 21, 611–618. <https://doi.org/10.1007/s00737-018-0837-y>

Guilera, T., Batalla, I., Forné, C., & Soler-González, J. (2019). Empathy and big five personality model in medical students and its relationship to gender and specialty preference: A cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 19, 57. <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1485-2>

Chen, H., Xuan, H., Cai, J., Liu, M., & Shi, L. (2024). The impact of empathy on medical students: An integrative review. *BMC Medical Education*, 24, 455. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05448-5>



O(s) autor(es), 2025. Acesso aberto. Este artigo está distribuído nos termos da Licença Internacional Creative Commons Atribuição 4.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite o uso, distribuição e reprodução sem restrições em qualquer meio, desde que você dê crédito apropriado ao(s) autor(es) original(ais) e à fonte, fornecer um link para a licença Creative Commons e indicar se as alterações foram feitas.