



doi: <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.43.120.A007>

Influência do apoio e clima familiar na ansiedade de universitários durante a COVID-19

Influence of social support and family climate on university students' anxiety during COVID-19

Beatriz Abdalla Leite Adães
Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública
<https://orcid.org/0009-0009-2513-6426>
beatrizadaes19.2@bahiana.edu.br

Milena Pereira Pondé
Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública
<https://orcid.org/0000-0002-1292-5487>

Gustavo Marcelino Siquara
Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública
<https://orcid.org/0000-0002-4495-6835>

Resumo

A pandemia da COVID-19 impactou profundamente a saúde mental global, exacerbando transtornos psicológicos, especialmente entre estudantes universitários. Este estudo teve como objetivo investigar a influência do suporte social e do clima familiar nos níveis de ansiedade desses estudantes durante a pandemia. Trata-se de um estudo quantitativo transversal realizado com 406 universitários brasileiros, recrutados por amostragem não probabilística. Os participantes responderam a questionários online que incluíram a Escala de Percepção de Suporte Social (EPSS), o Inventário de Clima Familiar (ICF) e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Os dados foram analisados por regressão linear múltipla. Os resultados mostraram que o Suporte Social Emocional e a Coesão Familiar apresentaram correlação inversa significativa com os níveis de ansiedade, atuando como fatores protetores. Por outro lado, a Hierarquia Familiar revelou uma relação diretamente proporcional, sendo a variável com maior impacto negativo. A integração de suporte social e clima familiar em modelos preditivos destacou o papel crucial do suporte emocional na redução da ansiedade e da hierarquia no aumento dessa condição. Conclui-se que intervenções que promovam suporte emocional e reduzam estruturas hierárquicas rígidas são essenciais para mitigar os impactos da ansiedade, especialmente em contextos de crise, como a pandemia, reforçando a importância de ambientes familiares e sociais positivos.

Palavras-chave: Apoio Social; Apoio Familiar; Ansiedade; Estudantes; COVID-19.

Abstract

The COVID-19 pandemic profoundly impacted global mental health, exacerbating psychological disorders, especially among university students. This study aimed to investigate the influence of social support and family climate on anxiety levels in these students during the pandemic. It is a cross-sectional quantitative study conducted with 406 Brazilian university students recruited through non-probabilistic sampling. Participants responded to online questionnaires that included the Perceived Social Support Scale (EPSS), the Family Climate Inventory (FCI), and the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21). Data were analyzed using multiple linear regression. The results showed that Emotional Social Support and Family Cohesion had a significant inverse correlation with anxiety levels, acting as protective factors. On the other hand, Family Hierarchy revealed a directly proportional relationship, being the variable with the most negative impact. The integration of social support and family climate into predictive models highlighted the crucial role of emotional support in reducing anxiety and family hierarchy in increasing this condition. It is concluded that interventions promoting emotional support and reducing rigid hierarchical structures are essential to mitigate the impacts of anxiety, especially in crisis contexts such as the pandemic, reinforcing the importance of positive family and social environments.

Keywords: Social Support; Family Support; Anxiety; Students; COVID-19.

Resumen

La pandemia de COVID-19 impactó profundamente la salud mental global, exacerbando los trastornos psicológicos, especialmente entre los estudiantes universitarios. Este estudio tuvo como objetivo investigar la influencia del apoyo social y el clima familiar en los niveles de ansiedad de estos estudiantes durante la pandemia. Se trata de un estudio cuantitativo transversal realizado con 406 estudiantes universitarios brasileños, reclutados mediante muestreo no probabilístico. Los participantes respondieron a cuestionarios en línea que incluían la Escala de Percepción de Apoyo Social (EPAS), el Inventario de Clima Familiar (ICF) y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). Los datos fueron analizados mediante regresión lineal múltiple. Los resultados mostraron que el Apoyo Social Emocional y la Cohesión Familiar

presentaron una correlación inversa significativa con los niveles de ansiedad, actuando como factores protectores. Por otro lado, la Jerarquía Familiar mostró una relación directamente proporcional, siendo la variable con mayor impacto negativo. La integración del apoyo social y el clima familiar en modelos predictivos destacó el papel crucial del apoyo emocional en la reducción de la ansiedad y de la jerarquía en el aumento de esta condición. Se concluye que las intervenciones que promuevan el apoyo emocional y reduzcan estructuras jerárquicas rígidas son esenciales para mitigar los impactos de la ansiedad, especialmente en contextos de crisis como la pandemia, reforzando la importancia de ambientes familiares y sociales positivos.

Palabras clave: Apoyo Social; Apoyo Familiar; Ansiedad; Estudiantes; COVID-19.

Introdução

Em dezembro de 2019, o surgimento do SARS-CoV-2 desencadeou uma pandemia global que trouxe impactos sem precedentes à saúde pública, à economia e ao bem-estar psicológico das populações (Bao et al., 2020). As medidas de isolamento social, essenciais para conter a propagação do vírus (Aquino et al., 2020), também exacerbaram desafios psicológicos, especialmente entre estudantes universitários. Este grupo, particularmente vulnerável, enfrentou não apenas o medo da infecção, mas também o impacto de interrupções abruptas em suas rotinas acadêmicas e sociais, o que agravou o estresse e a ansiedade (Cao et al., 2020; Hossain et al., 2020).

A ansiedade, no contexto da pandemia, pode ser compreendida como um sentimento desagradável, caracterizado por medo e tensão excessivos frente à antecipação de um perigo ou algo desconhecido (Castillo et al., 2000). Este transtorno tornou-se ainda mais prevalente durante a pandemia, alimentado por fatores como incertezas acadêmicas, isolamento social e mudanças abruptas nos métodos de estudo (Lukács, 2021; Werner et al 2021). Além disso, fatores como a ausência de suporte social e dificuldades no ambiente familiar podem intensificar os níveis de ansiedade, evidenciando a necessidade de explorar elementos que possam atuar como fatores de proteção. Estudos como o de Zimmermann, Chong, Vechiu, C., & Papa (2020) apontam que fatores protetivos como suporte social e atividade física podem reduzir os riscos de transtornos de ansiedade.

O suporte social, por sua vez, desempenha um papel central na mitigação dos impactos psicológicos adversos. Ele é definido como a ajuda e os recursos que os indivíduos percebem como disponíveis em suas redes interpessoais, incluindo apoio

emocional, informacional e instrumental (Uchino, 2009). Este tipo de suporte é amplamente reconhecido por sua capacidade de promover o bem-estar físico e psicológico, mediando situações de estresse e adversidade (Huang et al 2021; Muyor-Rodríguez, Caravaca-Sánchez, & Fernández-Prados, 2021). Da mesma forma, o clima familiar, compreendido como o ambiente percebido e interpretado pelos membros da família, influencia diretamente o desenvolvimento afetivo, físico, social e intelectual, além de desempenhar um papel importante no comportamento dos mais jovens (Alvarenga et al., 2023).

Estudos indicam que o suporte social e o clima familiar atuam como fatores protetivos fundamentais em momentos de crise (El-Hage et al 2020; Huang et al 2021). Ambientes familiares coesos, caracterizados por boa comunicação e baixa hierarquia, têm sido associados à redução dos níveis de ansiedade (Teodoro, Allgayer & Land 2009). Por outro lado, dinâmicas familiares marcadas por conflitos e estruturas hierárquicas rígidas podem intensificar transtornos psíquicos, especialmente em períodos de adversidade (Xiao, 2020). Além disso, a literatura evidencia que redes de suporte social bem estruturadas contribuem para a resiliência psicológica, mitigando os efeitos negativos do isolamento social e da falta de interação presencial (Smith, Twohy, & Smith 2020).

Objetivo

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo investigar a influência do suporte social e do clima familiar nos níveis de ansiedade entre estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19.

Método

Desenho de estudo

O trabalho corresponde a um estudo transversal quantitativo. O estudo tem como base uma coleta de dados no formato on-line, por meio de um questionário divulgado nas redes sociais (Instagram e WhatsApp), com duração de três meses para extração dessas informações, no período de setembro de 2020 a novembro de 2020.

Participantes

O projeto tem como população alvo estudantes universitários de diferentes estados brasileiros, sendo que a sua população acessível é composta por estudantes universitários que concordaram em responder o questionário on-line divulgado nas redes sociais.

Como critérios de inclusão, foram abordados: ser estudante universitário acima de 18 anos, possuir capacidade de utilizar computador ou smartphone e ter acesso a internet para responder ao estudo de forma on-line. Já o critério de exclusão foi realizado pessoas que se recusem a preencher todos os instrumentos.

Instrumentos da coleta de dados

Foram utilizadas 3 escalas quantitativas para construção do trabalho, sendo essas:

Escala de Percepção de Suporte Social (EPSS): esse instrumento foi desenvolvido e legitimado no Brasil por Siqueira (2008), com 437 voluntários. A escala tem como alvo as amplas relações sociais. Após a realização de técnicas de análise fatorial, a EPSS é construída como uma ferramenta válida e precisa que separa dois fatores teoricamente consistentes. O primeiro fator aprecia o suporte social prático com variância comum explicada de 39,66%, cargas fatoriais variando de 0,38 a 0,78 e alfa de Cronbach de 0,91. Já o segundo fator calcula o suporte social emocional com variância comum explicada de 4,02%, cargas fatoriais entre -0,55 a -0,83 e alfa de 0,92.

Inventário do Clima Familiar: o instrumento avalia as percepções do clima familiar e as dinâmicas que existem nas relações dentro e fora da família, sendo que esse conhecimento é importante para avaliar e compreender as relações familiares. Por meio dessa ferramenta, a avaliação é realizada através de quatro fatores distintos: apoio, coesão, conflito e hierarquia, totalizando 22 itens. Os fatores são discriminados apenas na teoria, visto que estão dispostos sem nenhuma divisão na apresentação do tema ao sujeito. O fator apoio representa itens que descrevem o suporte emocional e material dado e recebido pelos membros da família; o fator coesão aprecia os vínculos afetivos entre os membros familiares; o fator conflito, por sua vez, avalia a agressividade e relações conflituosas entre os familiares; e por último, o fator hierarquia avalia o nível de controle e poder nesse sistema familiar (Teodoro, Allgayer & Land, 2009).

Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) – Short Form (Lovibond & Lovibond, 1995): A escala foi desenvolvida para apreciar a severidade e mensurar os seguintes sintomas: Depressão, Ansiedade e Estresse. Possui três subescalas distintas, cada uma contendo sete itens. Por conseguinte, os indivíduos devem usar uma escala Likert de quatro pontos para indicar o quanto experimentaram cada item na última semana: “não se aplicou de maneira alguma”, “aplicou-se em algum grau, ou por pouco tempo”, “aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo” e “aplicou-se muito, ou na maioria do tempo”. Os escores devem ser calculados separadamente para cada subescala e, quando somados, resultam em uma pontuação geral entre 0 e 21.

Esse instrumento foi adaptado para o Brasil por Vignola e Tucci (2014), sendo a versão utilizada no estudo. Vignola e Tucci (2014) aplicaram a DASS-21 em adultos de 18 a 75 anos após procedimentos de tradução e adaptação transcultural, e encontraram alfa de Cronbach variando de 0,86 a 0,92 e confirmaram uma estrutura de 3 fatores.

Ademais, a pesquisa se vale de informações coletadas de dois questionários desenvolvidos, com fins de complementação, sendo esses:

Questionário sociodemográfico: os participantes foram questionados sobre características sociodemográficas, tais como escolaridade, ocupação, cidade em que moram e se apresentam comorbidades consideradas fatores de risco para agravamento clínico da COVID-19.

Procedimentos da coleta de dados

O convite para participar da pesquisa foi divulgado pelo Instagram e WhatsApp dos pesquisadores envolvidos, além do envio de e-mails diretamente para estudantes universitários, através de uma publicação contendo informações com o nome do estudo e onde encontrar o link do questionário. Dessa forma, foi utilizado o método de amostragem não probabilístico do tipo “bola de neve”.

Os indivíduos foram convidados a participar do estudo por meio de um único formulário on-line fornecido por e-mail e redes sociais, o qual continha o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) e as escalas DASS-21 (Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse), EPSS (Escala de Percepção de Suporte Social) e Inventário de

Clima Familiar. O estudante universitário que aceitasse participar do estudo, ao fazer a marcação da opção “SIM” ao final do TCLE, teria acesso ao formulário on-line.

Todos os instrumentos da pesquisa foram executados sob a modalidade on-line em um único questionário por meio da plataforma de pesquisa Research Electronic Data Capture (RedCap). Os dados coletados foram armazenados em um computador de mesa, o qual se encontra no gabinete de professores do núcleo de Pesquisa e Inovação da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. A máquina não possui acesso à internet e os materiais referentes ao estudo foram guardados separadamente em arquivos com senha. Cinco anos após a conclusão do estudo, todos os dados serão devidamente descartados, garantindo total confidencialidade dos elementos coletados.

Análise dos dados

As relações entre as variáveis coletadas foram analisadas através do software Jeffrey’s Amazing Statistics Program (JASP) versão 0.16.02. Os dados coletados foram analisados por meio de procedimentos estatísticos de análise descritiva e inferencial. Foram utilizados testes para comparação de grupos, como Teste T e Anova e, testes preditivos, como regressão linear e múltipla no componente numérico, regressão logística no componente categórico e correlação.

Inicialmente, foi feita uma correlação das variáveis independentes com a variável dependente, Ansiedade, através de uma Correlação Bivariada de Pearson. Após isso, foram realizadas três análises a partir de Regressões Lineares Múltiplas, pelo método forward, sendo a primeira entre as variáveis da Escala de Percepção de Suporte Social (Suporte Social Prático e Suporte Social Emocional) e a Ansiedade, e a segunda entre as variáveis do Inventário de Clima Familiar (Apoio, Coesão, Conflito e Hierarquia) e a Ansiedade. Por fim, a terceira correlacionando todas as variáveis independentes e a Ansiedade.

Aspectos éticos

O presente projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSP), sendo aceito sob o nº de parecer 4.233.134 no dia 24 de agosto de 2020, e CAAE 31420720.0.0000.5544. A participação

no estudo ocorreu de forma voluntária, mediante aceite virtual do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Todas as informações coletadas são confidenciais, garantindo o sigilo e anonimato dos participantes.

Resultados

A amostra do estudo foi composta por 406 estudantes universitários de diversos estados brasileiros, com idade superior a 18 anos, que possuíam a capacidade para utilizar computador ou smartphone e ter acesso à internet para responder a pesquisa de forma online. Foram excluídas do estudo pessoas que se recusaram a preencher todos os instrumentos.

Dentre os 406 participantes do estudo, as características sociodemográficas predominantes foram gênero feminino (79%), estado civil solteiro (89%), renda familiar entre 10.001 e 23.000 reais (23%), instituição privada (73%) e ausência de diagnóstico de transtornos mentais (80%). Em se tratando da idade dos estudantes, essa variou entre 18 e 58 anos, sendo 24.5 anos a média. (Ver Tabela 1).

Tabela 1.

Características sociodemográficas da amostra, coletada em 2020, de estudantes universitários com idade superior a 18 anos (n=406)

| Categorias | | Número (%) |
|-----------------------|---------------------|-------------------|
| Gênero | Feminino | 321 (79) |
| | Masculino | 85 (20,9) |
| Estado Civil | Solteiro(a) | 362 (89,1) |
| | Casado(a) | 31 (7,6) |
| | União estável | 4 (0,9) |
| | Divorciado(a) | 3 (0,7) |
| | Viúvo(a) | 6 (1,4) |
| Renda Familiar | Abaixo de 710 reais | 7 (1,7) |
| | 711 até 1.700 reais | 35 (8,7) |

| | | |
|----------------------------|-----------------------|------------|
| | 1.701 a 3.000 reais | 60 (15) |
| | 3.001 a 5.400 reais | 67 (16,7) |
| | 5.401 a 10.000 reais | 85 (21,2) |
| | 10.001 a 23.000 reais | 93 (23,2) |
| | Acima de 23.000 reais | 53 (13,2) |
| Tipo de Instituição | Privada | 298 (73,3) |
| | Pública | 108 (26,6) |
| Transtorno Mental | Sim | 80 (19,6) |
| | Não | 327 (80,3) |

Fonte: dados do próprio autor.

A análise entre a variável Ansiedade e as variáveis independentes (Suporte Prático, Suporte Emocional, Conflito, Hierarquia, Apoio e Coesão) revelou que valores negativos indicam uma influência inversamente proporcional sobre a ansiedade, enquanto valores positivos apontam um impacto diretamente proporcional. Além disso, índices mais altos demonstram correlações mais fortes.

Os resultados da análise de correlação revelaram que tanto o suporte emocional quanto o suporte prático apresentaram correlações inversamente proporcionais e significativas com os níveis de ansiedade ($r = -0.233$, $p < 0.01$; $r = -0.213$, $p < 0.01$, respectivamente). Esses achados indicam que quanto menor o suporte social percebido, maiores são os níveis de ansiedade entre os estudantes universitários.

Por outro lado, o aumento do nível de conflito ($r = 0.287$, $p < 0.01$) e, principalmente, da hierarquia familiar ($r = 0.343$, $p < 0.01$) esteve associado a níveis mais elevados de ansiedade. A hierarquia familiar demonstrou ser a variável com maior correlação positiva e significância estatística, evidenciando seu impacto potencial no agravamento dos sintomas de ansiedade nesse contexto.

Por fim, a coesão familiar exibiu uma correlação inversamente proporcional significativa com os níveis de ansiedade ($r = -0.220$, $p < 0.01$), sugerindo que ambientes familiares mais coesos contribuem para a redução da ansiedade em estudantes universitários. (Ver Tabela 2).

Tabela 2

Apresentação da correlação entre o clima familiar, suporte social e ansiedade, com dados coletados em 2020 (n=406)

| Variável | Ansiedade | Suporte Prático | Suporte Emocional | Conflito | Hierarquia | Apoio | Coesão |
|-----------------------------|-----------|-----------------|-------------------|----------|------------|--------|--------|
| 1. Ansiedade | — | | | | | | |
| 2. Suporte Prático | -0.213* | — | | | | | |
| 3. Suporte Emocional | -0.233* | 0.796* | — | | | | |
| 4. Conflito | 0.287* | -0.070 | -0.127 | — | | | |
| 5. Hierarquia | 0.343* | -0.160 | -0.181* | 0.590* | — | | |
| 6. Apoio | 0.013 | 0.380* | 0.251* | 0.252* | 0.139 | — | |
| 7. Coesão | -0.220* | 0.392* | 0.387* | -0.295* | -0.250* | 0.471* | — |

Fonte: dados do próprio autor.

Nota: * $p \leq 0.01$

Foram construídos três modelos de regressão linear utilizando as variáveis suporte social e clima familiar para prever os níveis de ansiedade em estudantes universitários.

A Tabela 3 apresenta um modelo exploratório por meio do método Stepwise, com foco nas variáveis de suporte social. Os resultados indicaram que o Suporte Social Emocional foi uma variável significativa ($p < 0,001$), explicando 4% dos níveis de ansiedade, demonstrando sua relevância como fator preditor. (Ver Tabela 3).

Tabela 3

Modelo de predição através do Suporte Social Prático e Emocional para os níveis de ansiedade, com dados coletados em 2020 (n=406)

| Preditores | Coeficientes | | | | |
|-------------------|--------------|----------|--------|-----------------------|-------------------------|
| | padronizados | <i>t</i> | Sig. | <i>R</i> ² | Δ <i>R</i> ² |
| | <i>B</i> | | | | |
| (Constante) | - | 8.240 | < .001 | - | - |
| Suporte Emocional | -0.210 | -3.787 | < .001 | 0.044 | 0.041 |

Fonte: dados do próprio autor.

Em relação ao clima familiar, outro modelo foi construído para identificar variáveis significativas. Os resultados evidenciaram que Hierarquia e Coesão foram preditoras da ansiedade. A Hierarquia, avaliada por seis itens do ICF, mostrou uma relação significativa e diretamente proporcional com a ansiedade ($p < 0,001$), sendo a variável com maior variância explicada. Por outro lado, a Coesão apresentou uma relação significativa e inversamente proporcional, explicando 11% da variância nos níveis de ansiedade ($p = 0,009$). (Ver Tabela 4).

Tabela 4

Modelo de predição através do Clima Familiar e da Ansiedade, com dados coletados em 2020. (n=406).

| Preditores | Coeficientes | | | | |
|-------------|--------------|----------|--------|-----------------------|-------------------------|
| | padronizados | <i>t</i> | Sig. | <i>R</i> ² | Δ <i>R</i> ² |
| | <i>B</i> | | | | |
| (Constante) | - | 3.664 | < .001 | - | - |

| | | | | | |
|-------------------|--------|------------|--------|-------|-------|
| Hierarquia | 0.265 | 4.706 | < .001 | - | - |
| Coesão | -0.147 | - 2.610 | 0.009 | 0.112 | 0.106 |

Fonte: dados do próprio autor.

Por fim, foi elaborado um modelo preditivo integrando o Suporte Social e o Clima Familiar. A Hierarquia emergiu como a variável mais influente ($p < 0,001$), com uma relação diretamente proporcional com a ansiedade. Em contrapartida, o Suporte Social Emocional teve um impacto significativo e inversamente proporcional ($p = 0,004$), explicando 10% da variância total. (Ver Tabela 5).

Tabela 5

Modelo de predição através do Clima familiar e do Suporte Social para os níveis de ansiedade, com dados coletados em 2020 (n=406)

| Preditores | Coeficientes | | | | |
|--------------------------|--------------|------------|--------|-----------------------|-------------------------|
| | padronizados | <i>t</i> | Sig. | <i>R</i> ² | □ <i>R</i> ² |
| | <i>B</i> | | | | |
| (Constante) | - | 3.893 | < .001 | - | - |
| Hierarquia | 0.263 | 4.756 | < .001 | - | - |
| Suporte Emocional | -0.160 | - 2.895 | 0.004 | 0.109 | 0.103 |

Fonte: dados do próprio autor.

Esses resultados destacam que o aumento da Hierarquia no clima familiar e a redução do Suporte Social Emocional são os principais fatores que influenciam negativamente os níveis de ansiedade entre estudantes universitários. Além disso, a Coesão familiar desempenha um papel protetor relevante. Este estudo fornece informações importantes para intervenções futuras, enfatizando que estratégias para

fortalecer o suporte emocional e promover um ambiente familiar menos hierárquico são fundamentais para mitigar a ansiedade nesse grupo populacional.

Discussão

O presente estudo investigou a influência do suporte social e do clima familiar nos níveis de ansiedade entre estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19. Os resultados evidenciaram que o Suporte Social Emocional e a Coesão Familiar atuam como fatores protetores, reduzindo os níveis de ansiedade, enquanto a Hierarquia Familiar mostrou-se um importante fator de risco, aumentando significativamente a ansiedade.

Este estudo aborda o impacto das estruturas de suporte e dinâmicas familiares sobre os níveis de ansiedade em estudantes universitários, particularmente no contexto do isolamento social provocado pela pandemia. Identificamos uma correlação inversamente proporcional entre os níveis de ansiedade dos estudantes e três fatores: Suporte Prático, Suporte Emocional e Coesão. Esta associação sugere que a presença de uma comunicação interpessoal efetiva, como caracterizado por estas variáveis, pode atuar na mitigação da ansiedade, uma análise suportada por Cao et al. (2020).

Outro estudo aponta que o suporte emocional e coesão entre pares no contexto acadêmico reduzem a ansiedade em estudantes de línguas (Jin, & Dewaele 2018).

Por outro lado, observamos que Conflito, Hierarquia e falta de Apoio estão diretamente relacionados a níveis mais elevados de ansiedade. O aumento da hierarquia familiar pode fazer os estudantes sentirem pressão para atender às expectativas impostas por figuras de autoridade. Em programas competitivos ou ambientes familiares rigorosos, estudantes podem experimentar sentimentos de inadequação, levando ao aumento da ansiedade (Karasewich, & Kuhlmeier, 2020). Durante a pandemia de COVID-19, o isolamento exacerbou a sensação de falta de suporte, afetando severamente a saúde mental de estudantes (Smith, Twohy, & Smith 2020). O aumento do conflito muitas vezes está associado a um ambiente pouco estável o que aumenta o sentimento de insegurança e vulnerabilidade (Xu et al 2023). O ambiente acadêmico já é naturalmente estressante. A adição de conflitos familiares e a ausência de apoio emocional agravam o quadro, gerando sobrecarga psicológica (Bilodeau, Marchand, & Demers, A. 2020). Além de que

os estudantes provenientes de famílias conflituosas podem internalizar dinâmicas de desconfiança e tensão, afetando suas interações interpessoais e acadêmicas (Banati, Jones, & Youssef 2020).

Além disso, ao examinar o efeito dos diferentes tipos de Suporte Social nos níveis de ansiedade, notou-se uma influência marcante do Suporte Social Emocional em comparação ao Suporte Social Prático. Destaca-se, portanto, a importância crucial do suporte emocional como um fator protetor na redução da ansiedade. Alguns estudos apontam a importância do suporte social emocional em momentos de crise (Zhang et al 2021; Özmete, & Pak). Uma das hipóteses para explicar o suporte emocional ser mais importante que o suporte prático é que a ansiedade frequentemente está associada ao sentimento de isolamento ou desconexão social. O suporte emocional combate diretamente isso, criando um vínculo interpessoal significativo. Por outro lado, o suporte prático, como ajuda material ou orientações, pode ser percebido como impessoal ou transacional, não abordando o aspecto social e relacional da ansiedade. A interação humana e a empatia fornecidas pelo suporte emocional parece fazer dele um componente essencial na redução da ansiedade.

A relação entre o clima familiar e os níveis de ansiedade em estudantes universitários revelou correlações significativas, particularmente com as variáveis Hierarquia e Coesão. Conforme Teodoro, Allgayer e Land (2009), a Hierarquia, caracterizada por relações de poder e controle dentro da família, mostrou uma correlação diretamente proporcional com a ansiedade, sugerindo que estruturas familiares rígidas podem aumentar a vulnerabilidade à ansiedade. Estudos apontam que estruturas familiares patriarcais rígidas, que promovem papéis hierárquicos e controle, estão associadas à ansiedade e dificuldades de relacionamento (Starowicz et al 2023). Em famílias com alta hierarquia é muito comum uma comunicação limitada, onde uns mandam e outros obedecem ao que pode aumentar a ansiedade (Alavi, et al 2020). Relações familiares baseadas em controle e autoridade também dificultam a formação de vínculos seguros (Mangialavori et al 2021). Filhos em famílias hierárquicas rígidas podem ter menos liberdade para interagir socialmente, privando-os de outras fontes de suporte emocional (Saritas-Atalar, & Altan-Atalay 2020).

Em contraste, a Coesão, indicativa de laços emocionais fortes e suporte entre membros da família, teve um efeito inversamente proporcional nos níveis de ansiedade,

apoiando a ideia de que uma dinâmica familiar positiva pode atenuar o impacto de estressores psicossociais durante a pandemia (Hossain et al., 2020).

Ao integrar a análise do Suporte Social com o Clima Familiar, apenas o Suporte Social Emocional e a Hierarquia mostraram significância, evidenciando a complexidade das relações de poder e o papel crucial do suporte emocional. Estas variáveis emergiram como preditores chave dos níveis de ansiedade, destacando a necessidade de entender como a estrutura familiar e o apoio emocional interagem para influenciar a saúde mental.

O suporte social emocional parece oferecer um ambiente seguro para a expressão de sentimentos e validação das emoções. Ele age como um amortecedor, reduzindo o impacto de fatores estressores e facilitando a resiliência psicológica (Bekiros, Jahanshahi, & Munoz-Pacheco 2022). Por meio da empatia e do acolhimento, o suporte social emocional promove a sensação de pertencimento e diminui sentimentos de isolamento, que frequentemente diminui a ansiedade. Quando famílias apresentam hierarquias rígidas, o suporte social emocional pode ser ainda mais negligenciado uma vez que a pessoa não encontra um espaço para expressar vulnerabilidades e buscar alívio emocional.

Famílias com hierarquias rígidas frequentemente priorizam obediência e autoridade sobre o diálogo e a flexibilidade (Shmuel 2023). Isso pode gerar uma atmosfera de controle e medo, aumentando a ansiedade dos membros menos poderosos, como crianças e adolescentes. Em famílias hierárquicas com pouca comunicação emocional, os indivíduos podem se sentir desconectados e isolados, exacerbando os níveis de ansiedade.

A ausência de suporte pode intensificar conflitos, e conflitos podem reforçar a percepção de hierarquias opressivas. Esses fatores combinados criam um ambiente de constante alerta e estresse, amplificando os níveis de ansiedade.

Podemos pensar em implicações práticas a partir dos resultados encontrados. As intervenções devem abordar tanto a dinâmica de poder nas famílias quanto a promoção de suporte emocional para reduzir os níveis de ansiedade. Fomentar redes de apoio emocional fora do núcleo familiar também pode servir como um mecanismo protetivo para indivíduos em famílias hierárquicas rígidas (Stapley et al 2021).

Concluimos que estes fatores desempenham um papel crucial na saúde mental dos estudantes, onde uma dinâmica familiar marcada por uma hierarquia rígida se mostrou particularmente prejudicial. Em tempos de crise, como a pandemia da COVID-19, que testa a resiliência das nossas redes de comunicação e suporte, a importância de abordagens focadas no bem-estar mental torna-se ainda mais evidente. Este período desafiador sublinha a necessidade crítica de suporte emocional e a busca ativa por ajuda profissional diante de dificuldades psicológicas.

Através da identificação desses elementos chave, o estudo contribui para o entendimento da ansiedade como uma condição prevalente entre estudantes universitários, uma questão de saúde pública que requer ação imediata devido ao seu potencial de prejudicar o desempenho acadêmico e as relações sociais. Cornine (2020) ressalta a urgência de implementar medidas protetivas para mitigar esses impactos negativos, enfatizando a necessidade de uma abordagem holística que inclua tanto a prevenção quanto o tratamento da ansiedade.

É importante reconhecer as limitações do presente estudo, incluindo seu desenho transversal que não permite a inferência causal. Além disso, a dependência de autorelatos pode introduzir vieses na coleta de dados. Futuras pesquisas deveriam explorar essas relações através de estudos longitudinais e abordagens metodológicas mistas, para uma compreensão mais aprofundada dos mecanismos subjacentes e da eficácia de intervenções específicas no ambiente familiar e educacional.

Em suma, este estudo sublinha a importância crítica de entender as dinâmicas familiares e o suporte social no contexto da saúde mental dos estudantes universitários, especialmente sob condições adversas como uma pandemia global. Destaca-se a necessidade de estratégias integradas que promovam a saúde mental, o suporte emocional e a comunicação eficaz dentro das famílias e comunidades educacionais, visando um futuro mais resiliente para nossos estudantes.

Considerações finais

O presente estudo investigou a influência do suporte social e do clima familiar nos níveis de ansiedade entre estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19, destacando fatores de risco e proteção associados. Os resultados apontaram que o Suporte Social Emocional e a Coesão Familiar atuam como fatores protetores, enquanto a

Hierarquia Familiar revelou-se um significativo fator de risco, aumentando a ansiedade dos estudantes. O suporte emocional mostrou-se mais efetivo na redução da ansiedade do que o suporte prático, reforçando sua relevância em contextos de crise.

Em contraste, estruturas familiares hierárquicas, caracterizadas por controle excessivo e baixa comunicação emocional, ampliaram a vulnerabilidade à ansiedade, demonstrando a necessidade de intervenções que abordem dinâmicas familiares rígidas. Ambientes familiares coesos e redes de apoio social adequadas emergem como fundamentais para mitigar os impactos psicológicos do isolamento social.

As implicações práticas desses achados são amplas. Estratégias devem incluir o fortalecimento de suporte emocional e o estímulo à comunicação dentro das famílias, além da criação de redes de apoio fora do núcleo familiar, especialmente em contextos familiares rígidos. Essas ações são essenciais para a promoção da resiliência psicológica e do bem-estar em tempos de crise.

Por fim, reconhecemos limitações deste estudo, como seu desenho transversal e a dependência de autorelatos, que restringem inferências causais. Futuras pesquisas longitudinais e metodologias mistas podem aprofundar a compreensão das relações entre suporte social, clima familiar e ansiedade. Este estudo contribui para a formulação de estratégias integradas de prevenção e intervenção em saúde mental, destacando a importância de ambientes familiares e sociais saudáveis para estudantes universitários, especialmente em cenários adversos como uma pandemia global.

Referências

- Alavi, M., Latif, A. A., Ninggal, M. T., Mustaffa, M. S., & Amini, M. (2020). Family functioning and attachment among young adults in western and non-western societies. *The Journal of Psychology, 154*(5), 346-366.
- Alvarenga, P., Lins, T., Anjos, N., Coutinho, D., & Lopes, P. (2023). *Vivendo emoções: Treino de pais e professores para lidar com as emoções das crianças*. Curitiba: Juruá.
- Aquino, E. M. L., Silveira, I. H., Pescarini, J. M., Aquino, R., Souza-Filho, J. A., Rocha, A. D. S., . . . Lima, R. T. D. R. S. (2020). Medidas de distanciamento social no

controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(suppl 1), 2423–2446. doi: 10.1590/1413-81232020256.1.10502020

- Banati, P., Jones, N., & Youssef, S. (2020). Intersecting vulnerabilities: the impacts of COVID-19 on the psycho-emotional lives of young people in low-and middle-income countries. *The European journal of development research*, 32(5), 1613.
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lü, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *Lancet*, 395(10224), e37–e38. doi: 10.1016/s0140-6736(20)30309-3
- Bekiros, S., Jahanshahi, H., & Munoz-Pacheco, J. M. (2022). A new buffering theory of social support and psychological stress. *PLoS one*, 17(10), e0275364.
- Bilodeau, J., Marchand, A., & Demers, A. (2020). Work, family, work–family conflict and psychological distress: A revisited look at the gendered vulnerability pathways. *Stress and Health*, 36(1), 75-87.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934
- Castillo, A. R. G., Recondo, R., Asbahr, F. R., & Manfro, G. G. (2000). Transtornos de ansiedade. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 22, 20-23.
- Cornine, A. (2020). Reducing nursing student anxiety in the clinical setting: an Integrative review. *Nursing Education Perspectives*, 41(4), 229–234. doi: doi.org/10.1097/01.nep.0000000000000633
- El-Hage, W., Hingray, C., Lemogne, C., Yroni, A., Brunault, P., Bienvenu, T., ... & Aouizerate, B. (2020). Health professionals facing the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: What are the mental health risks?. *L'encephale*, 46(3S), S73-S80.
- Hossain, M., Tasnim, S., Sultana, A., Faizah, F., Mazumder, H., Zou, L., . . . Ma, P. (2020). Epidemiology of mental health problems in COVID-19: a review. *F1000Research*, 9, 636. doi: doi.org/10.12688/f1000research.24457.1
- Huang, Y., Su, X., Si, M., Xiao, W., Wang, H., Wang, W., ... & Qiao, Y. (2021). The impacts of coping style and perceived social support on the mental health of undergraduate students during the early phases of the COVID-19 pandemic in China: a multicenter survey. *BMC psychiatry*, 21, 1-12.
- JASP Team. (2022). JASP (Version 0.16.2) [Computer software]. Recuperado de: <https://jasp-stats.org/>

- Jin, Y. X., & Dewaele, J. M. (2018). The effect of positive orientation and perceived social support on foreign language classroom anxiety. *System*, 74, 149-157.
- Karasewich, T. A., & Kuhlmeier, V. A. (2020). Trait social anxiety as a conditional adaptation: A developmental and evolutionary framework. *Developmental Review*, 55, 100886.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). 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*, 33(3), 335–343. doi: 10.1016/0005-7967(94)00075-u
- Lukács, A. (2021). Mental well-being of university students in social isolation. *European Journal of Health Psychology*.
- Mangialavori, S., Russo, C., Jimeno, M. V., Ricarte, J. J., D’Urso, G., Barni, D., & Cacioppo, M. (2021). Insecure attachment styles and unbalanced family functioning as risk factors of problematic smartphone use in Spanish young adults: A relative weight analysis. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11(3), 1011-1021.
- Muyor-Rodríguez, J., Caravaca-Sánchez, F., & Fernández-Prados, J. S. (2021). COVID-19 fear, resilience, social support, anxiety, and suicide among college students in Spain. *International journal of environmental research and public health*, 18(15), 8156.
- Özmete, E., & Pak, M. (2020). The relationship between anxiety levels and perceived social support during the pandemic of COVID-19 in Turkey. *Social work in public health*, 35(7), 603-616.
- Saritas-Atalar, D., & Altan-Atalay, A. (2020). Differential roles of early maladaptive schema domains on the link between perceived parenting behaviors and depression, anxiety, and anger. *Current psychology*, 39(4), 1466-1475.
- Shmuel, N. A. (2023). Cultural Flexibility, Hybridity, and Children’s Wellbeing. In *Children’s Wellbeing in Immigrant Families: Ethiopian Jews in Israel* (pp. 113-128). Cham: Springer International Publishing.
- Siqueira, M. M. M. (2008). Construção e validação da Escala de Percepção de Suporte Social. *Psicologia Em Estudo/Psicologia Em Estudo*, 13(2), 381–388. doi: 10.1590/s1413-73722008000200021
- Smith, B. M., Twohy, A. J., & Smith, G. S. (2020). Psychological inflexibility and intolerance of uncertainty moderate the relationship between social isolation and mental health outcomes during COVID-19. *Journal of contextual behavioral science*, 18, 162-174.

- Stapley, E., Vainieri, I., Li, E., Merrick, H., Jeffery, M., Foreman, S., ... & Cortina, M. (2021). A scoping review of the factors that influence families' ability or capacity to provide young people with emotional support over the transition to adulthood. *Frontiers in Psychology, 12*, 732899.
- Starowicz, A., Wnuk, A., Oleksy, T., Szczecińska, M., & Gambin, M. (2023). Development and Validation of the Family Patriarchy Questionnaire (FPQ)—A New Measure of Perceived Family Support for Patriarchal Culture.
- Teodoro, M. L. M., Allgayer, M., & Land, B. (2009). Desenvolvimento e validade fatorial do Inventário do Clima Familiar (ICF) para adolescentes. *Psicologia: Teoria e Prática, 11*(3), 27-39.
- Uchino, B. N. (2009). Understanding the links between social support and physical health: A lifespan perspective with emphasis on the separability of perceived and received support. *Perspectives on Psychological Science, 4*(3), 236–255.
- Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders, 155*, 104–109. doi: 10.1016/j.jad.2013.10.031
- Werner, A. M., Tibubos, A. N., Mülder, L. M., Reichel, J. L., Schäfer, M., Heller, S., ... & Beutel, M. E. (2021). The impact of lockdown stress and loneliness during the COVID-19 pandemic on mental health among university students in Germany. *Scientific Reports, 11*(1), 22637.
- Xiao, C. (2020). A Novel Approach of Consultation on 2019 Novel Coronavirus (COVID-19)-Related Psychological and Mental Problems: Structured Letter Therapy. *Psychiatry Investigation, 17*(2), 175–176. doi: 10.30773/pi.2020.0047
- Xu, J., Wang, H., Liu, S., Hale, M. E., Weng, X., Ahemaitijiang, N., ... & Han, Z. R. (2023). Relations among family, peer, and academic stress and adjustment in Chinese adolescents: A daily diary analysis. *Developmental psychology, 59*(7), 1346.
- Zhang, H., Cui, N., Chen, D., Zou, P., Shao, J., Wang, X., ... & Zheng, D. (2021). Social support, anxiety symptoms, and depression symptoms among residents in standardized residency training programs: the mediating effects of emotional exhaustion. *BMC psychiatry, 21*, 1-8.
- Zimmermann, M., Chong, A. K., Vechiu, C., & Papa, A. (2020). Modifiable risk and protective factors for anxiety disorders among adults: A systematic review. *Psychiatry research, 285*, 112705.