

Promoção de saúde mental e vida universitária: validação de instrumento*

DOI: <http://doi.org/10.15446/av.enferm.v44n1.122853>

1 Ludimila Albino Fernandes

2 Júlia Campos da Costa Pereira

3 Carla Jorge Machado

4 Josiane Moreira da Costa

5 Roberta Vasconcelos Leite

Resumo

Objetivo: Apresentar o processo de validação realizado por juízes especialistas, do questionário de autopercepção da saúde mental construído pela equipe do Projeto Garimpando o Cotidiano, em uma universidade pública do Brasil.

Materiais e métodos: Foram convidados juízes especialistas com experiência na área de saúde mental universitária via formulário eletrônico. Caso aceitassem participar, deveriam avaliar os 13 itens do questionário presentes no mesmo arquivo, segundo critérios de relevância, adequação e clareza na Escala Likert, para o cálculo do Índice de Validade de Conteúdo (IVC), considerando-se que questões com $IVC > 0,78$ não tinham necessidade de ajustes.

Resultados: Das 13 questões analisadas por 14 juízes, 84,62% apresentaram $IVC > 0,78$ para as três variáveis, sendo 100% de relevância e 92,31% de clareza, e somente dois itens necessitariam de reajustes. Optou-se por reformular todas as questões a partir das sugestões dos juízes.

Conclusão: A validação contribui para maior robustez no processo de avaliação do projeto, possibilitando alcançar resultados mais fidedignos sobre os fatores de risco para o adoecimento psíquico durante a graduação e o impacto de ações de promoção à saúde mental na autopercepção da saúde de estudantes universitários.

Descritores: Estudo de Validação; Inquéritos e Questionários; Saúde Mental; Promoção da Saúde; Estudantes (fonte: DECS, BIREME).

* Pesquisa desenvolvida na Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM com financiamento por meio de Bolsa de Iniciação Científica e apoio da Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós Graduação PRPPG/UFVJM.

1 Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (Diamantina, Minas Gerais, Brasil)
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4084-6177>
Correio eletrônico: ludimila.albino@ufvjm.edu.br
Contribuição: Escrita, análise de dados, formatação e revisão final.

2 Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (Diamantina, Minas Gerais, Brasil)
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6357-797X>
Correio eletrônico: juliacacope@gmail.com
Contribuição: Concepção e planejamento, coleta e organização de dados, revisão bibliográfica, redação inicial.

3 Universidade Federal de Minas Gerais (Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil).
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6871-0709>
Correio eletrônico: carlajachado@gmail.com
Contribuição: coleta e organização de dados, revisão bibliográfica, redação inicial.

4 Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (Diamantina, Minas Gerais, Brasil).
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6097-6994>
Correio eletrônico: josiane.costa@ufvjm.edu.br
Contribuição: Desenho da pesquisa, coleta e análise de dados, revisão do texto.

5 Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (Diamantina, Minas Gerais, Brasil).
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3110-0509>
Correio eletrônico: roberta.leite@ufvjm.edu.br
Contribuição: Desenho da pesquisa, coleta e análise de dados, revisão do texto.

Como citar: Fernandes LA; Pereira JCC; Machado CJ; Costa JM; Leite RV. Promoção de saúde mental e vida universitária: validação de instrumento. Av. enferm. 2025;43(3):122853. <http://doi.org/10.15446/av.enferm.v44n1.122853>

Recibido: 19/09/2025

Aceito: 26/12/2025



ISSN (impresso): 0121-4500
ISSN (en línea): 2346-0261



Mental health promotion and university life: Instrument validation

Abstract

Objective: To present the validation process, by expert judges, of the self-perception of mental health questionnaire constructed by the "Garimpando o Cotidiano" Project team at a public university in Brazil.

Material and methods: Expert judges with experience in the area of university mental health were invited via an electronic form. If they agreed to participate, they were to evaluate the 13 items of the questionnaire present in the same file, according to criteria of relevance, adequacy, and clarity on the Likert Scale, for the calculation of the Content Validity Index (cvi), considering that questions with a cvi > 0.78 did not require adjustments.

Results: Of the 13 questions analyzed by 14 judges, 84.62% presented a cvi > 0.78] for the three variables, with 100% relevance and 92.31% clarity, and only two items required adjustments. It was decided to reformulate all questions based on the judges' suggestions.

Conclusion: Validation contributes to greater robustness in the project evaluation process, making it possible to achieve more reliable results on risk factors for mental illness during undergraduate studies and the impact of mental health promotion actions on the self-perception of health among university students.

Descriptors: Validation Study; Surveys and Questionnaires; Mental Health; Health Promotion; Students (Source: DECS, BIREME).

Promoción de la salud mental y vida universitaria: validación de instrumento

Resumen

Objetivo: presentar el proceso de validación, por jueces expertos, del cuestionario de autopercepción de salud mental elaborado por el equipo del Proyecto "Garimpando o Cotidiano" en una universidad pública de Brasil.

Materiales y métodos: se invitó a jueces expertos con experiencia en el área de salud mental universitaria mediante un formulario electrónico. Si aceptaban participar, debían evaluar los 13 ítems del cuestionario presentes en el mismo archivo, según criterios de relevancia, adecuación y claridad en la escala de Likert, para el cálculo del Índice de Validez de Contenido (IVC). Se consideró que las preguntas con un IVC > 0,78 no requerían ajustes.

Resultados: de las 13 preguntas analizadas por 14 jueces, el 84,62 % presentó un $IVC > 0,78$ para las tres variables, con un 100 % de relevancia y un 92,31 % de claridad, y solo dos ítems requirieron ajustes. Se decidió reformular todas las preguntas con base en las sugerencias de los jueces.

Conclusión: la validación contribuye a una mayor robustez en el proceso de evaluación de proyectos, permitiendo alcanzar resultados más confiables sobre los factores de riesgo de enfermedad mental durante los estudios de pregrado y el impacto de las acciones de promoción de la salud mental en la autopercepción de la salud de los estudiantes universitarios.

Descriptor: Estudio de Validación; Encuestas y Cuestionarios; Salud Mental; Promoción de la Salud; Estudiantes (fuente: DeCS, BIREME).

Introdução

Os transtornos mentais estão entre as principais causas de incapacidade no mundo, atingindo diferentes parcelas e classes sociais (1). Depressão e ansiedade destacam-se pela maior prevalência entre estudantes universitários (2-4), sendo que muitos deles não reconhecem a necessidade de buscar ajuda, pois entendem o sofrimento mental como inerente à vida universitária, e, quando a buscam, o acesso a meios de intervenção nem sempre está disponível (5).

A pandemia do coronavírus-19 (COVID-19) agravou esse cenário com o isolamento social, ampliando o sofrimento psíquico mundialmente com a redução de muitos serviços de saúde mental (6). Na graduação os estudantes convivem com angústias, eventos estressores e incertezas quanto à possibilidade de reprovação, isso pode aumentar o risco de adoecimento psíquico e suicídio, necessitando de pesquisa sobre as relações sociais no ambiente universitário e as causas associadas para a proposição de ações de promoção da saúde mental (7, 8).

Nesse contexto, o projeto de extensão "Garimpando o cotidiano: cultura, experiência e promoção da saúde mental" foi criado em 2018 em uma universidade pública para realizar grupos de elaboração da experiência, abrangendo tanto a comunidade universitária quanto a externa. O projeto inspira-se em um projeto de saúde mental do município de Ribeirão Preto/SP que, desde 1998, promove encontros que mobilizam atenção e reflexão sobre a vida cotidiana, com partilha de experiências e aprendizagem coletiva. Seguindo essa proposta, os encontros do projeto estimulam e valorizam a apropriação de elementos culturais que podem estruturar a pessoa e o compartilhamento de experiências pessoais significativas (9).

Em 2021, surgiu o interesse em pesquisar, de forma sistemática, como os graduandos percebem sua participação nos grupos. Nesse intuito, foi elaborado um questionário, a ser respondido após os encontros, com perguntas sobre vivências na educação universitária e durante o grupo, uma avaliação da metodologia do projeto e da percepção da pertinência de ações semelhantes em ambiente acadêmico. A equipe do projeto optou por elaborar o instrumento por não ter identificado um questionário que atendesse o mesmo propósito e que estivesse validado em português.

Existem no país alguns instrumentos que buscam avaliar a autopercepção dos estudantes sobre saúde mental (10), entretanto, apesar do crescimento de estratégias para a promoção da saúde mental, ainda há uma deficiência de estudos que abordem novos instrumentos quantitativos que

mensurem percepções sobre essas estratégias (11). Buscando mitigar essa lacuna, o presente artigo objetiva apresentar o processo de validação, por juízes especialistas, do questionário de autopercepção da saúde mental construído pela equipe do Projeto Garimpando o Cotidiano em uma universidade pública do Brasil.

Metodologia

Instrumento original

O questionário autoaplicável era composto originalmente por 13 questões que objetivavam mensurar: o grau de satisfação dos graduandos com a educação universitária e a própria saúde mental, as experiências vividas na universidade e as percepções acerca das ações de promoção à saúde mental ofertadas pela instituição, o grau de satisfação e percepções sobre a participação no Grupo Garimpando o Cotidiano.

Crítérios de identificação e captação dos juízes especialistas

Após aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (CAAE 51476821.5.0000.5108), teve início a captação de juízes especialistas. Como critérios de inclusão, optou-se por profissionais com formação em Psicologia ou Psiquiatria, que trabalhem na área de saúde mental, com envolvimento prévio em pesquisas e intervenções sobre enfrentamento do adoecimento psíquico em universitários.

Para identificar especialistas com o perfil desejado, foi realizada uma busca por autores de artigos sobre avaliação da saúde mental de estudantes universitários, publicados nos últimos cinco anos em periódicos indexados no Portal Periódico Capes, Pubmed, Scielo e Lilacs e utilizaram-se as palavras chaves “estudantes universitários” e “saúde mental”. Foram encontrados 241 artigos, dos quais cinco foram selecionados por terem sido realizados no Brasil. Essa escolha justifica-se por uma maior facilidade no aceite ao convite, bem como pelo fato das temáticas dos artigos selecionados versar sobre avaliação de fatores de proteção e risco para a saúde mental de universitários brasileiros e estratégias de promoção da saúde mental. Também foram realizados contatos em grupos em aplicativos de mensagens instantâneas que reúnem redes de psicólogos e psiquiatras que atuam na promoção da saúde mental em universidades.

Os profissionais convidados receberam uma carta de apresentação com informações sobre o projeto, o questionário original e o estudo de validação e puderam esclarecer suas dúvidas antes de consentir com sua participação no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido virtual. Os profissionais que atendiam aos critérios e aceitaram o convite no prazo estipulado de quatro meses foram incluídos como participantes e o termo de aceite e as respostas foram registrados em formulário do Google Forms®.

Processo de validação por juízes

No formulário de avaliação enviado aos juízes, orientou-se que cada questão do instrumento original fosse julgada conforme sua relevância, clareza e adequação por meio da orientação: “Você deverá selecionar a alternativa que considere mais pertinente quando avaliar as perguntas abaixo, entre aspas, quanto à sua relevância, clareza e adequação”. A relevância relaciona-se à consistência daquele item para a proposta do instrumento, a clareza avalia o quão clara é a linguagem para a população

alvo e a adequação indica o quão importante é o item avaliado para o instrumento (12). Para cada uma das treze perguntas do questionário original, os avaliadores poderiam selecionar apenas uma resposta (“não possui”, “baixa”, “moderada”, “alta”, “extremamente alta”) que melhor representasse cada uma das três variáveis analisadas, configurando pontuações de um a cinco na Escala Likert. Um banco de dados foi criado com as respostas utilizando planilhas do software Microsoft Excel® para o cálculo do Índice de Validação de Conteúdo (IVC), que foi realizado da seguinte forma: para cada item avaliado, calculou-se o número total de juízes que avaliaram o item com a classificação 4 ou 5 na escala likert/ total de juízes que avaliaram o item. Secundariamente, considerou-se como IVC geral do programa de treinamento, o total de itens concordo totalmente/número total de respostas dadas por todos os juízes ($IVC = \text{número de respostas 3 ou 4} / \text{número total de respostas}$) (13).

A validade de um instrumento relaciona-se à sua capacidade de medir exatamente aquilo que se propõe medir por meio dele (13), de forma precisa, sendo um instrumento válido aquele que atinge o objetivo do estudo. Comumente, utiliza-se como ferramenta para avaliação da validade de um instrumento o ponto de corte de IVC de 0,78 (14, 15) para a relevância, clareza e adequação de cada item analisado pelos juízes. Abaixo desse valor são necessárias adaptações nas questões, ficando a critério dos autores aceitar as demais sugestões dos especialistas (14, 15).

Resultados

De um total de 159 (100%) juízes convidados, 14 (8,81%) concordaram em participar da validação. Na Tabela 1, verifica-se que eles são provenientes de todas as regiões do país, sendo a maioria residente em Minas Gerais (65%), com formação em Psicologia (79%) há cerca de dez a 15 anos (50%). Em relação à atuação na área de saúde mental, 64,29% concluíram curso de especialização e 42,86% tinham entre 11 e vinte anos de experiência na área.

A partir da avaliação dos juízes acerca do grau de adequação, clareza e relevância das questões, foram obtidos valores de IVC inferiores ao esperado (0,78) somente em dois itens. Como se vê na Tabela 2, a sentença “Sinto-me satisfeito com a educação universitária na instituição”, apresentou um IVC de 0,67, tanto para o grau de clareza quanto para a adequação, e a sentença “Sinto-me satisfeito com minha saúde mental neste momento da minha vida” apresentou um IVC de 0,73.

Seguindo as sugestões propostas pelos juízes para reformulação dos dois primeiros itens, dispostas no Quadro 1, as questões com IVC abaixo de 0,78 foram alteradas. Optou-se por acatar também as demais considerações feitas pelos avaliadores para as demais questões com a finalidade de que existisse um maior aprimoramento do instrumento, especialmente quanto à dicotomização das questões fechadas. As sugestões dos juízes que mais se repetiram foram referentes ao uso de questões muito amplas e abertas que poderiam ser melhoradas.

A partir da reformulação das alternativas incorporando as sugestões dos avaliadores, obteve-se o questionário exposto no Quadro 2, com dicotomização das respostas em “sim” e “não”, a incorporação de perguntas para uma melhor caracterização dos participantes (gênero e cor ou raça) e para avaliar a participação e conhecimento deles a respeito de outras ações de promoção à saúde mental. Questões muito amplas e genéricas foram fragmentadas em duas ou reelaboradas para que fossem mais assertivas, de forma a facilitar a mensuração de vários aspectos acerca das percepções dos discentes sobre saúde mental. Questões abertas foram transformadas em questões fechadas dicotomizadas, seguidas de questões abertas para detalhamento, em caso de resposta afirmativa.

Tabela 1. Caracterização dos juízes especialistas segundo local de moradia e experiência na área de saúde mental, 2024.

Perguntas	Perfil dos juízes (frequência absoluta e relativa)
Em qual estado você mora?	1) Acre: 1 (7%)
	2) Mato Grosso: 1 (7%)
	3) Minas Gerais: 9 (65%)
	4) Paraná: 1 (7%)
	5) São Paulo: 1 (7%)
	6) Sergipe: 1 (7%)
Qual é o seu curso de graduação?	1) Medicina: 3 (21%)
	2) Psicologia: 11 (79%)
Quanto tempo você tem de formado?	1) <10 anos: 1 (7,14%)
	2) 10-15 anos: 7 (50%)
	3) 16-21 anos: 2 (14,29%)
	4) 22-27 anos: 2 (14,29%)
	5) 28-33 anos: 1 (7,14%)
	6) >34 anos: 1 (7,14%)
Qual é o seu tempo de atuação na área de saúde mental?	1) Até 10 anos: 5 (35,71%)
	2) De 11 a 20 anos: 6 (42,86%)
	3) De 21 a 30 anos: 2 (14,29%)
	4) >30 anos: 1 (7,14%)
Dos cursos apresentados abaixo da área de saúde mental, você concluiu algum?	1) Apenas graduação: 4 (28,57%)
	2) Especialização: 9 (64,29%)
	3) Residência: 3 (21,43%)
	4) Mestrado: 4 (28,57%)
	5) Doutorado: 2 (14,28%)

Fonte: Elaborada pelos autores, 2024

Tabela 2. Índice de Validade de Conteúdo segundo as respostas do comitê de juízes avaliadores, 2024.

Perguntas	Grau de relevância (IVC)	Grau de Clareza (IVC)	Grau de Adequação (IVC)
Sinto-me satisfeito com a educação universitária na instituição	0,93	"0,67" (b)	"0,67" (b)
Sinto-me satisfeito com minha saúde mental neste momento da minha vida	0,87	0,8	"0,73" (b)
Sinto que experiências vividas na instituição têm contribuído para meu sofrimento psíquico	0,93	0,87	0,87
Sinto que preciso cuidar mais da minha saúde mental neste momento da minha vida	0,93	0,93	0,87

Perguntas	Grau de relevância (IVC)	Grau de Clareza (IVC)	Grau de Adequação (IVC)
Acredito que ações de promoção da saúde mental devam ser realizadas no ambiente acadêmico	1	1	0,93
Acredito que as ações de promoção da saúde mental desenvolvidas pela instituição são suficientes	0,8	0,87	0,87
Gostaria que a instituição organizasse mais ações de promoção da saúde mental	0,93	1	0,93
Acredito que a participação no grupo “Garimpando o cotidiano” contribui para a promoção da saúde mental no ambiente acadêmico	1	1	1
Sinto-me satisfeito pela oportunidade de participação em um grupo “Garimpando o cotidiano”	0,87	0,8	0,8
Caso seja convidado, participarei novamente de uma ação do projeto “Garimpando o cotidiano”	0,87	0,87	0,87
Acredito que a saúde mental no ambiente acadêmico poderia melhorar se ...	0,93	0,87	0,87
Acredito que a metodologia do projeto Garimpando o Cotidiano poderia melhorar se ...	0,8	0,8	0,8
Você percebe que a participação em um grupo “Garimpando o cotidiano” impactou sua experiência universitária ou sua saúde mental? Como?	0,87	0,8	0,8

(b) Valor de IVC menor do que o ponto de corte (IVC<0,78)

Fonte: Elaborada pelos autores

Quadro 1. Opiniões dos juízes acerca das questões do instrumento em avaliação, 2024.

Itens	Sugestões
Sinto-me satisfeito com a educação universitária na instituição	“J7”: Penso que avaliar a vivência universitária seja mais ampla do que a educação, que remete mais às atividades acadêmicas. “J8”: Acredito ser importante esclarecer melhor o que seria “educação universitária”.
Sinto-me satisfeito com minha saúde mental neste momento da minha vida	“J3”: Adequação baixa porque a pergunta indaga sobre algo maior (a vida) do que a experiência na instituição. “J10”: A palavra SATISFEITO não me parece bem situada. “J13”: Não compreendi se esse item questiona sobre a relevância da pergunta ou se investiga a relevância de se perguntar sobre a satisfação com a saúde mental...
Sinto que experiências vividas na instituição têm contribuído para meu sofrimento psíquico	“J3”: Questão muito ampla. “J12”: Considero que a utilização do termo “têm contribuído” pode provocar dúvidas de interpretação, em que o participante possa compreender a contribuição da influência da experiência na instituição de modo positivo ou negativo. “J13”: Devo avaliar a pergunta ou devo avaliar se as experiências vividas na instituição têm contribuído para o meu sofrimento psíquico?
Sinto que preciso cuidar mais da minha saúde mental neste momento da minha vida	“J3”: Questão mais ampla (fora da experiência universitária). “J8”: Me parece que esta pergunta está vinculada à pergunta 7. Acredito que essas duas perguntas associadas podem demonstrar resultados contraditórios.

Itens	Sugestões
	"J13": O que significa cuidar da minha saúde mental? Significa fazer terapia? Ir ao psiquiatra? Desenvolver rotinas de autocuidado?
Acredito que as ações de promoção da saúde mental desenvolvidas pela instituição são suficientes	"J3": suficientes? no sentido de atender as queixas dele/a? "J5": Haveria de se perguntar também se os estudantes têm conhecimento das ações que são desenvolvidas pela instituição.
Gostaria que a instituição organizasse mais ações de promoção da saúde mental	"J5": Pode ser que essa resposta seja enviesada, se os estudantes não conhecem as ações de antemão. "J7": Sugiro substituir a palavra organizasse por realizasse.
Sinto-me satisfeito pela oportunidade de participação em um grupo "Garimpando o cotidiano"	"J8": A expressão "oportunidade de participação" me deixou em dúvida se se refere à oportunidade apenas, ou à participação. "J9": Sugestão de melhoria: "... participação desta edição do grupo "Garimpando..." ou "...participação do grupo "Garimpando...". Achei que "em um grupo" fica parecendo "um grupo qualquer".
Acredito que a saúde mental no ambiente acadêmico poderia melhorar se ...	"J2": Questões abertas são adequadas para pesquisas qualitativas através de grupos focais.
Acredito que a metodologia do projeto Garimpando o Cotidiano poderia melhorar se ...	"J2": Questões abertas e subjetivas são impossíveis de mensurar neste tipo de questionário. "J5": Creio que essa pergunta poderia ser melhor simplificada para que os participantes possam compreender do que se trata. "J13": Creio que essa deva ser uma pergunta exclusiva para aqueles que têm contato com a metodologia.
Você percebe que a participação em um grupo "Garimpando o cotidiano" impactou sua experiência universitária ou sua saúde mental? Como?	"J2": Esta mesma questão poderia ter sido feita como pergunta fechada com resposta dicotomizada do tipo Sim e Não. "J8": Há duas perguntas em uma: "como impactou sua experiência universitária?" e "como impactou sua saúde mental?".
Campo aberto para sugestões dos juízes	"J4": Creio que questões que levantam a participação em outros grupos e/ou ações de promoção de saúde mental ofertados fora da universidade. "J7": Penso que avaliar como as pessoas se sentem quanto às relações interpessoais na universidade seja importante, uma vez que tanto o sofrimento como o apoio podem vir da qualidade das relações. Outro aspecto que penso ser importante é avaliar a qualidade das relações dos estudantes com os docentes, técnicos e com os estudantes. "J8": Na questão que se refere ao gênero, acho importante considerar a possibilidade de acrescentar uma opção com OUTROS e QUAL, para o participante preencher livremente (transgênero, por exemplo), e manter também "prefiro não dizer". Uma outra sugestão, se houver possibilidade de trabalhar com as interseccionalidades, é se ater às diferenças étnico-raciais, inserindo também essa pergunta nos dados sociodemográficos. "J9": Caso queira, favor sugerir temas ou ações que possam ser promovidas pelo projeto. Acho que uma pergunta mais aberta permite à pessoa pensar no que ela gostaria. "J11": Elaborar uma questão aberta para finalizar. "J13": Além das já mencionadas, creio que vale a pena investigar se as pessoas conhecem as iniciativas da universidade voltadas à saúde mental e que tipo de situações ou condições as pessoas compreendem interferir para seu sofrimento psíquico... "J14": Você considera que a experiência do Garimpando o cotidiano é importante para todos os cursos da Universidade, sendo esses, docentes, discentes e técnicos? O que mais contribui para sua saúde mental? O que mais afeta?

Fonte: Elaborada pelos autores.

Quadro 2. Questionário reformulado a partir das sugestões dos juízes especialistas, 2024.

Itens questionário original	Questões reformuladas
Gênero Idade (múltipla escolha) Curso Período	“Gênero”: () Feminino () Masculino () Prefiro não responder () Outros. Especifique.... “Cor ou raça”: () preta () parda () branca () amarela () indígena “Idade” “Curso” “Período”
1 Sinto-me satisfeito com a educação universitária na instituição	1.1) 1.1) Sinto-me satisfeito com minhas vivências de ensino-aprendizagem na instituição. () Sim () Não 1.2) 1.2) Sinto-me satisfeito com meus relacionamentos na instituição. () Sim () Não
2 Sinto-me satisfeito com minha saúde mental neste momento da minha vida	2) A saúde mental pode ser definida como capacidade de usar as próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a própria comunidade. Considerando essa definição, sinto-me satisfeito com minha saúde mental neste momento da minha vida. () Sim () Não
3 Sinto que experiências vividas na instituição têm contribuído para meu sofrimento psíquico	3) Sinto que algumas experiências vividas na instituição influenciam negativamente minha saúde mental. () Sim () Não
4 Sinto que preciso cuidar mais da minha saúde mental neste momento da minha vida	4.1) Indique a(s) forma(s) como você cuida da própria saúde mental atualmente (é possível marcar mais de uma opção): () Suporte social de amigos ou familiares. () Ajuda profissional de psicólogo ou psiquiatra. () Rotinas de autocuidado. () Exercício físico. () Leituras sobre o tema. () Outras formas de cuidado. 4.2) Sinto que preciso cuidar mais da minha saúde mental neste momento da minha vida. () Sim () Não 4.3) Se respondeu sim, indique a(s) forma(s) de cuidado que GOSTARIA DE BUSCAR (é possível marcar mais de uma opção): () Suporte social de amigos ou familiares. () Ajuda profissional de psicólogo ou psiquiatra. () Rotinas de autocuidado. () Exercício físico. () Leituras sobre o tema. () Outras formas de cuidado.
5 Acredito que ações de promoção da saúde mental devam ser realizadas no ambiente acadêmico	5) Acredito que ações de promoção da saúde mental devam ser realizadas no ambiente acadêmico. () Sim () Não
6 Acredito que as ações de promoção da saúde mental desenvolvidas pela instituição são suficientes	6.1) Tenho conhecimento das ações de promoção da saúde mental realizadas na instituição. () Sim () Não 6.2) Acredito que as ações de promoção da saúde mental desenvolvidas pela instituição são suficientes. () Sim () Não
7 Gostaria que a instituição realizasse mais ações de promoção da saúde mental	7) Gostaria que a instituição realizasse mais ações de promoção da saúde mental. () Sim () Não

Itens questionário original	Questões reformuladas
8 Acredito que a participação no grupo “Garimpando o cotidiano” contribui para a promoção da saúde mental no ambiente acadêmico	8) Acredito que a participação no grupo “Garimpando o cotidiano” contribui para a promoção da saúde mental no ambiente acadêmico. () Sim () Não
9 Sinto-me satisfeito pela oportunidade de participação em um grupo “Garimpando o cotidiano”	9) Sinto-me satisfeito por ter participado em um grupo “Garimpando o cotidiano”. () Sim () Não
10 Caso seja convidado, participarei novamente de uma ação do projeto “Garimpando o cotidiano”	10) Caso seja convidado, participarei novamente de uma ação do projeto “Garimpando o cotidiano”. () Sim () Não
11 Acredito que a saúde mental no ambiente acadêmico poderia melhorar se ...	11) Acredito que a promoção da saúde mental no ambiente acadêmico poderia melhorar. () Sim () Não. Se respondeu sim, como?
12 Acredito que a metodologia do projeto Garimpando o Cotidiano poderia melhorar se ...	12) Acredito que a metodologia dos encontros do projeto Garimpando o Cotidiano poderia melhorar. () Sim () Não. Se respondeu sim, como?
13 Você percebe que a participação em um grupo “Garimpando o cotidiano” impactou sua experiência universitária ou sua saúde mental? Como?	13.1) Percebo que a participação em um grupo “Garimpando o cotidiano” impactou minha experiência universitária. () Sim () Não. Se respondeu sim, como? 13.2) Percebo que a participação em um grupo “Garimpando o cotidiano” impactou minha saúde mental. () Sim () Não. Se respondeu sim, como?

Fonte: Elaborada pelos autores.

Discussão

Buscou-se observar todas as recomendações dos juízes para a validação do instrumento. Na literatura especializada, recomenda-se cerca de seis a vinte avaliadores (14, 16), além de experiência profissional e carreira acadêmica na área de avaliação e validação de instrumento de pesquisa, contribuindo para a criação de instrumentos de maior qualidade, por possibilitar uma maior compreensão e capacidade de julgamento pelos avaliadores (17-19).

A partir dos comentários dos juízes e dos valores de IVC calculados, observou-se que o instrumento obteve validade de conteúdo, por atingir um IVC superior a 0,8, e aplicabilidade à população alvo (20). Isso indica que o questionário tende a atingir o objetivo proposto que é identificar as perspectivas dos estudantes acerca da sua saúde mental, o grau de satisfação com a participação do projeto Garimpando o Cotidiano, assim como com as ações de promoção da saúde mental ofertadas pela universidade.

O processo de validação permitiu um melhor direcionamento das perguntas e a abertura de perspectivas para análises futuras. Uma melhor caracterização em relação ao gênero e idade possibilitará as ditas análises, para um melhor entendimento sobre a autopercepção da saúde mental entre os diferentes grupos. Além disso, essa análise permitiria o entendimento das possíveis contribuições e/ou necessidades de adaptações do projeto para os diferentes grupos.

Em uma revisão de literatura realizada entre 2017 e 2022 que objetivou analisar a literatura e caracterizar os instrumentos de pesquisa que abordam estresse, depressão e ansiedade em estudantes universitários, os autores apontaram uma carência de ferramentas validadas no português do Brasil voltados exclusivamente para a população universitária (21).

Um outro estudo que validou uma escala de bem-estar psicológico em estudantes universitários, também apontou a necessidade de avaliação futura da interferência do papel do gênero nas dimensões da escala (22).

Ainda sobre a diferença de gênero ser um fator que possa interferir na autopercepção da saúde mental, destaca-se uma pesquisa realizada na República Tcheca com estudantes universitários e publicado em 2025, na qual se identificou que as diferenças de gênero foram estatisticamente significativas. Nesse estudo, os estudantes relataram com maior frequência a carga de trabalho, as redes sociais e as relações familiares como fatores de estresse, enquanto valorizaram as oportunidades culturais e educacionais das cidades. Esses achados reforçam a importância de o instrumento valorizar a satisfação dos estudantes com a universidade, assim como a avaliação das possíveis contribuições do projeto Garimpando para a saúde mental e a experiência universitária (23).

Para além da mensuração da autopercepção sobre a saúde mental, destaca-se a importância da iniciativa do projeto Garimpando, no sentido de proporcionar um melhor acolhimento para os estudantes e de se tornar uma ferramenta institucional, não somente para mensuração, mas também por ser uma estratégia de intervenção que possa contribuir para a melhoria do suporte aos estudantes. Uma experiência com estudantes de enfermagem nas Filipinas identificou que, enquanto o estresse impacta negativamente no bem-estar psíquico, o apoio social mediou a influência do estresse na resiliência, na atenção plena e no bem-estar psicológico (24). Já em relação aos estudantes de medicina, um estudo realizado na Itália discute que estudantes de medicina apresentam uma autopercepção mais elevada de sintomas mentais, já que vivenciam níveis mais altos de ansiedade e sintomas depressivos subclínicos, além de menor qualidade de vida (25).

Ressalta-se que apesar de a literatura apontar de forma ampla a ocorrência de problemas mentais em estudantes universitários na área da saúde (26), a ocorrência desses problemas em estudantes de outras áreas também é reconhecida. O projeto Garimpando possui como público-alvo estudantes universitários de diferentes áreas e o questionário validado no presente estudo possui uma aplicabilidade ampla e poderá ser aplicado em outras universidades do país (27).

Com a construção do novo instrumento, após a análise realizada pela comissão de juízes avaliadores, objetiva-se aplicá-lo a estudantes de graduação de vários cursos para análise semântica e de validação externa, como proposto em outros estudos para mitigar dúvidas pelos participantes (28, 29). Nessa etapa, os estudantes devem responder os itens do questionário e incluir comentários que julgarem pertinentes para cada questão mensurada, a fim de facilitar a compreensão das sentenças pelos participantes.

O presente estudo apresenta como limitações a baixa taxa de resposta dos juízes convidados para participação e a ausência de realização do kappa modificado para avaliar a confiabilidade de respostas entre juízes.

Conclusões

Os índices de vulnerabilidade do público universitário para o desenvolvimento de transtornos mentais têm cada vez mais mobilizado a proposição de ações e projetos que buscam revertê-los. Nesse processo, avaliar as ações desenvolvidas é etapa fundamental e, para tanto, é mister contar com instrumentos relevantes, claros e adequados.

Neste estudo, a avaliação de juízes especialistas permitiu o aperfeiçoamento do questionário desenvolvido, em virtude da inexistência de instrumento semelhante validado no país. Como próximo passo, será realizada a validação com o público-alvo e, futuramente, espera-se que seja possível testar as propriedades psicométricas de validade e fidedignidade, por meio da aplicação combinada com outros instrumentos de mensuração de saúde mental.

Embora esta pesquisa tenha como limitação o fato de não permitir a extrapolação dos dados, espera-se que o instrumento apresentado sirva de modelo para desenvolvimento de outras estratégias de avaliação de intervenções semelhantes, contribuindo com a qualificação das ações de promoção da saúde mental.

Apoio financeiro

Este trabalho foi realizado com apoio financeiro da instituição de financiamento de bolsas de pesquisa: Fundação de Amparo À Pesquisa do Estado de Minas Gerais – FAPEMIG.

Conflito de interesses

Nenhum a declarar.

Referências

- (1) Moitra M; Owens S; Hailemariam M; Wilson KS; Mensa-Kwao A; Gonesse G, et al. Global mental health: Where we are and where we are going. *Curr Psychiatry Rep.* 2023;25:301-311. <https://doi.org/10.1007/s11920-023-01426-8>
- (2) Lu B; Lin L; Su X. Global burden of depression or depressive symptoms in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord.* 2024;354:553-562. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.074>
- (3) Sacco R; Camilleri N; Eberhardt J; Umla-Runge K; Newbury-Birch D. A systematic review and meta-analysis on the prevalence of mental disorders among children and adolescents in Europe. *Eur Child Adolesc Psychiatry.* 2024;33:2877-2894. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02131-2>
- (4) Sheldon E; Simmonds-Buckley M; Bone C; Mascarenhas T; Chan N, et al. Prevalence and risk factors for mental health problems in university undergraduate students: A systematic review with metaanalysis. *J Affect Disord.* 2021;287:282-292. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.03.054>
- (5) Lui JC; Sagar-Ouriaghli I; Brown JSL. Barriers and facilitators to help-seeking for common mental disorders among university students: A systematic review. *J Am Coll Health.* 2024;72(8):2605-2613. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2119859>
- (6) Duden GS; Gersdorf S; Stengler K. Global impact of the covid -19 pandemic on mental health services: A systematic review. *J Psychiatr Res.* 2022;154:354-377. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.08.013>
- (7) Haruna U; Mohammed AR; Braimah M. Understanding the burden of depression, anxiety and stress among first-year undergraduate students. *BMC Psychiatry.* 2025;25:632. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-07069-8>
- (8) Roy S; Biswas AK; Sharma M. Stress, anxiety, and depression as psychological distress among college and undergraduate students: A scoping review of reviews guided by the socio-ecological model. *Healthcare.* 2025;13(16):1948. <https://doi.org/10.3390/healthcare13161948>
- (9) Jorge LP; Vasconcelos Leite R. Cuidar da saúde mental "Garimpendo o Cotidiano": grupos terapêuticos em um Centro de Atenção Psicossocial. *Caminho Aberto.* 2021;15(1):108-112. <https://doi.org/10.35700/ca80108-1122874>
- (10) Pacheco JPG; Hoffmann MS; Braun LE; Medeiros IP; Casarotto D; Hauck S, et al. Translation, cultural adaptation, and validation of the Brazilian Portuguese version of the Higher Education Stress Inventory (HESI - Br). *Trends Psychiatry Psychother.* 2023;45:e20210445. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2021-0445>

- (11) García-Padilla FM; Sánchez-Alcón M; Sosa-Cordobés E; Ortega-Galán AM; Garrido-Fernández A. Attitude towards health promotion in university students. Construction and validation of a scale. *Gaceta Sanitaria*. 2024;38:102395. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2024.102395>
- (12) Salbego C; Nietzsche EA; Greco PBT; Girardon-Perlini NMO; Cogo SB; Ramos TK, et al. Elaboration and validity of the Instrumento para Avaliação de Modelos metodológicos voltados ao Desenvolvimento de Tecnologias. *Rev Bras Enferm*. 2023;76(Suppl 4):e20230046. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0046pt>
- (13) Sullivan GM. A primer on the validity of assessment instruments. *J Grad Med Educ*. 2011;3(2):119-120. <https://doi.org/10.4300/JGME-D-11-00075.1>
- (14) Haik AA; Yassir YA. Development of a questionnaire for patient perception to functional appliances. *BMC Oral Health*. 2024;24:675. <https://doi.org/10.1186/s12903-024-04421-4>
- (15) Abreu RB; Carioca AAF; Sampaio HAC; Vasconcelos CMCS. Validação do Instrumento de Avaliação de Materiais Educativos Impressos com foco no Letramento em Saúde para o Brasil (AMEELS-BR). *Res Soc Dev*. 2021;10(12):e68101220104. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20104>
- (16) Cavalcante AAN; Jorge MSB. Validação de conteúdo e aparente de check list adaptado para contagem de material cirúrgico. *Res Soc Dev*. 2022;11(2):e21911225113. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25113>
- (17) Almeida MODB; Almeida R; Gaydeczka B. Elaboração e validação de instrumento de avaliação de um curso de Medicina por egressos. *Rev. Gest. Aval. Educ*. 2024;13(22):e87363. <https://doi.org/10.5902/2318133887363>
- (18) Cabral CS; Silva RS; Moura e Silva AD; Silva KMA; Oliveira AA; Alencar JVB, et al. Validação de instrumento para avaliação do conhecimento de profissionais da educação sobre primeiros socorros. *CLCS*. 2025;18(5):e18237. <https://doi.org/10.55905/revconv.18n.5-391>
- (19) Matos DAS. Confiabilidade e concordância entre juízes: aplicações na área educacional. *Est Aval Educ*. 2014;25(59):298-324. <https://doi.org/10.18222/ae255920142750>
- (20) Menezes CS; Duarte HB; Nascimento MVA; Santana Júnior FA; Borges DVP; Brandão PC, et al. Validação de conteúdo por juízes sobre o conhecimento de enfermeiras(os) sobre ventilação mecânica. *Rev Enferm Contemp*. 2024;13:e5710. <https://doi.org/10.17267/2317-3378rec.2024.e5710>
- (21) Ferreira LS; Silva SSC; Garcia CES; Costa JKA; Pontes FAR; Queiroz LC, et al. Caracterização dos instrumentos de pesquisa que avaliam depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *RSD*. 2025; 14(5): e0314545055. <https://dx.doi.org/10.33448/rsd-v14i5.45055>
- (22) Khatiri P; Duggal HK; Lim WM; Thomas A; Shiva A. Student well-being in higher education: Scale development and validation with implications for management education. *Int. J. Manag. Educ*. 2024;22(1):100933. <https://doi.org/10.1016/j.ijme.2024.100933>
- (23) Vrabková, I; Vaňková, I. Analysis of university students' perception of mental health. *BMC Public Health*. 2025;25:3868. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-25213-7>
- (24) Berdida DJE; Lopez V; Grande RAN. Nursing students' perceived stress, social support, self-efficacy, resilience, mindfulness and psychological well-being: A structural equation model. *Int J Ment Health Nurs*. 2023;32:1390-1404. <https://doi.org/10.1111/inm.13179>
- (25) Stirparo G; Pireddu R; D'Angelo M; Bottignole D; Mazzoli R; Gambolò L. Is mental health worse in medical students than in the general population? A cross-sectional study. *Medicina*. 2024;60(6):863. <https://doi.org/10.3390/medicina60060863>
- (26) Leng J; Cai H; Liu F; Shi X; Fan Z. Development and validation of the Self-Stigma Scale for Secondary Vocational Students (sss-svs). *Psychol Res Behav Manag*. 2025;18:91-104. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S500492>
- (27) Rodrigues DS; Cruz DMC; Nascimento JS; Cid MFB. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira. *Cad Bras Ter Ocup*. 2022;30:e3305. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO252833051>
- (28) Pinto ACP. Desenvolvimento e validação de um instrumento para avaliação de curso online na perspectiva do cursista. *Fortaleza. Dissertação*. [Mestrado profissional em tecnologia educacional] - Universidade Estadual do Ceará; 2023. https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/74537/5/2023_dis_acppinto.pdf
- (29) Laporte VD; Sanfelice CFO; Dini AP. Validation of an instrument for patient classification to support obstetric nursing care. *Rev Bras Enferm*. 2024;77(2):e20230401. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0401>