

## PROMOÇÃO DA SAÚDE

### **AVALIAÇÃO DA MOTIVAÇÃO PARA O ENFRENTAMENTO DE SENTIMENTOS NEGATIVOS EM ESTUDANTES**

Ana Luiza Rodrigues Santos<sup>1</sup>

Amanda da Costa Sousa<sup>2</sup>

Érica Sobral Gondim<sup>3</sup>

Gabriela de Sousa Lima<sup>4</sup>

Emiliana Bezerra Gomes<sup>5</sup>

O estilo de vida saudável além de compreender uma rotina de exercícios físicos e alimentação saudável, envolve também a manutenção da saúde mental por meio do controle de emoções que possam vir a prejudicá-la, levando ao adoecimento. Objetivou-se analisar a motivação de escolares para o enfrentamento de sentimentos negativos para o estilo de vida saudável. Trata-se de estudo descritivo quantitativo, realizado com 97 escolares, regularmente matriculados no ensino médio da rede pública de ensino do município Crato, interior do estado do Ceará. A coleta de dados foi realizada com a aplicação do questionário QMEVS-AJ, na plataforma *Google Forms*. Os dados foram organizados em planilha eletrônica *Excel 2019 for Windows®* e analisados com auxílio da estatística descritiva. Os adolescentes tinham na maioria 16 anos, sexo feminino (68; 70,1%), cor parda (53; 54,1%), estavam cursando o 1º ano do ensino médio (49; 50%) e tinham renda familiar entre um salário mínimo e um salário mínimo e meio (38; 38,8%). A motivação para o enfrentamento de sentimentos negativos foi classificada como extrínseca, pois dependia de fatores e estimuladores externos aos estudantes. Os sentimentos como o estresse (32; 32,7%), excesso de raiva (32; 32,7%), tristeza (33; 33,7%) e falta de ânimo (31; 31,6%), assim como também, nas perguntas relacionadas aos acontecimentos da vida (35; 35,7%) foram expostos como presentes e interferentes do nível de motivação dos estudantes. Dessa forma, foi possível observar que a motivação para enfrentar esses sentimentos negativos nos estudantes necessita de estímulos externos para que seja alcançada uma condição mental mais saudável. Tais

---

<sup>1</sup> Discente do 7º semestre do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA). Bolsista do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC). Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão da Criança e do Adolescente (GRUPECA). Crato, Ceará, Brasil. E-mail: [analuiza.rodrigues@urca.br](mailto:analuiza.rodrigues@urca.br)

<sup>2</sup> Discente do 6º semestre do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri. Membro do Grupo de Pesquisa em Enfermagem e Saúde do Adulto em Ambiente Hospitalar. Bolsista PIBIC-FUNCAP. Email: [amanda.scosta@urca.br](mailto:amanda.scosta@urca.br)

<sup>3</sup> Enfermeira especialista em cuidados intensivos e emergência. Membro do Grupo de Pesquisa em Enfermagem e Saúde do Adulto em Ambiente Hospitalar. E-mail: [erica.sobral@urca.br](mailto:erica.sobral@urca.br)

<sup>4</sup> Enfermeira. Mestra em Enfermagem pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC). E-mail: [gabriela.lima@urca.br](mailto:gabriela.lima@urca.br)

<sup>5</sup> Enfermeira. Doutora em Cuidados Clínicos em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem e do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem (Mestrado) da Universidade Regional do Cariri (URCA). E-mail: [emiliana.gomes@urca.br](mailto:emiliana.gomes@urca.br)

evidências possibilitam construir intervenções para o estilo de vida saudável englobando também a melhora da saúde mental desses estudantes.