

RESUMO SIMPLES - EIXO 1: INOVAÇÃO TECNOLÓGICA, SAÚDE DIGITAL E
INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL APLICADA À SAÚDE

**USO DE TECNOLOGIA DIGITAL E IMPACTO NA AUTOEFICÁCIA E SAÚDE
MENTAL DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM**

Emilia Batista Mourão Tiol (emiliamouraotiol@gmail.com)

Daniele Alcalá Pompeo (daniele.pompeo@famerp.br)

Introdução: O ingresso na vida acadêmica traz responsabilidades, demandas que os estudantes precisam lidar no dia a dia. Tais circunstâncias podem impactar no bem-estar psicológico e, levar ao desequilíbrio e alteração da saúde mental. **Objetivo:** Avaliar a efetividade de uma intervenção online para fortalecimento da autoeficácia e redução de estresse, ansiedade e depressão dos estudantes de enfermagem. **Métodos:** Estudo quase-experimental, do tipo tempo-série. A amostra composta por 80 estudantes, selecionados a partir de critérios previamente estabelecidos. Os dados foram coletados por meio de três instrumentos: Questionário de Caracterização do Participante, Escala de Autoeficácia Geral e Percebida (EAFGP) e Escala de Estresse, Ansiedade e Depressão (DASS-21). A intervenção denominada “Fortalecendo a sua Autoeficácia”, foi realizada via WhatsApp, com duração de 10 semanas, utilizando materiais psicoeducativos em formato de jornal digital. A coleta de dados ocorreu em duas fases: pré-teste e pós-teste. **Resultados:** Os escores de

autoeficácia aumentaram de 32,55 para 37,70 ($p < 0,001$; $d = 0,78$). Quanto à saúde mental, a proporção de estudantes com depressão normal/leve aumentou de 32,5% para 41,3%, enquanto a depressão muito grave reduziu de 20% para 16,3%. Os escores diminuíram de 16,68 para 14,00 ($p < 0,05$; $d = 0,22$). Para a ansiedade, os escores normal/leve aumentaram de 28,8% para 43,8%, enquanto os casos muito graves reduziram de 46,3% para 31,3%. A média caiu de 18,15 para 13, ($p < 0,05$; $d = 0,44$). No estresse, os escores normal/leve passaram de 26,3% para 37,5%, enquanto os muito graves reduziram de 23,8% para 13,8%. A média caiu de 23,25 para 19,53 ($p < 0,05$; $d = 0,32$) Conclusão: Os achados sugerem que a intervenção online teve impacto positivo na autoeficácia e na saúde mental dos estudantes, embora com tamanhos de efeito pequenos para depressão, ansiedade e estresse, reforçando a importância do uso das tecnologias digitais como auxiliar do cuidado em saúde.

Palavras-chave: palavras- chave: autoeficácia; saúde mental; estudantes de enfermagem; tecnologia digital.