

Sintomas de ansiedade e de depressão em universitários da área da saúde

*Flávia Maiele Pedroza Trajano**

*Gabriel Chaves Neto***

*Maria do Carmo Pedroza Trajano****

*Alan Leite Moreira*****

*João Euclides Fernandes Braga******

Resumo

A investigação da saúde mental de estudantes universitários tem ganhado relevância no campo científico. Objetivou-se identificar sintomas de ansiedade e de depressão em graduandos da área da saúde. Realizou-se um estudo descritivo, de caráter transversal e com abordagem quantitativa, realizado na Universidade Federal da Paraíba. A amostra foi composta por 152 estudantes de cinco cursos de graduação. A coleta de dados foi realizada utilizando um questionário semiestruturado. Identificou-se que, entre os universitários, 46,1% relataram pelo menos um sintoma de ansiedade nos últimos seis meses e 75,7% apresentaram algum sintoma depressivo. Também se demonstrou uma correlação entre os sintomas de ansiedade e a idade dos indivíduos, sendo mais prevalentes nos mais jovens. Concluiu-se que a ansiedade e a depressão revelada entre estes graduandos é uma problemática a ser priorizada para abordagem pela e na instituição de ensino superior.

Palavras-chave: ansiedade; depressão; saúde mental; ensino superior.

Anxiety and depression symptoms in university students in the health área

Abstract

The investigation of the mental health of college students has gained relevance in the scientific field. The objective was to identify symptoms of anxiety and depression in undergraduate health students. A descriptive, cross-sectional, quantitative study was carried out at the Federal University of Paraíba. The sample consisted of 152 students from five undergraduate courses. Data collection was performed using a semi-structured questionnaire. It was identified that, among the undergraduate students, 46.1% reported at least one anxiety symptom in the last six months and 75.7% had some depressive symptom. A correlation between anxiety symptoms and age was also demonstrated, being more prevalent in younger individuals. It was concluded that anxiety and depression revealed among these undergraduates is a problem to be prioritized for approach by and in the higher education institution.

Keywords: anxiety; depression; mental health; higher education.

* ORCID iD <http://orcid.org/0000-0002-5044-2363> . URL <http://lattes.cnpq.br/1310157586709092> . Prefeitura Municipal de Cabedelo - PB. Doutora pelo Programa de Pós-Graduação em Modelos de Decisão e Saúde (MDS) pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB (2020), Mestre em Neurociência Cognitiva e Comportamento (PPGNeC) pela UFPB (2015) , Especialista em Saúde da Família pela UFPB (2015), Bacharel e Licenciada em Enfermagem pela UFPB (2013). Atua como Diretora do CAPS-AD Primavera do município de Cabedelo-PB; Enfermeira do CAPS Nise da Silveira do Município de Bayeux-PB; Professora-colaboradora da Instituição de Ensino Grau Técnico. flaviamaiele@hotmail.com .

** ORCID iD <http://orcid.org/0000-0002-2872-3732> . URL <http://lattes.cnpq.br/0983503498077485> . Secretaria de Estado da Saúde Pública (SESAP) do Rio Grande do Norte. Doutor pelo Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento e Inovação Tecnológica em Medicamentos - PPGDITM/UFPB- UFRN-UFC-UFRPE, Mestre em Neurociência Cognitiva Comportamento - PPGNeC/UFPB e graduado no Bacharelado e na Licenciatura em Enfermagem pela UFPB. Atua como Enfermeiro da Secretaria de Estado da Saúde Pública - SESAP - do Rio Grande do Norte e Bombeiro Militar do Rio Grande do Norte. gabrielchavesufpb@hotmail.com .

*** ORCID iD <http://orcid.org/0000-0002-5844-6545> . URL <http://lattes.cnpq.br/1593399156131525> . Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Mestre em Neurociência Cognitiva e Comportamento (PPGNeC) pela UFPB, Especialista em Enfermagem do Trabalho pela FIP e Graduada em Enfermagem pela UFPB. Atua como Enfermeira no Hospital Universitário Lauro Wanderley e no Hospital de Emergência e Trauma Dom Luiz Gonzaga Fernandes em Campina Grande-PB. mariadpt@gmail.com .

**** ORCID iD <http://orcid.org/0000-0002-4453-4835> . URL <http://lattes.cnpq.br/7570406282606856> . Universidade Tiradentes (Unit). Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Sociedade, Tecnologias e Políticas Públicas (SOTEPP) do Centro Universitário Tiradentes (Unit), Mestre em Políticas Públicas, Gestão e Avaliação da Educação Superior (MPPGAV) pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB e Especialista em Metodologia do Ensino de Química pela Faculdade Integrada de Jacarepaguá-RJ. Graduado no bacharelado em Farmácia e na Licenciatura em Química, ambos pela UFPB. Atua como Técnico em Assuntos Educacionais da UFPB e como Professor de Química da Rede Estadual de Ensino da Paraíba. alanpb@hotmail.com .

***** ORCID iD <http://orcid.org/0000-0003-3413-6072> . URL <http://lattes.cnpq.br/5942078371448464> . Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Doutor em Farmacologia pelo Programa de Pós-graduação em Produtos Naturais e Sintéticos Bioativos (PPGPN) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), Mestre em Enfermagem pela UFPB, Especialista em Saúde Coletiva pela UFPB e Graduado na Licenciatura no Bacharelado em Enfermagem pela UFPB. Atua como Docente Adjunto da UFPB, com experiência na área de Enfermagem, com ênfase em Saúde Mental, desenvolvendo pesquisas relacionadas aos seguintes temas: enfermagem, saúde mental, psiquiatria e psicofarmacologia. joeufebra@gmail.com .

Introdução

A transição entre a educação básica e a educação superior é uma fase de muitos desafios para os estudantes. Conseguir o ingresso na universidade, para sua posterior inserção no mercado de trabalho, é um objetivo bastante almejado. Neste percurso, os universitários enfrentam diversas dificuldades e, em alguns casos, suas expectativas podem não ser concretizadas da forma esperada. Isso pode gerar conflitos que dificultam sua integração à vida acadêmica (MORENO e SOARES, 2014).

De acordo com Soares *et al.* (2014) as diversas mudanças que o aluno encontra ao ingressar na educação superior podem dificultar a adaptação no ambiente acadêmico. Além das expectativas criadas pelo discente, existem modificações que dizem respeito à vida universitária, tais como a nova rotina acadêmica. A correspondência entre o ambiente idealizado pelo acadêmico e suas capacidades em desenvolver as tarefas, leva o aluno a ser estimulado. Caso não atinja o êxito desejado, pode haver desmotivação e, a alegria de entrar em um curso superior, pode se tornar um problema que gera implicações negativas em seu estado de saúde.

Em uma revisão desenvolvida por Fragelli e Fragelli (2021), que objetivou identificar fatores envolvidos no surgimento de problemas que acometem a saúde mental de estudantes universitários, foi concluído que questões de ordem ambiental/social e pessoal estão relacionadas, possuindo maior influência sobre o sexo feminino. Os autores ressaltam que nessa fase, os graduandos tendem a apresentar vulnerabilidade cognitiva, além de terem que lidar com situações novas e com o isolamento social e o sentimento de solidão.

Leão *et al.* (2018) estimaram que as prevalências de depressão e ansiedade, em uma amostra de 476 universitários da área da saúde, foram de 28,6% e 36,1%, respectivamente. A ansiedade esteve mais associada ao sexo feminino e entre os estudantes que apresentaram relacionamento insatisfatório com familiares, amigos e colegas. Apresentar insônia, não fazer atividade física e maior preocupação com o futuro também apresentaram associação significativa com um quadro de ansiedade.

A ansiedade se manifesta por sintomas fisiológicos e psicológicos, sendo considerada normal quando não interfere nas atividades diárias do indivíduo. Porém, quando o medo e apreensão comprometem a rotina, ela pode ser considerada patológica. Dessa forma, a ansiedade é definida como um sentimento de medo ou mal-estar, apreensão ou antecipação de um suposto sofrimento (CHAVES NETO, 2014).

A presença de níveis elevados de ansiedade é comum entre universitários. Em um estudo realizado por Galvão *et al.* (2021), que investigou, em uma amostra de 451 graduandos, o perfil de universitários que possuem ansiedade e avaliou os fatores predisponentes para o adoecimento mental, foi identificado que 63,6% dos participantes apresentavam algum grau de ansiedade, sendo mais elevada no sexo feminino. Por outro lado, também foi constatado ansiedade baixa em quem pratica atividade física (66,0%) e naqueles que se sentem apoiados pela instituição de ensino (68,4%).

Lopes *et al.* (2019), ao verificarem a correlação entre ansiedade e desempenho acadêmico em uma amostra de 102 estudantes universitários, concluíram que indivíduos com altos níveis de ansiedade tendem a apresentar baixos níveis de desempenho acadêmico. Esse resultado, conforme ressaltam os autores, contribui para a reflexão sobre a importância do tema, tanto para as instituições de ensino, que devem buscar meios para dar suporte aos estudantes, como para os próprios universitários, que devem buscar auxílio para lidar com a ansiedade.

Por outro lado, a depressão nos jovens também é uma condição clínica grave e ocasiona prejuízos na relação do estudante com a instituição de ensino, a família e a sociedade. Ao investigar a prevalência, a severidade e os fatores associados à depressão entre 521 universitários, Santos *et al.* (2021) identificaram que 13,1% apresentaram depressão moderadamente grave e 9,6% depressão grave. Além disso, constataram que a renda familiar e o semestre cursado são fatores associados para a severidade da depressão.

Em pesquisa realizada por Mesquita *et al.* (2016), com universitários de cursos da área da saúde, foi revelado que a tendência à depressão esteve presente em 41% dos estudantes. Os pesquisadores evidenciaram a necessidade de que sejam desenvolvidas ações preventivas e/ou de diagnóstico precoce da doença, visando o cuidado com a saúde mental em busca de melhorar a qualidade de vida. Nesse sentido, Bolsoni-Silva e Guerra (2014) identificaram que os universitários com depressão apresentam importante déficit quanto ao repertório de habilidades sociais, podendo influenciar o aproveitamento acadêmico.

Considerando a relevância da saúde mental dos estudantes no âmbito da educação superior, este estudo teve como objetivo identificar sintomas de ansiedade e de depressão em universitários da área da saúde. Pretende-se, portanto, contribuir com o desenvolvimento do conhecimento científico sobre a temática e indicar possíveis caminhos na abordagem desta problemática.

Métodos

Trata-se de um estudo descritivo, de caráter transversal e com abordagem quantitativa, realizado no Centro de Ciências da Saúde (CCS) e no Centro de Ciências Médicas (CCM) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

A amostra foi composta por 152 graduandos dos cursos de graduação em Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Odontologia e Medicina. Para realização da coleta de dados, foram utilizados os seguintes critérios de elegibilidade: ser estudante dos cursos de graduação de Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Odontologia e Medicina; ter disponibilidade para participar da pesquisa e assinar o Termo de consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta de dados foi realizada utilizando um questionário semiestruturado adaptado da Entrevista Clínica Estruturada para o DSM-IV, elaborada por First *et al.* em 1997 e traduzida para o português por Del-Ben *et al.* (2001). Esta entrevista contempla dados pessoais, profissionais e antecedentes psiquiátricos, envolvendo características do Transtorno de Ansiedade, a fim de caracterizar a amostra estudada.

Para o processamento dos dados, o material coletado foi digitado em planilha eletrônica do Microsoft Office Excel 2016. A análise dos dados foi realizada com a estatística descritiva e inferencial através do software R versão 3.1.0. Aplicaram-se testes de hipóteses paramétricos e não paramétricos, considerando nível de significância de 5% e, em seguida, foram apresentados sob a forma de tabelas e gráficos.

Considerando os sintomas de ansiedade e depressão investigados, foram criados escores para ambos. O escore de ansiedade foi construído considerando que, para cada sintoma relatado, foi atribuído 1 (um) ponto, variando de 0 a 18 pontos. Já para o escore de depressão, seguindo essa mesma pontuação, sua variação foi de 0 a 10 pontos. Quanto maior a pontuação, maior o número de sintomas relatados pelos participantes do estudo.

O presente estudo considerou os aspectos éticos preconizados pela Resolução nº 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, que implica no respeito ao participante da pesquisa em sua dignidade e autonomia, reconhecendo sua vulnerabilidade, assegurando sua vontade de contribuir e permanecer, ou não, na pesquisa, por intermédio do TCLE.

Resultados

Do total de indivíduos do estudo (n = 152), 64,6% eram do sexo feminino, na proporção de 1,7:1 (aproximadamente dezessete mulheres para cada dez homens). Variando entre 19 e 43 anos, a média de idade dos participantes foi de 22,9 anos (\pm 2,9 anos). Ressalta-se ainda

que, entre os participantes, havia a predominância de solteiros (94,7%), não inseridos no mercado de trabalho (87,5%), que exerciam suas atividades profissionais e/ou acadêmicas majoritariamente no horário diurno (94,1%), com renda familiar de 3 a 5 salários-mínimos (32,9%) (Tabela 1). Quanto ao período letivo do curso em que estavam cursando, este variou entre o 3º e 11º períodos, com 62,9% dos entrevistados cursando até o 7º período.

Tabela 1 – Distribuição dos graduandos da área da saúde segundo características sociodemográficas. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017

Variáveis	n	%
Sexo		
Feminino	98	64,5
Masculino	54	35,5
Estado civil		
Solteiro	144	94,7
Casado/União estável	6	4,0
Separado/Viúvo/Outros	2	1,3
Trabalho atual		
Não trabalha	133	87,5
Trabalho informal	10	6,6
Trabalho em um turno	7	4,6
Trabalho em tempo integral	2	1,3
Atividades profissionais e/ou acadêmicas*		
Horário diurno	143	94,1
Horário noturno	2	1,3
Renda familiar		
Até 2 salários mínimos	48	31,5
De 3 a 5 salários mínimos	50	32,9
De 6 a 10 salários mínimos	32	21,1
De 11 a 20 salários mínimos	7	4,6
Acima de 20 salários mínimos	2	1,3
Não sabe	13	8,6

Fonte: Dados da pesquisa. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017.

*O n foi inferior a população total do estudo, devido a omissão de resposta pela participante para a variável.

Apesar de 53,9% dos graduandos não apresentar sintomas de ansiedade, ressalta-se que 46,1% dos estudantes apresentaram pelo menos um sintoma de ansiedade nos últimos seis meses. Dentre os sintomas, os mais comuns foram: inquietação (30,3%), impaciência ou agitação (29,6%), cansaço fácil (28,9%), dificuldade em concentrar-se ou sensação de “branco” (28,9%), irritação (27,6%), entre outros (Tabela 2).

Tabela 2 – Distribuição dos graduandos da área da saúde segundo sintomas de ansiedade. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017

Variáveis	n	%
Sintomas de Ansiedade		
Não	82	53,9
Sim	70	46,1
Sintomas identificados*		
Inquietação	46	30,3
Impaciência ou agitação	45	29,6
Cansaço fácil	44	28,9
Dificuldade em concentrar-se ou sensação de “branco”	44	28,9
Irritação	42	27,6
Músculos tensos, doloridos	42	27,6
Dificuldade para adormecer ou continuar dormindo	28	19,1
Palpitações ou batimentos rápidos do coração	28	18,4
Náuseas, diarreia, mal-estar ou dor de estômago	23	15,
Fôlego curto ou falta de ar	20	13,2
Sensação de cabeça leve, atordoamento, vertigens ou tontura	19	12,5
Tremores	18	11,8
Boca seca	16	10,5
Suor exagerado ou mãos frias e úmidas	16	10,5
Vontade frequente de urinar	11	7,2
Sobressalto ou susto exagerado a qualquer barulho repentino	11	7,2
Dificuldade para engolir ou bolo na garganta	9	5,9
Calafrios ou ondas de calor	4	2,6

Fonte: Dados da pesquisa. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017.

*O n não corresponde ao total da amostra pela possibilidade dos indivíduos apresentarem mais de um sintoma de ansiedade.

Quanto aos sintomas de depressão relatados pelos graduandos (Tabela 3), observou-se que 75,7% relataram algum sintoma e apenas 24,3% informaram não sentir nenhum sintoma. Por outro lado, 40,1% sentiam-se facilmente cansados ou sem energia, 38,2% relataram insônia ou muita sonolência, 32,9% deprimidos, tristes ou irritados a maior parte do tempo, 31,6% sem concentração, esquecidos ou indecisos em relação à maioria das situações, entre vários outros sintomas.

Tabela 3 – Distribuição dos graduandos da área da saúde segundo sintomas de depressão. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017

Variáveis	n	%
Sintomas relatados*		
Facilmente cansado ou sem energia	61	40,1
Com insônia ou muita sonolência	58	38,2
Deprimido, triste ou irritado a maior parte do tempo	50	32,9
Sem concentração, esquecido ou indeciso em relação a maioria das situações	48	31,6
Sem interesse em todas ou quase todas atividades do dia a dia na maior parte do tempo	43	28,3
Muito quieto (ou o inverso, muito agitado, inquieto) de forma a ser percebido pelos outros	39	25,7
Com diminuição (ou aumento) excessivo do seu apetite com consequente diminuição (ou aumento) de peso	37	24,3
Nunca me senti assim	37	24,3
Culpado por tudo ou que você não valia nada, era incapaz	32	21,1
Como se não valesse a pena continuar vivendo ou pensava na ideia de cometer suicídio	12	7,9

Fonte: Dados da pesquisa. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017.

*O n não corresponde ao total da amostra pela possibilidade dos indivíduos apresentarem mais de um sintoma de ansiedade.

Foi aplicado o teste paramétrico para comparar as médias de idade entre os graduandos que relataram sintomas e os que não relataram sintomas de ansiedade nos últimos 6 meses (Tabela 4). Considerando o tamanho da amostra e, apesar dos dados não assumir uma distribuição normal ($p < 0,001$), foi utilizado o teste T embasado no Teorema Central do Limite (Teorema de Ouro da estatística).

Com 95% de confiança pode-se afirmar que há diferença significativa entre as médias de idade dos indivíduos. Os indivíduos que relataram sintomas de ansiedade nos últimos 6 meses eram mais jovens (média de idade menor) em comparação aos que informam não ter apresentado nenhum dos sintomas.

Tabela 4 – Distribuição dos graduandos da área da saúde segundo a presença ou não de sintomas de ansiedade, comparação das médias das idades e desvio-padrão. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017

Variável	Idade (anos)			t	p valor*
	N	Média	d.p.		
Sintomas de ansiedade					
Presente	70	22,2	2,3	2,495	0,014
Ausente	82	23,4	3,3		

Fonte: Dados da pesquisa. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017.

* $p < 0,05$ Teste T.

Legenda: d.p. (desvio-padrão);

Através da correlação de Pearson, com 95% de confiança, os resultados apontaram que a idade é inversamente proporcional ao escore de sintomas de ansiedade. Desse modo, os universitários mais jovens apresentaram um escore maior e, conseqüentemente, um número mais elevado de sintomas para a ansiedade (Tabela 5).

Tabela 5 – Correlação entre a idade e os escore de sintomas de ansiedade. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017

Variáveis	Estatística do teste	p valor*
Idade x Escore de ansiedade	-0,225	0,005

Fonte: Dados da pesquisa. João Pessoa, Paraíba, Brasil, 2017.

* $p < 0,05$ Correlação de Pearson.

Discussão

No presente estudo, a amostra foi composta majoritariamente por sujeitos do sexo feminino, solteiros e que não trabalhavam. Tais dados corroboram com a literatura (SILVA *et al.*, 2021; CRUZ *et al.*, 2016; FIGUEIREDO *et al.*, 2016; CARVALHO *et al.*, 2015; MASO e FEITOSA,

2013; SOUZA, 2010), que demonstra perfil semelhante em seus resultados.

Foi possível identificar um número elevado de graduandos que apresentaram sintomas de ansiedade (46,1%) e de depressão (75,7%), demonstrando a vulnerabilidade desse grupo. Esse resultado vai ao encontro das pesquisas de Lelis *et al.* (2020) e de Fernandes *et al.* (2018), também realizadas com universitários, nas quais foi identificado que a prevalência dos sintomas de ansiedade e depressão foi bastante expressiva.

Em estudo realizado em uma escola superior de saúde de Portalegre – RS, com licenciandos do curso de Enfermagem, demonstrou-se que os níveis mais elevados de ansiedade e depressão foram evidenciados nos estudantes dos primeiros anos do curso. Sua causa pode estar relacionada com as dificuldades de adaptação sentidas pelos estudantes, bem como com o grau de exigências do ensino superior (CLAUDINO e CORDEIRO, 2016).

Outro estudo realizado com estudantes de Medicina na Universidade Federal do Amapá comprovou que a prevalência de sintomas depressivos nesses sujeitos foi elevada (45,7%), chegando a ser maior do que quando comparada à população em geral (OLIVEIRA *et al.* 2016).

Os sintomas de ansiedade mais relatados pelos participantes deste estudo foram: “Inquietação”; “Impaciência ou agitação”; “Cansaço”; “Dificuldade de se concentrar ou sensação de branco”; “irritação”; “Músculos tensos e doloridos”. Tais sintomas podem comprometer o desempenho acadêmico desses sujeitos, conforme demonstrou o estudo de Lopes *et al.* (2019).

Já quanto aos sintomas de depressão, os sintomas mais relatados deste estudo foram: “Facilmente cansado ou sem energia”; “Com insônia ou muita sonolência”; “Deprimido, triste ou irritado a maior parte do tempo”; “Sem concentração, esquecido ou indeciso”; “Sem interesse em todas ou quase todas as atividades do dia a dia”. Ressalta-se que, no entanto, a relação de causa-efeito entre a depressão e o rendimento acadêmico do graduando ainda é controversa. A literatura ainda não esclareceu se é a depressão que prejudica o desempenho do aluno ou se é o ambiente do ensino superior que desencadeia emoções negativas e, conseqüentemente, os sintomas depressivos (MACEDO *et al.*, 2009; REZENDE, 2008).

Uma pesquisa realizada com estudantes universitários da Cartagena – Colômbia, em uma instituição pública, identificou uma prevalência dos sintomas de depressão e ansiedade no valor de 76,2% e 74,4%, respectivamente. O estudo ainda avaliou os fatores associados, que foram: dificuldade econômica, problemas familiares, consumo

de álcool, dificuldades econômicas, ansiedade e história familiar de ansiedade ou depressão (VERGARA, 2014).

Ao comparar a média de idade dos indivíduos que relataram presença de sintomas de ansiedade com aqueles que informaram não possuir nenhum sintoma, observou-se uma diferença estatisticamente significativa, indicando que os indivíduos com sintomas apresentaram uma menor média de idade. Nessa perspectiva, foi realizado um teste de correlação entre o escore dos sintomas de ansiedade e a idade dos indivíduos na qual ficou evidenciada uma relação inversamente proporcional entre estas variáveis. Isso indica que, quanto menor a idade do indivíduo, maior o número de sintomas de ansiedade, conforme também identificado no estudo de Silva *et al.* (2021).

A juventude é uma fase do desenvolvimento humano associada a diversas mudanças biológicas, psicológicas e sociais em que o indivíduo vivencia a conquista da sua autonomia. Ela é compreendida como um período de instabilidade emocional, podendo fazer com que o jovem esteja vulnerável a comportamentos de risco que podem prejudicar sua saúde, física e mental (CARDOSO *et al.*, 2018). É também nessa fase que ocorre a transição para a vida adulta, na qual grandes mudanças no cotidiano que resultam em um processo emocional permeado pela responsabilidade da própria vida (BORINE *et al.*, 2015).

O ingresso na universidade é considerado um desafio devido seus inúmeros aspectos estressores, além de ser nessa fase que geralmente se inicia a vida adulta. O universo acadêmico traz inúmeras descobertas e mudanças que permeiam a vida dos estudantes, tais como a saída do seio familiar, os novos laços de amizade, as inúmeras horas de estudo, a má alimentação, os fatores ansiogênicos e até a preocupação com o futuro profissional. As características individuais de cada aluno, a percepção individual dos eventos, podem influenciar de forma negativa na sua formação acadêmica, devido ao estresse e ansiedade gerados (CHAVES *et al.*, 2015).

O acesso à vida universitária representa um momento em que os indivíduos irão vivenciar novas experiências, sejam acadêmicas, sociais, individuais, as quais influenciam no seu dia-a-dia. Estudantes universitários apresentam, com frequência, problemas psicossociais. Sendo assim, tais situações necessitam ser avaliadas de forma adequada e individualizada (BORINE *et al.*, 2015).

Portanto, faz-se necessário que os sistemas de ensino e as instituições de ensino superior considerem tal problemática em suas políticas de assistência estudantil. Silva e Neto (2020), por exemplo, relatam a consolidação da política adotada na UFRPE voltada ao atendimento

psicossocial dos estudantes. Apesar dos avanços, os autores esperam que as unidades de ensino que tratam do assunto promovam esforços contínuos para qualificar de forma mais efetiva tal atendimento, promovendo uma melhor qualidade de vida e saúde mental dos discentes.

Considerações finais

Os universitários da área da saúde participantes desta pesquisa tinham média de idade de 22,9 anos ($\pm 2,9$ anos) e eram majoritariamente do sexo feminino, solteiros, não desempenhavam nenhum tipo de trabalho, exerciam atividades acadêmicas no horário diurno e possuíam renda familiar de até 5 salários-mínimos.

Identificou-se que tanto o relato dos sintomas de ansiedade quanto o de depressão foram elevados entre os estudantes, 46,1% e 75,7%, respectivamente. Dentre os sintomas de ansiedade mais identificados estão a inquietação, a impaciência ou agitação, o cansaço fácil, a dificuldade em concentrar-se ou sensação de “branco” e a irritação. Já quanto aos sintomas de depressão mais relatados estão o fato de sentir-se facilmente cansados ou sem energia, com insônia ou muita sonolência, deprimidos, tristes ou irritados a maior parte do tempo e sem concentração, esquecidos ou indecisos.

Também foi evidenciada uma correlação entre os sintomas de ansiedade e a idade dos indivíduos, revelando que os graduandos mais jovens são os que apresentam uma maior incidência da sintomatologia.

A presença de sinais de ansiedade e a alta frequência de sintomas da depressão relatados por este grupo de universitários aponta para a necessidade de a instituição de ensino superior está atenta à saúde mental dos seus estudantes, desde a prevenção e a promoção, até o acompanhamento e o tratamento. Essa é uma problemática a ser priorizada para abordagem pela e na instituição de ensino superior.

Referências

- Bolsoni-Silva, A. T.; Guerra, B. T. O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 429-452, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.12957/epp.2014.12649>
- Borine, R. C. C. *et al.* Relação entre qualidade de vida o estresse em acadêmicos da área da saúde. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v.6, n.1, p.100-118. 2015. DOI: <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2015v6n1p100>
- Cardoso, H. F. *et al.* Indicadores de saúde mental em jovens: fatores de risco e de proteção. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*. Londrina, v. 9, n. 3supl, p. 03-25, dez. 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v9n3s1/a02.pdf>
- Carvalho E. A. *et al.* Índice de Ansiedade em Universitários Ingressantes e Concluintes de uma Instituição de Ensino Superior. *Revista Ciência Cuidado e Saúde*, Jul/Set, n. 14(3), 2015. DOI: <https://doi.org/10.4025/ciencuid-saude.v14i3.23594>

- Chaves Neto, G. *et al.* Evaluation of anxiety in primary care nurses. *Journal of Nursing UFPE Online*, Recife, 8(12):4345-52, Dec., 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10182>
- Chaves, *et al.* Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. *Revista Brasileira de enfermagem*. V.68, n.3, p.504-509, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>
- Claudino, J; Cordeiro, R. Níveis de ansiedade e depressão nos alunos do curso de licenciatura em enfermagem o caso particular dos alunos da escola superior de saúde de Portalegre. *Journal of Education, Technologies, and Health*. n. 32 (11), 2016. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millennium/article/view/8403>
- Cruz, M. *et al.* A Ansiedade nos Estudantes do Ensino Superior. Um Estudo com Estudantes do 4o Ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem da Escola Superior de Saúde de Viseu. *Centro de Estudos Em Educação, Tecnologias e Saúde*, 2016. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millennium/article/view/8259>
- Del-Ben, C. M. *et al.* Confiabilidade da entrevista clínica estruturada para o DSM-IV – Versão clínica traduzida para o português. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 23(3), 156-159, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462001000300008>
- Fernandes, M. A. *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 71, supl 5, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>
- Figueiredo, W. P. S. *et al.* Ações de pesquisa e extensão e atitudes científicas de estudantes da área da saúde. *Arquivos de Ciências da Saúde*. jan-mar; 23(1):47-51, 2016. DOI: <https://doi.org/10.17696/2318-3691.23.1.2016.197>
- Fragelli, T. B. O.; Fragelli, R. R. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais. *Revista docência do ensino superior*. Belo Horizonte, v. 11, 2021. DOI: <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2021.29593>
- Galvão, A. P. F. C. *et al.* Ansiedade: fatores predisponentes em estudantes universitários para o adoecimento mental. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v.7, n.5, 2021. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n5-439>
- Leão, A. M. *et al.* Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42 (4): 55 – 65; 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092>
- Lelis, K. C. *et al.* Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, N. 23, Jun., 2020. DOI: <https://doi.org/10.19131/rpasm.0267>
- Lopes, J. M. *et al.* Ansiedade versus desempenho acadêmico: uma análise entre estudantes universitários. *Caderno de graduação – ciências biológicas e da saúde – Unit*. Alagoas, v. 5, n. 2, p. 137-150, 2019. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/fitbiosauade/article/view/6151/3338>
- Macedo, P. N. A. G. *et al.* Factors associated with depressive symptoms in a sample of Brazilian medical students. *Revista Brasileira de Educação Médica*. 33(4):595–604, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022009000400010>
- Maso, M. D.; Feitosa, F. B. Um estudo comparativo entre dados sociodemográficos e neuroticismo. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, vol. 13, n. 3, 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v13n3/v13n3a19.pdf>
- Mesquita, A. M. *et al.* Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma universidade em Mato Grosso. *Journal Health NPEPS*. 1(2):218-230, 2016. DOI: <https://doi.org/10.30681/25261010>
- Moreno, P. F., Soares, A. B. O que vai acontecer quando eu estiver na universidade? Expectativas de jovens estudantes brasileiros. *Aletheia*, 45, 114-127, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/n45/n45a09.pdf>
- Oliveira *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina da Universidade Federal do Amapá. *Revista de Medicina e Saúde de Brasília*. 5(3): 186-99, 2016. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/view/7359>
- Rezende, C. H. A. *et al.* Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Revista Brasileira de Educação Médica*. 32(3):315–23, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022008000300006>
- Santos, L. B. *et al.* Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. *SMAD, Revista Eletrônica de Saúde Mental Álcool e Drogas*, 2021. DOI: <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.167804>
- Silva, A. C. S. *et al.* Relação entre Vivência Acadêmica e Ansiedade em Estudantes Universitários. *Contextos clínicos*, v. 14, n. 2, 2021. DOI: <https://doi.org/10.4013/ctc.2021.142.09>
- Silva, F. E. T.; Neto, J. S. C. A saúde mental como política de assistência estudantil: um estudo de caso na Universidade Federal Rural de Pernambuco. UFRPE, 2020. https://repository.ufrpe.br/bitstream/123456789/4457/1/tcc_art_fernandaenaydeteixeiradasilva.pdf
- Soares, A. B. *et al.* O impacto das expectativas na adaptação acadêmica dos estudantes no Ensino Superior. *PsicoUSF*, 19(1), 49-60, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-82712014000100006>
- Souza, L. *Prevalência de sintomas depressivos, ansiosos e estresse em acadêmicos de medicina*. Tese (doutorado). São Paulo: Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, 2010. DOI: <https://dx.doi.org/10.11606/T.5.2011.tde-01022011-181552>
- Vergara, K. M. A. *et al.* Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista Clínica Médica Familiar*. 7(1):14-22, 2014. DOI: <https://dx.doi.org/10.4321/S1699-695X2014000100003>

Submetido em: 23-5-2022

Aceito em: 20-9-2023