

Ansiidade e depressão em estudantes de nível superior de um centro universitário do nordeste brasileiro

Anxiety and depression in higher-level students at a university center in northeastern Brazil

Ansiedad y depresión en estudiantes de nivel superior de un centro universitario del noreste de Brasil

Recebido: 03/03/2022 | Revisado: 09/03/2022 | Aceito: 15/03/2022 | Publicado: 23/03/2022

Aizla Carolainy Emily Santos Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2018-3193>

Centro Universitário Maurício de Nassau, Brasil

E-mail: aizlaxd@gmail.com

José Rodrigo Santos Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1918-7122>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: rodrigo.silva@academico.ufs.br

Fernanda Gomes de Magalhães Soares Pinheiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5258-4752>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: fernandagmsoares@gmail.com

Jussielly Cunha Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6782-8994>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: jussielly@hotmail.com

Arthur Oliveira Dantas

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8259-7984>

Universidad Nacional de La Plata, Argentina

E-mail: aoliveiradantas@gmail.com

Paulo Henrique Santana Feitosa Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0886-3188>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: paulo.henrique@hotmail.com

Resumo

Objetivo: Investigar a prevalência de ansiedade e depressão e fatores associados em estudantes de nível superior. **Método:** Estudo transversal, conduzido durante ensino remoto, ano letivo 2020, em meio a pandemia pelo coronavírus, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, realizado em Instituição de Ensino Superior, em Aracaju, Sergipe, Brasil, que incluiu 453 estudantes dos cursos de Enfermagem, Nutrição, Fisioterapia, Educação Física, Arquitetura e Direito. Os participantes virtualmente acessaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, questionário sociodemográfico e Inventários de Ansiedade e Depressão de Beck. A análise foi realizada de forma descritiva e inferencial, aplicados o teste Qui-quadrado e Exato de Fisher, calculadas a razão de prevalência e o nível de significância foi 5%. **Resultados:** A prevalência de ansiedade e depressão foi respectivamente, 58,28% e 58,50%. Os fatores associados à ansiedade foram curso ($p=0,000$), faixa etária ($p=0,000$), sexo ($p=0,005$), vínculo empregatício ($p=0,001$), ter filho ($p=0,042$) e insônia ($p=0,000$) e os associados à depressão foram curso ($p=0,023$) e ter insônia ($p=0,000$). **Conclusão:** A partir dos dados analisados, concluiu-se que as variáveis curso e ter insônia foram associados à ansiedade e depressão. A ansiedade obteve menor prevalência nos alunos de Educação Física e a depressão ocorreu em maior número neste grupo.

Palavras-chave: Saúde mental; Ansiedade; Depressão; Instituições de ensino superior; Estudantes.

Abstract

Objective: To investigate the prevalence of anxiety and depression and their associated factors in undergraduates. **Method:** Cross-sectional study, conducted during remote teaching, school year 2020, in the midst of the coronavirus pandemic, approved by the Research Ethics Committee, conducted in a Higher Education Institution in Aracaju, Sergipe, Brazil, which included 453 students in Nursing, Nutrition, Physiotherapy, Physical Education, Architecture and Law schools. The participants virtually accessed the Informed Consent Form, a sociodemographic questionnaire, and Beck's Anxiety and Depression Inventories. The analysis was descriptive and inferential, the chi-square and Fisher's exact test were applied, the prevalence ratio was calculated, and the significance level was 5%. **Results:** The prevalence of anxiety and depression was 58.28% and 58.50%, respectively. The factors associated with anxiety were course ($p=0.000$), age group ($p=0.000$), gender ($p=0.005$), employment relationship ($p=0.001$), having child ($p=0.042$) and insomnia ($p=0.000$) and those associated with depression were course ($p=0.023$) and having insomnia ($p=0.000$).

Conclusion: Course and having insomnia were associated with anxiety and depression. The prevalence of anxiety occurred in lower numbers in physical education students and depression occurred in higher numbers in this group.

Keywords: Mental health; Anxiety; Depression; Higher education institutions; Higher education institutions; Students.

Resumen

Objetivo: Investigar la prevalencia de la ansiedad y la depresión y los factores asociados en estudiantes universitarios. Método: Estudio transversal, realizado durante la enseñanza a distancia, año académico 2020, en medio de la pandemia por coronavirus, aprobado por el Comité de Ética de la Investigación, realizado en una Institución de Enseñanza Superior de Aracaju, Sergipe, Brasil, que incluyó 453 estudiantes de los cursos de Enfermería, Nutrición, Fisioterapia, Educación Física, Arquitectura y Derecho. Los participantes accedieron virtualmente al Término de Consentimiento Libre e Informado, al cuestionario sociodemográfico y a los Inventarios de Ansiedad y Depresión de Beck. El análisis fue descriptivo e inferencial, se aplicó la prueba de Chi-cuadrado y la prueba exacta de Fisher, se calculó la razón de prevalencia y el nivel de significación fue del 5%. Resultados: La prevalencia de la ansiedad y la depresión fue, respectivamente, del 58,28% y el 58,50%. Los factores asociados a la ansiedad fueron el curso ($p=0,000$), el grupo de edad ($p=0,000$), el género ($p=0,005$), la relación laboral ($p=0,001$), tener hijos ($p=0,042$) y el insomnio ($p=0,000$) y los asociados a la depresión fueron el curso ($p=0,023$) y tener insomnio ($p=0,000$). Conclusión: El curso y tener insomnio se asociaron con la ansiedad y la depresión. La prevalencia de la ansiedad se dio en menor número en los estudiantes de educación física y la depresión se dio en mayor número en este grupo.

Palabras clave: Salud mental; Ansiedad; Depresión; Instituciones de enseñanza superior; Estudiantes.

1. Introdução

A ansiedade é uma reação gerada pela preocupação excessiva por algo que está por vir. De causa fisiológica, é normal entre os seres humanos, porém, quando a apreensão e pensamentos preocupantes impactam nas atividades da vida diária, a ansiedade passa a ser classificada como patológica e pode causar prejuízos significativos no funcionamento psicossocial do indivíduo. Além disso, sintomas como inquietação, fatigabilidade, dificuldade de concentração, irritabilidade, alterações do sono, tremores, tensão e dores musculares, podem estar presentes e prejudicar o pleno funcionamento de áreas importantes da vida (Maia & Dias, 2020; Gusmão et al., 2020; American Psychiatric Association [APA], 2014).

Por sua vez, a depressão se caracteriza pelo humor triste, vazio ou irritável, associado a mudanças somáticas e cognitivas, que também provocam prejuízos funcionais ao indivíduo. Ademais do humor deprimido, a perda de interesse ou prazer nas atividades é também uma característica importante da depressão. Sintomas como perda ou ganho de peso sem estar fazendo dieta, alterações no apetite, alterações no sono, fadiga, dificuldade de concentração e ideação suicida também podem estar presentes (APA, 2014).

Sendo transtornos mentais de causas multifatoriais, no ambiente do ensino superior, podem ser desenvolvidos pelo aumento da responsabilidade, da cobrança de assiduidade nas aulas, dos prazos exigidos e das metas impostas. Além disso, questões como o baixo rendimento acadêmico e notas não esperadas trazem uma perspectiva indesejada quanto à graduação, produzindo insatisfação e desânimo nos alunos. Assim, é comum nesse período a ocorrência de cansaço, fadiga, desmotivação, desânimo, palpitações, insônia e alterações de humor. No contexto acadêmico, isso pode levar o aluno a ter dificuldade no aprendizado, prejuízos nas relações sociais com colegas e professores, prejuízos nos relacionamentos do futuro profissional e, por fim, a decisão pela evasão do curso (Lelis et al., 2020; Ariño & Bardagi, 2018).

Estima-se que 350 milhões de pessoas em todo o mundo são acometidas por transtornos mentais e comportamentais, incluindo a ansiedade e depressão. No Brasil, 5,8% da população é acometida pela depressão e 9,3%, por transtornos de ansiedade (Razzouk, 2016; Fernandes et al., 2018a; Gonçalves et al., 2018). O estudo realizado por Fernandes, Vieira, Silva, Avelino e Santos (2018) com estudantes nas universidades demonstrou que os casos de ansiedade ocorriam entre 63% e 92%, enquanto a prevalência de casos depressivos foi de 30,6%.

Os universitários dos cursos da área da saúde têm uma maior susceptibilidade para o desencadeamento desses transtornos, com uma prevalência de casos depressivos de 28,6% em graduandos do curso de Fisioterapia e 35,7% em Enfermagem. Já os casos ansiosos têm uma prevalência de 76,9% em discentes da graduação em Enfermagem e 52,4% em

Fisioterapia (Leão et al., 2018).

Em meio ao Ensino Remoto Emergencial (ERE) decorrente da pandemia do novo coronavírus causador da Covid-19 (Coronavirus Disease 2019) houve também preocupações no campo da saúde mental com os alunos que estariam vivenciando esta modalidade de ensino, uma vez que fatores sociais, econômicos, culturais, demográficos, dificuldades ao acesso virtual e digitais e outros poderiam expor os alunos a maior risco de ansiedade e depressão (Pereira et al., 2019; Organização de Estados Ibero-americanos para a Educação, a Ciência e a Cultura [OEI], 2020), já que estes estavam experienciando situações novas, com sentimentos de insegurança, angústia e incertezas quanto ao ensino e aprendizagem significativos. Somado a isso, as desigualdades e vulnerabilidades repercutem no ensino-aprendizagem e saúde (Silva et al., 2021), com reações psicológicas que merecem atenção.

Um estudo para identificar depressão e ansiedade em profissionais de saúde e estudantes universitários durante o surto de COVID-19 evidenciou que a prevalência geral de depressão e ansiedade foi de 23,8% e 13,1%, respectivamente, sendo que a ansiedade em universitários foi 21,5% e a depressão nestes foi 38,6%. Os fatores mulheres, universitários, divorciados e profissionais de saúde na linha de frente foram associados a essas reações mentais (Naser et al., 2020).

Assim, há a necessidade de estar atentos a transtornos que afetam a saúde mental e, considerando que estes constituem um problema de saúde que pode repercutir no processo de aprendizado e adesão ao curso superior, o presente estudo teve como objetivo investigar a prevalência de ansiedade e depressão em estudantes de nível superior e os fatores associados.

2. Método

Estudo transversal realizado em uma Instituição de Ensino Superior (IES) na capital Sergipana, no nordeste brasileiro. A coleta de dados ocorreu de 10 de agosto a 10 setembro de 2020, em ambiente virtual, visto que as atividades de ensino estavam acontecendo de forma remota, em virtude da pandemia pelo coronavírus (Sars-CoV-2).

A IES possui 6.650 discentes matriculados assim distribuídos nos cursos pesquisados: Direito, 1.800 alunos; Enfermagem, 1.700; Educação Física, 1.200; Arquitetura, 100; Fisioterapia, 1.050; e Nutrição, 800 universitários.

Para a definição da amostra, utilizou-se um cálculo amostral de MIOT (2011). Adotando-se um nível de confiança de 95% ($Z=1,96$), a quantidade de acerto esperado é de 95%, o erro esperado é de 5%, e o nível de precisão é de 3%. Assim, o tamanho do estudo foi calculado para 123 participantes.

A população foi composta por 453 estudantes que foram incluídos por serem discentes matriculados na IES durante o período da coleta de dados, sendo excluídos participantes com formulários com dados incompletos ou ausentes.

Os procedimentos de contato com os participantes e a coleta de dados em toda etapa da pesquisa foram feitos em ambiente virtual, através de um link específico de acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e instrumentos de pesquisa.

Foram utilizados um questionário sociodemográfico, criado pelos pesquisadores, o Inventário de Ansiedade Beck (BAI) e o Inventário de Depressão Beck (BDI), ambos autoaplicáveis.

O questionário sociodemográfico foi composto por 17 questões sobre o curso, período acadêmico, faixa etária, raça/cor, sexo, residência atual, estado civil, vínculo empregatício, com quem mora, existência de filhos, desempenho de atividades extracurriculares, tabagismo, consumo de álcool, prática de atividade física regular e presença insônia, ansiedade e depressão, sendo que algumas delas poderiam ser respondidas com sim ou não, enquanto outras apresentavam opções específicas de resposta, a depender da pergunta.

O BAI é constituído de 21 questões com quatro possibilidades de respostas sobre como o indivíduo tem se sentido na última semana, incluindo o dia de resposta ao inventário, expressas em sintomas comuns de ansiedade. O score máximo é de 63 pontos, classificados em: 0 a 7, grau mínimo/sem ansiedade; 8 a 15, ansiedade leve; 16 a 25, ansiedade moderada; e 26 a 63,

ansiedade grave (Fernandes et al., 2018).

O BDI é constituído de 21 itens que indicam sintomas e atitudes de depressão, classificados em quatro graus de intensidade (0-3). A pontuação pode variar de 0 a 63 pontos, que são classificados como: 0 a 13, grau mínimo/sem depressão; 14 a 19, depressão leve; 20 a 28, depressão moderada; e 29 a 63, depressão grave. Ambos os instrumentos foram traduzidos e validados no Brasil (Fernandes et al., 2018).

A pesquisa foi aprovada em 14 de julho de 2020 pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade Estácio de Sergipe, com parecer favorável sob o CAAE: 34229420.8.0000.8079 e parecer nº 4.153.644. Foram seguidos os termos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde e assegurados a privacidade e sigilo das informações pessoais dos pesquisados.

Os dados foram compilados no programa Microsoft Office Excel e obtidas variáveis qualitativas nominais e ordinais. A análise dos dados foi realizada de forma descritiva e inferencial e nesta última foi utilizado o teste Qui-quadrado e, quando o pressuposto do teste foi violado, utilizou-se o teste Exato de Fisher. Foram calculadas a razão de prevalência (RP) e as medidas de associação para mensurar a relação de um desfecho binário e variáveis de exposição em estudos. Adotou-se um nível de significância de 5% e foi utilizado o software R, versão 3.6.1 (RC Team, 2013).

Tanto no BAI quanto no BDI, a resposta ansiedade e depressão, respectivamente, foi separada em dois grupos, considerando, em um deles, as pessoas que não apresentaram nenhum sinal de depressão e de ansiedade e, em outro grupo, aqueles que apresentaram algum grau de depressão ou ansiedade.

3. Resultados e Discussão

A maior parte dos formulários foi de alunos do curso de Enfermagem (48,12%), entre o 5º e o 10º períodos (80,13%), idade de 20 a 24 anos (55,85%), autodeclarados pretos ou pardos (72,85%) e do sexo feminino (84,77%). A maioria (61,37%) mora na capital, Aracaju, com os pais (65,12%), não tem vínculo empregatício (70,86%) e não desempenha atividade extracurricular (80,79%). A grande maioria (82,12%) é solteiro, não fuma (98,23%) e cerca de 50% informou ingerir bebida alcoólica de forma social. Mais de 50% não pratica atividade física e quase 50% apresentaram insônia. A prevalência de ansiedade e depressão foi, respectivamente, 58,28% e 58,50% (Tabela 1).

Tabela 1. Variáveis sociodemográficas dos estudantes de nível superior de um centro universitário do nordeste brasileiro. Aracaju, SE, 2021.

Variável	Categoria	Frequência	Percentual (%)
Curso	Arquitetura	13	2,87
	Direito	35	7,73
	Educação Física	24	5,30
	Enfermagem	218	48,12
	Fisioterapia	85	18,76
	Nutrição	78	17,22
Período acadêmico	1º ao 2º período	41	9,05
	3º ao 4º período	49	10,82
	5º ao 10º período	363	80,13
Faixa etária	20 – 24 anos	253	55,85
	25 – 29 anos	102	22,52
	30 – 34 anos	50	11,04
	35 – 39 anos	31	6,84
	Acima de 40 anos	17	3,75

Raça/Cor	Pardo/Preto	330	72,85
	Branco	123	27,15
Sexo	Feminino	384	84,77
	Masculino	69	15,23
Residência Atual	Interior do estado	175	38,63
	Aracaju/SE	278	61,37
Estado civil	Solteiro(a)	372	82,12
	Casado(a)	81	17,88
Vínculo empregatício	Não	321	70,86
	Sim	132	29,14
Mora com quem?	Amigos	26	5,74
	Cônjuge	93	20,53
	Sozinho	39	8,61
	Pais	295	65,12
Tem filhos?	Não	362	79,91
	Sim	91	20,09
Desempenha alguma atividade extracurricular?	Não	366	80,79
	Sim	87	19,21
Tabagista?	Sim	8	1,77
	Não	445	98,23
Ingere bebida alcoólica?	Bebo sempre	8	1,77
	Sim, socialmente	235	51,88
	Não	210	46,36
Pratica alguma atividade física regular?	Sim	219	48,34
	Não	234	51,66
Apresenta insônia?	Sim	226	49,89
	Não	227	50,11
Ansiedade	Sim	264	58,28
	Não	189	41,72
Depressão	Sim	265	58,50
	Não	188	41,50

Fonte: Autores.

As Tabelas 2 e 3 mostram as frequências e percentuais (calculados em função da linha, ou seja, a soma dos percentuais em cada linha sempre será igual a 100%), a razão de prevalência e o intervalo de confiança. A base adotada no cálculo da razão de prevalência foi identificada com o valor 1,00. Nos casos em que a relação foi significativa, p-valor foi menor que 0,05, este item foi grifado em negrito.

Os fatores associados à ansiedade (Tabela 2) foram curso ($p=0,000$), faixa etária ($p=0,000$), sexo ($p=0,005$), vínculo empregatício ($p=0,001$), filho ($p=0,042$) e apresentar insônia ($p=0,000$).

O curso que menos teve ocorrência de ansiedade foi Educação Física, 63,24%, enquanto os que mais tiveram foram Arquitetura 92,31%, Direito 77,14 % e Enfermagem 60,09%. Foi constatado que 63,24% dos alunos não têm vínculo empregatício, 60,77% não têm filhos e quase 80% têm insônia.

A razão de prevalência de ansiedade é aumentada 1,80 vezes no curso de Arquitetura, quase 1,90 vezes na faixa etária de 20 a 24 anos de idade, 1,46 vezes no sexo feminino, enquanto a insônia aumenta cerca de duas vezes e não ter emprego 1,37 vezes.

Tabela 2. Fatores associados à ansiedade em estudantes de nível superior de um centro universitário do nordeste brasileiro. Aracaju, SE, 2021.

Variável/Categoria	Ansiedade		RP (IC 95%)	P-valor
	Sim (%)	Não (%)		
Curso				
Arquitetura	12 (92,31)	1 (7,69)	1,80 (1,38; 2,35)	0,000
Direito	27 (77,14)	8 (22,86)	1,50 (1,14; 1,99)	
Educação Física	6 (25,00)	18 (75,00)	0,49 (0,24; 1,01)	
Enfermagem	131 (60,09)	87 (39,91)	1,17 (0,92; 1,49)	
Fisioterapia	48 (56,47)	37 (43,53)	1,10 (0,83; 1,47)	
Nutrição	40 (51,28)	38 (48,72)	1,00	
Período acadêmico				
1º ao 2º período	26 (63,41)	15 (36,59)	1,13 (0,88; 1,45)	0,167
3º ao 4º período	34 (69,39)	15 (30,61)	1,23 (1,00; 1,52)	
5º ao 10º período	204 (56,20)	159 (43,80)	1,00	
Faixa etária				
20 – 24 anos	169 (66,80)	84 (33,20)	1,89 (0,99; 3,62)	0,000
25 – 29 anos	57 (55,88)	45 (44,12)	1,58 (0,81; 3,08)	
30 – 34 anos	18 (36,00)	32 (64,00)	1,02 (0,49; 2,14)	
35 – 39 anos	14 (45,16)	17 (54,84)	1,28 (0,60; 2,71)	
Acima de 40 anos	6 (35,29)	11 (64,71)	1,00	
Raça/Cor				
Pardo/Preto	191 (57,88)	139 (42,12)	0,98 (0,82; 1,16)	0,861
Branco	73 (59,35)	50 (40,65)	1,00	
Sexo				
Feminino	235 (61,20)	149 (38,80)	1,46 (1,09; 1,94)	0,005
Masculino	29 (42,03)	40 (57,97)	1,00	
Residência Atual				
Interior do estado	103 (58,86)	72 (41,14)	1,02 (0,87; 1,19)	0,920
Aracaju/SE	161 (57,91)	117 (42,09)	1,00	
Estado civil				
Solteiro(a)	222 (59,68)	150 (40,32)	1,15 (0,92; 1,44)	0,242
Casado(a)	42 (51,85)	39 (48,15)	1,00	
Vínculo empregatício				
Não	203 (63,24)	118 (36,76)	1,37 (1,12; 1,67)	0,001
Sim	61 (46,21)	71 (53,79)	1,00	
Mora com quem?				
Amigos	13 (50,00)	13 (50,00)	0,80 (0,54; 1,18)	0,051
Cônjuge	44 (47,31)	49 (52,69)	0,75 (0,60; 0,95)	
Sozinho	22 (56,41)	17 (43,59)	0,90 (0,67; 1,20)	
Pais	185 (62,71)	110 (37,29)	1,00	

Tem filhos?				
Não	220 (60,77)	142 (39,23)	1,26 (1,00; 1,58)	0,042
Sim	44 (48,35)	47 (51,65)	1,00	
Desempenha alguma atividade extracurricular?				
Não	211 (57,65)	155 (42,35)	0,95 (0,78; 1,14)	0,664
Sim	53 (60,92)	34 (39,08)	1,00	
Tabagista?				
Sim	6 (75,00)	2 (25,00)	1,29 (0,86; 1,94)	0,478
Não	258 (57,98)	187 (42,02)	1,00	
Ingere bebida alcoólica?				
Bebo sempre	6 (75,00)	2 (25,00)	1,39 (0,92; 2,12)	0,155
Sim, socialmente	145 (61,70)	90 (38,30)	1,15 (0,98; 1,35)	
Não	113 (53,81)	97 (46,19)	1,00	
Pratica alguma atividade física regular?				
Sim	122 (55,71)	97 (44,29)	0,92 (0,78; 1,07)	0,328
Não	142 (60,68)	92 (39,32)	1,00	
Apresenta insônia?				
Sim	178 (78,76)	48 (21,24)	2,08 (1,74; 2,49)	0,000
Não	86 (37,89)	141 (62,11)	1,00	

Fonte: Autores.

Já os fatores associados à depressão (Tabela 3) foram curso ($p=0,023$) e insônia ($p=0,000$). A depressão por sua vez esteve presente em 83,33% dos alunos de Educação Física, Nutrição 65,38% e Fisioterapia 58,82%. A maior razão de prevalência associada à depressão entre os cursos foi de 1,27 vezes, para Educação Física, e a insônia foi associada à depressão em quase 40% dos alunos.

Tabela 3. Fatores associados à depressão em estudantes de nível superior de um centro universitário do nordeste brasileiro. Aracaju, SE, 2021.

Variável/Categoria	Depressão		RP (IC 95%)	P-valor
	Sim (%)	Não (%)		
Curso				
Arquitetura	4 (30,77)	9 (69,23)	0,47 (0,20, 1,08)	0,023
Direito	18 (51,43)	17 (48,57)	0,79 (0,55, 1,13)	
Educação Física	20 (83,33)	4 (16,67)	1,27 (1,00, 1,62)	
Enfermagem	122 (55,96)	96 (44,04)	0,86 (0,70, 1,05)	
Fisioterapia	50 (58,82)	35 (41,18)	0,90 (0,71, 1,14)	
Nutrição	51 (65,38)	27 (34,62)	1,00	
Período acadêmico				
1° ao 2° período	19 (46,34)	22 (53,66)	0,76 (0,54, 1,07)	0,107
3° ao 4° período	25 (51,02)	24 (48,98)	0,84 (0,63, 1,12)	
5° ao 10° período	221 (60,88)	142 (39,12)	1,00	
Faixa etária				
20 – 24 anos	138 (54,55)	115 (45,45)	0,84 (0,58, 1,22)	0,221
25 – 29 anos	60 (58,82)	42 (41,18)	0,91 (0,62, 1,34)	
30 – 34 anos	35 (70,00)	15 (30,00)	1,08 (0,73, 1,61)	

35 – 39 anos	21 (67,74)	10 (32,26)	1,05 (0,68, 1,60)	
Acima de 40 anos	11 (64,71)	6 (35,29)	1,00	
Raça/Cor autodeclarada				
Pardo/Preto	193 (58,48)	137 (41,52)	1,00 (0,84, 1,19)	1,000
Branco	72 (58,54)	51 (41,46)	1,00	
Sexo				
Feminino	218 (56,77)	166 (43,23)	0,83 (0,69, 1,00)	0,104
Masculino	47 (68,12)	22 (31,88)	1,00	
Residência Atual				
Interior do estado	100 (57,14)	75 (42,86)	0,96 (0,82, 1,13)	0,714
Aracaju/SE	165 (59,35)	113 (40,65)	1,00	
Estado civil				
Solteiro(a)	213 (57,26)	159 (42,74)	0,89 (0,74, 1,07)	0,306
Casado(a)	52 (64,20)	29 (35,80)	1,00	
Vínculo empregatício				
Não	178 (55,45)	143 (44,55)	0,84 (0,72, 0,98)	0,052
Sim	87 (65,91)	45 (34,09)	1,00	
Mora com quem?				
Amigos	15 (57,69)	11 (42,31)	1,03 (0,73, 1,45)	0,238
Cônjuge	63 (67,74)	30 (32,26)	1,20 (1,01, 1,43)	
Sozinho	21 (53,85)	18 (46,15)	0,96 (0,70, 1,30)	
Pais	166 (56,27)	129 (43,73)	1,00	
Tem filhos?				
Não	207 (57,18)	155 (42,82)	0,90 (0,75, 1,07)	0,310
Sim	58 (63,74)	33 (36,26)	1,00	
Desempenha alguma atividade extracurricular?				
Não	218 (59,56)	148 (40,44)	1,10 (0,89, 1,36)	0,411
Sim	47 (54,02)	40 (45,98)	1,00	
Tabagista?				
Sim	2 (25,00)	6 (75,00)	0,42 (0,13, 1,41)	0,071
Não	263 (59,10)	182 (40,90)	1,00	
Ingere bebida alcoólica?				
Bebo sempre	5 (62,50)	3 (37,50)	1,03 (0,60, 1,79)	0,723
Sim, socialmente	133 (56,60)	102 (43,40)	0,94 (0,80, 1,09)	
Não	127 (60,48)	83 (39,52)	1,00	
Pratica alguma atividade física regular?				
Sim	136 (62,10)	83 (37,90)	1,13 (0,96, 1,32)	0,159
Não	129 (55,13)	105 (44,87)	1,00	
Apresenta insônia?				
Sim	90 (39,82)	136 (60,18)	0,52 (0,43, 0,62)	0,000

Fonte: Autores.

Ao estimar que a prevalência de ansiedade e depressão é quase 60% em estudantes dos cursos de Enfermagem, Nutrição, Fisioterapia, Educação Física, Arquitetura e Direito, em uma instituição de ensino privada de Aracaju, é possível afirmar que esses transtornos afetam alunos mesmo antes de chegarem ao mercado de trabalho.

Neste estudo a prevalência de ansiedade ocorreu em menor número nos alunos de Educação Física e a depressão ocorreu em maior número neste grupo, o que diverge de outro estudo transversal da região sudeste do Brasil, onde estudantes de Educação Física apresentaram altos níveis de ansiedade e baixo nível de sintomas depressivos (da Silva Maximiano et al., 2020).

Os alunos de Arquitetura em nosso estudo representaram mais de 90% dos casos de ansiedade e, em estudo realizado em uma da Faculdade de Arquitetura e Urbanismo, em Pelotas, foi identificado que quase 70% dos alunos passam por sofrimentos físicos e emocionais e 78,8% iniciaram ou aumentaram o uso do álcool ou outra droga, incluindo medicamentos psiquiátricos e mais de 90% dos alunos tem queixas de exaustão mental, preocupação excessiva e problemas para dormir (Balleste, 2021).

Um estudo da Universidade da Região de Joinville identificou que 52% dos alunos do curso de Direito tinham ansiedade e depressão juntos, sendo que a ansiedade foi mais frequente em homens (55%) e os alunos na faixa etária de 21 a 30 anos possuíam mais sintomas depressivos e ansiosos do que os aqueles na de 31 a 40 anos (Muller et al., 2020).

No presente estudo, a idade ou faixa etária foi associada à ansiedade. Esta relação também foi verificada no trabalho de T. B. O. Fragelli & R. R. Fragelli (2021) da Universidade de Brasília, que, buscando os fatores envolvidos no surgimento de estresse, ansiedade e depressão em jovens universitários, consideraram que mudanças neurocognitivas e comportamentais que ocorrem nessa fase da vida, somadas às mudanças no ritmo e estilo de vida, como a adição de responsabilidades, alterações nos padrões de sono-vigília, mudanças nos hábitos alimentares e necessidade de gerir gastos e finanças, colaboram para alterações do humor e instabilidade emocional.

Quanto ao sexo, Lima et al. (2019) identificaram que as mulheres apresentaram maiores níveis de depressão moderada (29,3%) e grave (33%) quando comparada aos homens. Neste estudo, um maior número de mulheres, cerca de 60%, apresentou ansiedade e depressão. Possíveis explicações para isso advêm do acúmulo de funções pessoais, familiares e sociais, variações hormonais, fatores socioculturais, maturação sexual e psicológica acelerada, e rápido desenvolvimento físico, gerando, assim, um aumento da cobrança pessoal e profissional (Claudino & Cordeiro, 2016).

Um importante fator associado à ansiedade e depressão em nossa investigação foi a insônia. Ter uma boa qualidade do sono é essencial para a boa funcionalidade biopsicossocial e a má qualidade do sono acarreta cansaço, fadiga e irritabilidade, fatores intimamente relacionados ao desencadeamento da ansiedade e depressão. Ressalta-se ainda que tais sintomas também servem de sinalização para o desenvolvimento de tais patologias (Godinho, Ferreira, Santos & Rocha, 2017).

A manutenção de hábitos regulares, como atividade física, melhora distúrbios do sono, melhoram a fadiga e diminuem depressão, ansiedade e estresse, e podem proporcionar um estado de prazer e de extrema felicidade (Rios, Peixoto & Senra, 2008; Claumann et al., 2017). Nesta população, a prática de atividade física foi menor que 50%. Facioli, Barros, Melo, Ogliari e Custódio (2020) relataram que 91,9% dos estudantes integrantes de sua pesquisa afirmaram não ter tempo de praticar exercícios físicos e a quase totalidade tem prejuízos na qualidade de vida, o que pode vulnerabilizá-los à ocorrência de transtornos à saúde física e mental.

A falta de prática de atividade física pode ser explicada pela sobrecarga de estudos ou até mesmo pelo período da coleta de dados ter ocorrido na vigência da pandemia, fase de distanciamento e isolamento social. Contudo, é indispensável equilibrar e conciliar rotina de horário de estudos, atividades de lazer, sono e repouso ao longo da vida acadêmica, sob risco de comprometer a própria saúde. Outro estudo também realizado com universitários no nordeste brasileiro afirmou que pouco tempo para lazer foi associado a sintomas depressivos (Fernandes et al., 2018).

Era esperado que vínculo empregatício ou atividade extracurricular fossem fatores associados à ansiedade e/ou depressão, isso porque conciliar tais atividades e estudos elevam a carga horária e, se o aluno não souber administrar o tempo, outros prejuízos do desempenho acadêmico podem acontecer. Além dos prejuízos, existem outras preocupações, como a competitividade no mercado de trabalho, medo do desemprego e ansiedade pela conclusão do curso (Dutra-Thomé, Pereira &

Koller, 2016).

Cordeiro, Mattos, Cardoso, Santos e Araújo (2016) evidenciaram em seu estudo dados que comprovam tal fato, pois nos anos de 2007-2012 houve um crescimento exponencial nos casos de transtornos mentais de estudantes que conciliam trabalho e estudos. 19,9% dos casos coletados apresentaram casos depressivos e 6,2%, transtornos mistos de ansiedade e depressão.

Por sua vez, próximo ao último ano do curso, é comum que o aluno se sinta inseguro devido à grande oferta de profissionais recém-formados no mercado de trabalho com poucas possibilidades de emprego, o que gera uma grande cobrança pessoal por qualificação, favorecendo o desenvolvimento de transtornos mentais (Almeida, Carrer, Souza & Pillon, 2018).

O desejo de construir uma carreira promissora faz com que o estudante crie expectativas, traçando objetivos que acredita ser palpáveis sobre o que se quer alcançar. Para isso, são necessários foco, execução e planejamento. Quando não é possível executar suas metas, ele sente-se desmotivado, daí a necessidade do apoio psicossocial dentro do ambiente acadêmico (Ariño & Bardagi, 2018).

As faculdades devem incluir em seus componentes curriculares atividades que aumentem o interesse do discente na busca do conhecimento, sem sobrecarregá-lo, a fim de que eles, os componentes curriculares, tornem-se algo prazeroso e que não venham comprometer o bem-estar físico, mental e social do aluno, tornando-o capaz de enfrentar o mercado de trabalho de maneira confiante, acreditando em seu potencial (Lelis et al., 2020; Andrade et al., 2014).

É preciso criar estratégias dentro do âmbito institucional que incluam o discente em atividades lúdicas, recreativas, metodológicas, participativas e ocupacionais, para que haja a diminuição dos níveis de estresse decorrentes da rotina exaustiva (Santos et al., 2016). Ademais, é importante estender o conhecimento psíquico após a formação por meio da educação permanente como forma de preparar os profissionais para lidar com situações cotidianas no trabalho e, conseqüentemente, garantir melhoria na assistência prestada pelos serviços de saúde (Soares et al., 2020).

4. Conclusão

A prevalência de ansiedade e depressão foi respectivamente, 58,28% e 58,50%. Os fatores associados à ansiedade foram curso, faixa etária, sexo, vínculo empregatício, filho e ter insônia e os associados à depressão foram curso e apresentar insônia.

Apesar do estudo não ter objetivado os fatores associados à ansiedade e depressão na vigência da pandemia COVID-19, é possível que os dados tenham sofrido sua influência, além de ter sido uma coleta virtual, durante a pandemia, em um curto espaço de tempo, apesar de termos atingido e cumprindo o tamanho do estudo calculado. Sabe-se que estudos nesta área vêm crescendo e certamente, uma vez que a epidemiologia nos forneça dados, é esperado que possamos avançar em estudos de intervenções. O estudo transversal ou de prevalência por si só não permite esclarecer a natureza dos fatores associados.

Por fim, o presente estudo permitiu colaborar com o entendimento das instituições de ensino superior para que adotem em suas metodologias de ensino aspectos de reconhecimento precoce e prevenção de sofrimento mental entre seus acadêmicos e façam uso de estratégias de grupos de apoio, ampliação de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, núcleos psicopedagógicos e outras ações.

Referências

- Almeida, L. Y. D.; Carrer, M. O.; Souza, J. D. & Pillon, S. C. (2018). Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 52. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017045703405>
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Artmed Editora. Estados Unidos da América: Autor <http://www.niip.com.br/wp-content/uploads/2018/06/Manual-Diagnostico-e-Estatistico-de-Transtornos-Mentais-DSM-5-1-pdf>
- Andrade, J. B. C. D.; Sampaio, J. J. C.; Farias, L. M. D.; Melo, L. D. P.; Sousa, D. P. D.; Mendonça, A. L. B. D.; ... Cidrão, I. S. M. (2014). Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. *Revista brasileira de educação médica*, 38, 231-242. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022014000200010>
- Ariño, D. O. & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista psicologia em pesquisa*, 12(3). <https://doi.org/10.24879/2018001200300544>

- Balleste, S. (2021). Panorama sobre o cenário da saúde dos estudantes de Arquitetura e Urbanismo: o caso de uma faculdade no sul do Brasil. *Revista Thema*, 19(2), 435-449. <https://doi.org/10.15536/thema.V19.2021.435-449.2044>
- Claudino, J. & Cordeiro, R. (2016). 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. *Millenium-Journal of Education, Technologies, and Health*, (32), 197-210. <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/8403>
- Claumann, G. S.; Maccari, F. E.; Ribovski, M.; Pinto, A. D. A.; Felden, É. P. G. & Pelegrini, A. (2017). Qualidade de vida em acadêmicos ingressantes em cursos de educação física. *Journal of Physical Education*, 28. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2824>
- Cordeiro, T. M. S. C.; Mattos, A. I. S.; Cardoso, M. D. C. B.; Santos, K. O. B. & Araújo, T. M. D. (2016). Notificações de transtornos mentais relacionados ao trabalho entre trabalhadores na Bahia: estudo descritivo, 2007-2012. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 25, 363-372. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742016000200015>
- da Silva Maximiano, V.; Hudson, T. A.; Ferreira, L. K.; Dornellas, L. C. G.; de Paula, O. R.; Neves, C. M.; ... Meireles, J. F. F. (2020). Nível de atividade física, depressão e ansiedade de estudantes de graduação em Educação Física. *Motricidade*, 16(S1), 104-112. <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.22313>
- Dutra-Thomé, L.; Pereira, A. S. & Koller, S. H. (2016). O desafio de conciliar trabalho e escola: Características sociodemográficas de jovens trabalhadores e não-trabalhadores. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32, 101-109. <https://doi.org/10.1590/0102-37722016011944101109>
- Facioli, A. M.; Barros, Â. F.; Melo, M. C.; Ogliari, I. C. M. & Custódio, R. J. D. M. (2020). Depressão entre estudantes de enfermagem e sua associação com a vida acadêmica. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0173>
- Fernandes, M. A.; Vieira, F. E. R.; Silva, J. S.; Avelino, F. V. S. D. & Santos, J. D. M. (2018). Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71, 2169-2175. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>
- Fernandes, M. A.; Ribeiro, H. K. P.; Santos, J. D. M.; Monteiro, C. F. D. S.; Costa, R. D. S. & Soares, R. F. S. (2018a). Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71, 2213-2220. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0953>
- Fragelli, T. B. O. & Fragelli, R. R. (2021). Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais. *Revista Docência do Ensino Superior*, 11, 1-21. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2021.29593>
- Godinho, M. R.; Ferreira, A. P.; Santos, A. S. P. & Rocha, F. S. A. (2017). Fatores associados à qualidade do sono dos trabalhadores técnicoadministrativos em educação de uma universidade pública. *Revista de Medicina e Saúde de Brasília*, 6(3). <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2021.29593>
- Gonçalves, A. M. C.; Teixeira, M. T. B.; Gama, J. R. D. A.; Lopes, C. S.; Silva, G. A.; Gamarra, C. J.; ... Machado, M. L. S. M. (2018). Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67, 101-109. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000192>
- Gusmão, A. B.; Machado, R. D. M. X.; Ferreira, B. W. R. C.; Duarte, L. D. S. M.; Coutinho, M. B. & Macedo, C. L. (2020). Tratamento da Depressão Infantil: atuação multiprofissional do psicólogo e do farmacêutico. <https://doi.org/10.29327/213319.20.1-25>
- Leão, A. M.; Gomes, I. P.; Ferreira, M. J. M. & Cavalcanti, L. P. D. G. (2018). 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, 55-65. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092>
- Lelis, K. D. C. G.; Brito, R. V. N. E.; Pinho, S. D. & Pinho, L. D. (2020). Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (23), 9-14. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0267>
- Lima, S. O.; Lima, A. M. S.; Barros, E. S.; Varjão, R. L.; Santos, V. F. D.; Varjão, L. L.; ... Santana, V. R. D. (2019). Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde. *Psicologia: Ciência e profissão*, 39. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>
- Maia, B. R. & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Miot, H. A. (2011). Tamanho da amostra em estudos clínicos e experimentais. *Jornal Vascular Brasileiro*, 10(4), 275-278. <https://doi.org/10.1590/S1677-54492011000400001>
- Muller, C. T. S.; Meurer, K. M.; Nehring, M.H.; Liermann, M. R.; Ferreira, P. S. & Michels, M. S. (2020). Rastreamento de sintomas de ansiedade e depressão em uma amostra de acadêmicos do curso de direito. *Psicologia.pt* <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1373.pdf>
- Naser, A. Y.; Dahmash, E. Z.; Al-Rousan, R.; Alwafî, H.; Alrawashdeh, H. M.; Ghoul, I. ... Alyami, H. S. (2020). Mental health status of the general population, healthcare professionals, and university students during 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: A cross-sectional study. *Brain and behavior*, 10(8), e01730. <https://doi.org/10.1002/brb3.1730>
- Organização de Estados Ibero-americanos para a Educação, a Ciência e a Cultura. (2020). Efeitos da crise do COVID-19 na educação. Madrid: Autor. <https://oei.org.br/arquivos/informe-covid-19d.pdf>
- Pereira, N. L.; Mendes, A. D.; Spanhol, F. J. & Lunardi, G. M. (2019). Boas práticas em ambientes virtuais de ensino e de aprendizagem: uma revisão de forma sistemática na literatura. *Educação em Revista*, 35. <https://doi.org/10.1590/0102-4698214739>
- R Core Team. (2013). R: A language and environment for statistical computing. <http://r.meteo.uni.wroc.pl/web/packages/dplR/vignettes/intro-dplR.pdf>
- Razzouk, D. (2016). Por que o Brasil deveria priorizar o tratamento da depressão na alocação dos recursos da Saúde? *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 25, 845-848. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742016000400018>

Rios, A. L. M.; Peixoto, M. D. F. T. & Senra, V. L. F. (2008). Transtornos do sono, qualidade de vida e tratamento psicológico. Núcleo de Estudos AC-PC. Universidade Vale do Rio Doce. Governador Valadares, 41-42. <http://www.pergamum.univale.br/pergamum/tcc/Transtornosdosonoqualidadedevidaetratamentopsicologico.pdf>

Santos, R. R.; Toscani Greco, P. B.; Cassol Prestes, F.; Soares Kirchhof, R.; Bosi de Souza Magnago, T. S. & de Oliveira, M. A. (2016). SINTOMAS DE DISTÚRBIOS PSÍQUICOS MENORES EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM. Revista Baiana de Enfermagem, 30(3). <https://doi.org/10.18471/rbe.v30i3.16060>

Silva, C. M.; Toriyama, A. T. M.; Claro, H. G.; Borghi, C. A.; Castro, T. R. & Salvador, P. I. C. A. (2021). Pandemia da COVID-19, ensino emergencial a distância e Nursing Now: desafios à formação em enfermagem. Revista Gaúcha de Enfermagem, 42. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200248>

Soares, S. S. S.; Silva, K. G.; da Costa, C. C. P.; Aperibense, P. G. G. S.; Brandão, A. P. D. C. L.; de Carvalho, A. C. S.; ... Souza, N. V. D. O. (2020). Pandemia de Covid-19: Pesquisa documental a partir de publicações do Conselho Federal de Enfermagem. Enfermagem em Foco, 11(1. ESP). <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3607>