

## ANÁLISE DESCRITIVA E MULTIFATORIAL DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

### DESCRIPTIVE AND MULTIFACTORIAL ANALYSIS OF THE MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS

Julia de Souza e Silva<sup>1</sup>  
Brenda carvalho Braga<sup>2</sup>  
Luma Rodrigues Araújo<sup>3</sup>  
Gisele Aparecida Fófano<sup>4</sup>  
Alex Fabrício de Oliveira<sup>5</sup>

**RESUMO:** É de conhecimento que depressão e ansiedade podem estar associados a todas as pessoas independentemente de classe cultural ou social, crenças religiosas, sexo, cor da pele, idade, entre outros fatores. São considerados transtornos multifatoriais e normalmente estão vinculados a fatores estressantes e psicossociais. Estudantes universitários estão sob maior risco ao desenvolvimento e manifestações de sintomas mentais, que influencia diretamente no desempenho acadêmico e gera prejuízos ao bem-estar psicossocial e nas relações interpessoais. Os objetivos deste estudo foram estimar a prevalência da ansiedade, da depressão e do estresse entre os estudantes de graduação e averiguar, para a patologia de maior relevância estatística, quais fatores sociodemográficos e da escala de problemas/sintomas podem estar associados, com maiores riscos aos estudantes. A pesquisa foi realizada com 983 estudantes de graduação entre março de 2023 a fevereiro de 2024. Os questionários possuíam questões sociodemográficos e da escala de problemas/sintomas que podem estar associados a fatores de referência presentes no DASS(21). Dentre os resultados obtidos, pode-se dividir os fatores que se mostraram significativos em duas categorias, sendo as correlações positivas e negativas. Entre as positivas, destacou o sexo feminino, mostrando maior depressão em mulheres. Entre as negativas, destacou o fator de desistir do curso. Conclui-se que não se pode ignorar o elevado nível de ansiedade, depressão e estresse nos estudantes universitários, que pode requerer acompanhamento especial aos que não tem o apoio familiar, com estímulo a prática de exercício físicos, melhorando a qualidade de vida de acadêmicos.

236

**Palavras-chave:** Ansiedade. Depressão e estresse. Doenças psicossomáticas em estudantes. Estudo transversal.

---

<sup>1</sup>UNIFAGOC.

<sup>2</sup>UNIFAGOC.

<sup>3</sup>UNIFAGOC.

<sup>4</sup>UNIFAGOC.

<sup>5</sup>UNIFAGOC.

**ABSTRACT:** It is known that depression and anxiety can be associated with all people regardless of their social or cultural class, religious beliefs, gender, skin color, age, among other factors. They are considered multifactorial disorders and are usually linked to stressful and psychosocial factors. University students are at greater risk for the development and manifestation of mental symptoms, directly influencing academic performance and causing damage to psychosocial well-being and interpersonal relationships. The objectives of this study were to estimate the prevalence of anxiety, depression and stress among undergraduate students and investigate, for the pathology of greater statistical relevance, which sociodemographic factors and the scale of problems/symptoms may be associated with greater risks to students. The survey was conducted with 983 undergraduate students between March 2023 and February 2024. The questionnaires included sociodemographic questions and questions about the scale of problems/symptoms may be associated with reference factors DASS(21). Among the results evidenced, the factors that proved to be significant can be divided into two categories, being positive and negative correlations. Among the positive ones, the female gender stood out, showing greater depression in women. Among the negatives, he highlighted the factor of giving up the course. It is concluded that the high level of anxiety, depression and stress in university students cannot be ignored, which require special monitoring of those who do not have family support, with encouragement to practice physical exercises, improving the quality of life of students.

**Keywords:** Anxiety. Depression and stress. Psychosomatic illnesses in students. Transversal study.

## INTRODUÇÃO

A depressão e a ansiedade são transtornos multifatoriais que podem ser vinculados a fatores estressantes e psicossociais. Eles podem afetar todas as pessoas, independente da classe social, da cor da pele, da cultura, da idade, da religião e do sexo. Os estudantes universitários estão mais suscetíveis à manifestação de transtornos mentais que a população geral<sup>1, 2</sup>. A presença de transtornos mentais em estudantes universitários pode interferir no seu bem-estar psicossocial, nas suas relações interpessoais, como também no seu desempenho acadêmico<sup>3</sup>. O início da formação superior dos estudantes, além de ter que morar distante da família e dos amigos, está ligado ao fim da sua adolescência, com mudanças psicossociais importantes, aquisição de nova identidade e maior autonomia de vida, incluindo responsabilidades civis. Para alguns estudantes, entrar na universidade significa sair de casa e morar em outra cidade e, ou estado, com o dilema da separação parental e familiar. Isto implica responsabilizar-se pelos afazeres domésticos e administrar os recursos financeiros<sup>4, 5</sup>.

A depressão se manifesta em estudantes com sentimentos intensos de inadequação pessoal, baixa autoestima e autoconfiança reduzida, levando-os a experimentar diminuição do rendimento no estudo e em seus afazeres cotidianos<sup>6</sup>. Além da depressão, o transtorno de

ansiedade também apresenta alta prevalência nos estudantes da área da saúde, mais especificamente nos estudantes de medicina<sup>7</sup>.

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), o estresse é definido como a doença do século XX, correspondendo a maior epidemia mundial, sendo um dos maiores inimigos da saúde e da produtividade<sup>8</sup>. O estresse é considerado um dos grandes inimigos da saúde e da produtividade, porque possui sintomas físicos e psíquicos atribuídos a ele, apesar de não ser uma entidade nosológica<sup>9</sup>.

O estudo epidemiológico qualitativo, que investigou a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos, em 279 acadêmicos de medicina, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, verificou a presença de sintomas ansiosos e depressivos em 33,6% e de 28,0% dos acadêmicos, respectivamente<sup>1</sup>. Uma revisão sistemática realizada em 35.160 estudantes de medicina revelou que a prevalência de depressão foi em torno de 32,7%, enquanto a prevalência de ansiedade foi de 27,2%<sup>10</sup>. Estes estudos mostram que estudantes de medicina apresentaram taxas mais altas de depressão e de ansiedade quando são comparados com outros estudantes ou com a população acadêmica geral. Portanto, este fato merece ser considerado como importante problema para a comunidade médica e principalmente acadêmica.

O quadro da depressão e da ansiedade também foi observado semelhantemente em outros países. Neste sentido, cabe ressaltar o estudo em que houve a prevalência de 27,2% dos estudantes de medicina amostrados para depressão<sup>11</sup>. Os mesmos autores<sup>11</sup> afirmaram que o percentual da percepção da depressão variou de 9,3% até 55,9%, dependendo do país investigado<sup>11</sup>.

A presença de ansiedade e da depressão entre acadêmicos de medicina pode causar prejuízo no seu bem-estar psicossocial, nas suas relações interpessoais, além de influenciar diretamente em seu desempenho acadêmico e profissional<sup>1, 10, 11</sup>. Os principais fatores correlacionados ao adoecimento mental foram apresentados por indivíduos do sexo feminino, que moravam sozinhos, que estavam cursando o início da faculdade, que não praticavam atividade física regular e que já apresentavam outros diagnósticos psiquiátricos<sup>10,12,13,14</sup>.

No estudo transversal constituído por 419 estudantes matriculados do segundo ao oitavo período do curso de medicina, foi constatado que a prática de atividades esportivas causa impacto positivo e relevante na qualidade de vida dos estudantes<sup>15</sup>. Foi observado também que os estudantes que praticam exercícios três ou mais vezes por semana, por pelo menos 30 minutos diários, apresentaram índices de qualidade superiores nos domínios físico e psicológico<sup>15</sup>. Além disso, também foi observado que os estudantes praticantes de exercícios físicos, obtiveram

melhores domínios psicológicos, dos diversos domínios avaliados na qualidade de vida, em relação aos não praticantes de exercícios<sup>16</sup>.

Na pesquisa envolvendo 400 estudantes de medicina, em relação aos sintomas depressivos, foram encontradas em 79% dos entrevistados, sendo 29% com grau leve, 31% moderado e 19% grave, com base no questionário estruturado de informações gerais dos estudantes e do Inventário de Beck – IDB. Este último possui quatro categorias de classificação dos sintomas depressivos, sendo de nenhum ou mínimo sintoma (0 a 3); sintoma leve (4 a 7); sintoma moderado (8 a 15) e sintoma grave (superior a 16)<sup>17</sup>.

Durante a pandemia do COVID-19, professores universitários, de ambos os sexos, com idade de 25 a 62 anos, que lecionam em cursos superiores da área da saúde, em uma instituição de ensino superior privada, apresentaram pontuação de nove dos sintomas da depressão, sendo considerada mediana, com valores variando de zero a 42 pontos, referentes à escala DASS(21)<sup>18</sup>. A mediana para os casos de ansiedade foi seis, variando de zero a 42 pontos. E a mediana para o estresse apresentado foi 16,0, variando de zero a 40 pontos<sup>18</sup>. Os mesmos autores<sup>18</sup> observaram que 50%, 34,6% e 42,6% dos professores apresentaram sintomas de depressão, de ansiedade e de estresse, respectivamente.

No estudo realizado em 2020, foram avaliados 139 estudantes de medicina da UFSC e observou-se que os estudantes dos semestres iniciais do curso (1º e 3º) apresentaram significativamente mais sintomas depressivos, com pior qualidade de vida e maiores escores na avaliação de neurose quando comparados aos estudantes dos semestres finais (8º e 12º)<sup>19</sup>. Conforme literatura consultada<sup>1,19</sup>, foi possível observar que os estudantes de medicina das fases iniciais de seu curso, necessitaram de atenção mais específica dos gestores educacionais. Deste modo, determinar os momentos em que os estudantes são mais suscetíveis a sintomas mentais pode ajudar na implementação de estratégias para promover o bem-estar físico, mental e emocional.

Os objetivos deste estudo foram estimar a prevalência da ansiedade, da depressão e do estresse entre os estudantes de graduação e também averiguar, para a patologia de maior relevância estatística, quais fatores sociodemográficos e da escala de problemas/sintomas podem estar associados com os maiores riscos para os estudantes.

## METODOLOGIA

Caracterizada como estudo transversal, a pesquisa foi realizada com estudantes de graduação de um centro universitário privado localizado no interior de Minas Gerais. O período de realização ocorreu entre os meses de março de 2023 a fevereiro de 2024. Os cursos abordados foram Administração, Ciências da computação, Ciências contábeis, Direito, Educação física, Enfermagem, Estética, Fisioterapia, Medicina, Nutrição, Odontologia, Pedagogia e Psicologia. Foram excluídos os estudantes menores de dezoito anos, os ausentes às aulas nos dias da coleta de dados, aqueles que não preencheram o questionário ou se recusaram a participar, bem como os questionários que não tiveram respostas das questões referentes ao DASS(21), que permitiriam a geração de resultados fidedignos da pesquisa.

O instrumento utilizado foi o questionário de autorrelato, estruturado e que necessitava de 20 minutos, em média, para total preenchimento. Ele continha questões sobre os dados sociodemográficos, como idade, sexo, renda familiar, com quem moram, filhos, animal de estimação, já pensou em desistir do curso, frequência de exercícios físicos. Também trazia questões sobre a escala de problemas/sintomas que podem estar associadas a depressão, a ansiedade e ao estresse, conforme avaliação do DASS(21), apresentada na Tabela 1<sup>21</sup>. Esta escala possui 21 itens e é uma estimativa da prevalência de sintomas, sem correlação precisa com o diagnóstico clínico de transtornos ansiosos ou depressivos ou estressantes. Utilizando um questionário com a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse para Adolescentes (EDA-E-A)<sup>20</sup>, versão adaptada, concluiu que a mesma apresentou qualidades psicométricas favoráveis e mostrou uma ferramenta simples e adequada para o levantamento de sintomas de depressão, ansiedade e estresse para adolescentes brasileiros. Foi considerado que os sintomas de gravidade moderada, forte e extremamente forte são indicativos de alerta, para indicação de intervenção de especialista no assunto.

**Tabela 1.** Guia para escala de depressão, ansiedade e estresse<sup>21</sup> – DASS(21)

Gravidade	Depressão	Ansiedade	Estresse
Normal	0 a 9	0 a 7	0 a 14
Leve	10 a 13	8 a 9	15 a 18
Moderada	14 a 20	10 a 14	19 a 25
Forte	21 a 27	15 a 19	26 a 33
Extremamente forte	Maior que 27	Maior que 19	Maior que 33

Foram consideradas apenas as variações de com quem moram; de idade; de sexo; se possui animais; se possui filhos; se já pensou em desistir do curso; qual a renda familiar; se pratica

exercícios físicos. Assim, essas variáveis foram comparadas para a geração dos padrões de ansiedade, de depressão ou de estresse, conforme classificação<sup>21</sup> das variáveis do DASS(21). Contudo, foi necessário ajustar o valor do somatório dos escores atribuídos a cada estudante, uma vez que os valores apresentados pela Tabela 1 representam os escores para o DASS completo, que contém 42 itens, diferentemente da DASS(21). Assim, foi necessário multiplicar os somatórios dos escores obtidos por dois<sup>21</sup>.

Os dados foram tabulados, categorizados e processados pelo software IBM SPSS Statistics V21 x 86, para verificar a existência ou não de correlações significantes entre as variáveis e identificando os mais importantes fatores. Paralelamente, foram realizadas as análises discriminante e fatorial entre os escores dos fatores, para cada enfermidade isoladamente, via software GRETL, que é de livre acesso. Também realizou as análises descritivas dos dados e a regressão *stepwise*, buscando qual o melhor fator para cada enfermidade, com a devida probabilidade encontrada pela análise.

A pesquisa possui aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP), com o parecer N° 5.714.095 e CAAE N° 64052422.4.0000.8108.

## RESULTADOS

Na Tabela 2, observam-se os resultados, frequência e percentual, dos dados sociodemográfico dos estudantes de graduação de um centro universitário privado, localizado no interior do Estado de Minas Gerais. Dos 2044 estudantes regularmente matriculados, previstos para a participação nesta pesquisa, obteve-se a representação média efetiva de 48,1% de participação.

**Tabela 2.** Perfil sociodemográfico de estudantes da instituição de ensino superior privada, em 2023.

Perguntas	Respostas	Frequência	%
Qual sexo? (n=959)	Feminino	575	60,0
	Masculino	384	40,0
Qual idade? (n=953)	Até 21 anos	568	58,3
	22 anos ou mais	406	41,7
Possui filho? (n=953)	Sim	76	8,0
	Não	877	92,0
Possui animal de estimação? (n=950)	Sim	526	55,4
	Não	424	44,6
Iniciou ou completou outro curso superior? (n=957)	Sim	197	20,6
	Não	760	79,4
Pensa ou já pensou em desistir do curso? (n=951)	Sim	443	46,6
	Não	508	53,4
Usa celular durante a aula? (n=946)	Sim	731	77,3
	Não	215	22,7

Qual a situação ocupacional? (n=952)	Somente estudante	352	37,0
	Estudante/Estagiário	140	14,7
	Estudante/Empregado	460	48,3
Qual a renda pessoal? (n=950)	Não possui renda	288	30,3
	Menos de salário mínimo	197	20,7
	De 1 a 5 salários mínimos	430	45,3
	De 6 ou mais	35	3,7
Tempo médio de uso de redes sociais? (n=790)	Até 4 horas	445	55,3
	5 horas ou mais	362	44,9
	Sair com amigos	347	36,8
Qual a melhor escolha para o relaxamento no final de semana? (n=942)	Dormir	200	21,2
	Ficar em casa sozinho	108	11,5
	Assistir filmes e séries	287	30,5

Os resultados, em frequência e percentual, das respostas associadas à saúde dos estudantes, regularmente matriculados nos 13 cursos de graduação, da referida instituição de ensino superior privada, no ano de 2023 e que se dispuseram responder o questionário, encontram-se listados na Tabela 3.

Na Tabela 4 encontram-se apresentadas as distribuições, numéricas e percentuais, dos somatórios dos efeitos psicológicos vinculados à depressão, à ansiedade ou ao estresse. Cabe ressaltar que suas existências foram relatadas pelos próprios estudantes entrevistados. Os referidos efeitos foram analisados de forma isolada, não havendo interferência dos fatores de uma patologia sobre a outra. Também se observa que as distribuições obtidas encontram-se divididas por classe de gravidade<sup>21</sup>, presente no guia para escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS(21)).

242

**Tabela 3.** Variáveis associadas à saúde dos estudantes maiores de 18 anos, regularmente matriculados em 13 cursos de graduação de uma instituição de ensino superior privada, no ano de 2023

Perguntas	Respostas	Frequência	%
Dificuldade de pegar no sono (n = 947)	Sim	337	35,6
	Não	610	64,4
Acorda com frequência a noite (n = 946)	Sim	268	28,3
	Não	678	71,7
Frequência semanal de atividade física (n = 903)	Uma vez	9	1,0
	Duas vezes	208	23,0
	3 vezes por semana	138	15,3
	4 vezes por semana	86	9,5
	5 vezes por semana	184	20,4
	6 vezes por semana	8	0,9
	7 vezes por semana	40	4,4
	Não prática	230	25,5
Doenças crônicas (n = 179)	Diabetes	09	4,8
	Doenças cardiovasculares	15	8,1
	Doenças do aparelho respiratório	86	46,2
	Doenças do aparelho reprodutor feminino	12	6,5
	Saúde mental	23	12,4
	Endocrinológicas	11	5,9

Alérgicas	05	2,7
Hematológicas	04	2,2
Doença renal	01	0,5
Autoimune	02	1,1
Trato gastrointestinal	03	1,6
Reumatológica	02	1,1

**Tabela 4.** Distribuição numérica e percentual do somatório dos efeitos psicológicos vinculados à depressão, à ansiedade ou ao estresse, por de classe de gravidade, com base no DASS(21)

Gravidade	Depressão		Ansiedade		Estresse	
	Número	%	Número	%	Número	%
Normal	253	27,6	265	28,9	308	33,6
Leve	100	10,9	63	6,9	115	12,5
Moderada	202	22,0	171	18,6	174	19,0
Forte	124	13,5	104	11,3	191	20,8
Extremamente forte	238	26,0	314	34,2	129	14,1
<b>TOTAL</b>	<b>917</b>	<b>100,0</b>	<b>917</b>	<b>100,0</b>	<b>917</b>	<b>100,0</b>

Durante a análise da frequência das respostas de cada fator, observou que apenas as respostas dos fatores com quem mora, fato de desistir do curso, realização ou não de exercícios físicos, idade, fato de possuir animais, fato de possuir filhos, renda mensal e tipo de sexo apresentaram boa interação com a manifestação da depressão, conforme relatado pelos próprios estudantes entrevistados. Assim, somente esses fatores foram correlacionados e os dados das respectivas correlações e probabilidades encontram-se na Tabela 5.

**Tabela 5.** Análise dos fatores de maior frequência de respostas em relação a depressão

Fator	Coefficiente de correlação	Erro padrão	Razão "T"	Probabilidade
Com que mora	0,414	0,133	3,11***	$2,00 \times 10^{-3}$
Desistir do curso	-3,001	0,382	-7,85***	$1,19 \times 10^{-14}$
Exercícios físicos	0,218	0,082	2,64***	$8,40 \times 10^{-3}$
Idade	-0,098	0,038	-2,60***	$9,50 \times 10^{-3}$
Possui animais	-0,765	0,378	-2,02**	$4,36 \times 10^{-2}$
Possui filhos	-0,738	0,835	-0,88 n.s.	$3,77 \times 10^{-1}$
Renda	-0,032	0,211	-0,15 n.s.	$8,78 \times 10^{-1}$
Sexo	2,441	0,391	6,24***	$6,51 \times 10^{-10}$

\* significativo; n.s. não significativo.

## DISCUSSÃO

Na análise geral dos dados sociodemográfico de estudantes dos cursos de graduação do referido centro universitário privado (TABELA 2), observou-se que a população acadêmica foi formada, em sua maioria, por estudantes do sexo feminino (60,0%); que possui idade até 21 anos (58,3%); que não possui filhos (92,0%); que possui animais de estimação (55,4%); que já realizou ou encontra-se realizando outro curso superior simultaneamente (79,4%); que deseja concluir seu curso atual sem pensamentos de desistência do mesmo (53,4%); que faz uso do celular durante a aula (77,3%); que além dos estudos se dedica a outra atividade remunerada, como bolsa (estágio ou iniciação científica) ou trabalho formal (63,0%); que possui renda pessoal de um a cinco salários mínimos (66,0%); que em média utiliza as redes sociais em até quatro horas diárias (55,3%) e que prefere estar com amigos para o relaxamento nos finais de semana (36,8%). Destacam-se os fatores de não possuir filhos, de não ter iniciado ou completado outro curso superior e de usar celular em sala de aula, que apresentaram os maiores percentuais entre os estudantes entrevistados, sendo de 92,0% (877 estudantes), 79,4% (760 estudantes) e 77,3% (731 estudantes), respectivamente.

A mediana da idade dos estudantes entrevistados foi de 21 anos. A idade mínima foi de 18 anos, devido o caráter da pesquisa que não permitiu a participação de menores de idade. A máxima idade entrevistada foi de 69 anos. O desvio padrão do corpo amostral foi de 5,946 anos. O tempo médio de utilização das redes sociais pelos estudantes apresentou média de 4 horas diárias, com valores de mínimo e máximo de um e 15, respectivamente. Toda essa variação mostrou o desvio padrão amostral de 2,805 horas.

Na análise geral dos dados dos fatores psicológicos apresentados pelos estudantes dos cursos de graduação do referido centro universitário (TABELA 3), observou que os maiores percentuais estão relacionados aos estudantes que não possuem dificuldades de pegar no sono e que não acordam com frequência durante a noite. Além disto, grande parte, aproximadamente 75% dos estudantes pratica exercícios físicos semanais, com maior concentração de 2 a 5 vezes por semana. As doenças mais destacadas por 179 estudantes entrevistados foram as doenças respiratórias, com 46,2% (86 estudantes), seguidas pela saúde mental, com 12,4% (23 estudantes).

De forma específica para a depressão (TABELA 4), observou-se que 61,5%, que totalizou 565 estudantes entrevistados, informaram que apresentavam quadro com sinal de alerta, pois foram classificados<sup>21</sup> com gravidade de moderada até extremamente forte, conforme Guia DASS(21). Cabe ressaltar que este percentual, que pode ser considerado alto, teve como base

apenas o sentimento expresso dos entrevistados, que não necessariamente possuía qualquer tipo de diagnóstico realizado por profissionais da área. Ainda assim, é possível que as sintomatologias relatadas como moderadas a extremamente fortes necessitem de avaliação médica ou psicológica para detecção de patologias e se seria cabível de intervenção.

Para a ansiedade, pode-se observar que 64,1%, que totalizou 589 estudantes entrevistados, relataram que apresentavam quadro de ansiedade moderada a extremamente forte. Esse percentual foi semelhante<sup>22</sup> aos percentuais apresentados para a depressão, nas categorias de gravidade<sup>21</sup> do DASS(21).

A presença de estresse nas classes de gravidade de moderado a extremamente forte, conforme categorias de gravidade<sup>21</sup> do DASS(21) foi apontada em 53,9%, totalizando 494 estudantes entrevistados. Esse percentual apresentado pelo estresse foi inferior aos apresentados para a ansiedade e depressão. Considerando que normalmente o desenvolvimento da depressão passa pelo quadro de forte estresse<sup>22</sup>, os dados obtidos apresentam-se em desconformidade com o normalmente esperado. A explicação para esse desconformidade pode estar associado a dificuldade que os estudantes entrevistados possuem em reconhecer que estão sujeitos aos malefícios do estresse das tarefas do dia-a-dia e acreditam estarem em normalidade de sua vida. Este sentimento é desenvolvido devido a presença constante de fatores estressantes no cotidiano acadêmico e também social.

245

Pela na análise de *Stepwise*, entre os fatores mais frequentemente obtidos, pela percepção e relato dos estudantes entrevistados, observou a separação em dois grupos para o desencadeamento do aparecimento da depressão (TABELA 5). Primeiramente temos o grupo de fatores de possuir filhos e de renda mensal que se mostraram não significativos. Assim, estes referidos fatores não interferiram no quadro patológico da depressão dos estudantes entrevistados, segundo relato dos mesmos. Posteriormente, observou-se o segundo grupo de fatores como, com que mora, idade, pensamento de desistir do curso atual, possuir animais de estimação, realização de exercícios físicos e tipo de sexo, que foram todos significativos. Assim, estes referidos fatores apresentaram correlação com o quadro patológico da depressão dos estudantes entrevistados, conforme os próprios relatos.

Dentre os fatores que se mostraram significativos, que representam possibilidade de interferência no quadro patológico da depressão, pode-se dividir em duas categorias, sendo aqueles fatores com correlações positivas (com que mora = 0,414; realização de exercícios físicos

= 0,218 e tipo de sexo = 2,441) e os fatores com correlações negativas (desistir do curso = -3,001; idade = -0,098 e possuir animais = -0,765).

No caso das correlações positivas, destaca-se o fator tipo de sexo (Razão-T = 6,64 e p-valor =  $6,51 \times 10^{-10}$ ). Assim, para o sexo feminino a correlação apresentou-se alta e significativa, mostrando a maior percepção de quadro depressivo entre as mulheres, comparativamente aos homens<sup>23,24</sup>.

Semelhantemente, para o caso das correlações negativas, destaca-se que o fator desistir do curso (Razão-T = -7,85 e p-valor =  $1,19 \times 10^{-14}$ ) que apresentou correlação alta e significativa para os estudantes que não possuíam pensamento de desistir do atual curso. Observa-se que a correlação negativa mostrou que o sentimento de desistência do atual curso pelos estudantes mostrou a relação com o desenvolvimento do quadro depressivo<sup>25</sup>.

## CONCLUSÕES

Os resultados dos questionários numa população de estudantes de um centro universitário privado permitiram concluir que não se deve ignorar o elevado nível de ansiedade, de depressão e de estresse dos estudantes universitários. Assim, os mesmos requerem acompanhamento especializado para evitar o aparecimento e o agravamento da depressão.

246

Também concluiu-se que deve ser dado cuidado aqueles que não têm o apoio familiar frequente, com necessidade de estímulos para a prática de exercícios físicos, devido a influência direta dos praticantes de exercícios físicos na intervenção de quadros depressivos, ansiosos e de estresse. Além disto, com a prática de exercícios físicos tem-se a tendência de melhoria de outras condições de saúde e melhorando a qualidade de vida de acadêmicos.

Para embasar as tomadas de decisão dos setores acadêmicos, teve-se ressaltar a importância dos fatores com que moram, idade do estudantes, pensamento de desistir do curso, possuir animais de estimação, possuir filhos, realização de exercícios físicos, renda e tipo de sexo, que se mostraram com boa interação com o relato de caráter depressivo.

## AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem ao Centro Universitário Governador Ozanam Coelho (UNIFAGOC) pelo apoio institucional e pela concessão de bolsa de Iniciação Científica, fatores primordiais para o desenvolvimento da pesquisa.

Os autores também agradecem aos professores José Reinaldo Moreira da Silva (UFLA) e Cristina Lelis Leal Calegario (UFLA), pela grande atenção dispensada que se tornou essencial para que o projeto fosse concluído.

## REFERÊNCIAS

1. COSTA, D. S.; Medeiros, N. S. B.; Cordeiro, R. A.; Frutuoso, E. S.; Lopes, J.M; Moreira, S. N. T. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. **ARTIGO ORIGINAL • Rev. bras. educ. med.** 44 (01) 2020. <https://www.scielo.br/j/rbem/a/KcypBsxmXSmQgDgKNqNkhPy/#>, acessado em 19 de fevereiro de 2024.
2. MALAJOVICH, N.; Vilanova, A.; Frederico, C.; Cavalcanti, M.T.; Velasco, L.B. A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes. **Mental** 2017; 11(21):356-77. 2017.
3. PADOVANI, R. C; Neufeld, C.B.; Maltoni, J.; Barbosa, L.N.F.; Souza, W.F.; Cavalcanti, H.A.F. et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Rev. bras. ter. cogn.** 2014; 10(1):2-10. 2014.
4. MOREIRA, S. N. T.; Vasconcellos, R. L. S. S.; Heath, N. Estresse na Formação Médica: como Lidar com Essa Realidade? Revista Brasileira de Educação Médica (Online), v. 39, p. 558-564, 2015. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n4e03072014>.
5. TEIXEIRA, A. M. F.; Coulon, A. O ofício de estudante: a entrada na vida universitária. Educ. Pesqui., - FAE/USP, São Paulo, v.43, n.44, p. 239-1250, out./dez. 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-9702201710167954> (Tradução/Artigo).
6. VASCONCELOS, T.C.: Dias, B.R.T.; Andrade, L.R.; Melo, G.F.; Barbosa, L.; Souza, E. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Rev. bras. educ. med** . 2015;39(1):135-42. 2015
7. ALVES, T. C. T. F. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. **Rev Med (São Paulo)**. Jul.-Set.; 93(3):101-5. 2014. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v93i3p101-105>.
8. LIMONGI-FRANÇA, A. C.; França, A. C. L.; Arellano, E. B. Análise crítica dos indicadores dos programas de qualidade de vida no trabalho no Brasil. Revista Gestão Industrial, O mundo da Saúde, São Paulo V. 37(2), p. 141-151. 2013.
9. CHAGAS, M. I. O. O estresse na reabilitação: a Síndrome da Adaptação Geral e a adaptação do indivíduo à realidade da deficiência ACTA FISIATR. 2010; 17(4): p.193-199. 2010. [https://www.Revista.usp.br > article > download PDF](https://www.Revista.usp.br/article/download/PDF).
10. MAO Y, Zhang N, Liu J, Zhu B, He R, Wang X. A systematic review of depression and anxiety in medical students in China. **BMC Med Educ.** 2019 Sep 2;19(1):327. DOI: 10.1186/s12909-019-1744-2. PMID: 31477124; PMCID: PMC6721355.
11. ROTENSTEIN, L.S.; Ramos, M.A.; Torre, M.; Segal, J.B.; Peluso, M.J.; Guille, C; Mata, D. A. Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. **JAMA.** 2016. 316(21):2214. Acessado em 19 de fevereiro de 2024

12. MAIA, H. A. A. S.; Assunção, A. C. S.; Silva, C. S.; Santos, J. L. P.; Menezes, C. J. J.; Bessa Júnior, J. Prevalência de Sintomas Depressivos em Estudantes de Medicina com Currículo de Aprendizagem Baseada em Problemas. **Rev. bras. educ. med** (ONLINE), v. 44, p. 1-7, 2020.
13. SANTOS, L. B.; Nascimento, K. G.; Fernandes, A. G. O.; Silva, T. C. R. Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. SMAD. Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas. Versão On-line ISSN 1806-6976. SMAD, **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.) vol.17 no.1 Ribeirão Pr. eto jan./mar. 2021<http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.167804>
14. SANTOS, J. C.; Santos, M. L. C. Descrevendo o Estresse. **PRINCIPIA**, João Pessoa, n.12, Abr.2005:51-57. 2005. <https://periodicos.ifpb.edu.br/index.php/principia/article/viewFile/312/269>. Acessado em 20 de março de 2024.
15. MIRANDA, I. M. M.; Tavares, H. H. F.; Silva, H. R. S.; Braga, M. S.; Santos, R. O.; Guerra, H. S. Qualidade de Vida e Graduação em Medicina. **REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA** (ONLINE), V. 44(3), p. e086, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.3-202000068>.
16. BRAGA, M. C. B. A.; Silva, P. M. L.; Reis, R. C. Qualidade de vida entre estudantes de medicina praticantes de esportes. **Res Soc Dev.** 2023. Acessado em 19 de fevereiro de 2024;12(5):e1712541339.
17. ABRÃO, C. B.; Coelho, E. P.; Passos, L. B. S. Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de Medicina da Universidade Federal de Uberlândia. **Rev. bras. educ. med.** 32 (3):315-23 Set 2008. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022008000300006>.
18. FREITAS, R. F.; Ramos, D. S.; Freitas, T. F.; Souza, G. R.; Pereira, É. J.; Lessa, A. C. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **JORNAL BRASILEIRO DE PSIQUIATRIA** (ONLINE), v. 70, p. 283-292, 2021. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>
19. BORGES, G. B. M.; Eidt, I.; Zilli, L. N.; Michels, A. M. M. P.; Diaz, A. P. Defense mechanisms and quality of life of medical students according to graduation phase. **Trends in psychiatry and psychotherapy**, 42(1), p. 74-81. DOI: 10.1590/2237-6089-2019-0022. 2020.
20. PATIAS, N. D.; Machado, W. L.; Bandeira, D. R.; Dellaglio, D. D. Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form: Adaptação e Validação para Adolescentes Brasileiros. **Psico-USF** 21 (3). Sep-Dec 2016 p.459-469, 2016. <https://doi.org/10.1590/1413-82712016210302>
21. GOMEZ, F. A guide to depression, anxiety and stress scale. S.D.
22. BRESOLIN, J. Z.; Dalmolin, G. L.; Vasconcellos, S. J. L.; Andolhe, R.; Morais, B. X.; Lanes, T. C. Stress and depression in university health students. **Rev Rene**, v. 23, p. e71879, 2022. versão On-line ISSN 2175-6783. versão impressa ISSN 1517-3852. **Rev. Rene** vol.23. Fortaleza. 2022 Epub 26-Maio-2022. <http://dx.doi.org/10.15253/2175-6783.20222371879>

23. BASSOLS, A.; Siqueira, M.; Carneiro, B.B.; Guimarães, G.C.; Okabayashi, L.M.S.; Carvalho, F.G.; Eizirik, C.L. Estresse e coping em uma amostra de estudantes de medicina no Brasil. **Arquivos de Psiquiatria Clínica**, v.42, n.1, p.1-5, 2015.
24. CESTARI, V. R. F.; Barbosa, I. V.; Florêncio, R. S.; Pessoa, V. L. M. D. P.; Moreira, T. M. M. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.30, n.2, p.190-196, 2017.
25. GARBIN, A. J. I; Santos, L. F. P.; Garbin, C. A. S.; Saliba, T. A.; Saliba, O. Insatisfação com o curso e suicídio: saúde mental do estudante de Odontologia. **Archives of Health Investigation**, v. 9, p. 222-227, 2020.