

ASSOCIAÇÃO DOS FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS AOS NÍVEIS DE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESTRESSE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Raphael Costa dos Santos¹
Matheus Lourenço Fernandes de Oliveira²
Gabriel Duarte Gomes³
Camila Grasielle Araújo de Oliveira⁴
Lucas Raphael Bento e Silva⁵

RESUMO

Este estudo em questão tem a intencionalidade de investigar os estudantes universitários da área da saúde, com o objetivo de identificar traços de estresse e depressão entre eles. A pesquisa abrangeu uma amostra de cento e onze indivíduos de ambos os sexos, selecionados com base na condição de serem alunos matriculados em algum curso da área da saúde. Esses participantes responderam a alguns questionários abrangentes, cujas seções visavam coletar informações relevantes. Os dados coletados foram tabulados para possibilitar a quantificação dos fatores e obtenção de resultados conclusivos. Ao concluir a investigação, constatou-se que as mulheres apresentam maior propensão a manifestar sinais de estresse e depressão. Esses resultados destacam a necessidade de promover a conscientização sobre a importância da saúde mental e de reduzir o estigma associado aos transtornos mentais. É fundamental que medidas sejam tomadas para oferecer suporte adequado e intervenções preventivas visando o bem-estar emocional dos estudantes universitários da área da saúde.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Estresse; Fatores Sociodemográficos.

ASSOCIATION OF SOCIODEMOGRAPHIC FACTORS WITH LEVELS OF ANXIETY, DEPRESSION AND STRESS IN UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

This study aims to investigate university students in the healthcare field in order to identify signs of stress and depression among them. The research included a sample of one hundred and eleven individuals of both sexes, selected based on their enrollment in a healthcare-related course. These participants responded to comprehensive questionnaires with sections designed to collect relevant information. The collected data were tabulated to enable the quantification of factors and the attainment of conclusive results. Upon concluding the investigation, it was found that women are more prone to exhibiting signs of stress and depression. These findings emphasize the need to promote awareness about the importance of mental health and to reduce the stigma associated with mental disorders. It is crucial to take measures to provide adequate support and preventive interventions to enhance the emotional well-being of university students in the healthcare field.

Keywords: Anxiety; Depression; Stress; Sociodemographic Factors.

¹ Bacharel em Educação Física – UEG/UnU/ESEFFEGO, E- mail: raphaelcsantos1@gmail.com;

² Bacharel em Educação Física – UEG/UnU/ESEFFEGO, E- mail: lourencomatheus1250@gmail.com;

³ Acadêmico do curso de Educação Física – UEG/UnU/ESEFFEGO, E- mail: gabrieldugom@gmail.com;

⁴ Professora, mestra, dos cursos do Centro Universitário Araguaia. E-mail: camila.grasielle@uniaraguaia.edu.br

⁵ Professor, doutor, dos cursos do Centro Universitário Araguaia. E-mail: lucas.silva@uniaraguaia.edu.br.

INTRODUÇÃO

A ansiedade é um estado emocional que muitas pessoas experimentam em situações de estresse, medo ou incerteza. De acordo com Bandelow e Michaelis (2015), a ansiedade é uma resposta adaptativa que ajuda a preparar o indivíduo para lidar com ameaças potenciais. No entanto, quando a ansiedade se torna excessiva e persistente, pode levar a transtornos de ansiedade, que afetam significativamente a qualidade de vida.

Os transtornos de ansiedade incluem transtorno de ansiedade generalizada, transtorno obsessivo-compulsivo, transtorno do pânico, fobia social e transtorno de estresse pós-traumático, entre outros (CRASKE E STEIN, 2016). Esses transtornos envolvem sintomas como preocupação excessiva, medo, evitação e rituais compulsivos. Eles podem ser tratados com terapias comportamentais e farmacológicas, mas muitas pessoas com transtornos de ansiedade não recebem o tratamento adequado.

A compreensão da ansiedade e dos transtornos de ansiedade é importante para a identificação precoce e o tratamento eficaz desses problemas de saúde mental. Além disso, é importante que haja mais conscientização e desestigmatização em torno dos transtornos de ansiedade, para que aqueles que sofrem desses problemas possam buscar ajuda e apoio. Como afirmam Craske e Stein (2016), "reduzir a carga de doenças mentais é um dos principais desafios da saúde pública atualmente".

A pandemia de COVID-19 tem tido um grande impacto na saúde mental das pessoas em todo o mundo, e a ansiedade e a depressão têm sido dois dos transtornos mais comuns. De acordo com um estudo realizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a prevalência de ansiedade e depressão aumentou em cerca de 25% em todo o mundo durante a pandemia (HOLMES et al., 2020). Esse aumento pode ser atribuído a vários fatores, incluindo o medo da infecção, a incerteza em relação ao futuro e as consequências econômicas e sociais da pandemia.

Além disso, o aumento da ansiedade e da depressão pode ter consequências significativas na vida das pessoas. A ansiedade pode levar a sintomas como preocupação excessiva, tensão muscular e problemas de sono, enquanto a depressão pode causar uma diminuição da energia, perda de interesse em atividades cotidianas e sentimentos de tristeza ou desesperança (HOLMES et al., 2020). Esses sintomas podem afetar a qualidade de vida e a capacidade das pessoas de realizar suas atividades diárias.

A ansiedade é um transtorno mental comum em universitários, devido ao estresse e pressão acadêmica, além de outros fatores relacionados ao ambiente universitário, como a transição para a vida adulta, mudança de rotina e socialização em um novo ambiente.

Outro fator que pode estar associado ao aumento da ansiedade em universitários é o uso excessivo de tecnologia, como redes sociais e jogos eletrônicos, que podem afetar negativamente a saúde mental dos estudantes (LIU et al, 2022). Além disso, a pandemia de COVID-19 também tem sido um fator estressor para universitários, que enfrentaram mudanças na rotina acadêmica, isolamento social e incertezas em relação ao futuro (GUNDIM et al, 2021).

É importante que as universidades ofereçam suporte e recursos para ajudar os estudantes a lidarem com a ansiedade e outros problemas de saúde mental. Programas de prevenção e tratamento, como terapia cognitivo-comportamental e mindfulness, podem ser úteis para ajudar os universitários a gerenciarem seus sintomas de ansiedade (XU et Al, 2023). Além disso, promover a conscientização sobre a importância da saúde mental e reduzir o estigma em relação aos transtornos mentais também é fundamental para garantir um ambiente acadêmico saudável e acolhedor para todos os estudantes.

Os resultados deste estudo podem fornecer insights importantes sobre a prevalência e o impacto da ansiedade em estudantes universitários da área da saúde,

contribuindo para a conscientização sobre a importância da saúde mental nesse contexto específico. Além disso, os dados coletados podem subsidiar a implementação de estratégias e programas de suporte e prevenção destes transtornos, visando melhorar o bem-estar dos estudantes e promover um ambiente acadêmico saudável e acolhedor.

Com isso, o objetivo deste estudo é investigar a prevalência e o impacto dos transtornos mentais em estudantes universitários da área da saúde, considerando o contexto pós-pandemia de COVID-19. Pretende-se também avaliar o estado de saúde mental desses estudantes, identificando a presença de sintomas de ansiedade e suas possíveis relações com outras variáveis, como idade, sexo, estado civil e escolaridade.

METODOLOGIA

O presente estudo possui um caráter observacional do tipo transversal e foi realizado em 10/03/2023 até 20/04/2023. Trata-se de um estudo que coleta dados em um momento específico, sem a realização de intervenções ou manipulação deliberada de variáveis.

A amostra do estudo foi composta por estudantes universitários do curso da saúde, incluindo estudantes da Universidade Estadual de Goiás e outras universidades. O número total de participantes foi de 111 estudantes universitários. O critério de inclusão foi ser estudante da área da saúde.

O estudo utilizou um questionário online, por meio da plataforma Google Forms, para coletar os dados. O prazo de coleta de dados foi prorrogado para permitir uma maior abrangência e participação de um número maior de pessoas. O presente estudo contém aprovação do Comitê de ética em pesquisa (39240920.5.0000.5078) sob o parecer nº 4.473.694, com isso, foram realizados todos os procedimentos em conformidade com as diretrizes estabelecidas para pesquisas.

DESENHO DO ESTUDO

O questionário aplicado consistiu em duas partes distintas. Na primeira parte, foram coletadas informações demográficas dos participantes, como idade, sexo, estado civil e escolaridade.

Na segunda parte do questionário, o estado de saúde mental dos participantes foi avaliado por meio da aplicação da Escala de Ansiedade e Estresse para Depressão (DASS-21). Essa escala é amplamente utilizada e possui base em estudos anteriores. Ela é composta por 21 itens de autorrelato, que avaliam o nível de ansiedade dos participantes. As respostas seguem uma escala Likert de quatro pontos, variando de 0 (Não se aplica a mim), 1 (Aplica-se a mim em algum grau ou parte do tempo), 2 (Aplicado a mim em grau considerável ou boa parte do tempo) e 3 (Aplicado a mim muito ou na maioria das vezes).

As pontuações da escala DASS-21 são classificadas com base na soma dos itens relevantes. Os pontos de corte para a subescala de ansiedade são: normal (<7), leve (8–9), moderada (10–14), grave (15–19) e extremamente grave (>20). Para a subescala de depressão, os pontos de corte são: normal (<9), leve (10–13), moderada (14–20), grave (21–27) e extremamente grave (>28). Por fim, para a subescala de estresse, os pontos de corte são: normal (<14), leve (15–18), moderada (19–25), grave (26–33) e extremamente grave (>34).

Essa abordagem permitirá a classificação do estado de saúde mental dos participantes de acordo com os critérios estabelecidos pela escala DASS-21.

ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados do presente estudo inicialmente foram analisados por meio da estatística descritiva e serão apresentados por meio de frequências absolutas e relativa para categorização da amostra e sua distribuição em relação às variáveis sociodemográficas, estilo de vida e autoavaliação de saúde.

Com isso, inicialmente a normalidade dos dados foi testada por meio do teste de Shapiro-Wilk, a homogeneidade de variâncias foi avaliada por meio do teste de Levene.

Ademais, a associação entre a autoavaliação do estado de saúde e o estilo de vida foi verificado por meio do teste de Qui-quadrado de independência.

O nível de significância foi adotado em 5% e as análises foram realizadas no software SPSS, versão 20.0.

RESULTADOS

A amostra desse estudo foi composta por 111 estudantes universitários matriculados em cursos superiores da área da saúde (Educação Física e Fisioterapia) de instituições públicas e privadas na cidade de Goiânia.

Grande parte dos estudantes era do sexo feminino (61,3%), com idade abaixo de 25 anos (73,9%), com índice de massa corporal – IMC – normal (68,5%), a maior parte está matriculada em instituição pública (57,7%), além dos estudos também trabalhavam (69,4%), e segundo os critérios da ABEP, a maioria pertence a classe econômica alta (68,5), conforme mostrado na tabela 1.

Tabela 1. Caracterização amostral em relação as variáveis sociodemográficas e autoavaliação de saúde

Características Sociodemográficas	FA	FR(%)
Sexo		
Feminino	68	61,3
Masculino	43	38,7
Idade		
Abaixo de 25	82	73,9
Acima de 25	29	26,1
Classificação IMC		
Normal	76	68,5
Acima	35	31,5
Tipo de Instituição		
Pública	64	57,7
Privada	47	42,3
Trabalho		
Não	34	30,6
Sim	77	69,4
Plano de Saúde		
Não	66	59,5
Sim	45	40,5
Classe Econômica		
Baixa	35	31,5
Alta	76	68,5

FA = frequência absoluta; FR = frequência relativa

Na tabela 2, apresenta-se os dados de prevalência da amostra em relação aos domínios ansiedade, depressão e estresse. Em relação a ansiedade, as mulheres apresentaram maior prevalência de ansiedade (75,0%), os estudantes com idade acima de 25 anos mostraram maior prevalência (75,9%), o índice de ansiedade em relação a classificação do IMC, tanto na classificação normal quanto aqueles com IMC acima do normal, apresentou percentual de 73,7% e 71,4%, respectivamente e, em relação a classe econômica, aqueles pertencentes a classe baixa apresentaram maiores de índices de ansiedade (76,3%).

No domínio depressão, fica evidente que os estudantes com idade abaixo de 25 anos apresentaram maior prevalência (70,7%), além disso, é importante reforçar a prevalência de 64,5% de escore aumentado naqueles integrantes da classe econômica baixa. Ademais, em relação ao domínio estresse, estratificando a prevalência pelos fatores sociodemográficos percebemos que os valores mostraram-se mais equiparados nas classificações normal e aumentada.

Tabela 2. Prevalência de ansiedade, depressão e estresse de acordo com os fatores sociodemográficos

	Ansiedade		Depressão		Estresse	
	Normal	Aumentado	Normal	Aumentado	Normal	Aumentado
Sexo						
Feminino	25,0	75,0	39,7	60,3	41,2	58,8
Masculino	30,2	69,8	32,6	67,4	51,2	48,8
Idade						
Abaixo de 25	28,0	72,0	29,3	70,7	47,6	52,4
Acima de 25	24,1	75,9	58,6	41,4	37,9	62,1
Classificação IMC						
Normal	26,3	73,7	35,5	64,5	46,1	53,9
Acima	28,6	71,4	40,0	60,0	42,9	57,1
Tipo de Instituição						
Pública	26,6	73,4	34,4	65,6	46,9	53,1
Privada	27,7	72,3	40,4	59,4	42,6	57,4
Trabalho						
Não	35,3	64,7	35,3	64,7	47,1	52,9
Sim	23,4	76,6	37,7	62,3	44,2	55,8
Classe Econômica						
Baixa	23,7	76,3	35,5	64,5	44,7	44,3
Alta	34,3	65,7	40,0	60,0	45,7	54,3

Dados expressos em frequência relativa (%).

Outrossim, após realização da associação entre os fatores sociodemográficos e os níveis de ansiedade, depressão e estresse, percebemos na tabela 3 que a depressão esteve associada estatisticamente a idade ($p = 0.007$), com os resultados mostrados na tabela anterior é certo que os estudantes mais jovens apresentaram maior prevalência de depressão, as demais associações não foram estatisticamente significativas.

Tabela 3. Associação entre fatores sociodemográficos e os níveis de ansiedade, depressão e estresse de estudantes universitários

	Ansiedade	Depressão	Estresse
Sexo	0.661	0.546	0.332
Idade	0.810	0.007	0.395
Classificação IMC	0.821	0.676	0.838
Tipo de Instituição	1.000	0.554	0.702
Trabalho	0.247	0.835	0.837
Classe Econômica	0.258	0.676	1.000

DISCUSSÃO

A relação entre as variáveis sociodemográficas sido objeto de estudo em estudantes universitários. Diversas pesquisas, como as realizadas por Silva et al., (2021) e Loureiro et al. (2016), investigaram essa relação e identificaram padrões significativos. Silva *et al.* (2021) examinaram as características sociodemográficas em estudantes universitários e encontraram associações entre variáveis como idade, sexo, renda familiar. Da mesma forma, Stock *et al.* (2012) investigaram a relação entre variáveis sociodemográficas em estudantes universitários, destacando a influência do sexo, da idade e do local de residência nessa percepção. Assim como este estudo ressalta a importância de considerar as características sociodemográficas em estudantes universitários (Tabela 1), proporcionando uma compreensão mais abrangente dos determinantes da saúde nessa população.

A ansiedade e a depressão são problemas de saúde mental prevalentes entre estudantes universitários, afetando significativamente seu bem-estar e desempenho acadêmico. De acordo com estudos realizados sobre a prevalência desses transtornos nessa população, constatou-se que a ansiedade e a depressão são questões relevantes e impactam negativamente a vida desses estudantes. Os fatores sociodemográficos, como gênero, idade e status socioeconômico (tabela 2), desempenham um papel importante na manifestação desses transtornos entre os universitários (Ibrahim et al., 2013). Esses resultados destacam a necessidade de intervenções e suporte adequados para promover a saúde mental dos estudantes universitários e mitigar os efeitos negativos da ansiedade e da depressão nessa fase crucial de suas vidas.

Ibrahim et al. (2013) revelou que certos fatores sociodemográficos estão associados a níveis mais elevados de ansiedade em estudantes universitários de enfermagem no Egito. Os resultados indicaram que a idade, o sexo e o estado civil foram preditores significativos de ansiedade nesse grupo de estudantes. Por outro lado, um estudo conduzido por Mohammed. (2020) examinou a relação entre fatores sociodemográficos e sintomas depressivos em estudantes universitários na Arábia Saudita. Os resultados mostraram que a idade, o sexo, o estado civil e o nível socioeconômico estavam associados aos sintomas depressivos nessa população. Assim, como analisado neste estudo (tabela 3), a depressão esteve associada estatisticamente a idade ($p = 0.007$).

A pandemia do COVID-19 causou um aumento significativo nos distúrbios psicológicos entre estudantes universitários. O isolamento social, as mudanças abruptas na rotina acadêmica e a incerteza em relação ao futuro têm gerado altos níveis de ansiedade, depressão e estresse nessa população (Maia & Dias, 2020). Os resultados da pesquisa indicaram que a pandemia teve um impacto negativo na saúde mental dos estudantes, com prevalência aumentada de sintomas ansiosos, depressivos e estressantes.

De acordo com um estudo conduzido por Azmiet et al. (2022), foi observado um aumento significativo na prevalência de transtornos de estresse, ansiedade e depressão em mulheres universitárias durante a pandemia do COVID-19. Os resultados revelaram que as mulheres apresentaram taxas mais elevadas de sofrimento psicológico em comparação com os homens, indicando uma maior vulnerabilidade desse grupo. Assim como apresentando neste estudo (tabela 2) as mulheres apresentaram maior prevalência de ansiedade (75,0%).

Estudantes universitários são suscetíveis a quadros de estresse, ansiedade e depressão devido a uma série de fatores complexos e inter-relacionados, conforme apontado no estudo de Fragelli e Fragelli (2021). A transição para a vida universitária traz consigo desafios significativos, como a pressão acadêmica, a adaptação a um novo ambiente social, o aumento das responsabilidades e a sobrecarga de tarefas. Esta mudança de mudança de hábitos e rotina pode ser um fator que faça com que no domínio depressão, os estudantes com idade abaixo de 25 anos apresentaram maior prevalência (70,7%) (tabela 2).

A partir dos estudos de Stallman (2010), Ibrahim et al. (2013), Bruffaerts et al. (2018) e Beiter et al. (2015), torna-se evidente a importância de mudar o cenário estressor, depressivo, solitário e ansioso que pode ser encontrado no ambiente acadêmico universitário. Essas pesquisas revelam uma alta prevalência de problemas de saúde mental, como ansiedade, depressão e estresse, entre os estudantes universitários, em comparação com a população em geral. Isso indica que o ambiente acadêmico pode ser um fator contribuinte significativo para o surgimento desses transtornos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Análise dos dados revelou que a ansiedade foi prevalente na amostra, com uma maior incidência entre as mulheres, os estudantes com idade acima de 25 anos, aqueles com IMC acima do normal e os pertencentes à classe econômica baixa.

No que diz respeito à depressão, observamos uma maior prevalência entre os estudantes mais jovens e aqueles pertencentes à classe econômica baixa. Não foram encontradas associações estatisticamente significativas entre os fatores sociodemográficos e os níveis de ansiedade e estresse.

Esses resultados destacam a importância de se considerar a saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde, especialmente em um contexto pós-pandemia. A ansiedade e a depressão são problemas comuns nesse grupo e podem afetar negativamente o bem-estar e o desempenho acadêmico. Portanto, é fundamental que as universidades ofereçam suporte e recursos adequados para ajudar os estudantes a lidarem com esses transtornos.

Além disso, é necessário promover a conscientização sobre a importância da saúde mental e reduzir o estigma associado aos transtornos mentais. Isso pode ser alcançado por meio da implementação de programas de prevenção e tratamento, como terapia cognitivo-comportamental e mindfulness, que podem ajudar os estudantes a gerenciar seus sintomas de ansiedade.

Em suma, os resultados deste estudo contribuem para a compreensão da prevalência e do impacto dos transtornos mentais em estudantes universitários da área da saúde. Essas informações podem subsidiar a implementação de estratégias e programas de suporte e prevenção desses transtornos, visando melhorar o bem-estar dos estudantes e promover um ambiente acadêmico saudável e acolhedor.

REFERÊNCIAS

- Azmi, F. *Et Al. Prevalence Of Covid-19 Pandemic, Self-Esteem And Its Effect On Depression Among University Students In Saudi Arabia.* *Frontiers.* 2022.
- Beiter, R. *Et Al. The Prevalence And Correlates Of Depression, Anxiety, And Stress In A Sample Of College Students.* *Journal Of Affective Disorders.* Vol. 173, P. 90-96, 2015.
- Bruffaerts, R. *Et Al. Mental Health Problems In College Freshmen: Prevalence And Academic Functioning.* 2018.
- Craske, M.G.; Stein, M.B. *Anxiety.* *Lancet.* V. 388, P. 3048-3059, 2016.
- 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, P. 1–21, 2021.
- Gundim, V. A. *Et Al. Saúde Mental De Estudantes Universitários Durante A Pandemia De Covid-19.* *Revista Baiana De Enfermagem,* Vol. 35, 2020.
- Holmes, E. A. *Et Al. Multidisciplinary Research Priorities For The Covid-19 Pandemic: A Call For Action For Mental Health Science.* *Lancet.* Vol. 7, P. 547-560, 2020.
- Ibrahim, A.K. *Et Al. A Systematic Review Of Studies Of Depression Prevalence In University Students.* *Journal Of Psychiatric Research.* Vol. 47, P. 391-400, 2013.
- Liu, M.; Lu, C. **Mobile Phone Addiction And Depressive Symptoms Among Chinese University Students: The Mediating Role Of Sleep Disturbances And The Moderating Role Of Gender.** 2022.
- Maia, B. R.; Dias, P. C. **Ansiedade, Depressão E Estresse Em Estudantes Universitários: O Impacto Da Covid-19. Seção Temática: Contribuições Da Psicologia No Contexto Da Pandemia Da Covid-19,** *Campinas,* Vol. 37, Ed. E200067, 2020.
- Mohammed, A. J. **Prevalência E Fatores Associados À Depressão Entre Estudantes De Medicina Da Arábia Saudita: Uma Revisão Sistemática.** *Journal Of Family Medicine And Primary Care,* Pag. 2608-2614. 2020.
- Stallman, H. M. **Psychological Distress In University Students: A Comparison With General Population.** *Australian Psychologist.* Vol. 45, P. 249-257, 2010.
- Silva, L. R. *Et Al. Physical Inactivity Is Associated With Increased Levels Of Anxiety, Depression, And Stress In Brazilians During The Covid-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study.* *Frontiers.* Vol. 11, 2020.
- Silva, A. C. S. *Et Al. Relação Entre Vivência Acadêmica E Ansiedade Em Estudantes Universitários.* *Contextos Clínic, São Leopoldo ,* V. 14, N. 2, P. 563-587, Ago. 2021.
- Stock, S. F. *Et Al. Percepção De Estudantes De Medicina Sobre Aprendizagem Da Relação Médico-Paciente Após Mudança Curricular.* *Revista Brasileira De Educação Médica.* 2012