



UNIVERSIDADE ESTADUAL
VALE DO ACARAÚ

UNIVERSIDADE ESTADUAL VALE DO ACARAÚ- UVA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE- CCS
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

THAÍS EMMANUELE PASSOS SOUSA

**SINTOMAS DA DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE ENTRE
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA
UNIVERSIDADE PÚBLICA NO INTERIOR DO CEARÁ E OS FATORES
ASSOCIADOS**

SOBRAL-CE

2024

THAÍS EMMANUELE PASSOS SOUSA

**SINTOMAS DA DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE ENTRE
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA
UNIVERSIDADE PÚBLICA NO INTERIOR DO CEARÁ E OS FATORES
ASSOCIADOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Enfermagem do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA, como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Professora Dra. Joyce Mazza
Nunes Aragão

SOBRAL-CE

2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação

Universidade Estadual Vale do Acaraú

Sistema de Bibliotecas

Sousa, Thaís Emmanuele Passos

Sintomas da Depressão, Ansiedade e Estresse entre estudantes universitários da área da saúde de uma Universidade Pública no interior do Ceará e os fatores associados / Thaís Emmanuele Passos Sousa. -- Sobral, 2024.

72 f. il.

Orientador: Prof^ª. Dr.^ª Joyce Mazza Nunes Aragão.

Trabalho de Conclusão de Curso - Graduação - Universidade Estadual Vale do Acaraú, Curso de Enfermagem, Centro de Ciências da Saúde

1. Saúde mental. 2. Estudantes de Ciências da Saúde. 3. Depressão. 4. Ansiedade. 5. Estresse. I. Título.

THAÍS EMMANUELE PASSOS SOUSA

**SINTOMAS DA DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE ENTRE
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA
UNIVERSIDADE PÚBLICA NO INTERIOR DO CEARÁ E OS FATORES
ASSOCIADOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Enfermagem do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA, como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Enfermagem.

Aprovado em 19 de junho de 2024.

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
gov.br JOYCE MAZZA NUNES ARAGAO
Data: 03/07/2024 22:11:39-0300
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

Dra. Joyce Mazza Nunes Aragão (Orientadora)

Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú – UVA

Documento assinado digitalmente
gov.br ELIANY NAZARE OLIVEIRA
Data: 03/07/2024 20:53:50-0300
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

Dra. Eliany Nazaré Oliveira (1ª Examinadora)

Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú – UVA

Documento assinado digitalmente
gov.br MARISTELA INES OSAWA VASCONCELOS
Data: 03/07/2024 20:50:00-0300
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

Dra. Maristela Inês Osawa Vasconcelos (2ª Examinadora)

Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú – UVA

Dedico este trabalho a Deus, pois permitiu vencer um grave problema de saúde, iluminando os profissionais de saúde que me atenderam, possibilitando, assim, que pudesse continuar a realizar os meus sonhos, juntamente com meus pais, meus familiares e amigos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, aos meus pais, Francisco José de Sousa e Francisca Maria Oliveira Passos, por serem minha base e maiores torcedores pelos meus sonhos, por, através de muito esforço, permitirem que eu viesse para Sobral estudar e finalizar minha graduação, sendo apoio em absolutamente tudo que necessito e que dão sentido às minhas conquistas.

Aos meus familiares, pois sempre que preciso estão dispostos a me ajudar nos momentos mais difíceis, em diversos aspectos.

Aos meus professores por todo o esforço, dedicação e competência ao ministrar aulas, em preceptorias, em orientações de trabalhos científicos e por serem inspiração de profissionais. Agradeço, especialmente, à professora Dra. Joyce Mazza Nunes Aragão por ter me orientado em dois projetos de Iniciação Científica, por ter me inserido como bolsista pelo Programa Institucional de Bolsas de Iniciação em Desenvolvimento Tecnológico e Inovação (PIBITI) do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e pelo programa de Bolsa de Iniciação Científica e Tecnológica (BICT) da Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico (FUNCAP). permitindo que eu pudesse ter apoio financeiro e que enriquecesse meu aprendizado com os projetos nos quais fui envolvida. Além de tudo, pela orientação deste trabalho, pela paciência e atenção com minhas dúvidas e pelo compromisso com meu TCC. Agradeço, também, ao Professor Dr. Paulo Régis pela grandiosa contribuição com a análise estatística dos dados da pesquisa.

Aos meus amigos, especialmente à Nágyla e Tatiane por sempre serem apoio quando necessito, por me auxiliarem, inclusive, na minha trajetória acadêmica e profissional futuramente.

A todos os meus colegas de turma pelo acolhimento, especialmente à Vitória por desde o início estar comigo, compartilhando as dificuldades e alegrias da nossa trajetória acadêmica e que, juntamente com a Lígia, tornou tudo mais leve com nossas conversas, cafés da tarde e cumplicidade. No Internato I me aproximei da Gracinha, que também tornou tudo mais leve e divertido. A Aléxia pela parceria na pesquisa, especialmente na coleta de dados, à Roany, Bianca, Pablo, Ívina e Miguel pelo apoio em trabalhos e outras atividades acadêmicas e à Vivia que como líder sempre me ajudou em tantas demandas, sempre com gentileza.

Ao Laboratório de Pesquisa Social, Educação Transformadora e Saúde Coletiva (Labsus) da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA, onde tive o meu primeiro contato

com a pesquisa, ainda no terceiro semestre, onde aprendi toda a base da escrita, em especial com a Quitéria Larissa, Sibebe, Yanka e Professora Dra. Maristela Osawa.

Às integrantes da banca, Dra. Maristela Inês Osawa Vasconcelos e Dra. Eliany Nazaré Oliveira pela disponibilidade e importantes contribuições.

RESUMO

Introdução: A vida universitária, por vezes, possui fatores que são geradores de estresse, ansiedade e cobranças que podem causar impacto no bem-estar dos jovens. **Objetivos:** Analisar a presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários da área da saúde da UVA. **Método:** Estudo descritivo, exploratório de abordagem quantitativa com delineamento transversal, desenvolvido no Centro de Ciências da Saúde (CCS) da UVA, em Sobral-CE. Os participantes foram 393 estudantes universitários dos cursos de Enfermagem e Educação Física, matriculados no semestre de 2024.1. A coleta de dados ocorreu no primeiro semestre de 2024 com questionário virtual aplicado nas salas de aula pelos integrantes da pesquisa, dividido em duas partes: 1) Caracterização dos estudantes referentes às variáveis sociodemográficas. 2) Sintomas de depressão, ansiedade e estresse avaliados pela escala Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21). Os dados foram analisados no programa R. O nível de significância foi de 5% ($p < 0,05$). Para análise bivariada foi utilizado o teste do Qui-quadrado de Pearson e o teste de Fisher. **Resultados:** Identificou-se uma prevalência de cerca de 70% de estresse, 50% de depressão e 46% de ansiedade nos participantes. A depressão esteve associada aos seguintes fatores: ser mulher, estudante do curso de Enfermagem, não ter religião, ser bissexual, não receber bolsa universitária, possuir IRA menor que 7, ser portador de doença crônica, usar medicação para saúde mental e não praticar atividade física. A ansiedade esteve associada estatisticamente a ser mulher, aluno do curso de Enfermagem, não ter religião, não receber bolsa universitária, ser portador de doença crônica, usar medicação para saúde mental e não praticar atividade física. O estresse esteve associado a ser aluno do curso de Enfermagem, ser do sexo feminino, ser bissexual ou heterossexual, ter emprego, ser portador de doença crônica, usar medicação para saúde mental e não praticar atividade física. **Conclusão:** Houve prevalência elevada de sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em universitários do curso de Enfermagem, no sexo feminino, portadores de doenças crônicas, os que utilizam medicação para doença mental e que nos que não praticam atividade física.

Descritores: saúde mental; estudantes de ciências da saúde; depressão; ansiedade; estresse.

ABSTRACT

Introduction: University life sometimes has factors that generate stress, anxiety and demands that can impact the well-being of young people. **Objectives:** To analyze the presence of symptoms of depression, anxiety and stress in university students in the health area at UVA. **Method:** Descriptive, exploratory study with a quantitative approach with a cross-sectional design, developed at the Health Sciences Center (CCS) at UVA, in Sobral-CE. The participants were 393 university students from Nursing and Physical Education courses, enrolled in the 2024.1 semester. Data collection took place in the first semester of 2024 with a virtual questionnaire administered in classrooms by research members, divided into two parts: 1) Characterization of students regarding sociodemographic variables. 2) Symptoms of depression, anxiety and stress assessed by the Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21). The data were analyzed using the R program. The significance level was 5% ($p < 0.05$). For bivariate analysis, Pearson's Chi-square test and Fisher's test were used. **Results:** A prevalence of around 70% of stress, 50% of depression and 46% of anxiety was identified in the participants. Depression was associated with the following factors: being a woman, nursing student, not having a religion, being bisexual, not receiving a university scholarship, having an ARI lower than 7, having a chronic illness, using medication for mental health and not practicing activity. physical. Anxiety was statistically associated with being a woman, a Nursing student, not having a religion, not receiving a university scholarship, having a chronic illness, using medication for mental health and not practicing physical activity. Stress was associated with being a Nursing student, being female, being bisexual or heterosexual, having a job, having a chronic illness, using medication for mental health and not practicing physical activity. **Conclusion:** There was a high prevalence of symptoms of Depression, Anxiety and Stress in nursing students, females, those with chronic diseases, those using medication for mental illness and those who do not practice physical activity.

Descriptors: mental health; health sciences students; depression; anxiety; stress.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA participante da pesquisa por semestre e idade. Sobral-CE, Brasil, 2024-.....	28
Tabela 2 - Distribuição de frequência dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com as características sociodemográficas. Sobral-CE, Brasil, 2024.....	28
Tabela 3 - Distribuição de frequência dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com o perfil acadêmico. Sobral-CE, Brasil, 2024.....	33
Tabela 4 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com o perfil saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024	34
Tabela 5 - Classificação dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA por nível de depressão. Sobral-CE, Brasil, 2024.....	35
Tabela 6 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Depressão e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024	36
Tabela 7 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA por nível de sintomas de ansiedade. Sobral-CE, Brasil, 2024.....	42
Tabela 8 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de ansiedade e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, 2024	43
Tabela 9 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA por nível de sintomas de estresse. Sobral-CE, Brasil, 2024	49
Tabela 10 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Estresse e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024	50

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	13
1.1	APROXIMAÇÃO COM O OBJETO DO ESTUDO.....	13
1.2	PROBLEMATIZAÇÃO DO OBJETO DO ESTUDO	13
1.3	JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA.....	15
2	OBJETIVOS	16
2.1	OBJETIVO GERAL	16
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
3	REVISÃO DA LITERATURA.....	17
3.1	O INGRESSO NA UNIVERSIDADE E OS IMPACTOS CAUSADOS NA SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS	17
3.2	ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE.....	18
3.3	USO DE PSICOATIVOS POR UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE	21
4	MÉTODO.....	25
4.1	DELINEAMENTO DO ESTUDO	25
4.2	LOCAL DO ESTUDO	25
4.3	PARTICIPANTES DO ESTUDO	26
4.4	COLETA DE ESTUDO	26
4.5	DESCRIÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS	27
4.6	ASPECTOS ÉTICOS	27
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	28
5.1	DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS, PERFIL ACADÊMICO E PERFIL SAÚDE- DOENÇA DOS UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE ESTADUAL VALE DO ACARAÚ-UVA.....	28
5.2	DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE.....	33
6	CONCLUSÃO.....	52
	REFERÊNCIAS.....	55
	APÊNDICE A- QUESTIONÁRIO DE CARACTERIZAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA APLICADO DE FORMA VIRTUAL COM OS UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE DA UVA	65

APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)	67
ANEXO A - QUESTIONÁRIO DE RASTREAMENTO DOS SINTOMAS DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE BASEADO NA ESCALA DASS-21 APLICADO DE FORMA VIRTUAL COM OS UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE DA UVA	69
ANEXO B - PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA (CEP)	71

1 INTRODUÇÃO

1.1 APROXIMAÇÃO COM O OBJETO DO ESTUDO

Entre os universitários, os estudantes da área da saúde se destacam em relação ao sofrimento mental. No dia a dia, como futuros profissionais, eles estarão encarregados de prestar cuidados de saúde à população ao longo de todo o ciclo de vida, desde o nascimento até a morte. Portanto, é essencial que, além de serem cuidadosos no reconhecimento e tratamento de pacientes com problemas de saúde mental, eles próprios mantenham uma boa saúde mental para fornecer uma assistência de qualidade.

Além disso, como membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Ensino, Tecnologia e Saúde (GPETS), fui selecionada para o projeto como bolsista do programa de Bolsa de Iniciação Científica e Tecnológica (BICT) da Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico (FUNCAP). Essa participação não apenas justifica meu interesse em realizar o projeto, por contribuir para o meu currículo e proporcionar um benefício financeiro, mas também representa uma oportunidade significativa de contribuir positivamente para a saúde mental da comunidade acadêmica da qual faço parte.

1.2 PROBLEMATIZAÇÃO DO OBJETO DO ESTUDO

O ingresso na universidade é um marco na vida do indivíduo, impactando diretamente na rotina e nos hábitos diversos. Geralmente, esse evento costuma ocorrer ainda na fase da adolescência, período em que ocorrem diversas mudanças físicas e psicossociais, estando os jovens expostos a muitas situações de vulnerabilidades e mudanças de hábitos e comportamentos. Ao ingressar na universidade, muitas vezes, os jovens passam a residir em cidades diferentes de onde se encontram os pais e/ou responsáveis, em residências universitárias ou dividindo moradias com colegas (Pires *et al.*, 2020).

Denota-se que essas mudanças geram processo de autonomia e emancipação dos jovens, possibilitando novas experiências, oportunidades e estabelecimento de novos vínculos sociais que influenciam o comportamento desses acadêmicos (Evangelista *et al.*, 2020; Camargo *et al.*, 2019).

Ademais, observou-se que no cotidiano da vida universitária, determinados estudantes apresentam mudanças de comportamento, mostram-se tristes, deprimidos, revoltados, eufóricos ou até mesmo indiferentes, inclusive, faltam às atividades acadêmicas (Camargo *et al.*, 2019).

A vida universitária está associada a rotinas que podem ser prejudiciais à saúde, como má alimentação, sono e repouso ineficaz. É muito comum que estudantes de graduação desenvolvam transtornos psicológicos e tenham alterações preexistentes agravadas (Albuquerque; Borges; Monteiro, 2019).

O estresse e a ansiedade têm sido bastante observados nas diversas áreas de formação universitária. O acúmulo de tarefas, os problemas institucionais, as cobranças pessoais e familiares, as exigências da vida social, os relacionamentos interpessoais entre alunos, juntamente com os requisitos necessários para iniciar no mercado de trabalho, trazem aos universitários maior sobrecarga em relação aos objetivos que devem ser alcançados ao longo da sua vida acadêmica e profissional, sempre exigindo cada vez mais competência, habilidades e produtividade. Esses fatores podem contribuir para o sofrimento mental e consequente início do uso de psicofármacos (Tavares *et al.*, 2021).

Nesse contexto, a vida universitária, por vezes, tem obstáculos de cunho emocional, que podem interferir no rendimento do discente, devido a desmotivação em continuar os estudos, ansiedade, perturbações no sono (Kawano, 2019).

A literatura relata que é comum a presença de sinais e sintomas de ansiedade e estresse em estudantes universitários, e que vários são os fatores que podem estar associados a esses sintomas, podendo destacar a dificuldade em conciliar vida pessoal e acadêmica, o prejuízo no sono, o sentimento de culpa, a autoconfiança reduzida, questões financeiras, além dos problemas familiares e interpessoais (Santos *et al.*, 2021).

Esses fatores, além de contribuírem para um baixo rendimento acadêmico dos jovens, são preocupantes quando se considera que muitos jovens, quando ingressam na universidade, passam a residir sozinhos ou com colegas de turma, em cidades distantes das de pais/responsáveis, não dispondo, desse modo, de um apoio familiar, inclusive passando a tomar decisões sozinhos, mesmo estando ainda em uma fase de grande vulnerabilidade, como a adolescência.

Diante dessa realidade, questiona-se: qual a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre universitários da área de ciências da saúde? Quais os fatores associados à depressão, ansiedade e estresse desses universitários? Existe o uso de psicofármacos pelos universitários?

1.3 JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA

Este estudo é de grande relevância, pois ajuda a identificar sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre universitários da área de Ciências da Saúde, ampliando o debate sobre o tema. Além disso, alerta a comunidade acadêmica sobre os desafios contemporâneos, contribuindo para o planejamento de estratégias de promoção da saúde mental dos estudantes e orientando políticas de saúde pública, justificando-se, portanto, a escolha pela temática e pelo público- alvo.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários da área da saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Investigar a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em universitários da área de Ciências da Saúde;
- b) Estabelecer a relação entre sintomas de depressão, ansiedade e estresse e o perfil sociodemográfico e acadêmico desses universitários.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 O INGRESSO NA UNIVERSIDADE E OS IMPACTOS CAUSADOS NA SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS

A vida universitária caracteriza-se por um período conturbado, marcado por desafios e incertezas que podem estar na origem de vários problemas de saúde mental, dentre os quais o comportamento suicida (Albuquerque; Borges; SadiMonteiro, 2019).

Além disso, mudanças nos hábitos de vida, após ingresso na universidade, podem causar impactos que afetam diretamente a qualidade de vida desse grupo, tendo em vista a mudança na dinâmica do cotidiano que irá exigir uma série de responsabilidades até então não experimentada na trajetória escolar pregressa (Muniz; Garrido, 2020).

A pandemia do Coronavírus causou mais ainda a saúde mental dos graduandos, estimando-se que os níveis de estresse e ansiedade podem estar mais elevados para a maioria das pessoas deste nicho. Os estudantes universitários são mais vulneráveis a problemas psicológicos, devido a vários estressores e demandas educacionais no ambiente acadêmico.

Em vista da busca do sucesso e do crescimento pessoal, cada vez mais pessoas ingressam no ensino superior, o que ocasiona uma grande mudança no seu ciclo de vida após finalizarem o Ensino Médio. As responsabilidades tornam-se maiores e, além disso, a dedicação divide-se, para uma parcela, com o vínculo empregatício causando diversos sentimentos nesses indivíduos, e tais mudanças bruscas podem levá-lo a desenvolver sintomas de ansiedade e depressão (Fernandes, 2018).

Como exemplo tem-se as horas exaustivas de estudo, a falta de tempo para realizar atividades que não estejam vinculadas à universidade, a distância dos familiares (em casos de acadêmicos que mudam de cidade), bem como o relacionamento interpessoal com professores e colegas. Assim, este público torna-se mais exposto e suscetível a desenvolver um quadro clínico indesejado (Leão *et al.*, 2018).

Nesse sentido, o ambiente universitário é um fator de desencadeamento ou agravamento de psicopatologias, visto que o estudante pode sentir-se sobrecarregado devido ao desempenho de tarefas curriculares. Os percalços da vida acadêmica causam aspectos negativos para os estudantes universitários, uma vez que as adversidades impactam diretamente nas relações sociais, e no desenvolvimento de atividades acadêmicas (Galvão; Pinto; Uchida, 2023).

Ao adentrar no meio universitário, o estudante precisa lidar com uma série de transformações que envolvem, desde o seu futuro profissional até o estabelecimento de novas redes de interação social, o que inclui conhecer e fazer vínculos com novas pessoas na realização de trabalhos acadêmicos. Em contrapartida, quando não é possível desenvolver relações amigáveis, os acadêmicos sentem-se inibidos e contam apenas com os próprios recursos psicológicos e o apoio das antigas amizades anteriores ao ingresso à universidade, as quais podem estar distantes nesse momento (Mendes; Dias, 2021).

Além disso, para adaptação biopsicossocial e cultural, os estudantes enfrentam vários obstáculos como: mudança de casa, cidade, distanciamento sociofamiliar, sendo necessário a adaptação a uma nova rotina relacionada às atividades de vida diária, de prática de atividades sociais e, também de atividades físicas e de lazer (Silva *et al.*, 2020).

Além disso, é conhecido que essa área do conhecimento demanda dos estudantes a aquisição de competências clínicas e interpessoais, além de frequentemente exigir um alto desempenho acadêmico e a capacidade de tomar decisões rápidas (Fauzi *et al.*, 2021)

Com isso, a elaboração de estratégias de atenção à saúde mental destinadas a esse grupo é de relevante importância para a qualidade do processo de formação do estudante e desenvolvimento da instituição, compreendendo pois, em uma perspectiva psicossocial, as especificidades e potencialidades dos indivíduos (Nascimento, 2020).

Haja vista que as condições psíquicas negativas têm sido associadas a piores desfechos acadêmicos, pesquisas recentes com estudantes de Enfermagem identificaram que uma boa adaptação à vida universitária correlaciona-se com uma melhor aprendizagem e desempenho acadêmico, além de menor possibilidade de abandono do curso (Wei *et al.*, 2021)

Logo, considerando a importância dessa etapa para o desenvolvimento cognitivo, pessoal e profissional dos estudantes, é necessário conhecer e intervir sobre essa realidade para que os estudantes universitários possam vivenciar o período de formação superior sem adoecer em decorrência de fatores acadêmicos associados, pois é uma etapa importante para o desenvolvimento cognitivo, pessoal e profissional dos estudantes (Ariño; Bardagi, 2018).

3.2 ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE

Os estudantes dentro da universidade, uma vez que estão em momento de transição importante da vida, podem estar suscetíveis a desequilíbrios emocionais, dentre eles o

estresse. Cada um desses aspectos, isoladamente, pode não ter efeitos significativos, mas quando combinados podem afetar dramaticamente o desempenho (Alahmar, 2020).

Ademais, os cursos na área de saúde apresentam uma diversidade de fatores que desencadeiam sintomas relacionados ao estresse, ansiedade e outros desafios emocionais (Jardim *et al.*, 2021).

O ambiente acadêmico da área da saúde pode estar associado ao estresse e a depressão devido ao contato com a dor e o sofrimento de pacientes e familiares, reconhecimento das dificuldades organizacionais e à necessidade de cumprir uma carga horária elevada de estágio ou aulas práticas (Rizzolo; Massey, 2020).

Nos últimos anos, observa-se uma crescente preocupação com a saúde dos universitários da área da saúde, tendo em vista a inserção desse grupo em um contexto complexo e singular, no qual é presente a necessidade de enfrentamento a importantes fatores estressores, deparando-se com a responsabilidade de cuidar da saúde das pessoas, em suas mais variadas implicações (Núñez-Rocha *et al.*, 2020).

Dessa forma, é possível observar que o estresse, a ansiedade e a depressão são doenças mais presentes e com crescimento significativo entre os universitários e podem estar relacionadas entre si (Zancan *et al.*, 2021).

Ao investigar o estresse em universitários, a partir de uma abordagem epidemiológica, também se observou que muitos estudantes possuem jornadas exaustivas, o que envolve, além das atividades acadêmicas, vínculo empregatício para autossustento e afazeres domésticos (Cardoso *et al.*, 2019).

Além da complexidade dos cursos, o ato de morar longe dos pais e familiares, o alto nível de componentes curriculares, a carga horária excessiva dos cursos e as iminentes possibilidades de perdas de vida durante as experiências de estágio corroboram para o agravamento dos quadros de ansiedade e depressão (Dias *et al.*, 2021).

Especialmente naqueles que estão ingressando na universidade e têm que mudar a sua rotina repentinamente de forma a adequar-se ao calendário acadêmico, somado ao ingresso do aluno na universidade associa-se uma série de sentimentos e emoções que podem ser denominados como fatores estressores (Lima *et al.*, 2021).

As variáveis preditoras de estresse estão relacionadas à atividade física, tabagismo, alta autoestima, residir com amigos, ter vivenciado estresse precoce e ter religião. Entender as variáveis que podem estar mediando o processo de desenvolvimento do estresse é fundamental para traçar um perfil do universitário de maior

vulnerabilidade, contribuindo para que instituições de ensino discutam sobre estratégias de prevenção e enfrentamento (Preto *et al.*, 2021).

Somado a isso, o estado civil pode ser apresentado, também, como um fator de risco para a ansiedade e depressão, notou-se que ser solteiro pode estar relacionado a maiores pontuações de sintomas físicos, ansiedade, depressão e insônia em comparação com os estudantes casados (Mohebbi *et al.*, 2019).

A caracterização do adoecimento remete às condições sociais, contextos institucionais, ambientes coletivos, situações grupais e ocorrências singulares que conformam o sofrimento psíquico do universitário. Nota-se que o modelo explicativo baseado no estresse é utilizado com frequência nas publicações na busca de configurar as relações entre sujeito, ambiente e qualidade de vida na produção do sofrimento (Conceição *et al.*, 2019).

Em relação à vida acadêmica, identifica-se que o mau relacionamento familiar, a falta de amigos, poucas horas de sono, a falta de atividades físicas influenciam no adoecimento psíquico. Além disso, os estudantes menos satisfeitos com o curso apresentam quase quatro vezes maior incidência de terem depressão. Somado a isso, o desamparo institucional das necessidades psicossociais dos acadêmicos como a ansiedade e a depressão são encontrados na maioria dos estudantes e a negligência a esses sintomas podem desencadear prejuízos maiores (Wilkon; Rufato; Silva, 2021).

A ansiedade e a depressão costumam impactar negativamente o período de formação, resultando em dificuldades nas relações interpessoais e no desempenho acadêmico. Como consequência, a carreira profissional também pode ser prejudicada, considerando que os profissionais de saúde lidam diretamente com o sofrimento humano, confrontando a vulnerabilidade e a morte, percepções que contrastam com o desejo natural de preservação da vida (Miranda *et al.*, 2021).

Em vista disso, reforça-se a necessidade de valorizar a importância do cuidado com a saúde mental dos estudantes desde o seu ingresso na universidade até a conclusão do curso de graduação, avaliando a sua relação com a motivação para o uso de substâncias lícitas e ilícitas, e os aspectos ocasionais do estresse, ansiedade e depressão (Costa, 2023).

Algumas instituições têm implementado mudanças nos currículos para diminuir a carga de trabalho e incluir períodos de descanso e atividades extracurriculares. Essas modificações têm como objetivo promover um ambiente acadêmico mais equilibrado e menos estressante (Walton *et al.*, 2019).

Além disso, os estudantes que tinham acesso a serviços de saúde mental e outros recursos do campus relataram níveis mais baixos de estresse do que aqueles que não tinham esse apoio, visto que podem estar mais bem equipados para gerenciar o estresse e ter sucesso acadêmico (Amanvermez *et al.*, 2021).

No entanto, é importante destacar que devido o estigma imposto pela sociedade, os estudantes universitários apresentam dificuldades em procurar tratamentos de transtornos mentais por insegurança ou medo e evitam em demonstrar fragilidade diante a sociedade. Logo, é notável a necessidade de implementação de intervenções de saúde mental, tendo em vista a importância desses futuros profissionais no cuidado aos pacientes (Lelis *et al.*, 2023).

No período pandêmico, os estudantes apresentaram níveis significativamente mais elevados de depressão, ansiedade e estresse, comparado aos que integraram o estudo no período normal. Estudantes das áreas biomédicas desenvolvem transtornos depressivos e ansiosos com maior frequência que outros alunos de áreas humanísticas e tecnológicas e se deve ao fato da carga horária exaustiva somada aos estágios e aulas práticas, além da responsabilidade de lidar diretamente com o paciente (Dias *et al.*, 2021).

Os estudantes universitários demonstraram níveis mais altos de depressão em comparação com outros grupos, como mestrandos e trabalhadores. A pandemia e o fechamento das universidades tiveram um impacto significativo nos quadros de depressão dos estudantes, especialmente devido à distância de casa, incertezas sobre o futuro e o receio de contrair a doença eles próprios ou que alguém próximo seja infectado (Odriozola-González, 2020).

3.3 USO DE PSICOATIVOS POR UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE

Os universitários apresentam maior prevalência a desenvolver ansiedade e depressão. A predominância dos casos de ansiedade e depressão está mais associado ao sexo feminino, principalmente aquelas que apresentam insatisfação tanto no ambiente familiar, como no convívio social. É de certo que a maioria dos universitários recorre ao uso de medicamentos psicotrópicos, principalmente ansiolíticos e antidepressivos, para aplacar os sintomas sofridos pela ansiedade e depressão (Araújo; Barboza; Guedes, 2022).

Os ansiolíticos e antidepressivos são os mais utilizados geralmente, os quais atuam no sistema nervoso central, estabilizando os níveis de neurotransmissores e atuando diretamente sobre as manifestações clínicas da depressão e ansiedade, atenuando os riscos de eventos graves como o suicídio (Neri; Teston; Araújo, 2020)

Os motivos principais envolvem a busca pelo equilíbrio do sono, reduzir a fadiga, aumentar concentração e raciocínio, reduzir o estresse e melhorar o bem-estar. O uso de psicofármacos sem prescrição médica entre universitários é elevado (Filho; Sperandio; Ferreira, 2019).

No percurso acadêmico, os estudantes sofrem pressões permanentes, são expostos a estresse, vulnerabilidade, medo e insegurança; simultaneamente às demandas familiares, sociais e pessoais. Ora, a escolha profissional correta é um fator concorrente para incremento da pressão, que pode aumentar o estresse e ansiedade, no qual a medicação surge como uma alternativa para vivificar a produtividade. Desse modo, os estudantes tendem a buscar estimulantes em resposta às exigências da rotina, os quais podem alterar os níveis pressóricos e a velocidade dos batimentos cardíacos (Dantas, 2022).

Nessa perspectiva, a disseminação indiscriminada de psicoestimulantes e a pressão social por um desempenho acadêmico inatingível estimula um sistema educacional que precisa ser questionado e reformulado. Além disso, o consumo de substâncias para melhorar o rendimento acadêmico não deve ser visto como um atalho para o sucesso; mas, enquanto alerta preocupante para uma sociedade que valoriza a aparência de excelência, em detrimento do real bem-estar dos seus membros (Santos *et al.*, 2024).

Notavelmente, os jovens acadêmicos estão cada vez mais expostos a desenvolverem transtornos mentais, pois encontram-se frequentemente expostos à situações de estresse, como por exemplo, a pressão por parte de familiares e advindas do próprio curso, trabalhos a serem desenvolvidos, provas, privação do lazer, do sono e repouso, além de expectativas e incertezas relacionadas ao futuro profissional (Damasceno *et al.*, 2019).

Antidepressivos, ansiolíticos e estimulantes têm se tornado cada vez mais comuns entre estudantes universitários, devido a fatores como carga horária excessiva de estudos, a ansiedade por resultados positivos e a pressão por bom desempenho. No entanto, o uso inadequado desses psicofármacos pode acarretar consequências negativas para a saúde mental dos estudantes, bem como para sua vida acadêmica e social (Tavares *et al.*, 2022).

Os estudos que envolvem a automedicação entre os universitários das ciências da saúde possuem a expectativa de que estes tenham condutas condizentes com a sua formação profissional e sua vivência diária e que estejam preparados para orientar sobre o uso racional de medicamentos e realizem a prática de maneira correta (Tognoli, 2019).

Visto que embora algumas substâncias sejam de venda livre, estudos mostram que os psicoestimulantes podem causar fadiga, indisposição, taquicardia, problemas cardiovasculares, insônia, agitação e até mesmo alterações neuropsicológicas (Pina; Ramos; Rezende, 2021).

Assim como, uma vez que não há informações disponíveis nas embalagens descrevendo a quantidade ideal a ser consumida de uma bebida energética, por exemplo, são redobrados os riscos relacionados ao uso (Cândido *et al.*, 2021).

Além disso, é crucial reconhecer que o uso de antidepressivos por estudantes da área da saúde pode ter implicações significativas não apenas para o seu bem-estar pessoal, mas também para a qualidade e segurança do cuidado que prestam aos pacientes, afetando negativamente o desempenho acadêmico e clínico dos estudantes, como também sua capacidade de tomar decisões e prestar cuidados de forma eficaz (Luz; Ramos; Geisler, 2024).

Diante do exposto, o consumo de psicoestimulantes entre estudantes universitários possui maior preponderância no público feminino com o uso prevalente especialmente da cafeína, energéticos e pó de guaraná. Logo, a falta de conhecimento generalizado sobre essas substâncias, suas dosagens adequadas e os riscos associados causam riscos alarmantes. Os efeitos adversos relatados, como taquicardia, ansiedade e sintomas gastrointestinais indicam a necessidade de uma abordagem mais cuidadosa e consciente para evitar impactos prejudiciais à saúde (Ramos *et al.*, 2021).

Nesse cenário, é possível inferir que estudantes universitários apresentam fatores estressores no seu cotidiano que podem afetar a sua saúde mental e aumentar o consumo de medicamentos psicofármacos, principalmente quando se considera os impactos do período pandêmico na rotina acadêmica (Santos; Santos; Cavalcante, 2021).

A automedicação entre universitários tem sido amplamente estudada em países da Europa, Ásia e América do Norte, porém no Brasil, ainda há poucos estudos sobre a temática, e a avaliação do consumo de medicamentos sem prescrição médica contribui para a aplicação e desenvolvimento de futuros estudos de intervenções, o que evidencia a necessidade de difundir discussões sobre o hábito de se automedicar, enfatizando uma

compreensão mais ampla da prática pelos profissionais da saúde, já que os mesmos podem interferir nesse processo, aliando-se aos pacientes e comunidades (Souza *et al.*, 2020).

Dentre os principais fatores que contribuíram para a automedicação dos estudantes são a alta demanda nos atendimentos do Sistema de Saúde Pública, acessibilidade de compra dos medicamentos sem que haja prescrição médica, influência e indicação dos medicamentos através de amigos ou familiares que atuam na área da saúde, assim como também a disponibilidade de informações nos meios eletrônicos classes de medicamentos mais prevalentes, e quanto às classes dos medicamentos destacam-se os analgésicos, anti-inflamatórios e os antipiréticos (Lima *et al.*, 2021).

Nesse contexto, nos cursos de Medicina e Enfermagem os medicamentos mais utilizados na prática de automedicação foram os analgésicos, corticoide, antiácidos, anticoncepcional, antibiótico, antitérmico e psicofármacos. A ampla diversidade de medicamentos utilizados na automedicação dos estudantes de cursos da saúde pode ser justificada pela maior confiança em seus conhecimentos adquiridos ao longo da graduação (Barbosa *et al.*, 2019).

Além disso, em 2020, devido a pandemia da Covid- 19 , a saúde mental de estudantes universitários foi afetada negativamente por diversos fatores relacionados ao momento vivido, com destaque para o aumento dos níveis de ansiedade, depressão e estresse (Maia; Dias, 2020).

Alguns desses fatores levam ao aumento de sofrimento psíquico devido às alterações de rotina, à própria suspensão das aulas e à realização de aulas em formato remoto (Gundim *et al.*, 2021).

3 MÉTODO

3.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Trata-se de um estudo descritivo exploratório de abordagem quantitativa com delineamento transversal. A pesquisa transversal é caracterizada por meio da exposição ao fator ou causa está presente com o efeito em um grupo de indivíduos, no mesmo intervalo de tempo analisado (Polit; Beck, 2011). Esses estudos possibilitam produzir informações sobre a frequência ou prevalência de determinadas situações de doença ou fatores de risco em determinado tempo, bem como realizar associações entre a variável desfecho e suas covariáveis (Rouquayrol; Gurgel, 2017).

3.2 LOCAL DO ESTUDO

Foi desenvolvido no Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, com sede em Sobral-CE, Brasil, no Semiárido do Sertão Nordeste. Esse município possui uma população de 203.023 habitantes, distribuídos num território de 2.068,474km (IBGE, 2022).

O CCS foi inaugurado em 2012, possui 23 salas de aula, 16 gabinetes para professores, biblioteca com e-teca, auditório com 200 lugares, área administrativa e de convivência, sete laboratórios de ensino e pesquisa, sala para os Centros Acadêmicos, Comitê de Ética e Pesquisa, banheiros, amplo estacionamento, acessos para cadeirantes, congrega dois cursos da área da saúde: graduação em Enfermagem (bacharelado) e Educação Física (licenciatura e bacharelado).

O curso de Enfermagem atualmente possui 301 alunos matriculados e tem por finalidade formar o profissional enfermeiro capaz de interagir de maneira sistemática e científica com os processos individuais e coletivos relacionados à saúde e à doença, atendendo às necessidades sociais de saúde, com foco no Sistema Único de Saúde (SUS).

O curso de Educação Física atualmente possui 375 alunos matriculados, em suas duas modalidades, e tem por finalidade formar profissionais capacitados em atuar em programas esportivos em escolas, clubes ou academias; atuar em atividades ligadas à cultura esportiva; desenvolver fundamentos para treinos de alto rendimento, tanto para atletas quanto para não atletas, além disso estando preparado para atuar, também, na docência.

3.3 PARTICIPANTES DO ESTUDO

A amostra foi calculada utilizando-se a fórmula para estudos transversais e com populações finitas. Considerou-se a confiança de 95% e erro amostral absoluto de 5%. Acrescentando-se 20% para possíveis perdas de informações. Assim, no curso de Bacharelado em Enfermagem, a população do estudo são todos os alunos matriculados no semestre 2024.1, totalizando 301, cuja amostra é de 217 alunos. Já para o curso de Educação Física, a população foi de 375, com uma amostra de 176 alunos. Ao final, somando-se os dois cursos obteve-se uma amostra total de 393 alunos dos cursos de Ciências da Saúde da UVA.

Os critérios de inclusão foram: estar matriculados nos cursos selecionados e desejar participar do estudo. Foram excluídos alunos com deficiência ou disfunção que impossibilita o auto preenchimento do questionário. Como critérios de descontinuidade, citam-se aqueles alunos com 20% ou mais de questões não respondidas.

3.4 COLETA DE ESTUDO

A coleta de dados ocorreu no primeiro semestre de 2024, por meio de questionário inserido no *google forms* e aplicado pelos integrantes da pesquisa nas salas de aula dos dois cursos de graduação do CCS. Após a divulgação do estudo e seus objetivos.

O questionário foi dividido em duas partes, composto por questões objetivas: 1) Caracterização dos estudantes, elaborado pelos autores, para coletar dados referentes a variáveis sociodemográficas. (APÊNDICE A). 2) Sintomas de depressão, ansiedade e estresse avaliados pela escala Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) (ANEXO A).

A *Depression, Anxiety and Stress Scale - Short Form* (DASS-21) foi desenvolvida por Lovibond e Lovibond (1995), com o objetivo de medir e diferenciar, ao máximo, os sintomas de ansiedade e depressão. A DASS permite rastrear essas afetividades, o que pode fornecer indícios para auxiliar o planejamento de estratégias de prevenção e/ou futuras intervenções. A DASS foi, originalmente, desenvolvida em língua inglesa com 42 itens distribuídos em três fatores. Contudo, considerando a ocorrência de situações em que uma versão mais curta do instrumento.

No Brasil, Vignola e Tucci (2014) e Patias et al (2017) aplicaram uma versão reduzida da DASS com 21 itens, denominada DASS-21, em indivíduos adultos, idosos e adolescentes, respectivamente, no intuito de investigar as medidas de validade e confiabilidade desse instrumento. Os autores verificaram a adequação do modelo de três fatores às amostras.

Neste estudo foi utilizada a versão reduzida da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), proposta e validada em 2013 por Vignola e Tucci. É composta por 21 frases afirmativas, subdivididas em três subescalas, elaboradas a fim de estimar, de maneira autorrelatada, os sintomas de ansiedade, depressão e estresse, durante a última semana. Os itens encontram-se divididos em três fatores (Itens Depressão: 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21; Ansiedade: 2,4, 7, 9, 15, 19, 20; Estresse: 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18). A escala de resposta aos itens é do tipo *Likert* de quatro pontos variando de 0 (não se aplicou de maneira alguma) a 3 (aplicou-se muito ou na maioria do tempo).

Os resultados de cada subescala são obtidos, somando-se os escores de seus itens e multiplicando o total por dois. As pontuações para depressão, ansiedade e estresse geram as seguintes categorias de severidade dos sintomas: “normal”, “leve”, “moderado”, “severo” e “extremamente severo” (Vignola; Tucci, 2014).

3.5 DESCRIÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram analisados no programa computacional R (versão 4.0.5) para a análise descritiva das variáveis e estão apresentados em tabelas. Foi realizada análise descritiva dos dados, para determinar o perfil sociodemográfico, hábitos de vida, clínico e rastreio dos sintomas de ansiedade, depressão e estresse. Para análise bivariada foi utilizado o teste do Qui-quadrado de Pearson e o teste de Fisher. O nível de significância foi de 5% ($p < 0,05$).

3.6 ASPECTOS ÉTICOS

Os aspectos éticos do estudo foram respeitados. O projeto de pesquisa foi enviado à direção do Centro de Ciências da Saúde da UVA e, logo após a anuência, o referido projeto foi encaminhado à Plataforma Brasil e ao Comitê de Ética em Pesquisa da UVA e foi aprovado com parecer N° 6.747.786 (ANEXO B).

O estudo foi norteado pela Resolução 466/12, do Conselho Nacional da Saúde, que estabelece as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos. Os alunos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). (APÊNDICE B), onde foi esclarecido que poderiam aceitar ou recusar sua participação.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS, PERFIL ACADÊMICO E PERFIL SAÚDE-DOENÇA DOS UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE ESTADUAL VALE DO ACARAÚ-UVA

Os participantes da pesquisa foram estudantes matriculados nos cursos de Enfermagem e Educação Física da UVA, que cursavam entre o 1º até o 10º semestre, sendo a média o 4º semestre. A média de idade correspondeu a 21,36, sendo a mínima 17 anos e a máxima 51 anos, com desvio padrão de 3,3, conforme se observa na Tabela 1:

Tabela 1 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA, participantes da pesquisa, por semestre e idade. Sobral-CE, Brasil, 2024

Variáveis	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
Semestre	4,67	2,88	1	10
Idade	21,36	3,3	17	51

Fonte: Os autores

A Tabela 2 apresenta os dados sociodemográficos dos participantes do estudo.

Tabela 2 - Distribuição de frequência dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com as características sociodemográficas. Sobral-CE, Brasil, 2024

Variáveis	Número	%
Curso	217	55,22
Educação Física	176	44,78
Sexo		
Feminino	236	60,05
Masculino	157	39,95
Cor		
Branca	132	33,59
Preta	31	7,89
Outra	1	0,25
Renda (núm. de salários-mínimos) *		
0 a 1	180	45,8
1 a 2	126	32,06
2 a 4	64	16,28
4 a 6	13	3,31

Tabela 2 - Distribuição de frequência dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com as características sociodemográficas. Sobral-CE, Brasil, 2024

Variáveis	Número	continua
		%
6 a 8	7	1,78
10 a 20	3	0,76
Religião		
Católica	287	73,03
Evangélica	35	8,91
Nenhuma	61	15,52
Outra	10	2,54
Com quem mora		
Pai e Mãe	173	44,02
Mãe	101	25,7
Amigos	34	8,65
Companheiro (a) / Cônjuge	28	7,12
Outros familiares	22	5,6
Residência Universitária	17	4,33
Sozinho (a)	10	2,54
Pai	8	2,04
Região de procedência		
Sertão de Sobral	278	70,74
Litoral Norte	42	10,69
Serra da Ibiapaba	39	9,92
Sertão dos Crateús	23	5,85
Litoral Oeste/ Vale do Curu	9	2,29
Sertão Central	1	0,25
Grande Fortaleza	1	0,25
Município		
Sobral (Sede)	187	47,58
Outras	177	45,04
Sobral (Distritos)	29	7,38
Forma de transporte		
Ônibus	224	57
Caminhando	60	15,27
Moto	56	14,25
VLT	20	5,09
Bicicleta	17	4,33
Carro	8	2,04
Situação conjugal		
Solteiro (a)	274	69,72
Com parceiro (a) fixo (a)	101	25,7

Tabela 2 - Distribuição de frequência dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com as características sociodemográficas. Sobral-CE, Brasil, 2024

Variáveis	Número	conclusão
		%
Casado (a)/ União estável	18	4,58
Orientação sexual		
Heterossexual	330	83,97
Bissexual	31	7,89
Homossexual	31	7,89
Outra	1	0,25
Filhos		
Não	372	94,66
Sim	21	5,34
Emprego		
Não	339	86,26
Sim	54	13,74
Recebe auxílio do governo		
Não	257	65,39
Sim	136	34,61
Plano de saúde		
Não	349	88,8
Sim	44	11,2

*SM em 2024: R\$ 1.412,00

Fonte: Os autores

No curso de Enfermagem totalizaram 217 participantes, correspondendo a 55,22% da amostra total e no de Educação Física 176 participantes, correspondendo a 44,78%. A maioria do sexo feminino (n= 236, 60,05%), A cor parda prevaleceu (n= 229, 58,27%), em seguida a cor branca (n= 132, 33,59%).

Quanto à renda familiar, a maioria possui entre 0 a 1 salário mínimo (n= 180, 45,8%), em seguida entre 1 a 2 (n= 126, 32,06%). A religião católica foi predominante entre os participantes (n= 287, 73,03%), em seguida nenhuma religião (n=61, 15,52%). A maioria dos participantes moram com pai e mãe (n= 173, 44,02%), em seguida só com mãe (n= 101, 25,7%). Em relação ao lugar de procedência dos participantes, a grande maioria é do sertão de Sobral (n= 278, 70,74%), em seguida do Litoral Norte (n=42, 10,69%), da Serra da Ibiapaba (n= 39, 9,92%). E grande parte reside na sede de Sobral (n= 187, 47,58%), em outras (n=177, 45,05%), e em distritos de Sobral (n= 29, 7,38%).

O setor da saúde, com seus 234 milhões de trabalhadores, é um dos maiores e mais rapidamente crescentes empregadores globalmente, particularmente para mulheres. As mulheres constituem sete em cada dez profissionais de saúde e assistência social, contribuindo anualmente com 3 trilhões de dólares para a saúde mundial (OMS, 2019).

A forma de deslocamento mais predominante para a universidade é de ônibus (n= 224, 57%), mais da metade vai caminhando para a universidade (n= 60, 15,27%), metade vai de moto (n= 56, 14,25%) e poucos usam VLT (n= 20, 5,09%).

Em relação à situação conjugal, a maioria é solteiro(a) (n= 274, 69,72%), os que estão com parceiro(a) fixo(a) correspondem a 25,7% (n= 101). Quanto à orientação sexual, a maioria é heterossexual (n= 330, 83,97%). A grande maioria não possui filhos (n= 372, 94,66%). Quanto ao acesso a plano de saúde, grande parte não possui (n= 349, 88,8%). A maior parte não possui emprego (n= 339, 86,26%), um pouco mais da metade dos universitários não recebe auxílio do governo (n= 257, 65,39%).

A Tabela 3 apresenta o perfil acadêmico dos participantes do estudo.

Tabela 3 - Distribuição de frequência dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com o perfil acadêmico. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	N	%
Participa de atividade de extensão		
Não	229	58,27
Sim	164	41,73
Participa de atividade de pesquisa		
Não	290	73,79
Sim	103	26,21
Recebe bolsa universitária		
Não	303	77,1
Sim	90	22,9
IRA		
Não possui (1º período)	24	6,11
Menor que 7	26	6,62
Entre 7 - 8.9	202	51,4
Entre 9 – 10	141	35,88

Fonte: Os autores

No que se refere à participação em atividades extracurriculares, mais da metade não participa de atividades de extensão (n= 229, 58,27%), a maioria não participa de atividades de pesquisa (n= 290, 73,79%), a grande maioria não recebe bolsa universitária (n= 303, 77,1%).

Quanto ao Índice de Rendimento Acadêmico (IRA), a metade dos alunos possui nota entre 7 e 9 (n= 202, 51,4%), 141 (35,88%) universitários têm nota entre 9 e 10.

A Tabela 4 apresenta o perfil de saúde-doença dos universitários participantes do estudo.

Tabela 4 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA de acordo com o perfil saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	N	%
Presença de doença crônica		
Não	371	94,4
Sim	22	5,6
Uso de medicação para doença mental		
Não	356	90,59
Sim	37	9,41
Uso de substâncias psicoativas		
Nenhuma	295	75,06
Álcool	80	20,35
Álcool, Tabaco, Maconha	10	3,05
Tabaco	4	1,01
Maconha	1	0,25
Todas	1	0,25
Prática de atividade física semanal (núm. de dias)		
0	122	31,04
1 a 2	61	15,52
3 a 4	94	23,92
5 a 7	116	29,52

Fonte: Os autores.

Quase totalidade respondeu que não faz uso de medicação para doença mental (n=356, 90,56%), assim como não possuir doença crônica (n=371, 94,4%). No que se refere ao uso de substâncias psicoativas, na semana na qual foi realizada a coleta de dados, a grande maioria respondeu que não consumiu nenhuma (n= 295, 75,06%).

Quanto à prática de atividades físicas, 122 (31,04%) universitários responderam não praticar, 116 (29,52%) responderam praticar 5 a 7 dias na semana, 94 (23,92%) responderam praticar 3 a 4 dias na semana e 61 (15,52%) responderam praticar 1 a 2 dias na semana.

4.2 DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE

Depressão

A Tabela 5 apresenta a classificação de depressão entre os universitários da área de Ciências da Saúde de acordo com os cinco níveis de depressão, previstos na DASS 21.

Tabela 5 - Classificação dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA por nível de depressão. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Nível de depressão	Número	%
Normal	198	50,38
Leve	56	14,25
Moderado	74	18,83
Severo	31	7,89
Extremamente severo	34	8,65

Fonte: Os autores.

A partir dos dados obtidos, nota-se que a classificação normal, ou seja, sem a presença de depressão, prevaleceu para metade dos participantes (n= 198, 50,38%). Porém, a depressão, em seus variados níveis, está presente na vida de uma quantidade significativa de participantes (n=195, 49,62%). Destes, 74 alunos (18,83%), foram classificados como depressão moderada, 56 (25%) classificados como depressão leve; 34 alunos (8,65%) com depressão extremamente severa e 31 alunos (7,89%) para depressão severa.

Esses dados corroboram com um estudo realizado com estudantes de Medicina na Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), com 279 participantes, no qual, para sintomatologia depressiva, 51,3% apresentaram sinais de depressão leve à moderada, 35,9% sinais de depressão moderada e 12,8% apresentaram sinais de depressão grave (Costa *et al.* 2020).

Dessa forma, reflete-se sobre a importância de um olhar ampliado para os recursos emocionais positivos em jovens, sobretudo nos primeiros anos da graduação, sendo estratégias essenciais para prevenção da instalação de condições clínicas e mentais negativas, em detrimento de programas voltados para estudantes com quadros de depressão e ansiedade já instalados (Melo *et al.* 2021).

Visto que, quando duradoura e com intensidade moderada ou grave, a depressão pode se tornar uma condição de saúde grave. O sofrimento de um indivíduo deprimido pode gerar dificuldades no trabalho, na escola, na família e no convívio social. Além de estar relacionada ao sofrimento e à automutilação, podendo ser causa de risco aumentado de suicídio (OMS, 2020).

Somado a isso, é importante também sensibilizar a população universitária, quanto à identificação dos sinais/sintomas depressivos para a busca pelos serviços de apoio à saúde mental e/ou encaminhamento dos mesmos por professores/coordenadores dos cursos da IES (Santos *et al.* 2021).

A partir da classificação do nível de sintomas de depressão, foram analisadas possíveis relações com as variáveis sociodemográficas apresentadas na Tabela 6.

Tabela 6 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Depressão e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/	Severo/	P
continua				
Curso				
Enfermagem	106 (48,8%)	66 (30,4%)	45 (20,7%)	
Educação Física	92 (52,3%)	64 (36,4%)	20 (11,4%)	0,04*
Sexo				
Feminino	111 (47%)	76 (32,2%)	49 (20,8%)	
Masculino	87 (55,4%)	54 (34,4%)	16 (10,2%)	0,02*
Cor				
Parda	111 (48,5%)	79 (34,5%)	39 (17%)	
Branca	70 (53%)	40 (30,3%)	22 (16,7%)	
Preta	17 (54,8%)	10 (32,3%)	4 (12,9%)	
Outra	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	0,83
Renda				
0 a 1	82 (45,6%)	67 (37,2%)	31 (17,2%)	
1 a 2	68 (54%)	36 (28,6%)	22 (17,5%)	
2 a 4	36 (56,2%)	18 (28,1%)	10 (15,6%)	
4 a 6	5 (38,5%)	6 (46,2%)	2 (15,4%)	
6 a 8	4 (57,1%)	3 (42,9%)	0 (0%)	
8 a 10	0 (NaN%)	0 (NaN%)	0 (NaN%)	
10 a 20	3 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	0,61
Religião				
Católica	155 (54%)	96 (33,4%)	36 (12,5%)	
Evangélica	19 (54,3%)	9 (25,7%)	7 (20%)	
Nenhuma	22 (36,1%)	21 (34,4%)	18 (29,5%)	
Outra	2 (20%)	4 (40%)	4 (40%)	0,00*

Tabela 6 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Depressão e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/	Severo/	<i>P</i>
continua				
Mora com				
Pai e Mãe	83 (48%)	62 (35,8%)	28 (16,2%)	
Mãe	52 (51,5%)	28 (27,7%)	21 (20,8%)	
Pai	2 (25%)	5 (62,5%)	1 (12,5%)	
Residência universitária	7 (41,2%)	5 (29,4%)	5 (29,4%)	
Companheiro (a)/ Cônjuge	19 (67,9%)	7 (25%)	2 (7,1%)	
Outros familiares	11 (50%)	7 (31,8%)	4 (18,2%)	
Amigos	19 (55,9%)	13 (38,2%)	2 (5,9%)	
Sozinho (a)	5 (50%)	3 (30%)	2 (20%)	0,40
Região de procedência				
Sertão de Sobral	136 (48,9%)	94 (33,8%)	48 (17,3%)	
Litoral Norte	23 (54,8%)	15 (35,7%)	4 (9,5%)	
Serra da Ibiapaba	22 (56,4%)	8 (20,5%)	9 (23,1%)	
Sertão do Crateús	14 (60,9%)	7 (30,4%)	2 (8,7%)	
Litoral Oeste/ Vale do Curu	3 (33,3%)	4 (44,4%)	2 (22,2%)	
Sertão Central	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Grande Fortaleza	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	0,43
Município				
Sobral	96 (51,3%)	65 (34,8%)	26 (13,9%)	
Distritos de Sobral	15 (51,7%)	9 (31%)	5 (17,2%)	
Outras	87 (49,2%)	56 (31, 6%)	34 (19,2%)	0,73
Forma de transporte				
Ônibus	111(49,6%)		36 (16,1%)	
Moto	33 (58,9%)	15 (26,8%)	8 (14,3%)	
Caminhando	31 (51,7%)	17 (28,3%)	12 (20%)	
VLT	9 (45%)	5 (25%)	6 (30%)	0,09
Bicicleta	7 (41,2%)	10 (58,8%)	0 (0%)	
Carro	5 (62,5%)	3 (37,5%)	0 (0%)	
Situação conjugal				
Solteiro (a)	130(47,4%)	93 (33,9%)	51 (18,6%)	
Com parceiro (a) fixo (a)	56 (55,4%)	33 (32,7%)	12 (11,9%)	
Casado (a) / União estável	12 (66,7%)	4 (22,2%)	2 (11,1%)	0,32
Orientação sexual				
Heterossexual	177(53,6%)	106 (32,1%)	47 (14,2%)	
Bissexual	8 (25,8%)	10 (32,3%)	13 (41,9%)	
Homossexual	13 (41,9%)	13 (41,9%)	5 (16,1%)	
Outra	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	0,00*
Filhos				
Não	185(49,7%)	126 (33,9%)	61 (16,4%)	
Sim	13 (61,9%)	4 (19%)	4 (19%)	0,38
Participa de atividade de extensão				
Não	112(48,9%)	78 (34,1%)	39 (17%)	
Sim	86 (52,4%)	52 (31,7%)	26 (15,9%)	0,78
Participa de atividade de pesquisa				
Não	141(48,6%)	98 (33,8%)	51 (17,6%)	
Sim	57 (55,3%)	32 (31,1%)	14 (13,6%)	0,45

Tabela 6 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Depressão e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/	Severo/	conclusão P
Recebe bolsa universitária				
Não	143(47,2%)	102 (33,7%)	58 (19,1%)	0,01*
Sim	55 (61,1%)	28 (31,1%)	7 (7,8%)	
Emprego				
Não	164(48,4%)	117 (34,5%)	58 (17,1%)	0,13
Sim	34 (63%)	13 (24,1%)	7 (13%)	
Recebe auxílio do governo				
Não	128(49,8%)	84 (32,7%)	45 (17,5%)	0,77
Sim	70 (51,5%)	46 (33,8%)	20 (14,7%)	
IRA				
Não possui	17 (70,8%)	6 (25%)	1 (4,2%)	0,03*
Menor que 7	11 (42,3%)	7 (26,9%)	8 (30,8%)	
7 - 8,9	90 (44,6%)	77 (38,1%)	35 (17,3%)	
9 - 10	80 (56,7%)	40 (28,4%)	21 (14,9%)	
Presença de doença crônica				
Não	194(52,3%)	125 (33,7%)	52 (14%)	0,00*
Sim	4 (18,2%)	5 (22,7%)	13 (59,1%)	
Uso de medicação para doença mental				
Não	192(53,9%)	121 (34%)	43 (12,1%)	0,00*
Sim	6 (16,2%)	9 (24,3%)	22 (59,5%)	
Plano de saúde				
Não	178 (51%)	116 (33,2%)	55 (15,8%)	0,49
Sim	20 (45,5%)	14 (31,8%)	10 (22,7%)	
Uso de substâncias				
Nenhuma	157(53,2%)	96 (32,5%)	42 (14,2%)	0,05*
Álcool	35 (44,3%)	28 (35,4%)	16 (20,3%)	
Álcool, Maconha	0 (0%)	0 (0%)	3 (100%)	
Álcool, Tabaco, Maconha	2 (50%)	1 (25%)	1 (25%)	
Maconha	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Tabaco	1 (33,3%)	1 (33,3%)	1 (33,3%)	
Todas	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Atividade física semanal				
0	50 (41%)	40 (32,8%)	32 (26,2%)	0,00*
1 a 2	30 (49,2%)	23 (37,7%)	8 (13,1%)	
3 a 4	53 (56,4%)	25 (26,6%)	16 (17%)	
5 a 7	65 (56%)	42 (36,2%)	9 (7,8%)	

Fonte: Os autores

Na Tabela 6, identificou-se que menos da metade dos alunos do curso de Enfermagem (n=106 48,8%) foram classificados como normal, 30% (n= 66) foram classificados como nível leve/moderado. Já para o curso de Educação Física, um pouco mais da metade (n=92 52,3%), foram classificados como normal e 36,4% (n=64) universitários foram classificados como leve/moderado, sendo esse resultado estatisticamente significativo (p 0,04).

Achados de uma pesquisa de Leão et al (2018), também identificaram que 50% dos acadêmicos de Enfermagem apresentaram sintomas de depressão e afirma também que se fez presente em um estudo realizado no Brasil sobre prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde, onde trouxe como resultado que as formas leves foram mais prevalentes no curso de Enfermagem (83,3%).

(Leão *et al.*, 2018).

No que se refere ao sexo, identificou-se que no sexo feminino o quantitativo de casos de sintomas de depressão em seus diferentes níveis foi maior em relação ao sexo masculino, totalizaram-se no nível leve e moderado 76(32,2%), no nível severo a extremamente severo 49 casos (20,8 %) para o sexo feminino, já para o sexo masculino foram identificados 54 (34,4%) para os níveis leves e moderados e para os severos e extremamente severos 16 (10,2%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p 0,02).

A depressão atinge, em maior escala, as mulheres. A literatura mostra que esse fato se deve a uma correlação entre o avanço da puberdade e sintomas depressivos, além de o modo como as meninas são socializadas e sua maior vulnerabilidade ao estresse nas relações sociais (Barbosa; Asfora; Moura, 2020).

Em um estudo realizado durante a pandemia da Covid- 19 com trabalhadores brasileiros através do *Google Forms*, por meio de um *link* enviado aos respondentes, divulgado em redes sociais e comunidades virtuais com foco em assuntos profissionais e de saúde mental, também observou-se maior prevalência dos sintomas de depressão em participantes do sexo feminino (Guilland *et al.*, 2022).

Outro estudo realizado com universitários em Santa Maria, Rio Grande do Sul- RS também corroboram com os achados do estudo, pois observou-se que a maioria dos que apresentaram sintomas depressivos eram do sexo feminino (Bresolin, 2020).

Quanto à religião, detectou-se que os que não possuem nenhuma religião, (34,4%) os escores corresponderam para os níveis leves e moderados de depressão e 18 (29,5%) para os níveis severos e extremamente severos, representando, portanto, que a maior parte dos respondentes (63,9%) apresentam depressão em algum nível, sendo esse resultado estatisticamente significativo (p 0,00).

No que se refere à orientação sexual, observou-se que para a normalidade destacou-se os heterossexuais com mais da metade dos participantes ($n=177$, 53,6%), para os sintomas de depressão leve e moderado prevaleceram os homossexuais ($n= 13$, 41,9%), para o severo a extremamente severo prevaleceram os bissexuais ($n= 13$, 41,9%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p , 0,00).

Quanto à variável de possuir bolsa universitária ou não, observou maiores índices de normalidade para os que recebem ($n= 55$, 61,1%). Para os níveis de depressão leve a moderada prevaleceu os que não recebem a bolsa ($n=102$, 33,7%) , assim como para o nível severo a extremamente severo também prevaleceu os que não recebem a bolsa ($n= 58$, 19,1%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p , 0,01).

Nesse contexto, pode-se notar que as dificuldades financeiras podem ter um impacto importante, não apenas no sustento do estudante, mas também em sua saúde mental (Jardim,

et al., 2021).

Haja vista que os estudantes enfrentam desafios como moradia, acesso a medicamentos e alimentação, especialmente aqueles que se deslocam de suas cidades de origem para estudar em outro local, é importante destacar que a bolsa de assistência estudantil desempenha um papel crucial como meio de garantir sua subsistência e mecanismo de sobrevivência (Lessa, 2017).

No que se refere à dimensão material para permanência, destacam-se: falta de recursos para moradia distante da universidade ou deslocamento do município de origem, necessidade de conciliar trabalho e estudo, falta de acesso a livros e equipamentos didáticos. Logo, visualiza-se a imprescindibilidade das políticas assistenciais na democratização do ensino superior de qualidade nos estudos (Abreu; Ximenes, 2021).

Assim, caso não haja uma política social efetivada, provavelmente poderá acarretar baixo desempenho acadêmico e até evasão, pois a renda insuficiente, para milhares de estudantes, não garante os meios de permanência na universidade e término do curso. Dessa forma, como a capacidade intelectual e a formação básica já foram avaliadas e aprovadas no processo seletivo de ingresso à universidade, abandonar os alunos nesse quesito seria uma discriminação contraditória (Flores, 2022).

Somado a isso, no período pandêmico da Covid- 19, as dificuldades financeiras afetaram diretamente a saúde psicológica dos estudantes, pois a falta de suprimentos (comida, água e roupas) associou-se à ansiedade e à frustração, acrescentando-se a incerteza do futuro, principalmente pela interrupção das aulas e desconhecimento sobre o retorno das atividades (Zhai; Du, 2020).

Com isso, o impacto das dificuldades financeiras na vida dos estudantes sinaliza a necessidade de criação de estratégias que visem à assistência financeira e psicológica para esse público (Baumgratz *et al.*, 2023).

Quanto ao Índice de Rendimento Acadêmico (IRA), observou-se que para os níveis de normalidade prevaleceram os universitários que não possuem IRA (n=17, 70,8%) por estarem

no primeiro semestre. Para os sintomas de depressão leve a moderado prevaleceu os universitários com IRA entre 7 e 8,9 (n= 77, 38,1%), assim como para a severa e extremamente severa (n= 35, 17, 3%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p , 0,03).

No que se refere às doenças crônicas, os dados coletados demonstraram que a maioria dos que não possuem doença crônica estão no nível de normalidade, já para os níveis leve a moderado a maioria dos que não possuem apresentaram um quantitativo maior de casos (n= 125, 33,7%), assim como para o nível severo a extremamente severo (n= 52, 14%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p , 0,00).

Para a variável uso de medicação para doença mental, um pouco mais metade dos que não fazem uso possuem nível de normalidade para depressão, sendo 53,9 % (n= 192), para a depressão severa a extremamente severa os que fazem uso foram maioria (n=22, 59,5%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p , 0,00).

Para a variável atividade física, observou-se que aqueles que não praticam atividade física apresentaram maior prevalência para depressão, apresentando a menor porcentagem para normalidade, sendo 41% (n= 50). Para a depressão severa e extremamente houve uma diminuição relevante dos casos nos universitários que responderam praticar atividade física entre 3 a 4 dias (n=16, 17%) e 5 a 7 dias (n= 16, 7,8%), sendo esse resultado estatisticamente significativo (p , 0,00).

Ansiedade

A Tabela 7 apresenta a classificação dos níveis de sintomas de ansiedade entre os universitários da área de Ciências da Saúde e a classificação dos níveis de sintomas de ansiedade de acordo com a DASS 21.

Tabela 7 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA por nível de sintomas de ansiedade. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Nível de ansiedade	N	%
Normal	212	53,94
Leve	49	12,47
Moderado	78	19,85
Severo	23	5,85
Extremamente severo	31	7,89

*teste qui-quadrado e o teste exato de Fisher

A Tabela 7 apresenta a distribuição de frequência para os cinco níveis de sintomas de ansiedade. Observou-se que um pouco da metade não tem possui (n: 212 53,94%). Em contrapartida, quase metade dos universitários possui em algum nível, com ênfase para o moderado (n=78, 19,85%).

Estudos de Pacheco, Cardoso e Mourão (2021) concordam com os dados da presente pesquisa ao demonstrar que casos de ansiedade moderada (19,3%) e grave (24,1%) estão presentes em menor quantidade do que níveis mais altos de ansiedade (Pacheco; Cardoso, 2021).

Em vista disso, as estratégias de apoio social, nas quais haja o estímulo a hábitos saudáveis pelos estudantes como manter uma dieta alimentar adequada, reservar tempo para o descanso e lazer, sono adequado e exercícios regulares. Sob este prisma, antes das aulas práticas, é importante que os docentes forneçam aos estudantes informações que possam auxiliá-los a reduzir o medo, ansiedade e estresse diante da assistência, encorajando-os a enfrentar suas dificuldades (Bedaso; Duko; Yeneabat, 2020).

Foram utilizados para buscar possíveis associações entre os níveis de ansiedade e as variáveis sociodemográficas avaliadas apresentadas na Tabela 8 (a seguir).

Tabela 8 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de ansiedade e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	continua
				P
Curso				
Enfermagem	101(46,5%)	76 (35%)	40 (18,4%)	
Educação Física	111(63,1%)	51 (29%)	14 (8%)	0,00*
Sexo				
Feminino	106(44,9%)	90 (38,1%)	40 (16,9%)	
Masculino	106(67,5%)	37 (23,6%)	14 (8,9%)	0,00*
Cor				
Parda	121(52,8%)	70 (30,6%)	38 (16,6%)	
Branca	73 (55,3%)	45 (34,1%)	14 (10,6%)	
Preta	18 (58,1%)	11 (35,5%)	2 (6,5%)	
Outra	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	0,39
Renda				
0 a 1	96 (53,3%)	58 (32,2%)	26 (14,4%)	
1 a 2	66 (52,4%)	39 (31%)	21 (16,7%)	
2 a 4	37 (57,8%)	21 (32,8%)	6 (9,4%)	

Tabela 8 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de ansiedade e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	<i>P</i>
continua				
Renda				
4 a 6	7 (53,8%)	6 (46,2%)	0 (0%)	
6 a 8	3 (42,9%)	3 (42,9%)	1 (14,3%)	
8 a 10	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	
10 a 20	3 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	0,75
Religião				
Católica	160(55,7%)	97 (33,8%)	30 (10,5%)	
Nenhuma	27 (44,3%)	18 (29,5%)	16 (26,2%)	
Evangélica	22 (62,9%)	7 (20%)	6 (17,1%)	
Outra	3 (30%)	5 (50%)	2 (20%)	0,01*
Mora com				
Pai e mãe	94 (54,3%)	54 (31,2%)	25 (14,5%)	
Mãe	57 (56,4%)	32 (31,7%)	12 (11,9%)	
Companheiro(a)/ cônjuge	21 (75%)	5 (17,9%)	2 (7,1%)	
Amigos	15 (44,1%)	16 (47,1%)	3 (8,8%)	
Outros familiares	11 (50%)	8 (36,4%)	3 (13,6%)	
Residência Universitária	7 (41,2%)	7 (41,2%)	3 (17,6%)	
Sozinho(a)	5 (50%)	2 (20%)	3 (30%)	
Pai	2 (25%)	3 (37,5%)	3 (37,5%)	
Região de procedência				
Sertão de Sobral	157(56,5%)	85 (30,6%)	36 (12,9%)	
Serra da Ibiapaba	22 (56,4%)	8 (20,5%)	9 (23,1%)	
Litoral Norte	17 (40,5%)	20 (47,6%)	5 (11,9%)	
Sertão dos Crateús	12 (52,2%)	9 (39,1%)	2 (8,7%)	
Litoral Oeste/ Vale do Curu	3 (33,3%)	4 (44,4%)	2 (22,2%)	
Sertão Central	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Grande Fortaleza	1 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	0,17
Município				
Outras	100 56,5%)	52 (29,4%)	25 (14,1%)	
Sobral	96 (51,3%)	66 (35,3%)	25 (13,4%)	
Distritos de Sobral	16 (55,2%)	9 (31%)	4 (13,8%)	
Forma de transporte				
Ônibus	122(54,5%)	73 (32,6%)	29 (12,9%)	
Moto	34 (60,7%)	15 (26,8%)	7 (12,5%)	

Tabela 8 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de ansiedade e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	<i>P</i>
Caminhando	26 (43,3%)	22 (36,7%)	12 (20%)	
Bicicleta	13 (76,5%)	4 (23,5%)	0 (0%)	
VLT	8 (40%)	9 (45%)	3 (15%)	
Carro	7 (87,5%)	1 (12,5%)	0 (0%)	
Situação conjugal				
Solteiro (a)	142(51,8%)	90 (32,8%)	42 (15,3%)	
Com parceiro (a) fixo (a)	56 (55,4%)	35 (34,7%)	10 (9,9%)	
Casado (a)/ união estável	14 (77,8%)	2 (11,1%)	2 (11,1%)	0,16
Orientação sexual				
Heterossexual	192 (58,2%)	101 (30,6%)	37 (11,2%)	
Homossexual	13 (41,9%)	15 (48,4%)	3 (9,7%)	
Bissexual	7 (22,6%)	10 (32,3%)	14 (45,2%)	
Outra	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	1,10
Filhos				
Não	197 (53%)	124 (33,3%)	51 (13,7%)	
Sim	84 (51,2%)	56 (34,1%)	24 (14,6%)	0,65
Participa de atividade de pesquisa				
Não	161(55,5%)	88 (30,3%)	41 (14,1%)	
Sim	51 (49,5%)	39 (37,9%)	13 (12,6%)	0,37
Recebe bolsa universitária				
Não	154(50,8%)	101 (33,3%)	48 (15,8%)	
Sim	58 (64,4%)	26 (28,9%)	6 (6,7%)	0,02*
Emprego				
Não	179(52,8%)	110 (32,4%)	50 (14,7%)	
Sim	33 (61,1%)	17 (31,5%)	4 (7,4%)	0,02*
Recebe auxílio do governo				
Não	135(52,5%)	83 (32,3%)	39 (15,2%)	
Sim	77 (56,6%)	44 (32,4%)	15 (11%)	0,49
IRA				
Não possui	18 (75%)	5 (20,8%)	1 (4,2%)	
Menor que 7	14 (53,8%)	8 (30,8%)	4 (15,4%)	
7 8,9	104(51,5%)	67 (33,2%)	31 (15,3%)	
9 10	76 (53,9%)	47 (33,3%)	18 (12,8%)	0,53
Presença de doença crônica				
Não	207(55,8%)	123 (33,2%)	41 (11,1%)	
Sim	(22,7%)	4 (18,2%)	13 (59,1%)	0,00*

continua

Tabela 8 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de ansiedade e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	conclusão
				<i>P</i>
Uso de medicação para doença mental				
Não	206(57,9%)	114 (32%)	36 (10,1%)	0,00*
Sim	6 (16,2%)	13 (35,1%)	18 (48,6%)	
Plano de saúde				
Não	191(54,7%)	110 (31,5%)	48 (13,8%)	0,61
Sim	21 (47,7%)	17 (38,6%)	6 (13,6%)	
Uso de substâncias				
Nenhuma	164(55,6%)	87 (29,5%)	44 (14,9%)	0,24
Álcool	41 (51,9%)	30 (38%)	8 (10,1%)	
álcool, tabaco	3 (60%)	2 (40%)	0 (0%)	
álcool, tabaco, maconha	2 (50%)	2 (50%)	0 (0%)	
Tabaco	1 (33,3%)	2 (66,7%)	0 (0%)	
Maconha	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Todas	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Atividade física semanal				
0	46 (37,7%)	44 (36,1%)	32 (26,2%)	0,00
1 a 2	38 (62,3%)	17 (27,9%)	6 (9,8%)	
3 a 4	52 (55,3%)	35 (37,2%)	7 (7,4%)	
5 a 7	76 (65,5%)	31 (26,7%)	9 (7,8%)	

*Fonte: Os autores

Na Tabela 8 identificou-se que mais da metade dos universitários de Enfermagem apresentam sintomas de ansiedade. O nível leve a moderado de ansiedade apresentou maior prevalência (n= 76, 35%), seguido do nível severo a extremamente severo (n= 40, 18,4%). Um quantitativo relativamente maior se comparado com os valores para o curso de Educação Física, sendo esse dado estatisticamente significativo (p 0,00).

Em acadêmicos de Enfermagem, o desenvolvimento dos sinais e sintomas de ansiedade e depressão afetam consideravelmente a sua qualidade de vida, ocasionados, muitas vezes, pelo ambiente universitário no qual há diversas situações que levam ao desgaste e podem influenciar ou desencadear o desenvolvimento de sintomas (Brito e Ferreira, 2019).

Nesse cenário, verificou-se, também, que os estudantes de Enfermagem de uma Universidade de Cartagena, em Colômbia, manifestam condições de saúde mental mais precárias em comparação com estudantes de outros cursos. Além disso, foram identificados

fatores de risco individuais, interpessoais, comunitários, sociais e do sistema de saúde (Ávila, 2018).

Sendo comum que a saúde mental dos acadêmicos seja considerada debilitada, mas devido a sentimentos de medo e insegurança não buscam tratamento (Lelis *et al.* 2020).

Achados da literatura colocam em evidência a predominância de ansiedade em alunos, sendo que 62,2% apresentaram a forma leve, 27,9% nível moderado e 9,9% nível considerado grave. Salienta-se que o curso de Enfermagem obteve maior prevalência de ansiedade leve (76,9%), com base nos demais cursos da área de saúde (Oliveira, 2022).

Já no período acadêmico o estudante de Enfermagem passa a conviver com a realidade vivida pelo enfermeiro como as exigências cobradas pelos serviços de saúde, além de ser necessário que esse estudante atinja as metas curriculares exigidas pelo centro acadêmico, também tendo que gerenciar seu tempo livre para a manutenção de suas relações sociais e familiares, a ocorrência frequente dessas situações gera o estresse que varia em níveis, assim como o surgimento de sintomas depressivos (Silva *et al.* 2019).

Logo, é notável que o ambiente de formação em Enfermagem apresenta fatores potenciais para doenças e sofrimento. Por isso, é importante que as instituições formadoras enfatizem a análise e ações que permitam um ambiente saudável dentro dos seus espaços e possibilidades, pois a carga de atividades teóricas, as dificuldades com o manejo de tempo entre demandas acadêmicas e pessoais, além das limitações em relação à comunicação profissional, são focos estressores que podem ser minimizados por meio de estratégias (Silva, 2019).

Em vista disso, é necessário dar maior atenção para esse público, pois os sinais depressivos provocados pela vida acadêmica afetam diretamente o desempenho acadêmico, como também as relações sociais, causando tristeza, irritabilidade, apatia dentre outros sintomas (Brondani, 2020).

Nesse cenário, podem ser evidenciadas três estratégias de enfrentamento, focadas nos problemas mais comumente acusados pelos alunos. Elas podem ser divididas nas focadas no problema (ressignificação positiva, enfrentamento ativo e aceitação), e as focadas na emoção (autodistração, como assistir televisão, ler, religião, fazer compras, e a busca de suporte emocional), podendo estar associadas à orientação de familiares, docentes, ou como resultado da aplicação pessoal das técnicas de resolução de problemas aprendidas dentro do próprio curso de Enfermagem (Samson, 2019).

Para a variável sexo, observou-se que o sexo feminino apresenta um quantitativo bem maior quando comparado ao sexo masculino, mais da metade dos respondentes indicaram ter sintomas de ansiedade, sendo para o nível leve a moderado ($n=90$, 38,1%), para o severo a extremamente severo ($n= 40$, 16,9%), com o resultado estatisticamente significativo ($p 0,00$).

Costa et al (2019) realizaram um estudo com alunos do Centro de Ciência da Vida e da Saúde da UCPel, localizada em Pelotas, Rio Grande do Sul- RS, resultando em uma maior prevalência de ansiedade de diversos níveis em mulheres quando comparadas aos homens; o sexo feminino alcançou 32,5% ($n = 349$), enquanto o masculino, 21,3% ($n = 187$) ($p < 0,001$), o que concorda com os dados da presente pesquisa.

Achados na literatura apontam que o acúmulo de papeis direcionado às mulheres colaboram como fator estressor, já que normalmente necessitam conciliar suas demandas acadêmicas com o trabalho doméstico, o que não é comumente visto com os homens, assim como isso faz com que a mulher não tenha tempo para atividades de lazer ou de cuidado próprio (Jardim, 2020).

Outro fator que é importante levar em consideração que a maioria da população do curso de Enfermagem são mulheres, que naturalmente estão expostas às mudanças hormonais que interferem em suas vidas pessoais e nos aspectos acadêmicos (Diaz-Godiño et al., 2019)

Quanto à religião, pode-se identificar que os que responderam não pertencer a nenhuma religião apresentaram maior predisposição à ansiedade no nível severo a extremamente severo ($n= 16$, 26,2%), quando comparados ao quantitativo dos que indicaram ser católicos e evangélicos, o que se pode concluir que, através dos dados expostos, não ter religião influenciou negativamente para sintomas de ansiedade em níveis mais severos. Além disso, os que pertencem a outras religiões, além da católica e evangélica, também apresentaram altos índices de casos para ansiedade, sinalizando 70% para níveis leves a extremamente severos. sendo esse dado estatisticamente significativo ($p 0,01$).

Para receber bolsa universitária ou não, observou-se que os que recebem apresentam uma quantidade relativamente menor de casos para ansiedade em todos os níveis, quando comparado aos que não recebem. Para o nível leve a moderado os que recebem apresentaram 28,9% ($n=26$), enquanto os que não recebem, 33,3% ($n=101$), já para os níveis severo a extremamente severo, os que não recebem a bolsa apresentaram 15,8% ($n=48$) dos casos e os que recebem apenas 6,7% ($n= 6$) foram identificados, sendo esse dado estatisticamente significativo ($p 0,02$).

Na variável possuir doença crônica ou não, destacou-se que mais da metade dos que sinalizaram possuir doença crônica apresentam sintomas de ansiedade no nível severo a

extremamente severo, com uma porcentagem de 59,1% (n= 13), enquanto os que não possuem doença crônica representaram 11,1% (n=41) dos casos, podendo-se observar que quem possui doença crônica tem mais predisposição à ansiedade nos níveis mais severos, sendo esse dado estatisticamente significativo ($p < 0,00$).

Quanto ao uso de medicação para saúde mental, observou-se que os que sinalizaram fazer uso de medicação apresentaram um quantitativo maior para o nível severo a extremamente severos de ansiedade, com um porcentagem de 48,6 % (n= 18), enquanto os que responderam não fazer uso representaram 10,1% (n= 36) dos casos. Para o nível leve a moderado, os que não fazem uso representaram 32%(n=114) dos casos, enquanto os que fazem uso 35,1% (n=13), sendo esse dado estatisticamente significativo ($p < 0,00$).

Para a variável praticar atividade física, observou-se que para o nível severo a extremamente severo, quanto mais dias semanais de práticas, menores foram os valores para os casos de ansiedade, os que praticam entre 3 a 4 dias representaram apenas 7,4% (n=7) dos casos e os que praticam 5 a 7 dias representaram 7,8% (n=9) dos casos. Assim como para os níveis de normalidade, os que sinalizaram praticar atividades físicas entre 3 e 5 dias representaram 55, 3% dos casos e os que praticam 5 a 7 dias representaram 65,5% (n= 76) dos casos, sendo esse dado estatisticamente significativo ($p < 0,00$).

Estresse

A Tabela 9 apresenta a prevalência de estresse entre os universitários da área de Ciências da Saúde e a distribuição de frequência para os níveis de estresse de acordo com a escala DASS-21.

Tabela 9 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA por nível de sintomas de estresse. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Nível de estresse	N	%
Normal	115	29,26
Leve	57	14,50
Moderado	110	27,99
Severo	55	13,99
Extremamente severo	56	14,25

Fonte: Os autores

Diante dos dados expostos na Tabela 9, observa-se que cerca de um terço dos universitários apresentam estresse em nível normal (n=115, 29.26%), um fator preocupante, pois cerca de 70 % dos participantes apresentam níveis de estresse acima do nível de normalidade, com destaque para o nível moderado (n=110, 27, 99%).

Este achado pode estar relacionado ao enfrentamento pelo aluno de fatores estressores que acontecem durante o curso de graduação como problemas financeiros, pressão dos docentes e familiares por um bom desempenho acadêmico bem como as preocupações com o futuro (Bedaso; Duko; Yeneabat, 2020).

Fundamentado na constatação da relação entre as variáveis, cita-se que em outro estudo realizado com alunos universitários da Bélgica, o estresse associado a sintomas depressivos foi relacionado às altas demandas de atividades dos cursos como um agravante na qualidade de vida dos estudantes (Man, 2021).

Esses resultados também corroboram com os de um estudo realizado com graduandos da área da saúde em uma instituição de ensino superior integrante de uma universidade de São Paulo- SP, onde a presença de estresse foi identificada em proporções expressivas (45%-100%) dos estudantes, embora apenas fração menor deles (4%-15%) tenha apresentado estresse patológico (Murakami, 2024).

Nas últimas décadas têm se observado um aumento do número de publicações acerca desse tema, destacando-se os estudos que se referem ao estresse geral no campo da saúde, principalmente em ambientes hospitalares, no contexto acadêmico, com destaque para docentes e alunos dos cursos da área da saúde (Murakami, 2020).

A Tabela 10 a seguir demonstra a distribuição dos universitários das Ciências da Saúde segundo os níveis de Estresse correlacionados com os dados sociodemográficos, perfil acadêmico e perfil saúde-doença.

Tabela 10 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Estresse e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	
Curso				
Enfermagem	41(18,9%)	103 (47,5%)	73 (33,6%)	
Educação Física	74 (42%)	64 (36,4%)	38 (21,6%)	0,00*

Tabela 10 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Estresse e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

continua

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	
Sexo				
Feminino	44(18,6%)	109 (46,2%)	83 (35,2%)	
Masculino	71(45,2%)	58 (36,9%)	28 (17,8%)	0,00*
Cor				
Parda	60(26,2%)	98 (42,8%)	71 (31%)	
Branca	41(31,1%)	58 (43,9%)	33 (25%)	
Preta	14(45,2%)	10 (32,3%)	7 (22,6%)	
Outra	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	0,28
Renda				
0 a 1	55 (30,6%)	73 (40,6%)	52 (28,9%)	
1 a 2	38 (30,2%)	53 (42,1%)	35 (27,8%)	
2 a 4	16 (25%)	27 (42,2%)	21 (32,8%)	
4 a 6	4 (30,8%)	8 (61,5%)	1 (7,7%)	
6 a 8	1 (14,3%)	4 (57,1%)	2 (28,6%)	
8 a 10	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	
10 a 20	1 (33,3%)	2 (66,7%)	0 (0%)	0,79
Cor				
Parda	60(26,2%)	98 (42,8%)	71 (31%)	
Branca	41(31,1%)	58 (43,9%)	33 (25%)	
Preta	14(45,2%)	10 (32,3%)	7 (22,6%)	
Outra	0 (0%)	1(100%)	0 (0%)	0,28
Renda				
0 a 1	55 (30,6%)	73 (40,6%)	52 (28,9%)	
1 a 2	38 (30,2%)	53 (42,1%)	35 (27,8%)	
2 a 4	16 (25%)	27 (42,2%)	21 (32,8%)	
4 a 6	4 (30,8%)	8 (61,5%)	1 (7,7%)	
6 a 8	1(14,3%)	4 (57,1%)	2 (28,6%)	
8 a 10	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	
10 a 20	1 (33,3%)	2 (66,7%)	0 (0%)	0,79
Religião				
Católica	84(29,3%)	128 (44,6%)	75 (26,1%)	
Evangélica	13(37,1%)	13 (37,1%)	9 (25,7%)	
Nenhuma	14 (23%)	24 (39,3%)	23 (37,7%)	
Outra	4 (40%)	2 (20%)	4 (40%)	0,32
Mora com				
Pai e mãe	48 (27,7%)	74 (42,8%)	51 (29,5%)	
Mãe	34 (33,7%)	42 (41,6%)	25 (24,8%)	
Pai	0 (0%)	5 (62,5%)	3 (37,5%)	
Residência universitária	3 (17,6%)	6 (35,3%)	8 (47,1%)	
Companheiro(a)/ cônjuge	12 (42,9%)	11 (39,3%)	5 (17,9%)	

Tabela 10 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Estresse e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

continua

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	
Mora com				
Outros familiares	8 (36,4%)	7 (31,8%)	7 (31,8%)	
Amigos	7 (20,6%)	19 (55,9%)	8 (23,5%)	
Sozinho(a)	3 (30%)	3 (30%)	4 (40%)	0,36
Região de procedência				
Sertão de Sobral	87 (31,3%)	114 (41%)	77 (27,7%)	
Litoral Norte	7 (16,7%)	21 (50%)	14 (33,3%)	
Serra da Ibiapaba	10 (25,6%)	17 (43,6%)	12 (30,8%)	
Sertão dos Crateús	7 (30,4%)	11 (47,8%)	5 (21,7%)	
Litoral Oeste/ Vale do Curu	3 (33,3%)	3 (33,3%)	3 (33,3%)	
Sertão Central	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	
Grande Fortaleza	1 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	0,74
Município				
Sobral	56 (29,9%)	78 (41,7%)	53 (28,3%)	
Distritos	12 (41,4%)	8 (27,6%)	9 (31%)	
Outras	47 (26,6%)	81 (45,8%)	49 (27,7%)	0,40
Forma de transporte				
Ônibus	63 (28,1%)	99 (44,2%)	62 (27,7%)	
Moto	17 (30,4%)	25 (44,6%)	14 (25%)	
Bicicleta	7 (41,2%)	8 (47,1%)	2 (11,8%)	
Caminhando	15 (25%)	24 (40%)	21 (35%)	
Carro	3 (37,5%)	5 (62,5%)	0 (0%)	
Vlt	8 (40%)	5 (25%)	7 (35%)	0,24
Situação conjugal				
Solteiro (a)	81 (29,6%)	110 (40,1%)	83 (30,3%)	
Com parceiro (a) fixo (a)	27 (26,7%)	48 (47,5%)	26 (25,7%)	
Casado (a)/ união estável	7 (38,9%)	9 (50%)	2 (11,1%)	0,34
Orientação sexual				
Heterossexual	107(32,4%)	139 (42,1%)	84 (25,5%)	
Bissexual	4 (12,9%)	11 (35,5%)	16 (51,6%)	0,00*
Homossexual	4 (12,9%)	16 (51,6%)	11 (35,5%)	
Filhos				
Não	108 (29%)	157 (42,2%)	107 (28,8%)	
Sim	7 (33,3%)	10 (47,6%)	4 (19%)	0,62
Participa de atividade de extensão				
Não	72 (31,4%)	97 (42,4%)	60 (26,2%)	
Sim	43 (26,2%)	70 (42,7%)	51 (31,1%)	0,42
Participa de atividade de pesquisa				
Não	90 (31%)	122 (42,1%)	78 (26,9%)	
Sim	25 (24,3%)	45 (43,7%)	33 (32%)	0,37
Recebe bolsa universitária				
Não	83 (27,4%)	131 (43,2%)	89 (29,4%)	
Sim	32 (35,6%)	36 (40%)	22 (24,4%)	0,30
Emprego				
Não	97 (28,6%)	139 (41%)	103 (30,4%)	
Sim	18 (33,3%)	28 (51,9%)	8 (14,8%)	0,05*

Tabela 10 - Distribuição dos universitários das Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú- UVA segundo os níveis de sintomas de Estresse e os dados sociodemográficos, de perfil acadêmico e de saúde-doença. Sobral-CE, Brasil, 2024.

Variáveis	Normal	Leve/ Moderado	Severo/ Extremamente severo	P	conclusão
Recebe auxílio do governo					
Não	69 (26,8%)	113 (44%)	75 (29,2%)		
Sim	46 (33,8%)	54 (39,7%)	36 (26,5%)	0,35	
IRA					
Não possui	12 (50%)	10 (41,7%)	2 (8,3%)		
Menor que 7	9 (34,6%)	9 (34,6%)	8 (30,8%)		
7 a 8,9	61 (30,2%)	82 (40,6%)	59 (29,2%)		
9 a 10	33 (23,4%)	66 (46,8%)	42 (29,8%)	0,11	
Presença de doença crônica					
Não	112(30,2%)	162 (43,7%)	97 (26,1%)		
Sim	3 (13,6%)	5 (22,7%)	14 (63,6%)	0,00*	
Uso de medicação para doença mental					
Não	114 (32%)	155 (43,5%)	87 (24,4%)		
Sim	1 (2,7%)	12 (32,4%)	24 (64,9%)	0,00*	
Plano de saúde					
Não	106(30,4%)	147 (42,1%)	96 (27,5%)		
Sim	9 (20,5%)	20 (45,5%)	15 (34,1%)	0,36	
Uso de substâncias					
Nenhuma	91 (30,8%)	128 (43,4%)	76 (25,8%)		
Álcool	22 (27,8%)	28 (35,4%)	29 (36,7%)		
Tabaco	1 (33,3%)	2 (66,7%)	0 (0%)		
álcool, maconha	1 (33,3%)	0 (0%)	2 (66,7%)		
álcool, Tabaco	0 (0%)	4 (80%)	1 (20%)		
álcool, tabaco, maconha	0 (0%)	2 (50%)	2 (50%)		
Maconha	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)		
Todas	0 (0%)	1 (100%)	0 (0%)	0,23	
Atividade física semanal					
0	17 (13,9%)	55 (45,1%)	50 (41%)		
1 a 2	21 (34,4%)	25 (41%)	15 (24,6%)		
3 a 4	30 (31,9%)	42 (44,7%)	22 (23,4%)		
5 a 7	47 (40,5%)	45 (38,8%)	24 (20,7%)	0,00*	

Fonte: Os autores

Na Tabela 10, pode-se identificar que no curso de Enfermagem a diferença de achados para os níveis de sintomas de estresse em universitários para o nível severo a extremamente severo é de relativa discrepância em relação aos da Educação Física, totalizando em 18,4% (n= 40) e para a Educação Física o valor de 8 % (n= 14). Assim como para o nível de normalidade, no curso de Educação Física os valores são maiores, correspondendo a 63,1% (n= 111), enquanto que na Enfermagem corresponde a 46,5% (n= 101). Sendo esse dado estatisticamente significativo (p 0,00).

Na variável sexo, observa-se que o sexo feminino apresenta maiores níveis de estresse, representando um importante diferença em relação ao masculino. Para o nível leve a moderado, 46,2% (n=109) foram identificados e 35,2% (n= 83) dos casos para o nível severo a extremamente severo no sexo feminino. Sendo esse dado estatisticamente significativo ((p 0,00).

Para Witt et al. (2022) o maior percentual de estresse em mulheres pode estar relacionado às diferenças biológicas, hormonais e comportamentais, além das exigências impostas pela sociedade.

Nesse cenário, devido à necessidade de afirmar a sua competência em espaços liderados majoritariamente por homens, as mulheres estão mais propensas a terem maior carga de atividades pela diversidade de papéis que precisam exercer (Bottoli *et al.*, 2022).

Durante um estudo realizado na UNICAMP entre 2018 e 2020, foi observado que as estudantes universitárias mostraram uma tendência maior a desenvolver depressão e estresse em comparação com os estudantes do sexo masculino. Além disso, as estudantes relataram níveis mais elevados de estresse percebido (Amaral-Prado *et al.*, 2021).

Quanto à orientação sexual, identificou-se que os respondentes que se identificam heterossexuais possuem um nível bem maior para normalidade em relação aos homossexuais e bissexuais, assim como apresentam menores índices para o estresse em níveis mais severos e extremamente severos, representando quase 90% dos casos. Sendo esse dado estatisticamente significante (p 0,00).

Para a variável doença crônica, identificou-se que os que possuem representam mais da metade dos casos para estresse em nível severo a extremamente severo, com uma porcentagem de 63,6% (n=14). Além disso, para o nível de normalidade, quem não tem doença crônica representa significativa maioria, sendo 30,2% (n= 112).

Quanto ao uso de medicação para saúde mental, os que fazem uso representaram mais da metade dos casos para níveis severos a extremamente severos de estresse, sendo 64,9 % (n= 24) e para o nível de normalidade os que não fazem uso representaram a maioria, sendo 32% (n=114) em relação aos que fazem uso, sendo 2,7 % (n= 1). Sendo esse dado estatisticamente significante (p 0,00).

Quanto à prática de atividade física durante a semana, observou-se que os que praticam entre 5 a 7 dias, possuem menores índices de casos para o estresse severo a extremamente severo, assim como representam maiores índices para o nível de normalidade. Os que não praticam atividade física, representam os que apresentam maior prevalência de estresse. Sendo esse dado estatisticamente significante (p 0,00).

6 CONCLUSÃO

Dentre os três quesitos pesquisados na DASS-21 com 393 universitários da área de Ciências da Saúde de uma Universidade Estadual do interior do Ceará, identificou-se uma prevalência elevada de sintomas de estresse (70%), depressão (50%) e de ansiedade (46%). Houve maior prevalência de depressão, ansiedade e estresse, para mulheres, alunos do Curso de Enfermagem, com doenças crônicas, que utilizam medicação para doença mental e que não praticam atividade física.

Os sintomas de depressão entre os universitários da área de Ciências da Saúde estiveram associados aos seguintes fatores: ser estudante do curso de Enfermagem, ser mulher, não ter religião, ser bissexual, não receber bolsa universitária, possuir IRA menor que 7, ser portador de doença crônica, usar medicação para doença mental e não praticar atividade física.

Os sintomas de ansiedade entre os universitários da área de Ciências da Saúde estiveram associados aos seguintes fatores: ser estudante do curso de Enfermagem, ser mulher, não ter religião, não receber bolsa universitária, presença de doença crônica, usar medicação para doença mental e não praticar atividade física.

Aos sintomas de estresse estiveram associados os seguintes fatores: ser aluno do curso de Enfermagem, ser do sexo feminino, ser bissexual ou heterossexual, ter emprego, ser portador de doença crônica, usar medicação para doença mental e não praticar atividade física.

Esses achados são preocupantes, pois a saúde mental influencia nas relações interpessoais e profissionais dos universitários, podendo causar desinteresse pelos conteúdos teóricos e práticas curriculares e até mesmo evasão da universidade.

Reconhecer os fatores associados à presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os universitários da área de Ciências da Saúde é essencial para o planejamento de políticas públicas mais eficazes e eficientes. Essas políticas devem promover um ambiente acolhedor e flexível, especialmente para os estudantes que estão ingressando no meio acadêmico.

É crucial levar em conta as diversas mudanças que esses estudantes enfrentam, como a necessidade de se mudarem para outras cidades, afastando-se de suas famílias e amigos de suas cidades de origem. Além disso, eles frequentemente enfrentam dificuldades financeiras,

pois dependem de terceiros para se manterem na universidade, além de lidarem com a sobrecarga das demandas curriculares.

Somado a isso, notou-se que mulheres são as mais afetadas, o que é um fator preocupante, pois é o público bastante numeroso na área de Ciências da Saúde, sendo essencial implementar iniciativas específicas para as mulheres que estudam Ciências da Saúde, visando incentivar o autocuidado e a busca pelo autoconhecimento de sua saúde mental e física. Isso inclui a promoção de hábitos saudáveis e ações de relaxamento como prioridades em suas rotinas diárias.

Portanto, destaca-se a importância de promover a saúde mental no ambiente universitário. Isso pode ser alcançado por meio de uma maior conscientização sobre a identificação dos sinais e sintomas, além de incentivar a busca por ajuda profissional quando necessário. Esse enfoque visa proporcionar uma melhor qualidade de vida aos estudantes, aprimorar suas habilidades cognitivas, aumentar a produtividade e promover o bem-estar.

Como limitações do estudo, destaca-se a inviabilidade de realizar a aplicação presencial com todos os universitários, já que muitos estavam em estágios da matriz curricular dos cursos. Além disso, uma parte dos alunos recusou-se a responder à pesquisa. O tempo restrito para a coleta e análise dos dados, devido ao prazo de entrega dos resultados, também foi um desafio.

Com base nos resultados apresentados, em que o sedentarismo esteve associado à depressão, ansiedade e estresse entre os universitários, é essencial promover ações que incentivem a prática de atividades físicas, sublinhem a importância do lazer e encorajem a manutenção das relações interpessoais. Também é importante que os estudantes respeitem suas próprias limitações e as comuniquem aos professores. Para isso, é necessário que os docentes estejam sensibilizados e dispostos a flexibilizar algumas demandas quando for viável, principalmente para aqueles portadores de doenças crônicas e que fazem uso de medicação para saúde mental.

Além disso, é imprescindível também que haja a desestigmatização dos problemas relacionados à saúde mental, através de *workshops*, palestras e eventos comunitários que envolvam os estudantes, de preferência em ambientes atrativos, que promovam bem-estar.

Logo, é notável a importância de realizar estudos que abordem a discussão sobre saúde mental dos estudantes universitários das Ciências da Saúde, dada a complexidade das vulnerabilidades que enfrentam, desde dores físicas até o luto, pois é fundamental que estejam capacitados para oferecer cuidados técnicos e científicos, destacando a necessidade de uma boa saúde física e mental para desempenhar adequadamente essas funções.

Assim como, o estudo alerta a comunidade acadêmica sobre os desafios impostos na contemporaneidade, contribuindo para o planejamento de estratégias de promoção da saúde mental dos universitários e orientar políticas de saúde pública, tendo em vista que, através dos dados expostos, pode-se concluir que estudantes universitários das Ciências da Saúde são afetados pela depressão, ansiedade e estresse.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Márcia Kelma de Alencar; XIMENES, Verônica Morais. Pobreza, permanência de universitários e assistência estudantil: uma análise psicossocial. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 32, p. e200067, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e200067>. Acesso em: 02 jun. 2024.
- ALAHMAR, U.; MURRA, M. DOS S.; MENEGASSI, B.; SPEXOTO, M. C. B. Fatores associados ao estresse percebido em universitários. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 14, n. 85, p. 330-339, 17 out. 2020. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1270>. Acesso em: 02 jun. 2024.
- ALBUQUERQUE, Roberto Nascimento de; BORGES, Moema da Silva; MONTEIRO, Pedro Sadi. Perfil epidemiológico do suicídio entre estudantes de enfermagem [Epidemiological profile of suicidal behavior among nursing students] [Perfil epidemiológico del suicídio entre estudiantes de enfermería]. **Revista Enfermagem UERJ**, [S. l.], v. 27, p. e45607, 2020. DOI: 10.12957/reuerj.2019.45607. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/enfermagemuerej/article/view/45607>. Acesso em: 02 jun. 2024.
- AMANVERMEZ, Yagmur; RAHMADIANA, Metta; KARYOTAKI, Eirini; DE WIT, Linda; EBERT, David D.; KESSLER, Ronald C.; CUIJPERS, Pim. Stress management interventions for college students: **A systematic review and meta-analysis**. *Clinical Psychology: Science and Practice*, v. 27, n. 3, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/cpsp.12342>. Acesso em: 02 jun. 2024.
- AMARAL-PRADO, Heloísa Monteiro; BORGHI, Filipy; MELLO, Tânia Maron Vichi Freire; GRASSI-KASSISSE, Dora Maria. The impact of confinement in the psychosocial behaviour due COVID-19 among members of a Brazilian university. *International Journal of Social Psychiatry*, v. 67, n. 6, p. 720-727, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0020764020971318>
- ARAÚJO, Marielly Izabel de Alemida; BARBOZA, Ana Clara de Sales; GUEDES, João Paulo de Melo. Uso de medicamentos ansiolíticos e antidepressivos por estudantes universitários na área de saúde: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 15, p. e296111537379, 17 nov. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37379>. Acesso em: 01 jun. 2024.
- ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Revista Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-52. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/23791>. Acesso em: 03 jun. 2024.
- ÁVILA, I. Y. C.; CANTILLO, A. B.; ESTRADA, L. R. A. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. **Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo**, v. 20, n. 2, 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-994973>. Acesso em: 02 jun. 2024.

BARBOSA, L. L. et al. Prevalência da medicalização no ensino superior. *Research, Society and Development*, v. 15, p. 35-44, 2019. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/17594/15702>. Acesso em: 02 jun. 2024.

BARBOSA, L. N. F.; ASFORA, G. C. A.; MOURA, M. C. Ansiedade e depressão e uso de substâncias psicoativas em jovens universitários. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*. 16(1): 1-8. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/167093/159553> Acesso em: 02 jun. 2024.

BAUMGRATZ, L. D. et al. Dificuldades financeiras, aspectos alimentares e de saúde em estudantes universitários, durante a pandemia de Covid-19. *Demetra: Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva*. 18:e72281 2023. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/72281/47564> . Acesso em: 02 jun. 2024.

BEDASO, A.; DUKO, B; YENEABAT, T. Predictors of mental distress among undergraduate health science students of Hawassa University, College of Medicine and Health Sciences, Hawassa, SNNPR, Ethiopia: a cross-sectional study. *Ann Gen Psychiatr*. 2020;19:6. Disponível: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32042302/>. Acesso em: 02 jun. 2024.

BOTTOLI, I.M.F. et al. Estresse no ambiente universitário: um estudo descritivo. *In Anais Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar & Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar*, 2022. Disponível em: <https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/coloquio/article/view/1672Brasil> . Acesso em: 02 jun. 2024.

BRESOLIN, J. Z. et al. Sintomas depressivos em estudantes da área da saúde. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 28:e3239, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/RZy69Q9dbRhykRHwpG8FQ8L/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 29 mai. 2024.

BRESOLIN, J.Z et al. Stress and depression in university health students. *Rev Rene*, 23:e71879, 2023. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8438066>. Acesso em: 02 jun. 2024.

BRITO, L.K.F; FERREIRA, J.B .Nível de Ansiedade e Stress em Estudantes Universitários: Uma Revisão Integrativa. *Id on Line Rev. Mult. Psic*13. (48), 852-861, 2019. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/download/2294/3501/9116>. Acesso em: 01 jun. 2024.

CAMARGO, E.C.P. Drug use and abuse among university students and interface with public policies. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog*. 2019 Oct.-Dec.;15(4):1-9. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v15n4/en_v15n4a03.pdf . Acesso em: 01 mai. 2024.

CÂNDIDO, G. S et al. Uso de estimulantes do Sistema Nervoso Central por estudantes do sertão de Pernambuco. *Revista de Enfermagem Atual in Derme* v. 95, n.36, p. 112, 2021. Disponível em: <https://periodicos.univale.br/index.php/revcientfacs/article/view/612/503> . Acesso em: 01 jun. 2024.

CARDOSO, J. V et al. Estresse em estudantes universitários: uma abordagem epidemiológica. **Revista de Enfermagem UFPE on-line**, Recife, v. 13, n. 17, 27, ago. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/241547>

CONCEIÇÃO, L. S. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. **Revista da Avaliação da Educação Superior**. 24 (03), 2019 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/9zHYTs6kMWr3rKTrsdz4W8k/#>

COSTA, C. O et al. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **J Bras Psiquiatr**. 68(2):92-100, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/PSrDy4ZFSGDCzNgJfJwVRxz/?format=pdf&lang=pt> .

COSTA, D.S et al. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. **Rev. bras. educ. med.** 44 (01), 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/KcypBsxmXSmQgDgKNqNkhPy/#>. Acesso em: 01 jun. 2024.

COSTA, M. M et al. Saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde: uma revisão integrativa de literatura. **Peer Review**, vol. 5, n 7, 2023. Disponível em: <https://www.peerw.org/index.php/journals/article/view/391/282> . Acesso em: 01 jun. 2024.

DAMASCENO, E. M. A. Risco do uso de antidepressivos entre jovens universitários da área da saúde. **Revista Saúde Viva Multidisciplinar da AJES**, Juína/MT. 2019, v. 2, n. 2, jan./dez. Disponível em: <http://www.revista.ajes.edu.br/revistas-noroeste/index.php/revisajes/article/view/11> Acesso em: 01 jun. 2024.

DANTAS, B. M. de S. et al. Uso de psicoestimulantes na vida acadêmica: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**. 2022, v. 5, n. 1, p. 3819–3827. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/44567> . Acesso em: 01 jun. 2024.

DIAS, L. G. et al. Ansiedade e Depressão em Universitários a Área da Saúde: Uma Revisão Integrativa. *Id on Line Rev. Psic.* V.15, N. 58, p. 565-575, 2021. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3344/5268> . Acesso em: 01 jun. 2024.

DIAZ-GODIÑO, J. et al. Lifestyles, depression, anxiety, and stress as risk factors in nursing apprentices: A logistic regression analysis of 1193 students in Lima, Peru. *J Environ Public Health*, [S. l.], nov. 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31781255/>

EMR. Drug use and abuse among university students and interface with public policies. **SMAD. Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** 2019. Available at: <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000364>. Acesso em: 01 jun. 2024.

EVANGELISTA V. DE MA, KADOOKA A, PIRES MLN, CONSTANTINO EP. Apoio social relacionado ao uso de drogas entre universitários. **Rev. Psicol Divers. Saúde**. 2020 9(2):199-211, 2020 .Disponível em: <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpd.v9i2.3031>. Acesso em: 01 jun. 2024.

FAUZI, M. F et al. Stress, Anxiety and Depression among a Cohort of Health Sciences Undergraduate Students: The Prevalence and Risk Factors. **International Journal of**

Environmental Research and Public Health. 18 (6), 1-14, 2021, Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33809939/> . Acesso em: 01 jun. 2024.

FERNANDES et al. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Rev Bras Enferm**, 71(Suppl 5):2169-75. 2018. [Thematic Issue: Mental health]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/JwkL4F3S5DQGkmvx5ZP7cYQ/> . Acesso em: 01 jun. 2024.

FERNANDES, M. A. et al. Transtornos de ansiedade: vivências de usuários de um ambulatório especializado em saúde mental anxiety disorders: experiences of users of a specialized mental health outpatient service. **Rev. enferm. UFPE On line**, Recife, v. 11, n. 10, p.3836-3844, out. 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/25366>. Acesso em: 01 jun. 2024.

FILHO, M. L. V.; SPERANDIO, G.; FERREIRA, E. D. F. Análise da prevalência de uso de antidepressivos e psicoestimulantes e seus efeitos. **XI Encontro Internacional de Pesquisa Científica- EPCC**, 2019. Maringá- PA. Anais. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/epcc2019/187821-analise-da-prevalencia-de-uso-de-antidepressivos-e-psicoestimulantes-e-seus-efeitos-sobre-academicos-de-medicina/> Acesso em: 01 jun. 2024.

FLORES, J. T. A Política de Assistência estudantil na Universidade Federal do Rio Grande do Sul: um estudo de caso para analisar a eficácia das ações através da taxa de desperdício de matrícula (Trabalho de Conclusão de Curso- TCC, Universidade Federal do Rio Grande do Sul- UFRS). Porto Alegre, p. 37, 2022. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/236383/001138932.pdf?sequence=1>. Acesso em: 01 jun. 2024.

FONSECA COELHO GALVÃO, Ana Patrícia; FERREIRA PINTO, Thainá; RIYOTI UCHIDA, Ricardo. Depressão em estudantes universitários: fatores predisponentes na área da saúde. **JMPHC | Journal of Management & Primary Health Care | ISSN 2179-6750, [S. l.]**, v. 15, p. e007, 2023. Disponível em: <https://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/1292>. Acesso em: 01 jun. 2024.

GÖKEL, Ö.; DAĞLI, G. Effects of social skill training program on social skills of young people. **EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technoloy Education**, London, v. 13, n. 11, p. 7365-7373, nov. 2017. Doi: <https://doi.org/10.12973/ejmste/79615>. Acesso em: 01 jun. 2024.

GUEDES, T. S; SILVA, V. L. A; FERREIRA, J. C. S. A influência do comportamento alimentar e a utilização dos compostos bioativos na síndrome prémenstrual The influence of eating behavior and the use of bioactive compounds in premenstrual syndrome. **Brazilian Journal of Development**. Vol. 7. Num. 11. p. 103060- 103081, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/39150/pdf> . Acesso em: 01 jun. 2024.

GUILAND, R. et al. Prevalência de sintomas de depressão e ansiedade em trabalhadores durante a pandemia da Covid- 19. **Trabalho, Educação e Saúde**, 20, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/dZX44RT5LZD8P5hBFDyZYVQ/> . Acesso em: 01 jun. 2024.

GUNDIM, V. A. et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, 35, e37293, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293>. Acesso em: 01 jun. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA-IBGE. Censo 2022. Panorama. Available from: <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/>. Acesso em: 10 jun. 2024.

JARDIM, M.G.L. et al. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. **Psico-USF**, 2021, 25, 645-657. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psuf/a/fxPrQDMt7pJZcdR5sckDfhP/> . Acesso em: 01 jun. 2024.

KAWANO, A.N. Consumo de álcool e outras drogas por universitários brasileiros da área da saúde: uma revisão integrativa. [dissertação]. Uberlândia (MG). Universidade Federal de Uberlândia; 2019. Available in: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/28304>. Acesso em: 01 jun. 2024.

KIENEN et al. Comportamentos pré-requisitos do “Estudar textos em contexto acadêmico”. **Ces Psicologia**. 2017, 10(2), 28-49. doi.org/10.21615/cesp.10.2.3 . Acesso em: 01 jun. 2024.

LEÃO et al. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.42, n.4, p.55 –65, 2018. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092>. Acesso em: 01 jun. 2024.

LELIS, K. C. et al. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, (23): 09-14., 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/6228/3966> . Acesso em: 01 jun. 2024.

LELIS, K. C.; BRITO, R. V.; PINHO, S.; PINHO, L. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**. 09-14, 2023. Disponível em: <https://scielo.pt/pdf/rpesm/n23/n23a02.pdf> . Acesso em: 01 jun. 2024.

LESSA, S. E. C. Assistência estudantil brasileira e a experiência da UERJ: Entre a inovação e o atraso na atenção ao estudante. **Em Pauta**, 15(39), 155-175, 2017. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistaempauta/article/view/30381>. Acesso em: 01 jun. 2024.

LIMA, J. M. S. et al. A prática da automedicação por universitários. **Research, Society and Development**, v. 10, n.8, e47610817594, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/17594/15702> . Acesso em: 01 jun. 2024.

LOVIBOND, P. F., & LOVIBOND, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck depression and anxiety inventories. **Behaviour Research and Therapy**, 33(3), 335-343.

doi: 10.1016/j.rbp.2012.05.003» <https://doi.org/10.1016/j.rbp.2012.05.003>, Acesso em: 01 jun. 2024.

LUFIEGO, C. A. F.; SCHNEIDER, R. H.; BÓS, Ângelo José Gonçalves. Avaliação do estresse e ansiedade em pacientes submetidos à quimioterapia para relaxamento. **Psicologia, Saúde & Doença**, Lisboa, Portugal, v. 18, n. 3, p. 789-800, dez. 2017. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v18n3/v18n3a13.pdf> . Acesso em: 01 jun. 2024.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: O impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, 37, e2000672020, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/k9KTBz398jqfvDLby3QjTHJ/#> . Acesso em: 10 mai. 2024.

MAN, J. et al. Disentangling depression in Belgian higher education students amidst the first COVID-19 lockdown (April-May 2020). **Arch Public Health**. 2021 Jan 7;79(1):3. doi: 10.1186/s13690-020-00522-y, Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33413635/>. Acesso em: 20 mai. 2024.

MELO, H.E. et al. Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem. **Acta Paul Enferm**. 34:eAPE01113, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/73H5Lx9kPybXCgK3ZHGQS3d/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 mai. 2024.

MENDES, T. C.; DIAS, A. C. P. Sintomas de depressão, ansiedade, estresse e fatores associados em estudantes de medicina brasileiros: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, 10(4), e14910414033., 2021. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i4.14033>. Acesso em: 20 mai. 2024.

MIRANDA, C. C. et al. O uso de ansiolíticos e antidepressivos entre graduandos da área da saúde de Teresina-PI: uma pesquisa de opinião. **Revista de Casos e Consultoria**, [S. l.], v. 12, n. 1, p. e24679, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/24679>. Acesso em: 20 mai. 2024.

MOHEBBI, Z. et al. State of mental health and associated factors in nursing students from Southeastern Iran. *Investigacion y Educacion en Enfermería*, **Medellín**, v. 37, n. 3, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31830402/>. Acesso em: 20 mai. 2024.

MUNIZ, G.B.A.; GARRIDO, E. N. Mudanças de hábitos e saúde dos estudantes após ingresso na universidade. (2021). **Revista Psicologia, Diversidade E Saúde**, 10(2), 235-245. <https://journals.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3443> . Acesso em: 20 mai. 2024.

MURAKAMI, K. Estratégias de enfrentamento das dificuldades (coping) utilizadas por estudantes do ensino superior na área da saúde. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto. Ribeirão Preto/SP, 2020. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/17/17138/tde20082020114653/publico/KAROLINAMURAKAMI.pdf> . Acesso em: 20 mai. 2024.

MURAKAMI, K. et al. Estresse e Enfrentamento das dificuldades em universitários da área da saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão** 2024 v. 44, e258748, 1-16. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Cxx6KcwWvKmpmFqd55B9jtL/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 20 mai. 2024.

NASCIMENTO, V. F.; DAIBEM, A. M. L. Percepções de docentes universitários sobre o ambiente de trabalho. **Pers Bioet.**, [s. l.], v. 24, n. 1, p.28-42, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/23791>. Acesso em: 20 mai. 2024.

NERI, J.V.D.; TESTON, A.P.M.; ARAÚJO, D.C.M. Uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos da área da saúde: uma revisão bibliográfica. **Brazilian Journal of Development**. 2020, v. 6 (10), pp. 75673–75686. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17868>. Acesso em: 20 mai. 2024.

NÚÑEZ-ROCHA, G. M.; LÓPEZ-BOTELLO, C. K.; SALINAS-MARTÍNEZ, A. M.; ARROYO-ACEVEDO, H. V.; MARTÍNEZ-VILLARREAL, R. T.; ÁVILA-ORTIZ, M. N. Lifestyle, Quality of Life, and Health Promotion Needs in Mexican University Students: Important Differences by Sex and Academic Discipline. **International Journal of Environmental, Research and Public Health**, v. 17, n. 21, p. 1-12, 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/21/8024>. Acesso em: 20 mai. 2024.

OLIVEIRA, M. J. A. et al. Satisfação, ansiedade e depressão entre estudantes de graduação em enfermagem [Satisfaction, anxiety and depression among undergraduate nursing students] [Satisfacción, ansiedad y depresión entre estudiantes de pregrado en enfermeira. **Revista Enfermagem UERJ**, [S. l.], v. 30, n. 1, p. e70555, 2022. DOI: 10.12957/reuerj.2022.70555. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/enfermagemuerj/article/view/> . Acesso em: 20 mai. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Gender equity in the health workforce: analysis of 104 countries*. Genebra: **OMS**, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/gender-equity-in-the-health-workforce-analysis-of-104-countries>. Acesso em: 20 mai. 2024.

PACHECO, J.B.; CARDOSO, A.S.; MOURÃO, R.P. Transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública em Boa Vista – Roraima. **Brazilian Journal of Health Review**, 4(6):27674-27692), 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/41244> . Acesso em: 20 mai. 2024.

PIRES, I. T. M.; FARINHA, M. G.; PILLON, S. C.; SANTOS, M. A. dos. Uso de álcool e outras substâncias psicoativas por universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, supl. 1, p. 371-377, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/9svpjDvj66gJz7zWCckfcWz/?format=pdf> . Acesso em: 20 mai. 2024.

PRETO, A. V. et al. Preditores de estresse recente em universitários de enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 9, n.3, e37932371, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/2371/1889>. Acesso em: 20 mai. 2024.

RAMOS, J. L.V. et al. Uso de psicoestimulantes de venda livre por estudantes universitários da área da saúde. **Revista Científica FACS**, GovernadorValadares, v.23, n.2, p.80, 2023. Disponível em: <https://periodicos.univale.br/index.php/revcientfacs/article/view/612/503>. Acesso em: 20 mai. 2024.

RIZZOLO, D.; MASSEY, S. Fluctuations in stress over time during the first year of health science programs. **J Allied Health Summer**. 49(2):120-4, 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8438066> . Acesso em: 20 mai. 2024.

ROUQUAYROL, M.Z.; GURGEL, M. Epidemiologia e Saúde. 8th ed. Rio de Janeiro: **MedBook**; 2017. 744 p. Disponível em: <https://www.medbookeditora.com.br/livro/rouquayrol-epidemiologia-e-saude> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SAMSON, P. Role of coping in stress, anxiety, depression among nursing students of Purbanchal University in Kathmandu. **J Nepal Health Res Counc.**, [s. l], v. 17, n. 3, p. 325-330, 2019. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31735926/> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SAMSON, P. Role of coping in stress, anxiety, depression among nursing students of Purbanchal University in Kathmandu. **J Nepal Health Res Counc.**, [s. l], v. 17, n. 3, p. 325-330, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31735926/> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SANTOS, L. B. Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. **SMAD, Rev. Eletrônica saúde Mental Álcool Drog.**, 17(2), 92-100, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/167804> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SANTOS, N. M. et al. Prevalência de depressão em acadêmicos de saúde e fatores associados. **Brazilian Journal of Development**. 7(1), 7644-76-57, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/23493> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SANTOS, M.A et al. Automedicação entre estudantes da saúde para melhoria do desempenho acadêmico. **Revista Observatorio de la Economía Latinoamericana**. 2024, v.22, n.1, p.1696-1713. Disponível em: <https://ojs.observatoriolatinoamericano.com/ojs/index.php/olel/article/view/2816> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SANTOS, W. C; SANTOS, E. M. S. D; CAVALCANTE, K. M. H. Utilização de psicofármacos e sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários de Lagarto/SE durante a pandemia da COVID-19. **Revista Multidisciplinar em Saúde**.v. 2 n. 4 2021. Disponível em: <https://editoraime.com.br/revistas/index.php/remss/article/view/2391/328%20> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SILVA, M. L et al. Vulnerabilidades na Saúde Mental de Universitários em Saúde em períodos de estágio clínico. **Revistas UniLaSalle Editora**. Canoas, v. 8, n. 3, 2020. Disponível em:

https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/6727 . Acesso em: 20 mai. 2024.

SILVA, R. M. et al. Health alterations in nursing students after a year from admission to the undergraduate course* * Extracted from the thesis: “Alterações de saúde, resiliência e qualidade de vida de discentes de graduação em enfermagem no primeiro ano letivo”, Universidade de São Paulo. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**[online]. v.53, e03450, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/dvcQsXQNGWQCBZFywWcDyyt/?lang=en> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SILVA, R.M. et al. Health alterations in nursing students after a year from admission to the undergraduate course. **Rev Esc Enferm USP**. 53:e03450, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018008103450> . Acesso em: 20 mai. 2024.

SOUZA, J. F.; LIMA, R. M.; BATISTA, J. R. M.; MARIZ, S. R. Prevalência da prática de automedicação entre estudantes de psicologia: um estudo transversal / Prevalence of self-medication practice among psychology students: a cross-sectional study. **Brazilian Journal of Development**, 6 (12), 98105–98116, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/21605> . Acesso em: 20 mai. 2024.

TARLEY, M. G. G. et al. Estudo comparativo do uso da automedicação entre universitários da área da saúde e universitários de outras áreas não relacionados à saúde na Universidade de Marília-SP. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**, v.23, n.1, p.22-27, 2018. Disponível em: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20180606_085821.pdf . Acesso em: 20 mai. 2024.

TAVARES, T. R. et al. Avaliação do uso de psicofármacos por universitários. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, [S. l.]. v. 20, n. 4, p. 560–567, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/cmbio/article/view/43820>. Acesso em: 20 mai. 2024.

TOGNOLLI, T. et al. Automedicação entre acadêmicos de medicina de Fernandópolis – São Paulo. **Journal of Health & Biological Sciences**. 2019, 4, 382-386. doi: 3076jhbs.v7i4.2571.p382-386.2019 . Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/2571>. Acesso em: 20 mai. 2024.

VALDEBENITO, M.A.B. Autoeficacia y vivencias académicas em estudantes universitários. **Acta Colombiana de Psicología**, 2017; 20(1): 266-274 <https://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/48632/33681>. Acesso em: 20 mai. 2024.

VIGNOLA, R. C. B. e TUCCI, A. M. (2014). Adaptation and Validation of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) to Brazilian Portuguese. **Journal of Affective Disorders**, 155, 104-109. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24238871/> . Acesso em: 20 mai. 2024.

WAHED, W.Y.A.; HASSAN, S.K. Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. Alexandria .**Journal of Medicine**. 53(1):77-84, 2017. Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2090506816000063> . Acesso em: 20 mai. 2024.

WALTON, M. et al. (2019). The prevalence of burnout in medical students and trainees: a systematic review. **The Lancet**, 394, S57. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35775726/> . Acesso em: 20 mai. 2024.

WEI, H. et al. Impacts of Nursing Student Burnout on Psychological Well-Being and Academic Achievement. **Journal of Nursing Education**, v. 60, n. 7, p. 369-376, 2021. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/5651/4546> . Acesso em: 20 mai. 2024.

WILKON, N. W. V.; RUFATO, F. D.; SILVA, W. R. da. Psychotropic drugs use in young university students. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 17, p. e79101724472, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i17.24472. Acesso em: 20 mai. 2024.

WITT, S. H et al. Estresse em acadêmicos da área da saúde: variações durante o semestre letivo. **Portal Metodista de Periódicos Científicos e Acadêmicos**, v.30, n.2, 2022. Disponível em: Estresse em acadêmicos da área da saúde: variações durante o semestre letivo | Witt | Mudanças - Psicologia da Saúde (metodista.br). Acesso em: 20 mai. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Fact Sheet Depressive Disorden, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em: 20 mai. 2024.

ZANCAN, Renata Klein et al. Estresse, Ansiedade, Depressão e Inflexibilidade Psicológica em Estudantes Universitários de Graduação e Pós-Graduação. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 21, n. 2, p. 749-767, 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180842812021000200020&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 20 mai. 2024.

ZHAI, Y.; DU, X. Addressing Collegiate Mental Health Amid COVID-19 Pandemic. **Psychiatry Research**. Apr;288(113003):113003, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7162776/>

**APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO DE CARACTERIZAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA
APLICADO DE FORMA VIRTUAL COM OS UNIVERSITÁRIOS DAS CIÊNCIAS DA
SAÚDE DA UVA**

1) Qual curso você pertence?

Enfermagem 2() Educação Física

2) Qual o semestre? _____.**3) Qual sua idade? _____.**

4) Sexo: Masculino 2() Feminino

5) Em qual dessas classificações você define sua cor/raça:

1 () Branca 2 () Preta 3 () Parda 4 () Indígena 5 () Outra: _____

6) Qual a renda da sua família? (juntando todo o dinheiro que entra na casa): (salário mínimo: R\$ 1.412,00)

Até 1 salário mínimo

1-2 salários mínimos

2-4 salários mínimos

4-6 salários mínimos

6-8 salários mínimos

8- 10 salários mínimos

Acima de 10 salários mínimos

7) Qual a sua religião?

1 () Católica 2 () Evangélica 3 () Nenhuma 4 () Outra:

8) Com quem você mora?

1 () Com pai e mãe 2() Só com a mãe 3() Só com o pai 4() Residência Universitária

5() Com outras pessoas, quem:_____.

09) De onde você é procedente?

Região do Sertão de Sobral

Região da Serra da Ibiapaba

Região Litoral Norte

Região Grande Fortaleza

Região Centro- Sul

Região do Cariri

Região Litoral Leste

Região Sertão do Crateús

Região Sertão de Canindé

Região Litoral Oeste/ Vale do Curu

Região Maciço do Baturité

Região Sertão Central

Região Sertão dos Inhamus

Região Vale do Jaguaribe

10) Onde você mora?

Cidade de Sobral

Distrito de Sobral

Outras cidades próximas a Sobral

11) Como se desloca até a Universidade: 1()Caminhando 2()Bicicleta 3()Moto 4()Carro
5()VLT 6()Ônibus 7()outro: _____.

12) Qual sua situação conjugal/afetiva:

1 ()solteiro (a), com parceiro fixo 2 solteiro(a), sem parceiro fixo 3()casado(a) / união estável
4() separado/divorciado

13) Sobre sua orientação sexual, você se considera:

1 () heterossexual (relação com sexo oposto) 2() homossexual(relação com pessoas do mesmo sexo) 3() bissexual (relação sexual com homens e mulheres) 4 () Outros, qual:_____.

14) Você tem filhos? 1() Sim 2 () Não

15) Você participa de atividades de extensão universitária? 1()Sim. Qual? __ 2() Não

16) Você participa de atividades de pesquisa? 1() Sim. Qual?____ () 2 Não

17) Você recebe alguma bolsa universitária (Extensão, IC, PBPU, etc)? 1() Sim qual modalidade?_____() 2 Não

18) Você exerce trabalho remunerado? 1() Sim. Qual?_____() 2 Não

19) Sua família recebe algum auxílio financeiro do governo (por exemplo, bolsa família)? 1() Sim. Qual_____() 2 Não

18) No seu histórico escolar, qual seu IRA (Índice de Rendimento Acadêmico) atual? 1() Menor que 7,0 2 () Entre 7,0 e 8,9 3() Entre 9,0 e 10,00 (Não possui, pois estou no primeiro semestre

20) Você faz tratamento para alguma doença crônica? 1()SIM 2()NÃO

21) Você utiliza alguma medicação para saúde mental (psicofármacos, como por exemplo, psicotrópicos, antidepressivos e tranquilizantes/benzodiazepínicos)?

1 () Sim 2 () Não

22) Você possui plano de saúde? 1() Sim 2() Não

23) Nos últimos 30 dias, você utilizou alguma dessas substâncias: 1 ()álcool 2 () Tabaco 3() Maconha 4() Outra substância ilícita 5() Não utilizei nenhuma

APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO- TCLE

Caros participantes, meu nome é JOYCE MAZZA NUNES ARAGÃO, sou enfermeira e docente do curso de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú – UVA. Estamos desenvolvendo uma pesquisa intitulada: **SAÚDE MENTAL, ESTRESSE E QUALIDADE DO SONO EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE: INFLUÊNCIA NO RENDIMENTO ACADÊMICO**, que tem como objetivo geral: analisar a influência dos sintomas de depressão, ansiedade, estresse e qualidade do sono no rendimento acadêmico de alunos de graduação das Ciências da Saúde de uma Universidade Pública do Interior do Ceará.

Convido você a participar deste estudo, que consiste no preenchimento de um questionário *online* que será aplicado através do *google forms*, contendo questões sobre dados sociodemográficos e as escalas sobre depressão, ansiedade, estresse e qualidade do sono e Burnout entre universitários. Dou-lhe a garantia de que as informações que estou obtendo serão usadas apenas para a realização do meu estudo, sem que isto lhe traga nenhum prejuízo, e finalmente, lhe informo que, quando apresentar o meu trabalho, não usarei o seu nome e nem darei nenhuma informação que possa identificá-lo (a). O estudo não trará nenhuma despesa para os senhores e todos os recursos utilizados serão gratuitos. Assim, como, você não receberá pagamento para participar deste estudo.

Como benefício, você será capaz de refletir sobre sua saúde mental, especialmente sobre sintomas de ansiedade, depressão e estresse e sua qualidade do sono. Além disso, através dessa avaliação sobre depressão, ansiedade, estresse e qualidade do sono entre universitários, ações poderão ser desenvolvidas no Centro de Ciências da Saúde para contribuir para a promoção da Saúde desses universitários.

Estarei atenta a qualquer constrangimento ou desconfortos psicológicos que você possa estar exposto, seja durante o preenchimento do questionário ou em qualquer outro momento durante a discussão sobre saúde, disponibilizando os pesquisadores e um profissional habilitado para conversar e fazer o possível para minimizar tais desconfortos.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual Vale do Acaraú –UVA poderá ser consultado sobre o projeto pelo telefone (88) 3677-4255 ou E- mail:

**ANEXO A – ESCALA DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE ESTRESSE (DEPRESSION,
ANXIETY, AND STRESS SCLAE) (DASS-21)- VERSÃO PROTUGUÊS5
BRASILEIRO**

**ESCALA DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE (DEPRESSION, ANXIETY, AND STRESS SCALE) (DASS – 21) – VERSÃO
PORTUGUÊS BRASILEIRO**

Data da avaliação: ___/___/___, Avaliador: _____.

NOME DO PARTICIPANTE (SOCIAL):	ID:	DATA DE NASCIMENTO: / /
--------------------------------	-----	-------------------------

Instruções

Por favor, leia cuidadosamente cada uma das afirmações abaixo e circule o número apropriado 0, 1, 2 ou 3 que indique o quanto ela se aplicou a você durante a última semana, conforme a indicação a seguir:

- 0 Não se aplicou de maneira alguma
- 1 Aplicou-se em algum grau, ou por pouco de tempo
- 2 Aplicou-se em um grau considerável, ou por uma boa parte do tempo
- 3 Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo

		Não se aplicou de maneira alguma	Aplicou-se em algum grau, ou por pouco de tempo	Aplicou-se em um grau considerável, ou por uma boa parte do tempo	Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo
01	Achei difícil me acalmar	0	1	2	3
02	Senti minha boca seca	0	1	2	3
03	Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo	0	1	2	3
04	Tive dificuldade em respirar em alguns momentos (ex. respiração ofegante, falta de ar, sem ter feito nenhum esforço físico)	0	1	2	3
05	Achei difícil ter iniciativa para fazer as coisas	0	1	2	3
06	Tive a tendência de reagir de forma exagerada às situações	0	1	2	3
07	Senti tremores (ex. nas mãos)	0	1	2	3
08	Senti que estava sempre nervoso	0	1	2	3
09	Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo (a)	0	1	2	3
10	Senti que não tinha nada a desejar	0	1	2	3
11	Senti-me agitado	0	1	2	3
12	Achei difícil relaxar	0	1	2	3
13	Senti-me depressivo (a) e sem ânimo	0	1	2	3
14	Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo	0	1	2	3
15	Senti que ia entrar em pânico	0	1	2	3
16	Não consegui me entusiasmar com nada	0	1	2	3
17	Senti que não tinha valor como pessoa	0	1	2	3
18	Senti que estava um pouco emotivo/sensível demais	0	1	2	3
19	Sabia que meu coração estava alterado mesmo não tendo feito nenhum esforço físico (ex. aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca)	0	1	2	3
20	Senti medo sem motivo	0	1	2	3
21	Senti que a vida não tinha sentido	0	1	2	3

REFERÊNCIA

Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behav Res Ther*. 1995 Mar;33(3):335-43.

Vignola RCB, Tucci AM. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *J Affect Disord*. 2014 Feb;155:104-9.

INSTRUÇÃO PARA CÁLCULO DA PONTUAÇÃO DO DASS-21

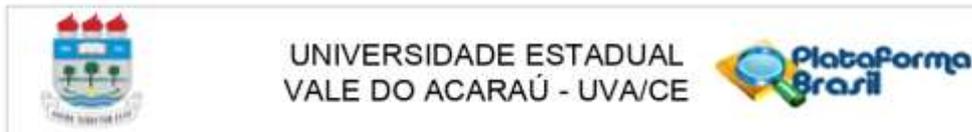
Para a pontuação final, os valores de cada subescala devem ser somados e multiplicados por dois para corresponder à pontuação da escala original (DASS-42) (Saad et al., 2017).

SUBESCALA	PERGUNTA	PONTUAÇÃO
Depressão	3	
	5	
	10	
	13	
	16	
	17	
	21	
	Pontuação final	___ x 2 =
Ansiedade	2	
	4	
	7	
	9	
	15	
	19	
	20	
	Pontuação final	___ x 2 =
Estresse	1	
	6	
	8	
	11	
	12	
	14	
	18	
	Pontuação final	___ x 2 =

CLASSIFICAÇÃO DOS SINTOMAS

SINTOMAS	NORMAL	LEVE	MODERADO	SEVERO	EXTREMAMENTE SEVERO
Depressão	0-9	10-13	14-20	21-27	28-42
Ansiedade	0-7	8-9	10-14	15-19	20-42
Estresse	0-14	15-18	19-25	26-33	34-42

ANEXO B - PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA (CEP)



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: SAÚDE MENTAL, ESTRESSE E QUALIDADE DO SONO EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE; INFLUÊNCIA NO RENDIMENTO ACADÊMICO

Pesquisador: Joyce Mazza Nunes

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 75866123.5.0000.5053

Instituição Proponente: Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

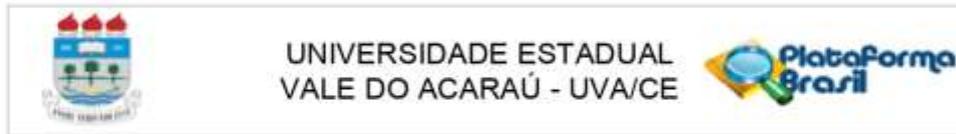
DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.747.786

Apresentação do Projeto:

Estudo descritivo exploratório de análise quantitativa com delineamento transversal, será desenvolvido no Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). Será elaborado um questionário com questões sociodemográficas e o rendimento acadêmico dos universitários. Para investigar os sintomas de depressão, ansiedade e estresse será utilizada a escala Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS21), já traduzida e validada no Brasil. A qualidade do sono será avaliada por meio do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI), validado para o Brasil por Bertolazi et al. (2011). Será aplicado também um instrumento denominado Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) (Escala de Burnout para estudantes) adaptado por Schaufelli, Martinez para investigar a presença de Burnout entre os universitários. O estudo será desenvolvido com alunos do Ensino Superior de ambos os sexos e de todos os semestres dos Cursos de Enfermagem e Educação Física do Centro de Ciências da Saúde - CCS da UVA na Cidade de Sobral-CE, durante o semestre 2023.2. Os dados serão analisados de acordo com o instrumento utilizado, mediante a utilização de testes estatísticos, utilizando o programa computacional R, apresentados em tabelas. Realizando uma análise descritiva e inferencial. O estudo será norteado pela Resolução 466/12, do Conselho Nacional da Saúde, que estabelece as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos.

Endereço: Av Comandante Maurocílio Rocha Ponte, 150
Bairro: Derby **CEP:** 62.041-040
UF: CE **Município:** SOBRAL
Telefone: (88)3677-4255 **Fax:** (88)3677-4242 **E-mail:** cep_uva@uvanet.br



Continuação do Parecer: 6.747.786.

Objetivo da Pesquisa:

Analisar a influência dos sintomas de depressão, ansiedade, estresse e da qualidade do sono no rendimento acadêmico de alunos de graduação das Ciências da Saúde de uma Universidade Pública do Interior do Ceará.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Há uma discussão referente aos possíveis riscos envolvidos na pesquisa bem como de estratégias de atendimento caso seja necessário. O autor também discute os possíveis benefícios do desenvolvimento desta pesquisa.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Importante do ponto de vista social e do bem estar cognitivo dos estudantes de graduação de modo geral.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Adequados

Recomendações:

Não se aplicam

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não se aplicam

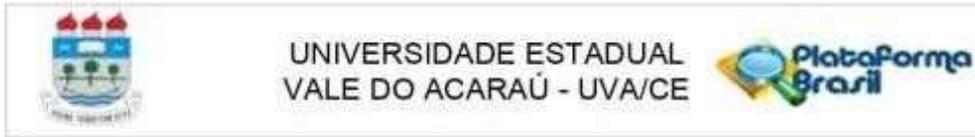
Considerações Finais a critério do CEP:

Aprovado por este Comitê.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2245436.pdf	23/02/2024 15:36:59		Aceito
Cronograma	cronograma.docx	23/02/2024 15:36:37	Joyce Mazza Nunes	Aceito
Orçamento	orcamento.docx	23/02/2024 15:36:19	Joyce Mazza Nunes	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	23/02/2024 15:35:03	Joyce Mazza Nunes	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	REND_ACADE.docx	23/02/2024 15:34:45	Joyce Mazza Nunes	Aceito

Endereço: Av Comandante Maurocílio Rocha Ponte, 150
Bairro: Derby **CEP:** 62.041-040
UF: CE **Município:** SOBRAL
Telefone: (88)3677-4255 **Fax:** (88)3677-4242 **E-mail:** osp_uva@uvanet.br



Continuação do Parecer: 8.747.786

Folha de Rosto	FolhaRendAcad.pdf	14/11/2023 17:20:53	Joyce Mazza Nunes	Aceito
----------------	-------------------	------------------------	-------------------	--------

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SOBRAL, 05 de Abril de 2024

Assinado por:
Eroteide Leite de Pinho
(Coordenador(a))

Endereço: Av Comandante Maurocelio Rocha Ponte, 150
Bairro: Derby **CEP:** 62.041-040
UF: CE **Município:** SOBRAL
Telefone: (88)3677-4255 **Fax:** (88)3677-4242 **E-mail:** cep_uva@uvanel.br