

ciSMa

Grupo de pesquisa sobre Comportamento,
Identidade, Saúde Mental e Ambiente

UNEMAT

Universidade do Estado de Mato Grosso

SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO

UMA COLETÂNEA DE ESTUDOS DESCRITIVOS

Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues
Stefanny Caroliny de Souza
Organizadoras

SAÚDE MENTAL
É ESSENCIAL

#ÉMUITAPRESSÃO



Pantanal Editora

2021

Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues
Stefany Caroliny de Souza
Organizadoras

SAÚDE MENTAL DO
ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO
UMA COLETÂNEA DE ESTUDOS
DESCRITIVOS



Pantanal Editora

2021

Copyright© Pantanal Editora

Editor Chefe: Prof. Dr. Alan Mario Zuffo

Editores Executivos: Prof. Dr. Jorge González Aguilera e Prof. Dr. Bruno Rodrigues de Oliveira

Diagramação: A editora. **Diagramação e Arte:** A editora. **Imagens de capa e contracapa:** Canva.com. **Revisão:** O(s) autor(es), organizador(es) e a editora.

Conselho Editorial

Grau acadêmico e Nome	Instituição
Prof. Dr. Adayson Wagner Sousa de Vasconcelos	OAB/PB
Profa. Msc. Adriana Flávia Neu	Mun. Faxinal Soturno e Tupanciretã
Profa. Dra. Albys Ferrer Dubois	UO (Cuba)
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior	IF SUDESTE MG
Profa. Msc. Aris Verdecia Peña	Facultad de Medicina (Cuba)
Profa. Arisleidis Chapman Verdecia	ISCM (Cuba)
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva	UFESSPA
Prof. Dr. Bruno Gomes de Araújo	UEA
Prof. Dr. Caio Cesar Enside de Abreu	UNEMAT
Prof. Dr. Carlos Nick	UFV
Prof. Dr. Claudio Silveira Maia	AJES
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos	UFGD
Prof. Dr. Cristiano Pereira da Silva	UEMS
Profa. Ma. Dayse Rodrigues dos Santos	IFPA
Prof. Msc. David Chacon Alvarez	UNICENTRO
Prof. Dr. Denis Silva Nogueira	IFMT
Profa. Dra. Denise Silva Nogueira	UFMG
Profa. Dra. Dennyura Oliveira Galvão	URCA
Prof. Dr. Elias Rocha Gonçalves	ISEPAM-FAETEC
Prof. Me. Ernane Rosa Martins	IFG
Prof. Dr. Fábio Steiner	UEMS
Prof. Dr. Fabiano dos Santos Souza	UFF
Prof. Dr. Gabriel Andres Tafur Gomez	(Colômbia)
Prof. Dr. Hebert Hernán Soto Gonzáles	UNAM (Peru)
Prof. Dr. Hudson do Vale de Oliveira	IFRR
Prof. Msc. Javier Revilla Armesto	UCG (México)
Prof. Msc. João Camilo Sevilla	Mun. Rio de Janeiro
Prof. Dr. José Luis Soto Gonzales	UNMSM (Peru)
Prof. Dr. Julio Cezar Uzinski	UFMT
Prof. Msc. Lucas R. Oliveira	Mun. de Chap. do Sul
Profa. Dra. Keyla Christina Almeida Portela	IFPR
Prof. Dr. Leandris Argentele-Martínez	Tec-NM (México)
Profa. Msc. Lidiene Jaqueline de Souza Costa Marchesan	Consultório em Santa Maria
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann	UFJF
Prof. Msc. Marcos Pisarski Júnior	UEG
Prof. Dr. Marcos Pereira dos Santos	FAQ
Prof. Dr. Mario Rodrigo Esparza Mantilla	UNAM (Peru)
Profa. Msc. Mary Jose Almeida Pereira	SEDUC/PA
Profa. Msc. Nila Luciana Vilhena Madureira	IFPA
Profa. Dra. Patrícia Maurer	UNIPAMPA
Profa. Msc. Queila Pahim da Silva	IFB
Prof. Dr. Rafael Chapman Auty	UO (Cuba)
Prof. Dr. Rafael Felipe Ratke	UFMS
Prof. Dr. Raphael Reis da Silva	UFPI
Prof. Dr. Ricardo Alves de Araújo	UEMA
Prof. Dr. Wéverson Lima Fonseca	UFPI
Prof. Msc. Wesclen Vilar Nogueira	FURG
Profa. Dra. Yilan Fung Boix	UO (Cuba)
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme	UFT

Conselho Técnico Científico

- Esp. Joacir Mário Zuffo Júnior

- Esp. Maurício Amormino Júnior

- Esp. Tayronne de Almeida Rodrigues

- Lda. Rosalina Eufrausino Lustosa Zuffo

Ficha Catalográfica

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

S255 Saúde mental do estudante universitário [livro eletrônico] uma coletânea de estudos descritivos / Organizadoras Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues, Stefany Caroliny de Souza. – Nova Xavantina, MT: Pantanal, 2021. 72p.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN 978-65-88319-75-8

DOI <https://doi.org/10.46420/9786588319758>

1. Enfermagem psiquiátrica. 2. Saúde coletiva. 3. Ciências da saúde. I. Rodrigues, Poliany Cristiny de Oliveira. II. Souza, Stefany Caroliny de.

CDD 616.8917

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422



Nossos e-books são de acesso público e gratuito e seu download e compartilhamento são permitidos, mas solicitamos que sejam dados os devidos créditos à Pantanal Editora e também aos organizadores e autores. Entretanto, não é permitida a utilização dos e-books para fins comerciais, exceto com autorização expressa dos autores com a concordância da Pantanal Editora.

Pantanal Editora

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000.
Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil.
Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp).
<https://www.editorapantanal.com.br>
contato@editorapantanal.com.br

APRESENTAÇÃO

Este e-book, configurado em uma coletânea de estudos, foi concebido através da vontade de atravessar os muros do curso de enfermagem e alcançar toda a comunidade acadêmica; da vontade de transcender as fronteiras da universidade e se aproximar mais do território e do cotidiano das pessoas que não estão, necessariamente, inseridas na universidade. Na expectativa de impulsionar importantes reflexões e apresentar novos rumos ao processo de sistematização e produção de conhecimentos sobre a saúde mental da comunidade acadêmica o livro **“Saúde mental do estudante universitário: uma coletânea de estudos descritivos”** tem por objetivo compilar os principais resultados obtidos e aprofundar algumas constatações iniciais sobre a saúde dos estudantes e sua relação com o ambiente universitário, respondendo a algumas demandas com fundamentação prática político-pedagógica da universidade na atualidade e discutir hipóteses e rumos de pesquisa a serem tomados a partir desse debate em curso.

O projeto "Saúde Mental é essencial" iniciou sua trajetória em 2016 a partir de questionamentos relacionados à saúde mental de estudantes e professores levantados por estudantes de enfermagem. Segundo os estudantes, muitos colegas estavam com o rendimento escolar prejudicado por que estavam esgotados da universidade, muitos estudantes tinham crise de ansiedade dentro da sala de aula, muitos professores e alunos estavam com depressão. *Será que o ambiente universitário tinha contribuído para esse adoecimento?* Para responder esse questionamento, em maio de 2017, os acadêmicos da UNEMAT foram convidados a responder um formulário online sobre os seus hábitos de vida acadêmica e os níveis de ansiedade e depressão. É aqui que se inicia um importante e saudável visibilidade à saúde mental da comunidade acadêmica da UNEMAT.

Este e-book traz uma coletânea de estudos descritivos, desenvolvidos no âmbito da graduação como trabalhos de conclusão de curso entre 2016 e 2018, que caracterizam a relação entre saúde mental e o ambiente universitário, com um olhar sobre o estudante. O Capítulo 1, caracteriza o estresse do estudante, trazendo definições e conceitos relacionados ao estresse, ansiedade e depressão no contexto acadêmico. O Capítulo 2 discute a prevalência de sintomas ansiosos em estudantes de graduação, sua relação com fatores sociodemográficos, hábitos e vida estudantil. O Capítulo 3 apresenta a relação entre ansiedade e o padrão do sono dos estudantes. O Capítulo 4 levanta a prevalência do consumo de substâncias psicoativas em estudantes universitários e sua relação com sintomas de ansiedade. O Capítulo 5 discorre sobre as estratégias de *Coping* em estudantes do ensino superior, discutindo os tipos de estratégias de enfrentamento utilizadas pelos estudantes, sua distribuição temporal ao longo do curso e sua relação com sintomas prováveis de ansiedade e depressão. O Capítulo 6, descreve a prevalência de depressão nos estudantes de graduação explorando sua distribuição espaço-temporal. Por fim, o Capítulo

7 analisa a associação entre fatores acadêmicos e a prevalência de diagnóstico provável de ansiedade e depressão dos estudantes.

Com estes estudos aqui reunidos, agora em capítulos, esperamos que este e-book seja um estímulo de leitura e produção de novas pesquisas na área da saúde mental e sua relação com o ambiente universitário, assim como uma oportunidade de levantar hipóteses e idealizar diretrizes que estimulem e deem continuidade à discussão deste tema.

Boa Leitura!

Poliany Rodrigues

SUMÁRIO


Apresentação	4
Capítulo 1	8
O estresse do estudante universitário.....	8
Capítulo 2	11
Prevalência de sintomas de ansiedade em estudantes de graduação.....	11
Introdução.....	11
Material e Método	12
Desenho do Estudo	12
População e Área de estudo.....	12
Fonte e Análise dos Dados	12
Resultados	13
Discussão.....	16
Referências Bibliográficas	18
Capítulo 3	20
Ansiedade e padrão do sono de estudantes de graduação	20
Introdução.....	20
Material e Método	21
Desenho de Estudo.....	21
População e Área do Estudo	21
Fonte e Análise dos Dados	21
Resultados	22
Discussão.....	25
Referências Bibliográficas	26
Capítulo 4	27
Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em estudantes universitários.....	27
Introdução.....	27
Metodologia	28
Desenho de Estudo.....	28
População e Área do Estudo	28
Fonte e Análise dos Dados.....	28
Resultados	29
Discussão.....	31
Referências bibliográficas.....	33
Capítulo 5	35
Estratégias de <i>Coping</i> em estudantes do ensino superior	35
Introdução.....	35
Material e Método	36
Desenho de Estudo.....	36
População e Área do Estudo	36
Fonte e Análise dos Dados	36
Resultados	37
Discussão.....	41
Referências bibliográficas.....	43
Capítulo 6	45
Prevalência de sintomas depressivos em estudantes da saúde.....	45
Introdução.....	45
Material e Método	46
Desenho do Estudo	46

População e Área do Estudo	46
Fonte e Análise dos Dados	46
Resultados	47
Discussão.....	50
Referências Bibliográficas	52
Capítulo 7	54
Fatores acadêmicos associados à prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dos estudantes do ensino superior	54
Introdução.....	54
Material e Método	55
Desenho do Estudo	55
População e Área de estudo.....	55
Fonte e Análise dos Dados	55
Resultados	56
Discussão.....	62
Referência Bibliográfica.....	65
Reflexões finais.....	68
Sobre os(as) organizadores(as) e os(as) autores(as).....	69
Índice Remissivo	71

Capítulo 6

Prevalência de sintomas depressivos em estudantes da saúde

Bethânia Tamyres Taques | Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues | Jaqueline Costa Lima

 10.46420/9786588319758cap6

RESUMO

Objetivo: Analisar a prevalência dos sintomas depressivos em estudantes da Faculdade de Ciências da Saúde da UNEMAT. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, transversal com abordagem quantitativa, com 237 estudantes, regularmente matriculados na Faculdade de Ciências da Saúde. Foi utilizada aplicação do questionário online constituída de dados sociodemográficos e Escala Hospitalar de Depressão. Os dados foram avaliados através de estatística descritiva por meio do programa SPSS 20.0. **Resultados:** A prevalência de sintomas prováveis de depressão em estudantes da Faculdade de Ciências da Saúde foi de 16,9%. Para o curso de Enfermagem, Educação Física e Medicina, a prevalência de sintomas prováveis de depressão foi 21,9%, 14,7%, 11,2%, respectivamente. A prevalência de sintomas prováveis de depressão aumentou à medida que os semestres avançam, com 15,4% no primeiro semestre e 40,0% no décimo semestre, enquanto a prevalência de sintomas improváveis diminuiu ao longo dos semestres, sendo 50,0% no primeiro semestre e 33,3% no décimo semestre. **Conclusão:** O curso de enfermagem apresentou maior prevalência de sintomas depressivos. Observou-se tendência crescente de sintomas depressivos ao longo dos semestres.

INTRODUÇÃO

A depressão afeta uma em cada cinco pessoas em algum momento da vida e há estimativa de que será a segunda maior causa de incidência de doenças em países em desenvolvimento e a terceira maior em países em desenvolvimento até 2030, ficando atrás apenas as doenças cardíacas (WHO, 2016). Estudos epidemiológicos realizados em vários países com estudantes universitários têm demonstrado taxas elevadas para algum tipo de transtorno mental durante a graduação em torno de 15 a 25%, dentre esses transtornos, os sintomas depressivos é o mais frequente (Oliveira, 2013; Camargo et al., 2014; Silva et al., 2015).

Os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais em estudantes têm se relacionado à exposição a diversas mudanças intelectuais, interpessoais, intersociais e comportamentais que ocorre durante a graduação (Garro et al., 2006). Inúmeros estudos evidenciaram a importância da detecção precoce e medidas eficazes de enfrentamento do estresse no ambiente universitário para que se possa evitar a presença de sintomas de depressão nos estudantes, como diminuição na produtividade, a concentração, aumento do risco de desenvolvimento de dependência química e até de suicídio

(Mascarenhas et al., 2012; Nogueira et al., 2014). Estudo realizado na Universidade do Estado de Mato Grosso - UNEMAT com estudantes de medicina na última semana do período letivo no ano de 2015 apontou alto nível de estresse e cansaço nos alunos e ainda falta de apoio para o enfrentamento (Pereira et al., 2015). Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar a prevalência dos sinais e sintomas de depressão em acadêmicos da Faculdade de Ciências da Saúde (FACIS) da UNEMAT.

MATERIAL E MÉTODO

Desenho do Estudo

Trata-se de um estudo descritivo, transversal com abordagem quantitativa da análise da prevalência de sintomas depressivos em estudantes do ensino superior.

População e Área do Estudo

A população deste estudo foi composta por 237 graduandos da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT) dos cursos de Licenciatura em Educação física, Bacharel em Enfermagem e Bacharel em Medicina, alocados no campus universitário de Cáceres.

Os critérios de inclusão foram: ser aluno com matrícula ativa e aceitar participar da pesquisa de forma voluntária. Os critérios de exclusão foram o preenchimento parcial do questionário autoaplicável.

A UNEMAT é uma universidade pública brasileira, fundada em 20 de julho de 1978 e mantida pelo governo do estado de Mato Grosso, com sede administrativa no município de Cáceres-MT. Atualmente possui 13 campi universitário, sendo esses distribuídos nos municípios de Alta Floresta, Alto Araguaia, Barra do Bugres, Cáceres, Colíder, Diamantino, Juara, Luciara, Nova Mutum, Vila Rica, Nova Xavantina, Pontes e Lacerda, Sinop e Tangará da Serra.

A Faculdade de Ciências da Saúde (FACIS) do campus de Cáceres possui atualmente três cursos, sendo eles: Licenciatura em Educação Física (com duração de quatro anos); Bacharel em Enfermagem (cinco anos) e Bacharel em Medicina (seis anos). Estão matriculados em média 2.140 alunos. A UNEMAT tem importante contribuição para a sociedade mato-grossense, principalmente para as pessoas do interior do Mato Grosso (UNEMAT, 2016).

Fonte e Análise dos Dados

A coleta de dados ocorreu no período de abril a junho de 2017, com aplicação de formulário online que coletou dados sociodemográficos, hábitos de vida e avaliação dos sintomas depressivos através da Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão – EHAD.

Para analisar a prevalência de sintomas depressivos nos estudantes da FACIS, foi utilizada a escala EHAD, e o cálculo da pontuação foi realizado de acordo com os escores: < 7 sem sinais clínicos

significativos para depressão, 8 a 10 sintomas possíveis, > 10 sintomas prováveis para depressão. A evolução dos sintomas depressivos ao longo dos semestres foi analisada a partir do cálculo da curva de tendência. Foi utilizada a função polinomial que é representada por uma linha curva, usada quando os dados são flutuantes.

Os dados obtidos foram salvos automaticamente em uma planilha do Microsoft Office Excel. Para análise dos dados foi utilizado o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 20.0. Foram construídos tabelas e gráficos para ilustrar a distribuição de frequências das variáveis em estudo. Estimou-se a prevalência de sintomas prováveis para o diagnóstico de depressão, frequências simples e relativas das variáveis: sexo, raça e curso e calculado média, mediana, moda e desvio padrão da idade e semestre.

Este estudo foi aprovado no dia 06 de Dezembro de 2016, pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UNEMAT, (CAAE 60344416.0.0000.5166), cumprindo-se os princípios éticos estabelecidos na Resolução 466/2012 do Conselho de Ensino, Pesquisa e Extensão (CONEPE) e a Norma Operacional 001/2013 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

RESULTADOS

Dos 237 universitários participantes dessa pesquisa, a maioria era do sexo feminino (78,1%). Cerca de 39,7% (n=94) declaram-se brancos e 14,8% (n=35) declaram-se negros. Aproximadamente 48,1% (n=114) dos estudantes eram do curso de Enfermagem, 37,6% (n=89) curso de Medicina e 14,3% (n=34) do curso de Educação Física. A média de idade dos estudantes participantes foi de 23 anos, com idade mínima de 18 anos e máxima de 47 anos que estavam cursando em média o 5º semestre da graduação.

Observou-se tendência crescente da pontuação de sintomas depressivos em estudantes ao longo dos anos. A pontuação média de sintomas depressivos apresentados pelos estudantes manteve-se contínua nos primeiros períodos da graduação e se elevaram à medida que os semestres avançaram. A menor média foi observada no 8º semestre (6,52 pontos) e a maior no 9º e 10º semestres com 9,08 e 9,60 pontos, respectivamente. A pontuação média de sintomas depressivos encontrou-se na faixa que caracteriza diagnóstico provável para depressão, segundo a EHAD, para todos os semestres (Figura 1).

A prevalência geral de sintomas prováveis de depressão nos estudantes foi 16,9% (n=40), enquanto a prevalência sintomas improváveis foi 51,1% (n=121) (Figura 3).

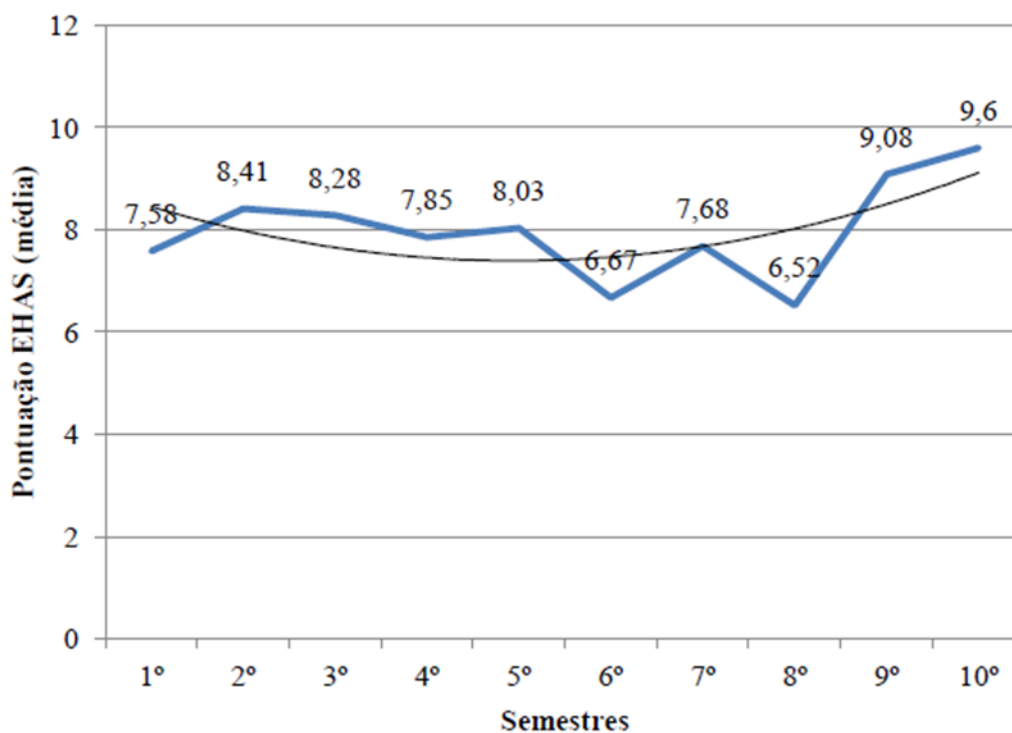


Figura 1. Distribuição média da pontuação dos sintomas depressivos. Fonte: as autoras.

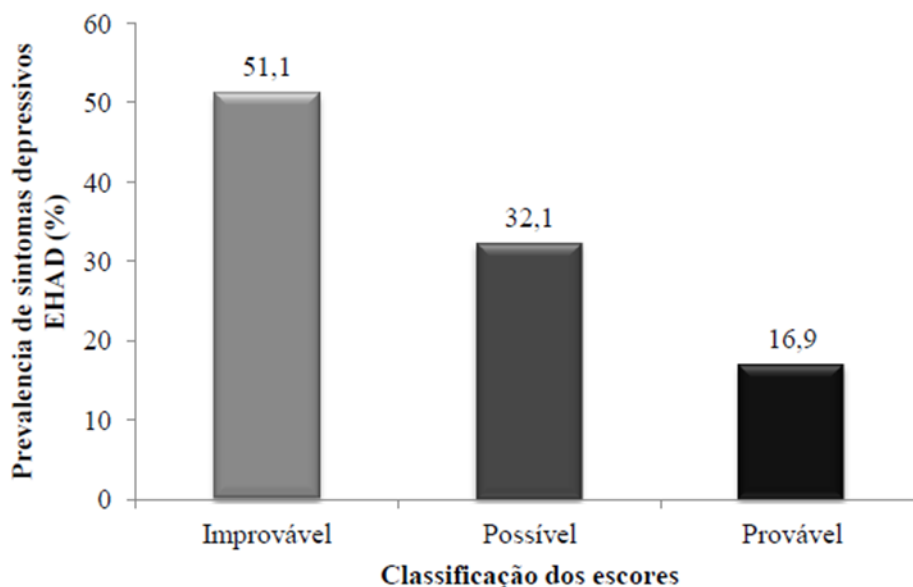


Figura 3. Prevalência de sintomas depressivos dos estudantes. Fonte: as autoras.

A prevalência de sintomas prováveis de depressão aumentou à medida que os semestres avançaram, enquanto a prevalência de sintomas improváveis diminuiu ao longo dos semestres (Figura 4).

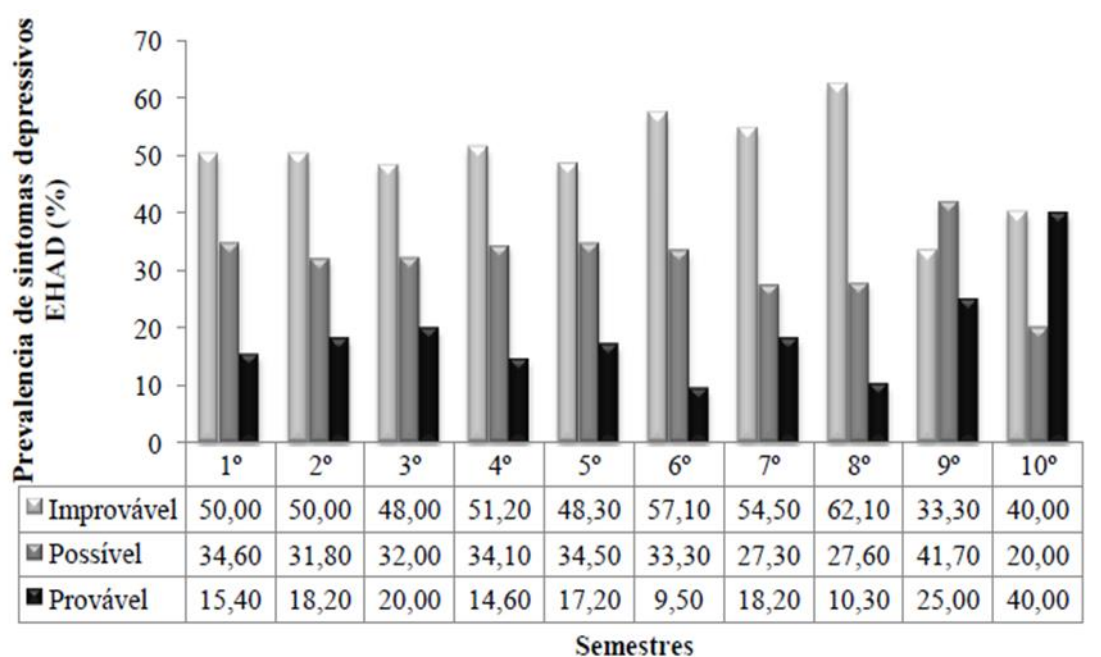


Figura 4. Prevalência de sintomas depressivos em estudantes, segundo o semestre. Fonte: as autoras.

A prevalência sintomas prováveis de depressão foi 21,9%, 14,7% e 11,2% para os cursos de Enfermagem Educação Física e Medicina, respectivamente. A prevalência de sintomas improváveis de depressão no curso de Medicina foi de 58,8%, Educação Física com 51,7% e Enfermagem com 48,2% (Figura 5).

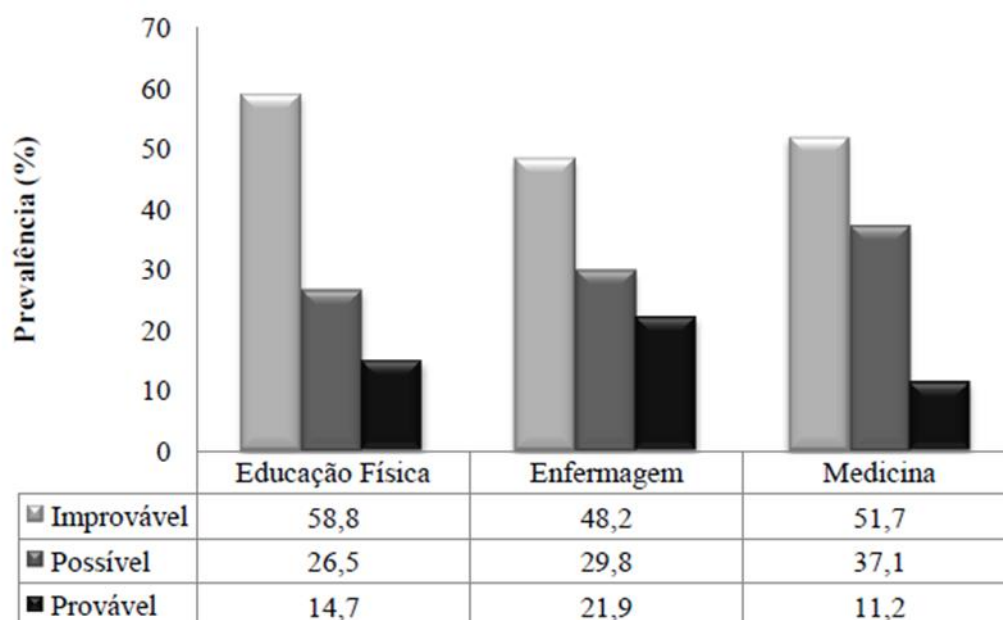


Figura 5. Prevalência dos sintomas depressivos em estudantes, segundo o curso. Fonte: as autoras.

DISCUSSÃO

A prevalência dos sintomas que indicam diagnóstico provável de depressão nos estudantes da área da saúde desse estudo foi elevada quando comparado a outros estudos voltados a estudantes universitários. Achados semelhantes utilizando a mesma escala foram observados por Vasconcelos et al. (2015) na faculdade Pernambucana de Saúde, em Recife/Pernambuco. Neste estudo, a prevalência de sintomas prováveis de depressão foi de 5,6% nos 234 estudantes de Medicina avaliados. Bunevicius et al. (2013), em um estudo realizado na Lituânia, com a participação de 338 estudantes de medicina e 73 estudantes de ciências humanas, identificaram prevalência de sintomas de depressão em 14% e 12%, respectivamente.

As principais causas atribuídas à elevada prevalência de sintomas depressivos entre os estudantes da área da saúde podem estar relacionadas, segundo Paula et al. (2014) e Franco et al. (2005), ao pensamento de abandonar o curso, tensão emocional, não participação de atividades sociais e/ou dificuldades de relacionamentos, eventual ou rara prática atividade de lazer. Rezende et al. (2008) apontaram também excessivas cargas horárias, ansiedade progressiva com a finalização do curso, péssima qualidade de vida, autoestima baixa, irritabilidade, fadiga, autoacusação. Por outro lado, Souza et al. (2007), discutiram que cerca de 33% dos alunos pré-vestibulandos já tinham tido depressão durante a vida, demonstrando que os estudantes que ingressam na universidade com prévia vulnerabilidade na saúde mental.

A classificação dos sintomas depressivos de acordo com o curso, nesse estudo, evidenciou maior prevalência de sintomas prováveis para o diagnóstico de depressão no curso de Enfermagem. Esse resultado corrobora com pesquisa realizada por Polonio et al. (2017), na Universidade Anhembi Morumbi em São Paulo, com 125 estudantes do curso de Enfermagem e Medicina, sendo que o curso de Enfermagem apresentou maior prevalência (51,2%) de sintomas depressivos leve a moderado quando comparado com os alunos de Medicina (32,2%). Sakae et al. (2010), observaram prevalência de sintomas depressivos em 1.039 estudantes dos cursos da área da saúde da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL) e encontraram a maior prevalência para o curso de Enfermagem (7,2%), seguido por Medicina (7,0%) e Educação Física (3,1%).

Aquino (2012) identificou que as causas da alta prevalência dos sintomas depressivos estão relacionadas com os sentimentos de culpa, tristeza e desânimo apresentados pelos estudantes do curso de Medicina. No curso de Enfermagem de uma instituição de ensino de Brasília realizado por Camargo et al. (2014) associou à alta prevalência de depressão à maiores níveis de ansiedade e isolamento social. Cavestro et al. (2006) detectaram que quanto mais elevada prevalência de depressão maior risco dos estudantes de Medicina cometerem suicídio. Silva et al. (2014) identificaram que quanto maior consumo de bebida alcoólica e tabaco entre os estudantes de enfermagem maior prevalência de transtornos mentais.

Os sintomas depressivos apresentaram tendência crescente nos alunos desse estudo à medida que os semestres avançam. Estudo de Rezende et al. (2008) encontrou correlação positiva significativa entre a pontuação de depressão obtida no inventário de Beck e períodos cursados pelos alunos, indicando que, quanto mais elevado o período, maiores a prevalência de sintomas depressivos. Silva et al. (2012) também encontraram maiores escores de sinais indicativos de depressão nos alunos que estavam cursando o último ano da graduação na área da saúde.

O aumento na prevalência dos sintomas depressivos nos últimos semestres dos cursos da área da saúde pode estar relacionado, segundo Daltro et al. (2011), à mudança da rotina dos estudantes que ingressam no curso e que passam a receber uma grande quantidade de informações. Para Moreira et al. (2013) e Olher et al. (2012) os fatores associados à depressão incluem o apoio e a renda familiar, convivência com sofrimento, morte e dor durante os estágios, além disso, a inserção no mercado de trabalho, que envolve a preocupação dos alunos com as futuras condições de trabalho, vagas de emprego e sobrecarga de serviço.

A principal limitação deste estudo está relacionada ao seu caráter descritivo, que não nos permite afirmar sobre os fatores causais ou determinantes dos resultados observados, mas apenas descrevê-los (Bonita et al., 2010). Além disso, é preciso ressaltar que foram utilizados formulários online para coleta de dados e que é possível que existam pessoas que não saibam utilizar ou não tenham acesso os meios tecnológicos e/ou internet e podem não ter sido alcançados por esta pesquisa, ao mesmo tempo em que não temos controle sobre as circunstâncias em que o questionário foi respondido (Faleiros et al., 2016).

Por outro lado, este estudo permitiu o anonimato das respostas, o que pode relacionar-se a maior sinceridade e acurácia das respostas, possibilitou atingir grande número de entrevistados com baixo custo; permitiu que os estudantes respondessem o questionário no momento que lhes parecesse mais apropriado; não expõe os pesquisados a influência da pessoa do pesquisador; as perguntas e os resultados foram claros e objetivos. Dessa forma, apesar das limitações apresentadas vale ressaltar que o método utilizado foi capaz de capturar a realidade da instituição, mostrando-nos informações importantes que poderão nortear a realização de ações futuras.

Concluimos que a prevalência dos sintomas possíveis e prováveis de depressão nos estudantes da FACIS é alta, somando aproximadamente 49% dos entrevistados. A maior prevalência de sintomas prováveis de depressão foi evidenciada para o curso de Enfermagem. A prevalência de sintomas possíveis e prováveis de depressão aumenta à medida que os semestres avançam, enquanto a prevalência de sintomas improváveis diminui ao longo dos semestres.

Este estudo possibilitou conhecer a realidade local dos estudantes. Esta pesquisa poderá ser utilizada como referência para futuras pesquisas, além de partir como marco inicial para discussão de ações de prevenção e cuidado a saúde mental dos estudantes. Novos estudos com análises são necessários para

identificar os fatores que determinam as causas dos sintomas depressivos apresentados pelos estudantes da área da saúde para direcionar medidas de intervenção mais específicas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alves JG et al. (2010). Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 34(1): 91-96. DOI: 10.1590/S0100-55022010000100011.
- Aquino MT (2012). Prevalência de transtornos mentais entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte. Dissertação de mestrado—Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais.
- Bonita R et al. (2010). *Epidemiologia Básica*. 2. ed., São Paulo, Santos, 213p.
- Bunevicius A et al. (2013). Type D (distressed) personality and its assessment with the DS14 in Lithuanian patients with coronary artery disease. *Journal of health psychology*, 18(9): 1242–1251. DOI: 10.1177/1359105312459098.
- Cavestro J et al. (2006). Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *J Bras Psiquiatr*, 55(4): 264–267.
- Daltro MR et al. (2011). Atenção psicopedagógica no ensino superior: uma experiência inovadora na graduação de medicina. *Construção psicopedagógica*, 19(18): 104–123.
- Faleiros F et al. (2016). Use Of Virtual Questionnaire And Dissemination As A Data Collection Strategy In Scientific Studies. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 25(4): e3880014. DOI: 10.1590/0104-07072016003880014.
- Franco G et al. (2005). Qualidade de vida e sintomas depressivos em residentes de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 13(2): 139-144.
- Garro IMB et al. (2006). Depressão em graduandos de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 19(2): 162-167. DOI: 10.1590/S0103-21002006000200007
- Mascarenhas SAN et al. (2012). Necessidade da gestão do estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários brasileiros. *Actas do 9º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*, 817-822.
- Moreira DP et al. (2013). Estresse e Depressão entre Alunos do Último Período de Dois Cursos de Enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 21(8): 1-8.
- Nogueira JM et al. (2014). Caracterização de ansiedade e depressão em estudantes universitários. *SIICUSP- 22º Simpósio Internacional de Iniciação Científica e Tecnológica da USP*.
- Olher RF et al. (2012). Estudos Sobre a Depressão em Estudantes de Enfermagem. *Revista Enfermagem UNISA*, 13(1): 48–52.

- Oliveira EM (2013). Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de Medicina da Universidade Federal da Bahia. Monografia—Salvador- BA: Universidade Federal da Bahia.
- Paula JDA et al. (2014). Prevalence and factors associated with depression in medical students. *Journal of Human Growth and Development*, 24(3): 274-281. DOI: 10.7322/jhgd.88911.
- Pereira KDV et al. (2015). Estresse emocional em alunos de medicina - uma crise a eclodir. Artigo em preparação.
- Polonio IB et al. (2017). Tabagismo entre Estudantes de Medicina e Enfermagem da Universidade Anhembí Morumbi: Prevalência e avaliação da dependência nicotínica e escala de depressão e ansiedade. *Arq Med Hosp Fac Cienc Med Santa Casa*, 62(1): 7-12.
- Rezende CHA et al. (2008). Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Revista brasileira de educação médica*, 32(3): 315–323.
- Sakae TM et al. (2010). Sintomas depressivos em estudantes da área da saúde em uma Universidade no Sul de Santa Catarina—UNISUL. *Rev AMRIGS*, 54(1): 38–43.
- Souza JC et al. (2007). Sonolência diurna excessiva em pré-vestibulandos. *J Bras Psiquiatr*, 56(3): 184–7. DOI: 10.1590/S0047-20852007000300005.
- UNEMAT (2014). *Revista das Profissões*. UNEMAT Editora. Disponível em: <http://www.unemat.br/revistas/profissoes/revista_profissoes_unemat.pdf>. Acesso em: 20 jul. 2016.
- Vasconcelos TC et al. (2015). Prevalence of Anxiety and Depression Symptoms among Medicine Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39(1): 135–142. DOI: 10.1590/1981-52712015v39n1e00042014.
- Victoria MS et al. (2013). Níveis de Ansiedade e Depressão em Graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). *Encontro Revista de Psicologia*, 16(25): 1–13.
- WHO (2016). *Comprehensive mental health action plan 2013–2020*. World Health Organization. Disponível em: <http://www.who.int/mental_health/action_plan_2013/en/>. Acesso em: 10 jul. 2016

Reflexões Finais

Este e-book apresentou-se, antes de tudo, como um importante exercício de pesquisa científica e de aplicação de ferramentas de estatística descritiva e epidemiologia aos estudantes de graduação, desmistificando a ideia de que a pesquisa somente pode ser feita com análises e instrumentos complexos.

Nossos achados apresentaram um importante panorama de comportamento dos estudantes de graduação da instituição, bem como a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão e sua associação com fatores inerentes ao ambiente universitário. Estudantes com diagnóstico provável de ansiedade e depressão apresentaram maior uso de estratégias adaptativas de negação. A maior prevalência de ansiedade esteve associada ao consumo de cigarro e medicamentos hipnóticos, à um padrão inadequado de sono, à mudança de local de residência para cursar a graduação e a sexualidade. Fazer parte de outros campi e de cursos fora da área da saúde, o sexo feminino e satisfação com o curso são fatores acadêmicos associados tanto a prevalência de diagnóstico provável de ansiedade, quanto depressão. Além disso, a prática de atividade física mostrou-se um importante fator protetivo, ao apresentar associação com menores prevalências de ansiedade.

Devemos levar em consideração que os estudos contaram com uma pequena amostra da população total dos estudantes, o que dificulta a generalização dos dados para os demais campus e cursos da universidade, além de provavelmente ter subestimado as prevalências de ansiedade e depressão na população estudada. Apesar dessas limitações, este corte transversal, possibilitou o conhecimento da realidade local dos estudantes da UNEMAT, além de servir como referência para pesquisas futuras e contribuir para a discussão de ações de prevenção e cuidado a saúde mental dos estudantes.

Novos estudos, com análises mais robustas, são necessários para direcionar medidas de intervenção mais específicas ao estudante, entretanto, recomendamos o acompanhamento sistemático do estudante ao longo da graduação realizando avaliações periódicas da saúde mental e seu desempenho pedagógico, sobretudo, nos primeiros e últimos semestres dos cursos, uma vez que esses são períodos de maior necessidade de adaptação. Além disso, é importante investir em atividades que auxiliem os estudantes a desenvolverem estratégias de enfrentamento mais adaptativas.

SOBRE OS(AS) ORGANIZADORES(AS) E OS(AS) AUTORES(AS)

Poliany Rodrigues Mentora e coordenadora do projeto “Saúde Mental é Essencial”. É Enfermeira e professora de epidemiologia e saúde mental. Egressa da UNEMAT e doutora em saúde pública e meio ambiente pela Escola Nacional de Saúde Pública (2016). Coordena o grupo de pesquisa sobre Comportamento, Identidade, Saúde Mental e Ambiente (CISMA), desenvolve atividades de pesquisa e extensão na área de divulgação científica em epidemiologia e saúde mental. Enxerga a vida pelo viés da epidemiologia e prefere ser essa “metamorfose ambulante”.



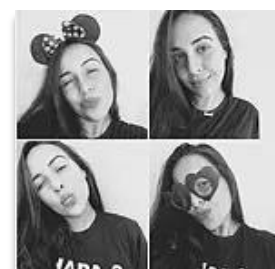
Stefany Souza Enfermeira, graduada pela UNEMAT e docente do curso de enfermagem na mesma instituição. Colaboradora do grupo de pesquisa sobre Comportamento, Identidade, Saúde Mental e Ambiente (CISMA), do Centro Interdisciplinar de Pesquisa em Esporte e Exercício Físico (CIPEEF) e do Laboratório de Estudos Aplicados em Pedagogia do Esporte (LEAPE). Atualmente cursa mestrado na Pós-Graduação em Educação (PPGEdu/UNEMAT). Tem como lema de vida “Sempre persista nos seus sonhos”.



Aline Mamede Enfermeira, Mãe do Leonardo e esposa do Fabrício. Serenidade, foco e persistência, palavras que a descreve por completo. Desistir nunca foi sua opção.



Skarlet Cruz Enfermeira, especialista em enfermagem psiquiátrica e Mato-grossense com muito amor. Esta leonina nata está cursando o último ano de enfermagem. Ela é só “CARNE, OSSO E CAOS”, adora música e é apaixonada pelos animais, pela natureza e, principalmente, pela vida.



Marilene Morreira Mestre em ciências Ambientais pelo Programa de Pós-graduação em Ciências Ambientais. É enfermeira e mãe de duas belas moças. Emotiva, autêntica, influenciada pela sua criatividade. Começou a vida de trás para frente, mas aos 11 anos já sabia que a área da saúde era sua paixão profissional.



ID **Thiago Silva** Enfermeiro, Poconeano criador de capivaras, libriano se aventurando pelos ricos e imensos saberes da área da enfermagem. Apaixonado pela família, amigos e as baladinhas da vida, só procurando seu lugar no mundo, sendo autêntico, “free and wild”.



ID **Bethânia Taques** Graduada em Enfermagem pela UNEMAT e especialista em enfermagem obstétrica. Atua em Unidade de Pronto Atendimento. Fez parte do projeto “Saúde Mental é Essencial” durante a graduação onde me possibilitou percepções ampliadas sobre saúde mental.



ID **Jaqueline Lima** É a mamãe da Aurora e professora da Faculdade de Enfermagem da UFMT. Possui mestrado em Saúde Coletiva pela UFMT (2015) e doutorado em Ciências – área de concentração em Epidemiologia pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (2019).



ÍNDICE REMISSIVO

- A**
- Ações
 agressivas, 34, 37
 diretas, 34, 38
 álcool, 11, 26, 27, 29, 31, 32, 33
 ansiedade, 4, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 35, 39, 40, 41, 42, 43, 49, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67
 apoio social, 31, 36, 41
 atividade física, 13, 14, 16, 67
- C**
- ciências da Saúde, 12, 20, 21, 28, 36, 44, 45, 55
 cigarro, 26, 29, 31, 33, 67
 Coping, 4, 9, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43
 de aproximação, 34, 36, 37, 39, 40
 de negação, 34, 36, 37, 39, 40, 42
- D**
- depressão, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 20, 25, 27, 30, 31, 32, 34, 35, 39, 41, 42, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 61, 62, 63, 64, 66, 67
 desempenho acadêmico, 24, 55, 65
 discentes, 20, 21
- E**
- educação física, 20, 27, 44, 45, 46, 48, 49, 58, 60
 EHAD, 12, 13, 14, 21, 22, 23, 28, 35, 45, 46, 55
 enfermagem, 9, 17, 18, 20, 25, 27, 32, 40, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 55, 56, 58, 60, 64, 65, 69
 enfrentamento, 4, 7, 9, 10, 36, 40, 41, 43, 44, 67
 epidemiologia, 51, 69
 Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão, 10, 11, 12, 21, 28, 35, 45, 53, 55
 estilo de vida, 7
 estresse, 4, 7, 8, 9, 11, 18, 20, 27, 30, 31, 35, 40, 41, 43, 44, 51, 65
- estudantes, 4, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67
 estudos descritivos, 4
- F**
- fatores
 acadêmicos, 5, 53, 54, 55, 56, 58, 60, 63, 67
 associados, 14, 30, 50, 53, 64, 65
 predisponentes, 17
- G**
- graduação, 4, 7, 8, 10, 13, 15, 17, 19, 20, 25, 44, 46, 50, 51, 54, 55, 59, 63, 64, 67, 68, 69
- H**
- hábitos
 de estudo, 55
 de vida, 4, 10, 20, 27, 45
- M**
- medicamentos, 26, 29, 31, 32, 33, 67
 medicina, 2, 20, 27, 44, 45, 46, 48, 49, 51, 52, 56, 58, 60, 65, 66
- P**
- prevalência, 4, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 21, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 41, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 55, 58, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 67
- S**
- satisfação, 16, 18, 35, 53, 55, 63, 67
 saúde
 coletiva, 69
 mental, 4, 5, 9, 17, 41, 49, 50, 61, 62, 64, 67, 68, 69
 sedentarismo, 10
 sono, 4, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 61, 62, 63, 67

substâncias psicoativas, 4, 9, 26, 27, 28, 29, 30,
31, 32, 33

T

transtornos mentais e comportamentais, 8

U

Universidade, 11, 12, 16, 17, 18, 20, 21, 27, 28,
32, 34, 35, 36, 40, 42, 45, 49, 51, 52, 53, 54,
55, 64, 65, 66, 69



ISBN 978-658831975-8



Pantanal Editora

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000

Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil

Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp)

<https://www.editorapantanal.com.br>

contato@editorapantanal.com.br