

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
Prof. Msc. Adriana Flávia Neu	Mun. Faxinal Soturno e Tupanciretã
Prof. Dra. Albys Ferrer Dubois	UO (Cuba)
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior	IF SUDESTE MG
Prof. Msc. Aris Verdecia Peña	Facultad de Medicina (Cuba)
Prof. 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
Prof. Ma. Dayse Rodrigues dos Santos	IFPA
Prof. Msc. David Chacon Alvarez	UNICENTRO
Prof. Dr. Denis Silva Nogueira	IFMT
Prof. Dra. Denise Silva Nogueira	UFMG
Prof. 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
Prof. Dra. Keyla Christina Almeida Portela	IFPR
Prof. Dr. Leandris Argentele-Martínez	Tec-NM (México)
Prof. 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)
Prof. Msc. Mary Jose Almeida Pereira	SEDUC/PA
Prof. Msc. Nila Luciana Vilhena Madureira	IFPA
Prof. Dra. Patrícia Maurer	UNIPAMPA
Prof. 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
Prof. 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



Pantanal Editora

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.

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 7

Fatores acadêmicos associados à prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dos estudantes do ensino superior

Stefany Caroliny de Souza | Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues

 10.46420/9786588319758cap7

Objetivo: Analisar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dos estudantes do ensino superior e sua associação com fatores acadêmicos. **Metodologia:** Trata-se de um estudo epidemiológico observacional, com delineamento transversal, realizado com os estudantes matriculados na Universidade do Estado de Mato Grosso. A Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão foi utilizada para analisar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão. A associação entre os fatores acadêmicos e os sintomas, foram avaliados através do cálculo da razão de prevalência, utilizou-se um nível de significância de 5%, 10% e 20%. **Resultados:** A prevalência de sintomas prováveis de ansiedade e depressão foi de 43,3% e 20,6%, respectivamente. Os fatores acadêmicos associados à ansiedade foram: não mudar de cidade para cursar a universidade (68,32%), não trabalhar (65,76%), participar de projetos (69,53%) e estudar menos de três horas por dia (72,22%). Os fatores associados à depressão: faculdades fora da área da saúde (36,09%), fase final do curso (39,39%), três horas ou mais no celular (34,68%), reprovar (40,27%) e fora da turma regular (68,18%). **Conclusão:** Os estudantes que fazem parte de outros campi, de cursos fora da área da saúde, sexo feminino e satisfação com o curso foram fatores acadêmicos associados tanto a prevalência de diagnóstico provável de ansiedade, quanto depressão.

RESUMO

INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais podem afetar os indivíduos em qualquer fase da vida, independente da classe social. A depressão é o maior fator contribuinte para o suicídio e da deficiência incapacitante global, e sua taxa de prevalência é mais comum no sexo feminino (5,1%), do que masculino (3,6%). No mundo, 7,5% da população sofre de depressão e 3,4% de ansiedade. No Brasil, a prevalência depressão e ansiedade é 5,8% e 9,3%, respectivamente (OPAS, 2021). Estima-se que aproximadamente 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum tipo de transtorno mental durante a toda a formação acadêmica, dentre esses transtornos estão a ansiedade e a depressão como os mais frequentes (Vasconcelos et al., 2015).

Especificamente na universidade, os estudantes são vulneráveis a desenvolver estas comorbidades, pois vivenciam constantemente situações estressoras desde o início da carreira acadêmica como: ter que mudar de cidade, ficar longe da família e amigos, morar sozinho, necessidade de estabelecer novos vínculos

afetivos, metodologia diferente de ensino, sobrecarga de atividades (Almeida, 2014; Gonçalves, 2014; Mesquita et al., 2016). Esses fatores vinculam processo de transição e adaptação e pode contribuir com alterações cognitivas, interferindo na capacidade de aprendizagem (Silva et al., 2012).

Quando o estudante não desenvolve mecanismos adequados de adaptação pode se tornar suscetível a desenvolver sobrecarga psicológica, o que pode desencadear algum transtorno mental, como ansiedade e/ou depressão (Medeiros et al., 2017). Desta forma, o objetivo deste estudo é analisar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dos estudantes do ensino superior e sua associação com fatores acadêmicos.

MATERIAL E MÉTODO

Desenho do Estudo

Foi realizado um estudo epidemiológico observacional, com delineamento transversal da análise de prevalência de ansiedade e depressão em estudantes do ensino superior e sua associação com fatores acadêmicos.

População e Área de estudo

Os participantes do presente estudo fizeram parte de uma amostra de conveniência dos estudantes de graduação da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT). Os critérios de inclusão foram: estarem regularmente matriculados na universidade no momento da pesquisa. Os participantes com sintomas falsos positivos foram excluídos das análises.

A instituição foi fundada em 1978, como Instituto do Ensino Superior de Cáceres (IESC) e instituída como universidade em 1993. Atualmente, a UNEMAT é composta por 13 campi universitários, nas cidades 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, atendendo aproximadamente 22 mil estudantes, sendo contemplados em 129 cursos de modalidade diferenciados e 60 presenciais (UNEMAT, 2020).

Fonte e Análise dos Dados

Os dados foram coletados por meio de formulário autoaplicável online nos anos de 2017 e 2018. O instrumento foi composto por questões objetivas, referente a sinais e sintomas (comportamentais, cognitivas e fisiológicas) de depressão, ansiedade e outros indicadores de sofrimento psíquico, assim como variáveis sociodemográficas e informações da vida acadêmica.

Os fatores acadêmicos foram listados em características do curso, características do estudante, hábitos de estudos, desempenho e contentamento. As características do curso compreendem o campus,

faculdade, curso, período e fase que o estudante está alocado, bem como se o curso atual foi à primeira escolha. As características do estudante em relação à universidade avaliou a necessidade de mudar para cursar a universidade, de trabalhar, a presença de uma graduação prévia, idade, sexo e raça. Para avaliar os hábitos de estudo, utilizou-se o estudo extraclasse, tempo diário gasto no celular e participação em projetos na universidade. Já o desempenho acadêmico utilizou-se ocorrência de reprovações e tempo de ingresso na universidade, e o nível de satisfação com o curso na dimensão contentamento.

Para analisar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão foi utilizada a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (EHAD), que foi desenvolvida por Zigmond et al. (1983) e validada no Brasil por Botega et al. (1995). A opção por escala se justificou porque, além de mais curta, ela diminui a influência das patologias somáticas, uma vez que, não utiliza manifestações clínicas inespecíficas. Essa escala é composta por 14 questões que somam escores com variação de 0 a 21 para cada subescala, sendo que os participantes com escores menores que 07 são considerados sem sinais clínicos significativos para ansiedade/depressão, entre 08 e 10 com sintomas possíveis (falso-positivos), e acima de 10, sintomas sugestivos de distúrbio.

Os dados foram analisados inicialmente através de estatística descritiva, calculando-se as frequências e a prevalência das variáveis. A associação entre os fatores acadêmicos e os sintomas de ansiedade e depressão, foram avaliados através do cálculo da razão de prevalência, utilizando-se um nível de significância de 5%, 10% e 20%. Foi utilizado a presença de sintomas de ansiedade (improvável e provável) como variável dependente. Foram excluídos os falsos positivos para reduzir a possibilidade de vies de seleção na análise. Para a análise de dados foi utilizado programa estatístico IBM SPSS Statistics 25.0.

O presente estudo foi elaborado com base em um projeto matricial, denominado “Saúde Mental é Essencial”, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do estado de Mato Grosso (CAAE 60344416.0.0000.5166).

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 669 estudantes do ensino superior, na faixa etária de 17 a 23 anos (66,8%), 62,8% no ano de 2017. 74,3% foram do sexo feminino, 68,0% se autodeclararam não brancos, 55,8% mudaram cidade para frequentar a universidade, 73,5% não trabalham, 37,7% eram de outros cursos que não são da área da saúde, 35,3% do curso de Enfermagem, 62,2% pertenciam a Faculdade de Ciências da Saúde (FACIS), 87,9% do campus de Cáceres, 46,5% estavam no início do curso, estudando em período integral (62,3%), sendo a primeira escolha do curso (66,1%). 62,3% estavam satisfeitos com o curso, 66,1% não reprovaram, 95,2% ingressou na universidade entre 05 anos ou mais, 93,0% possui uma graduação prévia, 71,9% não participam de projeto na universidade de forma voluntária e/ou com bolsa, 62,8%

estudam mais de 2 horas fora da sala de aula e 52,6% ficam mexendo no celular de 2 horas ou mais durante o dia. Quanto aos sintomas, 43,3% apresentam sintomas prováveis de ansiedade, 48,4% improváveis e 20,6% prováveis de depressão, sendo que 48,6% apresentaram sintomas de ansiedade e depressão e 26,5% somente ansiedade (Tabela 1).

Tabela 1. Distribuição das variáveis sociodemográficas e fatores acadêmicos dos estudantes da UNEMAT, 2017 e 2018.

(continua)

GRUPO	Variável	Frequência Absoluta (n)	Frequência Percentual (%)
Características do curso	Faculdade		
	FACIS	416	62,2
	Outras	253	37,8
	Campi		
	Cáceres	588	87,9
	Outros	81	12,1
	Curso atual como 1ª escolha		
	Não	227	33,9
	Sim	442	66,1
	Curso		
	Ed. Física	70	10,5
	Enfermagem	236	35,3
	Medicina	111	16,6
	Outros	252	37,7
	Fase		
	Início (1 a 4 sem)	311	46,5
	Meio (5 a 7 sem)	215	32,1
Fim (8 acima)	143	21,4	
Período			
Matutino, vespertino ou noturno	252	37,7	
Integral	417	62,3	
Características do estudante	Idade		
	17 a 23 anos	430	66,8
	24 a 29 anos	150	23,3
	30 anos ou mais	64	9,9
	Sexo		
	Masculino	172	25,7
	Feminino	497	74,3
	Raça		
	Branca	214	32,0
	Não Branca	455	68,0
Graduação Prévia			
Sim	47	7,0	
Não	622	93,0	

Tabela 1. Distribuição das variáveis sociodemográficas e fatores acadêmicos dos estudantes da UNEMAT, 2017 e 2018.

(continuação)

GRUPO	Variável	Frequência Absoluta (n)	Frequência Percentual (%)
	Mudou de cidade para cursar a universidade		
	Sim	373	55,8
	Não	296	44,2
	Trabalha		
	Sim	177	26,5
	Não	492	73,5
	Tempo no Celular		
	2 horas ou menos por dia	317	47,4
	3 horas ou mais por dia	352	52,6
Hábitos de estudo	Participação em projetos		
	Sim	188	28,1
	Não	481	71,9
	Estudo Extraclasse		
	2 horas ou menos por dia	249	37,2
	3 horas ou mais por dia	420	62,8
	Reprovações		
	Não	442	66,1
	Sim	227	33,9
Desempenho	Tempo de ingresso		
	5 anos ou menos	637	95,2
	Acima de 5 anos	32	4,8
	Satisfação com o curso		
Contentamento	Sim	252	37,7
	Não	417	62,3
	Ansiedade		
	Improvável	167	25,0
	Possível	212	31,7
	Provável	290	43,3
	Depressão		
	Improvável	324	48,4
Diagnósticos	Possível	207	30,9
	Provável	138	20,6
	Sobreposições de sintomas		
	Sem sintoma	147	22,0
	Somente ansiedade	177	26,5
	Somente depressão	20	3,0
	Depressão e ansiedade	325	48,6
	Ano		
Participação da pesquisa	2017	420	62,8
	2018	249	37,2
	Total	669	100,0

Tabela 2. Razão de prevalência (RP) e Prevalência de diagnóstico provável de depressão (DPD) nos estudantes do ensino superior, segundo fatores acadêmicos, 2017 e 2018.

(continua)

GRUPO	Variável	Total		DPD		RP
		n	%	n	%	
Características do curso	Faculdade					
	Outras	169	36,58	61	36,09	1,37*
	FACIS	293	63,42	77	26,28	
	Campi					
	Outros	58	12,55	24	41,38	1,47*
	Câceres	404	87,45	114	28,22	
	Curso atual como 1ª escolha					
	Sim	299	64,72	84	28,09	1
	Não	163	35,28	54	33,13	0,85
	Curso					
	Outros	169	36,58	61	36,09	1
	Enfermagem	168	36,36	52	30,95	1,17
	Medicina	72	15,58	12	16,67	2,17*
	Educação Física	53	11,47	13	24,53	1,47*
	Fase					
	Final (fase 8 acima)	99	21,43	39	39,39	1
	Meio (fase 5 a 7)	151	32,68	47	31,13	1,27
Inicial (fase 1 a 4)	212	45,89	52	24,53	1,61*	
Período						
Matutino, vespertino ou noturno	180	38,96	58	32,22	1	
Integral	282	61,04	80	28,37	1,14	
Características do estudante	Idade					
	17 a 23 anos	300	68,03	76	25,33	1
	24 a 29 anos	97	22	42	43,3	0,59
	30 anos ou mais	44	9,98	13	29,55	0,86
	Sexo					
	Masculino	117	25,32	22	18,8	1
	Feminino	345	74,68	116	33,62	0,56
	Raça					
	Branca	156	33,77	47	30,13	1
	Não Branca	306	66,23	91	29,74	1,01
	Graduação Prévia					
	Sim	34	7,36	8	23,53	1
	Não	428	92,64	130	30,37	0,77
Mudou de cidade para cursar a universidade						
Não	196	42,42	60	30,61	1	

Teste de qui-quadrado: *p≤0,001; #p≤0,20

Tabela 2. Razão de prevalência (RP) e Prevalência de diagnóstico provável de depressão (DPD) nos estudantes do ensino superior, segundo fatores acadêmicos, 2017 e 2018.

(continuação)

GRUPO	Variável	Total		DPD		RP
		n	%	n	%	
	Sim	266	57,58	78	29,32	1,04
	Trabalho					
	Sim	124	26,84	44	35,48	1
	Não	338	73,16	94	27,81	1,28
	Tempo no Celular					
	2 horas ou menos por dia	214	46,32	52	24,3	1
	3 horas ou mais por dia	248	53,68	86	34,68	0,70*
	Participação em projetos					
Hábitos de estudo	Sim	132	28,57	40	30,3	1
	Não	330	71,43	98	29,7	1,02
	Estudo Extraclasse					
	3 horas ou mais por dia	299	64,72	85	28,43	1
	2 horas ou menos por dia	163	35,28	53	32,52	0,87
	Reprovações					
	Não	313	67,75	78	24,92	1
	Sim	149	32,25	60	40,27	0,62*
	Tempo de Ingresso					
Desempenho	5 anos ou menos (turma regular)	440	95,24	123	27,95	1
	Acima de 5 anos (fora da turma regular)	22	4,76	15	68,18	0,41*
	Satisfação com o curso					
Contentamento	Sim	181	39,18	28	15,47	1
	Não	281	60,82	110	39,15	0,40*

Teste de qui-quadrado: * $p \leq 0,001$; # $p \leq 0,20$

Outras faculdades apresentaram DPD 37% maior que a FACIS. Outros campi apresentaram DPD 47% maior que o campus de Cáceres. Outros cursos apresentaram DPD duas vezes maior que o curso de medicina e 47% maior que o curso de educação Física. A DPD é 61% maior nos semestres finais do curso do que nos semestres iniciais. A DPD foi maior para as faixas etárias mais avançadas e para o sexo feminino. Os estudantes que não tiveram reprovações, estavam acompanhando a turma regular e relataram estar satisfeitos com o curso apresentaram DPD 38%, 59% e 60% menor, respectivamente (Tabela 2).

Outros campi apresentaram DPA 17% maior que o campus de Cáceres. Outros cursos apresentaram DPD 27% maior que o curso de educação Física. Os estudantes que não mudaram de cidade para cursar a universidade apresentaram DPA 17% menor. Os estudantes que trabalhavam apresentaram DPA 13% menor. Os estudantes que participaram de projetos apresentaram DPA 14% maior. A DPA foi

maior para os estudantes entre 17 a 23 anos e para o sexo feminino. Os estudantes com graduação prévia, que relataram 3 horas ou mais de estudo extraclasse e que relataram estar satisfeitos com o curso apresentaram DPA 39%, 20% e 23% menor, respectivamente (Tabela 3).

Tabela 3. Razão de prevalência (RP) e Prevalência de diagnóstico provável de ansiedade (DPA) nos estudantes do ensino superior, segundo fatores acadêmicos, 2017 e 2018.

(continua)

GRUPO	Variável	Total		DPA		RP
		n	%	n	%	
	Faculdade					
	Outras	179	39,17	114	63,69	1
	FACIS	278	60,83	176	63,31	1,01
	Campi					
	Outros	59	12,91	43	72,88	1
	Cáceres	398	87,09	247	62,06	1,17 ^c
	Curso atual como 1^a escolha					
	Sim	298	65,21	185	62,08	1
	Não	159	34,79	105	66,04	0,94
	Curso					
Características do curso	Outros	178	38,95	113	63,48	1
	Enfermagem	154	33,7	100	64,94	0,98
	Medicina	77	16,85	53	68,83	0,92
	Educação Física	48	10,5	24	50	1,27 ^c
	Fase					
	Inicial (1-4 fase)	213	46,61	137	64,32	1
	Meio (5 a 7 fase)	147	32,17	91	61,9	1,04
	Final (8 fase acima)	97	21,23	62	63,92	1,01
	Período					
	Matutino, vespertino ou noturno	180	39,39	106	58,89	1
	Integral	277	60,61	184	66,43	0,89 ^b
	Idade					
	17 a 22 anos	291	66,74	187	64,26	1
	23 a 30 anos	98	22,48	68	69,39	0,92612
	31 anos ou mais	47	10,78	23	48,94	1,31316
	Sexo					
Características do Estudante	Masculino	117	25,6	62	52,99	1
	Feminino	340	74,4	228	67,06	0,79^a
	Raça					
	Branca	150	32,82	98	65,33	1
	Não Branca	307	67,18	192	62,54	1,04
	Graduação Prévia					
	Sim	30	6,56	12	40	1

Teste de qui-quadrado: ^ap≤0,001; ^bp≤0,10; ^cp≤0,20.

Tabela 3. Razão de prevalência (RP) e Prevalência de diagnóstico provável de ansiedade (DPA) nos estudantes do ensino superior, segundo fatores acadêmicos, 2017 e 2018.

(continuação)

GRUPO	Variável	Total		DPA		RP
		n	%	n	%	
	Não	427	93,44	278	65,11	0,61^a
	Mudou de cidade para cursar a universidade					
	Não	195	42,67	111	56,92	1
	Sim	262	57,33	179	68,32	0,83^a
	Trabalho					
	Sim	127	27,79	73	57,48	1
	Não	330	72,21	217	65,76	0,87 ^b
	Tempo no Celular					
	2 horas ou menos por dia	21730	47,48	136,0	62,674	1
	3 horas ou mais por dia	240427	52,52	154,0	64,17	0,98
	Participação em projetos					
Hábitos de estudo	Sim	128	28,01	89	69,53	1
	Não	329	71,99	201	61,09	1,14 ^b
	Estudo Extraclasse					
	3 horas ou mais por dia	277	60,61	160	57,76	1
	2 horas ou menos por dia	180	39,39	130	72,22	0,80^a
	Reprovações					
	Não	297	64,99	189	63,64	1
	Sim	160	35,01	101	63,13	1,01
	Tempo de Ingresso					
Desempenho	5 anos ou menos (turma regular)	438	95,84	276	63,01	1
	Acima de 5 anos (fora da turma regular)	19	4,16	14	73,68	0,86
	Satisfação com o curso					
Contentamento	Sim	172	37,64	92	53,49	1
	Não	285	62,36	198	69,47	0,77^a

Teste de qui-quadrado: ^ap≤0,001; ^bp≤0,10; ^cp≤0,20.

DISCUSSÃO

Os estudantes de outras faculdades que não são das áreas da saúde apresentaram maior prevalência de depressão, assim como os estudantes dos outros cursos que não são da saúde, tiveram um aumento de depressão e ansiedade. Além disso, os outros campi tiveram maior prevalência de sintomas. Esses dados contrapõem com muitos estudos (Rezende et al., 2008; Sakae et al., 2010; Lourenço et al., 2012; Vasconcelos et al., 2012; Camargo et al., 2014), que observaram maior prevalência de distúrbios ansiosos e depressivos entre os estudantes da área da saúde, por inúmeros fatores, principalmente aos aspectos

teóricos do curso e práticas clínicas. Em nossa população de estudo estas relações podem sugerir que estudantes de outros campus e cursos que não são da área da saúde podem ter menos acesso a informações e/ou ferramentas para lidar com sua saúde mental no ambiente acadêmico, ou ainda pode evidenciar a tendência de que apenas estudantes com algum desconforto psíquico optou por responder à pesquisa.

Por outro lado, são poucos os estudos relacionados a transtornos mentais nos cursos que não são da área da saúde. Neves et al. (2007) também identificaram alta prevalência de transtornos em estudantes da área de saúde (56,3%), para a área de humanas e artes (68,1%), e baixa prevalência para as áreas de ciências básicas, exatas e tecnológicas (4,7%). Há algumas relações com essa percepção, porém os principais fatores são o baixo aspecto socioeconômico, tendo a necessidade de trabalhar para sustentar a família, já que não são sustentados pelos pais, e as poucas horas de sono. Essa influência da noite anterior, juntamente com o acúmulo dos fatores estressantes vivenciados diariamente, pode comprometer tanto o desempenho físico, quanto intelectual e conseqüentemente no âmbito universitário (Reis et al., 2017).

Observou-se alta prevalência de sintomas prováveis de depressão na fase final do curso em relação à fase inicial. Ariño et al. (2018) dividiram o período do curso em três momentos: inicial (marcado pela transição); médio (início dos estágios que se faz o primeiro contato com a prática profissional); e final (início do desligamento da instituição como estudante e inserção do mercado de trabalho). Esses períodos contêm diferentes demandas, como adaptação, nível de exigência ao processo de formação, mudança na rotina de sono, excesso de carga horária de estudo, demandas de atividade, dentre outras. Esses fatores estressantes corroboram com o desenvolvimento de sofrimento psíquico.

Os estudantes mais jovens tiveram alta prevalência de sintomas de ansiedade, e os mais velhos tiveram maior prevalência de depressão. Na maioria dos estudos, os estudantes na faixa etária de 20 anos são mais vulneráveis a desenvolver transtornos mentais, em comparação a outras idades. A prevalência de ansiedade nos estudantes mais jovens pode estar associada ao período da fase inicial do curso, processo de transição, sofrendo influência de mudança de cidade, tendem a ter mais insegurança, dentre outras situações estressoras (Filho et al., 2013; Oliveira, 2015; Reis et al., 2017). Já a prevalência de depressão nos estudantes mais velhos, pode estar relacionada ao acúmulo de sobrecarga em todos os âmbitos de inserção, juntamente com a fase final do curso, que contribui negativamente à saúde mental e conseqüentemente, podendo a desenvolver algum sofrimento psíquico.

Neste estudo, observou-se maior prevalência de DPA e DPD no sexo feminino, corroborando com Bardagi et al. (2010) e Sakae et al. (2010) que também observaram maior prevalência de ansiedade e depressão em estudantes do sexo feminino por meio do inventário de Beck. Estudos defendem que mulheres têm maior prevalência de transtornos psicológicos quando comparados aos homens, sendo uma proporção de 2:1 (mulheres/homens), não só em estudantes universitárias, mas na população em geral (Oliveira, 2010). São inúmeros os fatores que podem esclarecer a alta prevalência de ansiedade e depressão

no sexo feminino, como os obstáculos e conflitos estruturais na sociedade contra as mulheres, cultura mais permissiva aos homens, além de ter uma dupla ou tripla jornada de trabalho, conciliando os estudos, às atividades domésticas, incluindo a responsabilidade de ser mãe e esposa e muitas vezes o trabalho, para sustentar a casa e tentar ter uma independência econômica (Carvalho et al., 2015; Medeiros et al., 2017; Reis et al., 2017). Assim pode-se sugerir que as mulheres tendem a reagir com maior grau de ansiedade e desenvolver algum transtorno mental, devido à pressão psicológica que enfrentam no cotidiano.

Os estudantes que não mudaram de cidade para cursar a universidade apresentaram menor prevalência de sintomas prováveis para ansiedade. Estes resultados vão de encontro com os apresentados em outros estudos, que apontam que os universitários que moram em outros municípios distante da universidade e que precisam se mudar para facilitar o acesso à mesma, tornam-se expostos a desenvolverem transtornos psicológicos, pois estão longe do seio familiar e do círculo de amizade, e precisam se adaptar a essa nova vivência, tendo dificuldades de estabelecer contatos sociais, dentre outros, e muitas vezes convivem com a como a solidão e autoconceito invertido e uma baixa autoeficácia (Vasconcelos et al., 2012; Guimarães, 2014; Antunes, 2015).

Os estudantes que trabalharam apresentaram prevalência de ansiedade menor comparado aos que não trabalham. Em outros estudos, os estudantes que trabalham apresentaram prevalência maior de transtornos mentais, associado a poucas horas de sono. Por outro lado, como discutiu Zampieri (2013), a independência financeira é um marco social que pode trazer maior independência e satisfação, que coopera com o modo familiar de sobrevivência. Assim estudantes que não trabalham podem desenvolver algum sofrimento psicológico, pois dependem dos pais para essa sobrevivência, muitas das vezes em outras cidades, vinculando a projetos na universidade para tentar angariar meios financeiros e não depender tanto.

Estudantes que passaram menos tempo celular apresentaram menor DPD, enquanto estudantes que relataram dedicar mais tempo para estudo extraclasse apresentaram menos DPA, sugerindo que estudantes que gerenciam melhor seu tempo se beneficiam disso. Moromizato et al. (2017), discutiram que o uso excessivo do celular é normalmente utilizando como mecanismo de compensação, por isso, pode ser um marcador para a presença de ansiedade e depressão e mau gerenciamento de tempo.

Os estudantes que não reprovaram e os que acompanharam sua turma regular apresentaram prevalência menor de depressão. Assim como, os estudantes que estavam satisfeitos com o curso apresentaram uma menor prevalência de depressão e ansiedade. O envolvimento entre os pares, percepção em relação aos docentes, aulas, conteúdos, qualidade da informação, além do envolvimento e desempenho pessoal, são aspectos importantes para a satisfação acadêmica e bem-estar mental (Suehiro et al., 2018). E os fatores antigênicos podem interferir negativamente nos processos cognitivos, aprendizagem, diminuir as habilidades e as crenças de autoeficácia, e podem resultar em distúrbios do sono, alimentação, afetividade e depressão (Bernardelli et al., 2014).

A limitação deste estudo relaciona-se ao método observacional, que nos objetiva a observar os resultados, e não comprovar relações de causalidade dos fatores determinantes. Outra questão, denomina-se na utilização de questionário online para coleta de dados, pois é possível que estudantes não tenham participado do estudo por falta de recurso tecnológico. Mesmo com as limitações, os resultados desta pesquisa foram essenciais para identificar e descrever os fatores acadêmicos associados à prevalência de sintomas de ansiedade e depressão da instituição.

Concluiu-se que 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. Os fatores acadêmicos associados à prevalência de sintomas prováveis ansiedade foram: idade mais jovem, não ter graduação prévia, não mudar de cidade para cursar a universidade, não trabalhar, não participar de projeto e estudar 2 horas ou menos por dia extraclasse. Já os fatores associados ao diagnóstico provável de depressão foram: faculdades fora da área da saúde, estar na fase final do curso, idade mais velha, estar no celular 3 horas ou mais por dia, reprovar e estar fora da turma regular.

Diante dos resultados, ressaltamos a importância do planejamento e implementação de ações preventivas e promoção à saúde e bem-estar mental dos estudantes desde a seu ingresso na universidade, articulando estratégias de acompanhamento psicológico durante a graduação, principalmente na fase final, os auxiliando na qualidade de vida, e preparando na carreira profissional com desenvolvimento de habilidades socioemocionais.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

- Almeida JSP (2014). A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: estudo de prevalência e correlação. Tese (Doutorado em Ciências da Vida) - Universidade Nova de Lisboa.
- Antunes ABV (2015). Estilos de vida, stresse, ansiedade, depressão e adaptação acadêmica em alunos universitários de 1ºano. Lisboa. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Ariño DO et al. (2018). Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Revista Psicologia em pesquisa*, 12(3): 44-52. DOI: 10.24879/2018001200300544.
- Bernardelli EMC et al. (2014). Processos de ensino e aprendizagem: a relação com transtornos emocionais de estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Colóquio Internacional de Educação*, Universidade do Oeste de Santa Catarina, 991-998.
- Botega NJ et al. (1995). Transtornos do humor em enfermaria de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. *Revista de Saúde Pública*, 29(5): 355–363.

- Brandtner M et al. (2010). Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. Gerais. Revista Interinstitucional de Psicologia, 2(2): 81-91.
- Camargo RM et al. (2014). Prevalência de casos de depressão em acadêmicos de enfermagem em uma instituição de ensino de Brasília. Revista Mineira de Enfermagem, 18(2): 398-403. DOI: 10.5935/1415-2762.20140030.
- Carvalho EA et al. (2015). Índice de Ansiedade em Universitários Ingressantes e Concluintes de uma Instituição de Ensino Superior. Revista Ciência Cuidado e Saúde, 14(3): 1290-1298. DOI: 10.4025/ciencuccuidsaude.v14i3.23594.
- Filho PCPT et al. (2013). Antidepressivos: consumo, orientação e conhecimento entre acadêmicos de enfermagem. Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro, 3(3): 829-836.
- Gonçalves AM (2014). Avaliação do risco de suicídio em estudantes do ensino superior politécnico: prevalência e fatores associados. 329 folhas. Tese (Doutorado em Ciências de Enfermagem) - Universidade do Porto.
- Guimarães MF (2014). Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. 96 folhas. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) - Universidade Metodista de São Paulo. São Bernardo do Campo.
- Lourenço AC et al. (2012). Ansiedade dos estudantes perante o ensino clínico um estudo com estudantes de enfermagem. Revista de Psicologia, 4(1): 203-212.
- Medeiros PP et al. (2017). Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. Revista Multidisciplinar e de Psicologia, 10(33): 43-55.
- Mesquita AM et al. (2016). Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma Universidade em Mato Grosso. Journal Health NPEPS, 1(2): 218-230.
- Moromizato MS et al. (2017). O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. Revista Brasileira de Educação Médica, 41(4): 497-504. DOI: 10.1590/1981-52712015v41n4RB20160118.
- Neves MCC et al. (2007). Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 56(4): 237-244. DOI: 10.1590/S0047-20852007000400001.
- Oliveira ACAS (2015). Depressão, ansiedade e stresse em estudantes de enfermagem. (Tese de Mestrado). Instituto Politécnico de Viseu: Escola superior de saúde de Viseu.
- Oliveira MRM (2010). Depressão e o gênero: semelhanças e diferenças. (Tese de Mestrado). Faculdade de Medicina Universidade do Porto.
- OPAS (2021). The Global Health Observatory: Mental health. Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: < <https://www.who.int/data/gho/data/themes/mental-health>>. Acesso em: 23 abr. 2021.

- Reis CF et al. (2017). Ansiedade e desempenho acadêmico: um estudo com alunos de ciências contábeis. *Advances in Scientific and Applied Accounting (ASAA)*, 10(3): 319-333. DOI: 10.14392/asaa.2017100305.
- 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.
- Silva RS et al. (2012). A. Prevalência dos transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. *Revista de Psicologia*, 15(23): 105-112.
- Suehiro ACB et al. (2018). Satisfação com a experiência acadêmica: um estudo com universitários do primeiro ano. *Revista de Psicologia em pesquisa*, 12(2): 01-10. DOI: 10.24879/2018001200200147.
- UNEMAT (2010). Histórico da Unemat. Universidade Do Estado De Mato Grosso. Disponível em: <<http://portal.unemat.br/?pg=universidade&conteudo=1>>. Acesso em: 10 out. 2020.
- Vasconcelos TC et al. (2015). Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira De Educação Médica*, 39(1): 135-142. DOI: 10.1590/1981-52712015v39n1e00042014.
- Zampieri RC (2013). Manifestações psicossomáticas em universitários portugueses, a partir da identificação de sintomas de ansiedade, depressão e stress. 95p. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) - Faculdade da Saúde da Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo.
- Zigmond AS et al. (1983). The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta psychiatrica scandinavica*, 67: 361–370.

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

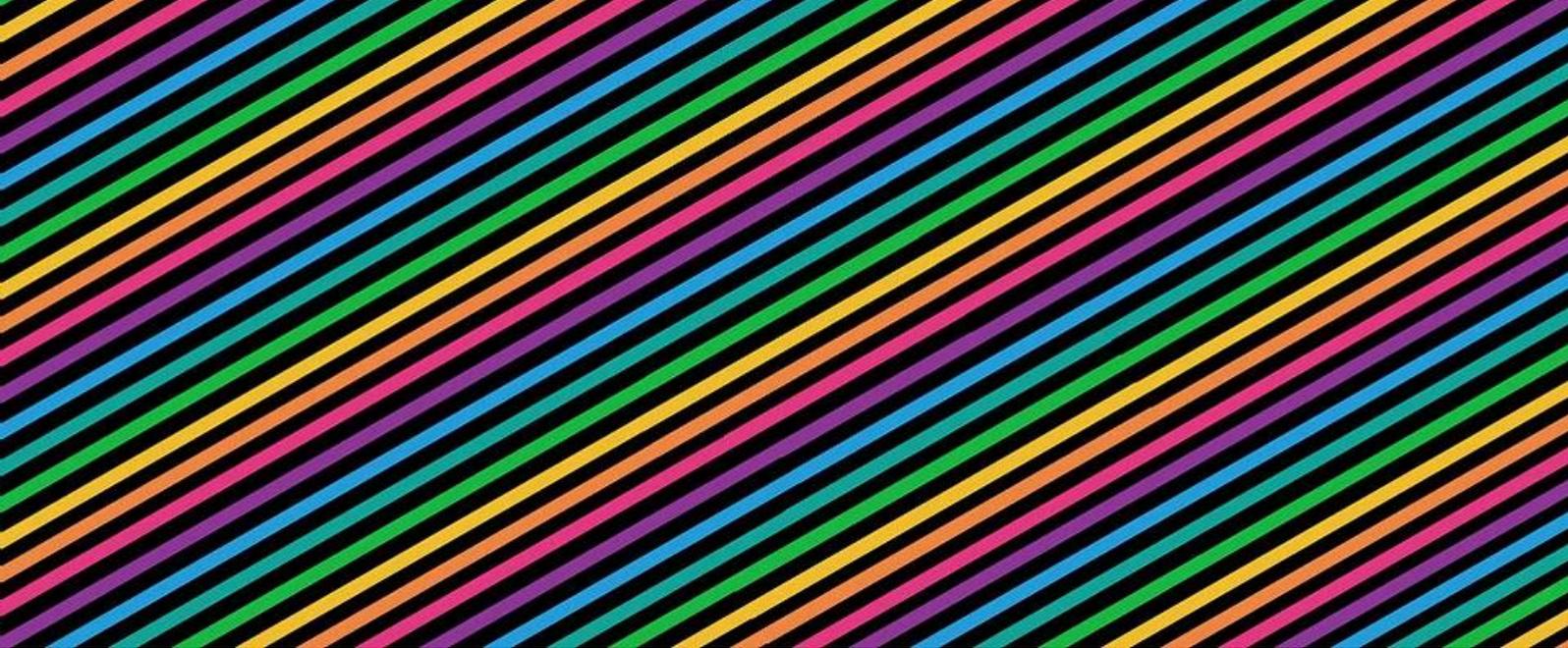
substâncias psicoativas, 4, 9, 26, 27, 28, 29, 30,
31, 32, 33

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