



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA

Autorizada pelo Decreto Federal nº 77.496 de 27/04/76
Recredenciamento pelo Decreto nº 17.228 de 25/11/2016



PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
COORDENAÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XXIX SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS **SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA - 2025**

Associação de ansiedade e depressão em estudantes da pós-graduação em saúde da Universidade Estadual de Feira de Santana: uma análise da prevalência e dos determinantes de risco

Ana Samiry da Silva Gomes¹; Carla Jamile Jabar Menezes²

1. Ana Samiry da Silva Gomes, PROBIC/UEFS, MEDICINA, e-mail: anasamiry@gmail.com

2. Carla Jamile Jabar Menezes, DEPARTAMENTO DE SAÚDE, e-mail: cjjmenezes@uefs.br

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade; Saúde Mental; Depressão

INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma resposta natural do ser humano diante de desafios, funcionando como um mecanismo de alerta. Contudo, torna-se patológica quando se manifesta de forma excessiva e desproporcional (Brito, 2011; Castillo *et al.*, 2000). Já a depressão caracteriza-se por alterações de humor, fadiga, perda de interesse, distúrbios do sono e prejuízo na qualidade de vida (APA, 2014). Embora a ansiedade e a depressão sejam transtornos distintos, é comum que elas ocorram juntas, o que muitas vezes pode levar a sobreposição e exacerbação dos sintomas, dificultando o diagnóstico (Rickels e Rynn, 2001).

Em estudantes universitários, a prevalência de ansiedade e depressão é alta, em especial devido a estressores acadêmicos, sociais e emocionais (Oliveira *et al.*, 2019). Entre estudantes da área da saúde, fatores como carga horária extensa, sobrecarga de tarefas, contato com a morte de pacientes e cobrança por alto desempenho intensificam o risco para esses transtornos (Freitas *et al.*, 2023; Bampi *et al.*, 2013).

No caso dos pós-graduandos, a transição da graduação para a pós-graduação impõe demandas acadêmicas mais intensas, como elaboração de dissertações, exames de qualificação, participação em eventos, somadas a desafios familiares, pessoais e profissionais. Esses múltiplos obstáculos frequentemente comprometem a saúde física e, sobretudo, mental dos estudantes (Garcia da Costa; Nebel, 2018).

Dessa forma, a compreensão da inter-relação entre ansiedade, depressão e os desafios acadêmicos torna-se essencial para orientar intervenções mais efetivas. Entretanto, ainda há escassez de estudos que aprofundem a análise desses fatores entre pós-graduandos, o que reforça a necessidade de pesquisas voltadas à saúde mental acadêmica, capazes de subsidiar políticas de apoio e acolhimento a esse público.

O presente estudo tem como objetivo geral investigar a associação entre ansiedade e depressão em estudantes da pós-graduação em saúde da Universidade

Estadual de Feira de Santana (UEFS), analisando a prevalência desses transtornos e seus determinantes de risco. Especificamente, busca-se descrever os principais fatores acadêmicos, pessoais e ambientais relacionados ao seu desenvolvimento e, por fim, investigar possíveis associações entre variáveis sociodemográficas e a presença desses sintomas entre os pós-graduandos da instituição.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA (ou equivalente)

Trata-se de um estudo observacional transversal, realizado com estudantes da pós-graduação em saúde da UEFS, com idade igual ou superior a dezoito anos e devidamente matriculados. A coleta de dados foi feita por questionários eletrônicos aplicados na plataforma RedCap e disponibilizados via aplicativo WhatsApp, juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O instrumento contemplou informações sociodemográficas, comorbidades e sintomas de ansiedade, estresse, nomofobia e depressão. A ansiedade foi avaliada pelo *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7), validado no Brasil Moreno *et al.* (2016), enquanto a depressão foi mensurada pelo *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9), amplamente utilizado em estudos epidemiológicos Santos *et al.* (2013).

Na análise dos dados, variáveis quantitativas foram descritas por medidas de tendência central e dispersão, enquanto variáveis qualitativas foram expressas em valores absolutos e percentuais. Foi realizada uma regressão multivariada, excluindo as variáveis não significativas: impulso do uso do smartphone, lazer, satisfação com o curso, sexo, parceiro fixo e orientação sexual. O programa GraphPad Prism versão 8.02 foi utilizado para análise dos dados. Valores de $p < 0,05$ foram considerados significativos.

RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO (ou Análise e discussão dos resultados)

O estudo foi conduzido com uma amostra de 54 estudantes devidamente matriculados em cursos de pós-graduação do Departamento de Saúde da UEFS. Do total, 16 (29,6%) eram do sexo masculino e 38 (70,4%) do sexo feminino, com idade mediana de 30 [27-38] anos. No que diz respeito à experiência acadêmica, a grande maioria dos participantes 42 (77,8%) expressou satisfação com o curso.

Foi observada alta prevalência de sintomas moderados ou graves de ansiedade (38,8%) e depressão (51,8%), com 35,2% apresentando ambas as condições. Esses índices são superiores aos relatados em estudos com universitários em geral, como demonstrado pela revisão sistemática de Cardoso *et al.* (2024), que apontou prevalências de 29,3% para ansiedade e 42,7% para depressão, sugerindo maior vulnerabilidade dos pós-graduandos devido à complexidade e pressão da vida acadêmica.

Dos estudantes, 40 (74,1%) praticavam atividade física regularmente, enquanto 14 (25,9%) eram sedentários. O sedentarismo esteve associado a maior prevalência de sintomas de ansiedade e depressão (OR = 5,83; IC95% [1,1690–29,0906]). Esses achados são reforçados pela literatura, que aponta a atividade física como recurso preventivo e terapêutico relevante para a saúde mental (Baleotti, 2018).

Entre os estudantes, 21 (38,8%) relataram consumo de álcool, o qual esteve associado a maior prevalência de sintomas de ansiedade e depressão (OR = 8,20; IC95% [1,5809–42,6102]). Em consonância, Lopes; Rezende (2013) apontou o uso da

substância como estratégia ineficaz de enfrentamento aos problemas, associada à maior vulnerabilidade psicológica.

Entre os estudantes analisados, 27,8% relataram ter filhos, e nesse grupo foi observada menor prevalência de sintomas de ansiedade e depressão (OR = 0,035; IC95% [0,0033–0,3864]). Esse resultado, ainda pouco descrito na literatura, sugere que a parentalidade pode atuar como fator protetor, possivelmente pelo fortalecimento de vínculos afetivos, maior senso de propósito e ampliação da rede de apoio social. Estudos como o de Andersen *et al.* (2024), com mais de dois milhões de participantes na Noruega, encontraram associação entre parentalidade e menor risco de transtornos mentais, especialmente ansiedade e depressão.

Por outro lado, a literatura também aponta que a parentalidade pode representar um fator de vulnerabilidade, sobretudo no contexto acadêmico. Rocha (2025) destacou que as múltiplas responsabilidades assumidas por mães e pais estudantes podem sobrecarregar o bem-estar psicológico, dependendo de fatores como suporte institucional, rede de apoio e equilíbrio entre vida pessoal e acadêmica. Nesse sentido, a parentalidade pode tanto proteger quanto intensificar o risco de sofrimento mental, o que reforça a complexidade dessa relação e a necessidade de novos estudos em diferentes contextos acadêmicos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS (ou Conclusão)

Com base nos resultados apresentados, é possível concluir que a amostra de estudantes de pós-graduação em saúde analisada apresenta uma elevada prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, superando os índices encontrados na literatura geral para universitários. Essa vulnerabilidade se manifesta de forma particular neste grupo, indicando que as pressões e a natureza exigente da pós-graduação podem ser fatores contextuais que justificam a alta carga de sofrimento mental.

Além disso, a análise correlacional revelou que o estilo de vida tem um impacto direto e significativo na saúde mental desses estudantes. O sedentarismo e o consumo de álcool apresentaram associação positiva com sintomas de ansiedade e depressão, reforçando a importância de intervenções que incentivem a prática regular de atividade física e abordem o uso de álcool. Por outro lado, a parentalidade emergiu como um possível fator protetor, sugerindo que o fortalecimento de vínculos e o senso de propósito trazidos pela experiência de ter filhos podem mitigar os sintomas de ansiedade e depressão.

Em suma, os achados deste estudo ressaltam a urgência de as instituições de ensino superior voltarem sua atenção para a saúde mental dos pós-graduandos, promovendo ambientes acadêmicos mais acolhedores e favoráveis ao bem-estar.

REFERÊNCIAS

BRITO, I. Psiquiatria da infância e adolescência. Ansiedade e depressão na adolescência. *Rpmgf*, v. 27, n. 2, p. 208–214, 2011.

CASTILLO, A. R. G.; et al. Transtornos de ansiedade. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 22, p. 20–23, dez. 2000.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-V – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. Porto Alegre: Artmed, 5. ed., p. 156-166, 2014.

RICKELS, K.; RYNN, M. Comorbidity of depressive and anxiety disorders: challenges in diagnosis and assessment. *Journal of Clinical Psychiatry*, v. 62, Suppl. 12, 2001.

OLIVEIRA, A.; SILVA, B.; SANTOS, C. Comorbidade entre transtorno de ansiedade social e depressão em estudantes universitários. *Revista de Psicologia Universitária*, v. 5, n. 2, p. 123-135, 2019.

FREITAS, P. H. B. DE; et al. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 31, p. e3884, jan. 2023.

BAMPI, L. N. DA S.; et al. Qualidade de vida dos estudantes de medicina da Universidade de Brasília. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 37, n. 2, p. 217–225, abr. 2013.

MORENO, A. L.; et al. Factor structure, reliability, and item parameters of the brazilian-portuguese version of the GAD-7 questionnaire. *Temas psicol.*, Ribeirão Preto, v. 24, n. 1, p. 367-376, mar. 2016.

SANTOS, I. S.; et al. Sensibilidade e especificidade do Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) entre adultos da população geral. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 29, n. 8, p. 1533–1543, ago. 2013.

CARDOSO, R. A.; et al. Ansiedade e depressão em universitários: uma revisão sistemática da literatura. *CUADERNOS DE EDUCACIÓN Y DESARROLLO*, Portugal, v. 16, n. 9, p. 01-26, 2024.

BALEOTTI, M. Efeitos da atividade física na ansiedade e depressão: uma revisão bibliográfica. [s.l.: s.n.], 2018 [06 ago. 2018].

LOPES, A. P.; REZENDE, M. M. Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em adolescentes. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 30, n. 1, p. 49–56, mar. 2013.

ANDERSEN, M. L.; et al. Parenthood, mental disorders, and symptoms through adulthood: a total population study. *medRxiv*, 2024.

ROCHA, S.; et al. The impact of parenthood on mental health within the academic community: highlighting vulnerabilities and identifying high-risk groups. *Humanities and Social Sciences Communications*, v. 12, n. 1, 21 jun. 2025.