

SINTOMAS DEPRESSIVOS NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO ANTES E DURANTE A PANDEMIA POR COVID-19: ACHADOS E IMPLICAÇÕES

DEPRESSIVE SYMPTOMS IN THE UNIVERSITY SETTING BEFORE AND DURING THE COVID-19 PANDEMIC:
FINDINGS AND IMPLICATIONS

DOI: 10.16891/2317-434X.v12.e4.a2024.pp4723-4734

Recebido em: 01.07.2023 | Aceito em: 09.03.2024

**Meiriane Peixoto^{a*}, Gabriela Kristyna Santos Nogueira^a, Gabriela Permanhane Pereira^a,
Giovana Moura Campos^a, Flávia Vitorino Freitas^a, Fabiana Dayse Magalhães Siman Meira^a,
Michael Ruberson Ribeiro da Silva^a**

Universidade Federal do Espírito Santo – UFES, Alegre – ES, Brasil^a
***E-mail: meire.drg@gmail.com**

RESUMO

A depressão é considerada a principal causa de incapacidade e morte prematura no mundo. Nesse sentido, este estudo tem por objetivo avaliar a prevalência e os fatores associados aos sintomas depressivos entre estudantes e servidores de uma universidade pública federal antes e durante a pandemia da COVID-19. Trata-se de um estudo observacional, transversal, com dados coletados por um questionário autoaplicável e pelo instrumento de autorrelato inventário de depressão de Beck, com dados coletados em 2020. O teste de McNemar foi utilizado para comparação das prevalências antes e durante a pandemia. Regressão de Poisson com variância robusta foi utilizada para identificar os fatores associados aos sintomas depressivos. Adotou-se um nível de significância de 5% para as comparações. Foram incluídos 519 participantes, com idade mediana de 22 anos, dos quais 68,2% eram mulheres. A prevalência de sintomas depressivos aumentou no período pandêmico (45,9%), quando comparado ao período anterior à pandemia (37,4%) ($p < 0,05$). Os fatores associados à presença de sintomas depressivos no período pandêmico foram as variáveis sexo feminino e fumo, enquanto praticar atividade física, ter sono satisfatório e ter maior idade foram associados à não ocorrência de sintomas depressivos. Conclui-se que há uma elevada prevalência de sintomas depressivos no ambiente universitário, o que foi agravado pela pandemia. Nesse sentido, é necessária a implementação de medidas de promoção e prevenção à saúde para a melhoria da qualidade de vida da comunidade universitária, especialmente com as consequências à saúde mental causadas e/ou agravadas pela pandemia da COVID-19.

Palavras-chave: COVID-19; Depressão; Universidades.

ABSTRACT

Depression is considered the leading cause of disability and premature death worldwide. In this regard, this study aims to assess the prevalence and factors associated with depressive symptoms among students and staff of a federal public university before and during the COVID-19 pandemic. It is an observational, cross-sectional study with data collected through a self-administered questionnaire and the Beck Depression Inventory self-report instrument, with data collected in 2020. The McNemar test was used to compare prevalence before and during the pandemic. Poisson regression with robust variance was used to identify factors associated with depressive symptoms. A significance level of 5% was adopted for the comparisons. A total of 519 participants were included, of whom 68.2% were women. The prevalence of depressive symptoms increased during the pandemic period (45.9%), compared to the period before the pandemic (37.4%) ($p < 0.05$). The factors associated with the presence of depressive symptoms during the pandemic period were female gender and smoking, while engaging in physical activity, having satisfactory sleep, and being older were associated with the absence of depressive symptoms. It is concluded that there is a high prevalence of depressive symptoms in the university setting, which has been exacerbated by the pandemic. In this regard, the implementation of health promotion and prevention measures is necessary to improve the quality of life of the university community, especially considering the mental health consequences caused and/or worsened by the COVID-19 pandemic.

Keywords: COVID-19; Depression; Universities.

INTRODUÇÃO

A depressão é o mais comum dentre os transtornos mentais, sendo considerada a principal causa de incapacidade e mortalidade prematura globalmente (OMS, 2021). Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 300 milhões de pessoas em todo o mundo são afetadas pela depressão (OMS, 2021). No contexto específico do Brasil, estima-se que 11,5 milhões de brasileiros sofrem com a depressão, apresentando a maior prevalência entre os países da América Latina e ocupando o segundo lugar nas Américas, atrás apenas dos Estados Unidos (BRASIL, 2022). Em casos extremos, a depressão pode levar ao suicídio. De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), aproximadamente 800 mil pessoas entre 15 e 29 anos morrem por suicídio anualmente, e o número de tentativas é muito maior (OMS, 2021).

A população universitária, composta por estudantes e servidores, tem sido objeto de estudos sobre transtornos mentais (LEÃO *et al.*, 2018; SOUZA, 2017). Diversos fatores contribuem para que essa população esteja suscetível ao desenvolvimento de transtornos depressivos. No caso dos estudantes, a transição da juventude para a vida adulta, a formação de novos relacionamentos no ambiente universitário, a distância da família, o aumento da carga horária de estudos e a interação com professores e orientadores são alguns dos fatores que atuam como estressores e podem desencadear ou agravar a depressão, impactando tanto na vida pessoal quanto acadêmica (BRANDÃO; BEZERRA, 2021). No caso dos servidores públicos, a pressão elevada, as condições precárias de trabalho e a falta de valorização profissional podem levar à depressão, afetando o desempenho no trabalho e sendo a principal causa de afastamento profissional (CALDAS *et al.*, 2022).

A pandemia de coronavírus, iniciada em março de 2020, foi mais um fator que contribuiu para o surgimento e/ou agravamento da depressão tanto na população em geral quanto na população universitária (MAIA; DIAS, 2020; ARAÚJO; MACHADO, 2020). A rotina da população foi drasticamente alterada devido ao isolamento, distanciamento social e quarentena recomendados pelo Ministério da Saúde. Essas mudanças, juntamente com vários outros fatores, tiveram um impacto significativo na saúde mental da população. Quando olhamos especificamente para a população universitária, é possível observar impactos na vida dos alunos e servidores, afetando aspectos pessoais, acadêmicos e

psicológicos. Comparando os períodos antes e durante a pandemia, estudos com estudantes universitários em Portugal mostraram níveis elevados de estresse, depressão e ansiedade durante a pandemia (MAIA; DIAS, 2020). Na Itália, os sintomas depressivos pioraram durante o período de *lockdown*, mas, após o fim desse período, os sintomas se equipararam aos relatados antes da pandemia de COVID-19 (MEDA *et al.*, 2021). No Brasil, um estudo que comparou os períodos antes e durante a pandemia constatou um aumento de 6,6 vezes nos sintomas moderados a graves de depressão e um aumento de 7,4 vezes nos sintomas de ansiedade (AMARAL-PRADO *et al.*, 2020). Outro estudo realizado em cinco universidades públicas do Paraná revelou uma alta prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse, indicando que altos níveis de satisfação com a vida e dimensões de bem-estar psicológico exerceram efeitos protetores nos estudantes durante a pandemia (LOPES; NIHEI, 2021).

Nesse contexto, o presente estudo investigou a prevalência de sintomas depressivos entre estudantes e servidores de uma universidade pública federal no Brasil, além de identificar os fatores associados a esses sintomas. Reconhecendo as sérias consequências que a depressão pode acarretar nesse contexto, o estudo buscou contribuir com o levantamento de evidências científicas nacionais que visam subsidiar o desenvolvimento de medidas eficazes voltadas ao bem-estar e suporte das pessoas que convivem e utilizam o ambiente universitário.

MATERIAL E MÉTODOS

Desenho do estudo

Trata-se de estudo transversal, observacional, realizado através da aplicação online de um questionário estruturado e de um instrumento validado, para identificar os sintomas depressivos, antes e durante a pandemia de COVID-19 entre estudantes e servidores. O estudo ocorreu na Universidade Federal do Espírito Santo – Campus Alegre no período compreendido entre junho e outubro de 2020.

Foram incluídos no estudo alunos de graduação, pós-graduação, servidores técnico-administrativos e docentes, com idade igual ou superior a 18 anos. A instituição conta com um total de 3085 estudantes, distribuídos em 17 cursos de graduação e 304 estudantes nos programas de pós-graduação. Além disso, conta também com 143 servidores técnico-administrativos e 237 servidores docentes. O estudo abrangeu os estudantes de

todas as áreas de conhecimento (ciências da saúde, ciências agrárias, ciências exatas e da terra, ciências biológicas) e os servidores de todos os departamentos.

Foi utilizado um método de amostragem aleatória estratificada com uma prevalência estimada de depressão de 10,2% (IBGE, 2019), uma precisão de 5%, um intervalo de confiança de 95% e um efeito de desenho de 1,2. O tamanho da amostra foi estimado utilizando uma população de 3389 estudantes e 380 trabalhadores. Como resultado, o tamanho estimado da amostra foi de 163 estudantes e 124 trabalhadores, totalizando 287 pessoas.

Instrumentos

Os sintomas depressivos foram avaliados pela versão validada e traduzida para o português do Inventário de Depressão de Beck – BDI, com consistência interna (0.81). O BDI é um instrumento de autorrelato, composto por 21 itens que avaliam a presença e severidade dos sintomas depressivos. Cada item varia em uma escala de 0 a 3 pontos, e a soma total desses escores mostra o grau de severidade da depressão. Os escores podem variar entre 0 a pontuação máxima 63 (GORESTEIN; ANDRADE, 1998).

Segundo Beck *et al.* (1988), a definição do ponto de corte pode variar dependendo das características da amostra e dos objetivos do estudo. De acordo com Steer *et al.* e Kendall *et al.* (1987), para amostras não diagnosticadas são recomendados escores acima de 15 para identificar disforia e indivíduos com escore acima de 20 com sintomas depressivos. Sendo assim, o presente estudo utilizou o escore de 17 como ponto de corte, de modo que valores menores representam níveis mínimos de sintomas e valores maiores ou iguais a 17, sugerem sintomas depressivos em níveis leves, moderados ou graves (FREITAS *et al.*, 2018).

O questionário utilizado foi adaptado e elaborado pelos pesquisadores com perguntas quanto à caracterização sociodemográfica, hábitos de vida e condições de saúde, farmacoterapia, entre outras. As variáveis explicativas foram: curso, sexo, idade, estado civil, procedência, moradia, situação ocupacional, renda familiar, prática de atividades físicas, farmacoterapia, acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico.

Para se ter uma concepção do quanto a pandemia de COVID-19 afetou a saúde mental da população acadêmica estudada, o questionário aplicado de forma online teve suas perguntas das seções de hábitos de vida e do instrumento BDI duplicadas com o intuito de

identificar a prevalência dos sintomas depressivos antes e durante a pandemia de COVID-19. Nesse sentido, no cabeçalho das perguntas do questionário foram utilizados recursos como, palavras em caixa alta e uso dos tempos verbais apropriados, remetendo ao tempo em que os participantes responderiam de acordo ao período anterior à pandemia e durante o período pandêmico.

Procedimentos

Os entrevistados foram convidados a participar da pesquisa por meio de e-mail, cartazes afixados no *campus*, redes sociais, que dispunham do *link* que direcionava ao questionário e ao instrumento disponibilizados através de formulário Google Forms. Para ter acesso a pesquisa, os participantes precisaram concordar com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Análise estatística

O teste de normalidade *Kolmogorov-Smirnov* foi utilizado para definição das medidas de tendência central e dispersão. Nesse sentido foram utilizadas a mediana e o intervalo interquartil para descrever as variáveis contínuas. As variáveis categóricas foram apresentadas em frequências absolutas e relativas. Para o BDI, foi aplicado o teste de McNemar para comparação das prevalências antes e durante a pandemia. Em todas as análises foram considerados resultados significativos aqueles que apresentaram $p < 0,05$. Para identificar os fatores associados aos sintomas sugestivos de depressão foi realizada a regressão de *Poisson* utilizando a estratégia de modelagem *backward*. Um nível de significância de 20% foi adotado para as análises bivariadas e de 5 % para o modelo multivariado final.

Aspectos éticos

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Espírito Santo, *campus* Alegre (parecer nº 5324232), seguindo as normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS

Um total de 519 indivíduos participaram do estudo, dos quais 371 eram alunos de graduação (71,5%), 38 de pós-graduação (7,3%), 81 eram docentes (15,6%) e

29 eram técnicos administrativos (5,6%). A mediana de idade dos entrevistados foi de 22,0 anos (IQR 20-29), sendo 68,2% mulheres, 83,2% residentes na cidade de Alegre e 95,4% oriundos da região Sudeste.

A grande maioria dos respondentes eram solteiros, morando em repúblicas, com renda familiar entre um e três

salários mínimos, que mantém de 3 a 5 membros dessa família (63,8%). Dentre os entrevistados, 71,7% somente estudam, 17,1% só trabalham e 11,2% estudam e trabalham. Todos os dados sociodemográficos que caracterizam a população podem ser observados na Tabela 1.

Tabela 1. Dados sociodemográficos dos entrevistados da Universidade Federal do Espírito Santo *campus* Alegre, 2020 (n=519).

Dados sociodemográficos	N	%
Sexo		
Feminino	354	68,2
Masculino	165	31,8
Idade (mediana e intervalo interquartil)	22,0 (20-29)	
Local de Residência		
Alegre	432	83,2
Outros	87	16,8
Cidade de Origem		
Pequeno porte	95	18,3
Médio porte	182	35,1
Grande porte	242	46,6
Região de Origem		
Sudeste	495	95,4
Nordeste	15	2,9
Centro-Oeste	4	0,8
Norte	3	0,6
Sul	2	0,4
Estado Civil		
Vive só	388	74,8
Com companheiro (a)	131	25,2
Moradia		
República	211	40,7
Familiares	123	23,7
Individual	113	21,8
Pais	72	13,9
Atividade Profissional		
Estuda	372	71,7
Trabalha	89	17,1
Estuda / Trabalha	58	11,2
Renda Mensal Familiar		
Até 3 salários mínimos	317	61,1
De 3 até 9 salários mínimos	117	22,5
Mais de 9 salários mínimos	85	16,4
Membros na Família		
Até 2 membros	165	31,8
De 3 a 5 membros	331	63,8
Mais de 5 membros	23	4,4

Dentre os pós-graduandos, 68,4% estavam matriculados em programas de mestrado, 26,3% em programas de doutorado e 5,3% em pós-doutorado. Dentre os graduandos, 38,0% estavam no início do curso. A maior participação de estudantes representa o curso de Farmácia, com 11,3%. Dentre os docentes, 67,9% estavam a mais de cinco anos na Instituição. Com relação aos técnicos administrativos, 27,6% ocupam a função de técnicos de laboratórios, 27,6% de assistentes administrativos e 44,8% estão distribuídos entre demais funções.

Com relação aos hábitos de vida e saúde, a maioria dos entrevistados (88,4%) não apresentava quaisquer

limitações físicas. Antes da pandemia, 59,2% dos entrevistados dormiam menos de 7 horas por dia, sendo que 52,2% consideravam o sono insatisfatório. No entanto, durante a pandemia, observou-se que 56,8% das pessoas passaram a dormir mais de 7 horas diárias, considerando essas horas como satisfatórias. Houve uma redução significativa no consumo de bebidas alcoólicas, tabaco, atividade física e atividades de lazer e/ou integrativas durante o período da pandemia, em comparação com o período pré-pandemia (Tabela 2).

Tabela 2. Condição de saúde e hábitos de vida dos entrevistados da Universidade Federal do Espírito Santo, *campus* Alegre nos períodos antes e durante a pandemia da COVID-19, 2020 (n=519).

Variáveis	Antes pandemia COVID-19		Durante pandemia por COVID_19		
	n	%	n	%	Valor-p
Horas de sono por dia*					
Menos de 7 horas	307	59,2	224	43,2	<0,001
Mais de 7 horas	212	40,8	295	56,8	
Qualidade do sono					
Não satisfatória	271	52,2	238	45,9	0,330
Satisfatória	248	47,8	281	54,1	
Bebidas Alcoólicas*					
Não	215	41,4	266	51,3	<0,001
Sim	304	58,6	253	48,7	
Tabaco*					
Não	421	81,1	436	84,0	<0,001
Sim	68	13,1	62	11,9	
Fumava, mas parou	30	5,8	21	4,0	
Atividade Física*					
Não	198	38,2	280	53,9	<0,001
Sim	321	61,8	239	46,1	
Atividade Lazer / Integrativa*					
Não	306	59,0	342	65,9	<0,001
Sim	213	41,0	177	34,1	
Uso de medicamentos*					
Não	372	71,7	397	76,5	<0,001
Sim	147	28,3	122	23,5	
Efeitos Colaterais					
Não	393	75,7	414	79,8	0,005
Sim	126	24,3	105	20,2	
Prescrição médica					
Não	24	4,6	32	6,2	0,083
Sim	136	26,2	105	20,2	
Acompanhamento Psicólogo*					
Não	399	76,9	447	86,1	<0,001
Sim	120	23,1	72	13,9	
Acompanhamento Psiquiatra*					
Não	428	82,5	452	87,1	<0,001
Sim	91	17,5	67	12,9	

*valor-p<=0,05 pelo teste de McNemar.

Em relação à farmacoterapia, 28,3% dos respondentes utilizavam medicamentos com indicação para depressão e/ou ansiedade antes da pandemia. Já no período pandêmico, essa frequência reduziu para 23,5%. Entre as classes de medicamentos utilizados, a mais prevalente foi a de antidepressivos. Dos entrevistados, 18,1% consumiam antidepressivos antes da pandemia e 14,6% no período pandêmico. Em relação ao consumo de sedativos / hipnóticos / ansiolíticos, houve uma prevalência de 8,7% antes pandemia e 6,6% durante a pandemia. Observou-se também o consumo de outras classes de medicamentos, mas numa frequência menor, como os anticonvulsivantes (0,8%), os antipsicóticos (1,7%), fitoterápicos (2,5%), estabilizadores de humor (1,2%) e psicoestimulantes (1,0%).

Dentre os efeitos colaterais mais relatados pelos entrevistados, destacaram-se: sono intenso pela manhã (11,6%) antes e (10,2%) durante a pandemia, perda da libido antes (11,0%) e durante (8,7%) a pandemia, ganho de peso antes (7,5%) e durante (7,7%) período pandêmico, insônia antes (6,4%) e durante (5,4%) a pandemia. Outros

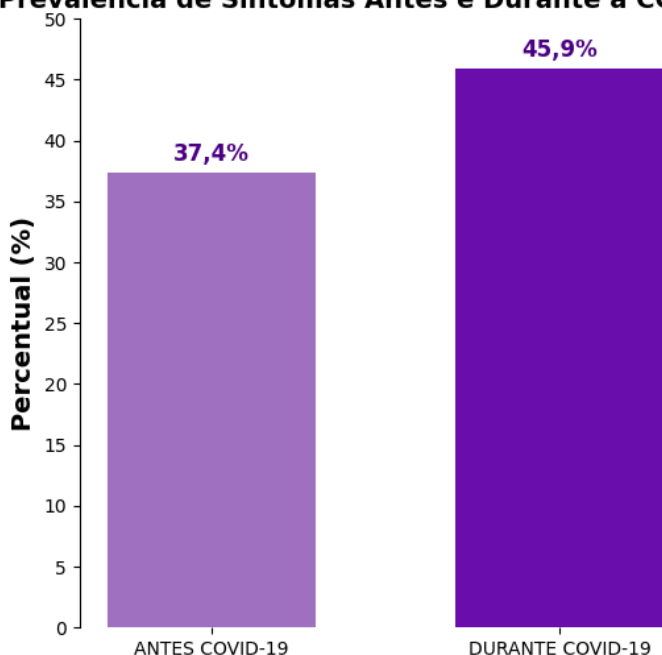
efeitos colaterais característicos dessas classes medicamentosas foram citados, mas em menor quantidade.

Quanto ao uso de medicamentos, 26,2% receberam prescrição médica no período antes da pandemia. Esse número teve uma redução para 20,2% no período pandêmico. Uma pequena parcela dos entrevistados em questão fazia acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico. 23,1% tinham acompanhamento psicológico antes da pandemia, reduzindo para 13,9% durante o período pandêmico. Os números de acompanhamento psiquiátrico ainda são menores: 17,5% compareciam ao psiquiatra antes da pandemia e apenas 12,9% tinham o acompanhamento durante a pandemia.

Foi constatado que a prevalência de sintomas sugestivos de depressão, antes da pandemia, era de 37,4%. Durante a pandemia, essa prevalência aumentou para 45,9%. Esses resultados indicam um significativo aumento dos sintomas depressivos durante esse período (valor- $p < 0,05$) (Figura 1).

Figura 1. Comparativo entre a prevalência de sintomas depressivos dos entrevistados da Universidade Federal do Espírito Santo, campus Alegre antes e durante a pandemia de COVID-19. Valor- $p < 0,05$ pelo teste de *McNemar*.

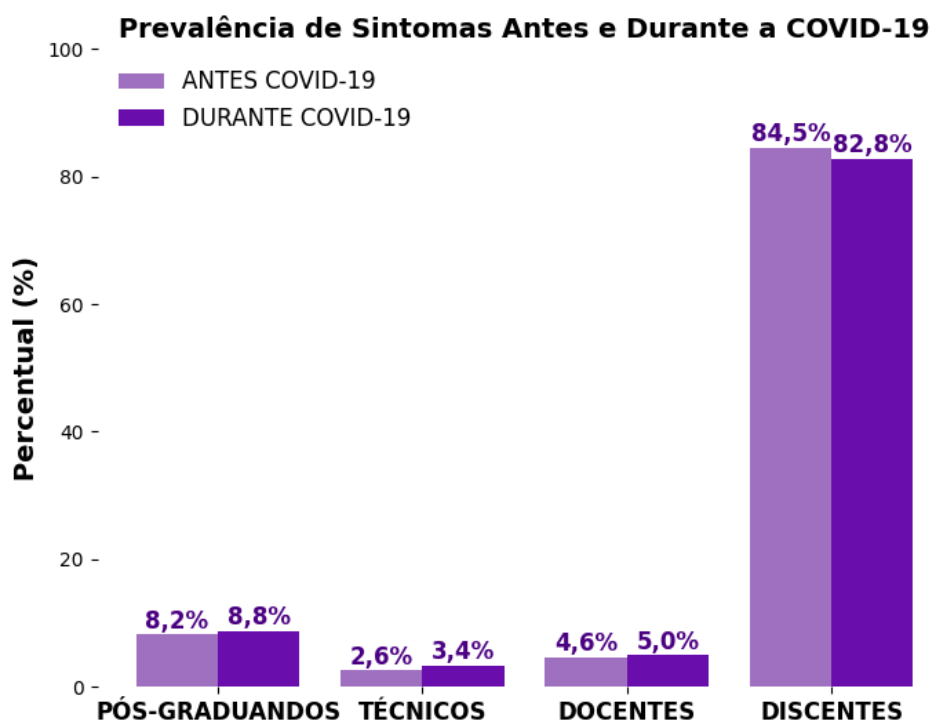
Prevalência de Sintomas Antes e Durante a COVID-19



A prevalência dos sintomas depressivos no período antes e durante a pandemia da COVID-19 nas subpopulações estudadas estão descritas na Figura 2. Dentre as subpopulações, observou-se um aumento dos

sintomas depressivos durante o período pandêmico dos pós-graduandos (8,8%), dos técnicos administrativos (3,4%) e dos docentes (5,0%) e uma pequena redução dos sintomas nos discentes (82,8%) (valor- $p < 0,05$) (Figura 2).

Figura 2. Prevalência dos sintomas depressivos antes e durante a pandemia de COVID-19 das subpopulações da Universidade Federal do Espírito Santos *campus* Alegre, 2020. Valor- $p < 0,05$ pelo teste de *McNemar* em cada subgrupo.



Diante da observação do aumento da prevalência de sintomas depressivos no período pandêmico, verificamos quais eram os seus possíveis fatores associados, desenvolvendo um modelo de Regressão de *Poisson*. As variáveis relacionadas aos hábitos de vida e sociodemográficas foram testadas, uma a uma, com a variável da presença de sintomas depressivos ($BDI \geq 17$). Assim, foi realizado um modelo de análise bivariada com $p < 0,20$ (Tabela 3). Posteriormente, foi construído um modelo multivariado (Tabela 4).

Por fim, foram identificados os fatores associados aos sintomas depressivos. Observou-se que, durante o

período pandêmico, as variáveis sexo e fumo foram associadas ao aumento da depressão, ou seja, ser do sexo feminino ou ser tabagista aumentou em 1,3 vezes a prevalência de ter sintomas depressivos. No entanto, praticar uma atividade de lazer e/ou integrativa, ter um sono satisfatório e ter maior idade estão inversamente associados à depressão. Ter um sono satisfatório (mais de 7 horas de sono) reduz em 88% a prevalência da depressão, enquanto praticar alguma atividade de lazer e/ou integrativa reduz em 43%. Além disso, o aumento da idade esteve associado a menor prevalência (4%) de sintomas depressivos.

Tabela 3. Regressão de *Poisson* com variância robusta bivariada com os fatores associados aos sintomas depressivos na população da Universidade Federal do Espírito Santo, *campus* Alegre, 2020.

Variáveis	RP Bruta	Valor-p ($< 0,20$)	IC (95%)
Lazer/Integrativa	0,73	0,005	0,59 – 0,91
Atividade Física	0,89	0,237	0,74 – 1,07
Fumo	1,36	$< 0,001$	1,20 – 1,55
Sono Satisfatório	0,57	$< 0,001$	0,46 – 0,72
Sono	0,86	0,129	0,71 – 1,04
Sexo	1,28	0,013	1,05 – 1,57

Idade	0,98	0,211	0,96 – 1,00
Cidade Médio Porte	1,25	0,123	0,93 – 1,68
Cidade Grande Porte	1,21	0,172	0,91 – 1,59
Estado Civil	0,84	0,156	0,66 – 1,06
Estuda	1,03	0,951	0,39 – 2,67
Estuda / Trabalha	1,06	0,885	0,43 – 2,65
De 3 a 9 salários mínimos	1,00	0,990	0,81 – 1,23
Acima de 9 salários mínimos	0,69	0,231	0,38 – 1,26
Discentes	1,83	0,269	0,62 – 5,35
Técnicos Administrativos	1,20	0,678	0,49 – 2,92
Pós-graduandos	2,20	0,143	0,76 – 6,32

RP: razão de prevalências; IC: intervalo de confiança

Tabela 4. Regressão de *Poisson* com variância robusta multivariado com fatores associados ao aumento dos sintomas depressivos durante período pandêmico dos entrevistados da Universidade Federal do Espírito Santo, *campus* Alegre, 2020. Modelo ajustado final (n=519).

Variáveis	RP ajustada	valor-p (<0,05)	(IC 95%)
Lazer/Integrativa	0,70	< 0,001	0,57 - 0,86
Fumo	1,38	< 0,001	1,21 - 1,58
Sono satisfatório	0,53	< 0,001	0,43 - 0,64
Sexo	1,31	< 0,001	1,06 - 1,61
Idade	0,96	< 0,001	0,95 - 0,98

RP: razão de prevalências; IC: intervalo de confiança

DISCUSSÃO

Os sintomas depressivos apresentam grande impacto na saúde da população, afetando a população em geral e, também, a população acadêmica (SANTOMAURO *et al.*, 2021). Os resultados do presente estudo revelaram um aumento da prevalência de sintomas depressivos durante a pandemia da COVID-19. Nossos resultados mostraram uma alta prevalência (37,4%) de sintomas depressivos no período anterior à pandemia, que foi agravada no período durante a pandemia, aumentando para 45,9%. Dentre os diversos fatores associados ao elevado índice de sintomas depressivos, os presentes dados mostraram que ser do sexo feminino e ser tabagista aumenta o risco de sintomas depressivos. Já em relação aos fatores de proteção, associados à redução do risco de sintomas depressivos, destacaram-se a prática de atividade física, o sono satisfatório e a idade.

Diversos estudos têm demonstrado o impacto negativo da pandemia COVID-19 sobre os transtornos mentais. Estudos revelam um aumento da prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os estudantes (MAIA; DIAS, 2019, LOPES; NIHEI, 2021).

Além do impacto emocional, estudos revelam impacto no aprendizado, além de impacto financeiro, social e tecnológico em estudantes durante o isolamento social (PELÚCIO *et al.*, 2022).

O presente estudo abrangeu estudantes de várias áreas de conhecimento, como ciências agrárias, ciências da saúde, ciências da terra, ciências biológicas e engenharias, demonstrando que o impacto negativo da pandemia afetou todas as áreas, e não apenas a área da saúde. Na literatura, a maioria dos estudos com a temática saúde mental, é realizado com estudantes das áreas da saúde. Segundo Fernandes e colaboradores (2018) os estudantes da área da saúde possuem fatores adicionais, como prática clínica, medo de cometer erros, sobrecarga de estudos, que podem desencadear transtornos mentais como a depressão e a ansiedade.

Nossos resultados demonstraram que ser do sexo feminino está diretamente associado ao aumento da depressão. Sabe-se que as mulheres estão mais propensas a desenvolverem depressão. Essa maior incidência se deve a diversos fatores, como a vulnerabilidade social, as mudanças hormonais, a dupla jornada, entre outros (FONSECA; CANAVARRO, 2017). A violência contra a

mulher também é um fator importante a se destacar, pois quando a violência não termina em morte, deixa graves consequências à saúde física e mental da mulher, como a depressão (BITTAR; KOHLSDORF, 2013). Ainda, relacionando aspectos biológicos com a depressão, estudos mostram que até a adolescência a prevalência de depressão não difere entre os dois sexos, masculino e feminino. A partir daí quando ocorrem as mudanças hormonais, a depressão começa a ser mais prevalente no sexo feminino (JUSTO; CALIL, 2006). Assim, surge a hipótese que os hormônios sexuais femininos têm uma função relevante nos sintomas depressivos (SKOVLUND *et al.*, 2016).

Importante lembrar que além dos estudantes, o ambiente universitário conta com servidores, dentre eles os docentes. Estes também vem apresentando sintomas depressivos relacionados com as condições de trabalho (SILVA; CARVALHO, 2016). Os fatores desencadeantes estão associados a excesso de carga de trabalho, política educacional de desvalorização do trabalho docente, insatisfação com as condições de sala de aula, falta de equipamentos e recursos, competitividade no mercado de trabalho, cobranças sociais e cobranças de publicações (FREITAS *et al.*, 2021). Em um estudo retrospectivo, 2,4% dos professores foram afastados por causa da depressão no período de 2009 a 2017 (BARROS *et al.*, 2019). Adicionalmente, o trabalho remoto imposto pela pandemia contribuiu para agravar ainda mais a saúde emocional dos servidores. A preocupação com a carreira, as mudanças com o trabalho remoto, a frustração por ter planos cancelados foram fatores que contribuíram com sentimentos de tristeza e depressão nos servidores (DIBBERN *et al.*, 2022).

Além disso, nossos dados revelaram que ser tabagista está diretamente associado aos sintomas sugestivos de depressão. Fatores como o tabagismo e sedentarismo são comportamentos de saúde que estão fortemente associados com sintomas depressivos (BARROS *et al.*, 2017). Nossos dados revelaram que a prática de atividade física atua como fator de proteção para sintomas depressivos. Portanto, a redução da atividade física durante a pandemia, sendo causada possivelmente pela quarentena estabelecida pelos órgãos municipais, fechando-se academias e comércios em geral, imposta pelas regras de isolamento social, pode ter contribuído para o aumento da prevalência de sintomas depressivos na população estudada. Estudo feito com estudantes de medicina durante a pandemia revelou que aqueles que praticavam mais atividade física moderada e vigorosa

apresentaram menos sintomas de ansiedade e depressão durante a pandemia (MENDES *et al.*, 2021). Dados semelhantes foram apresentados por Romeiro *et al.*, (2022), com acadêmicos das ciências da saúde, que observaram que aqueles que não praticavam atividade física regularmente apresentaram maiores sintomas de depressão e ansiedade. Esses dados reforçam os vários benefícios que a prática de atividade física proporciona ao indivíduo, contribuindo para a melhora da depressão (ANIBAL; ROMANO, 2017).

Um outro hábito de vida avaliado no presente estudo foi a quantidade de horas diárias de sono e a qualidade do sono. Esses resultados demonstraram que, no período pandêmico, houve um aumento do tempo de sono, onde 56,8% das pessoas passaram a dormir mais de 7 horas de sono por dia, considerando essas horas satisfatórias. Importante destacar que os presentes dados evidenciaram que a qualidade do sono foi um dos fatores associados à redução da razão de prevalência de sintomas de depressão. Outros estudos também têm demonstrado essa associação entre qualidade do sono e saúde mental entre universitários (FERNANDES, *et al.*, 2018, MICHAELI *et al.*, 2022). Portanto, a falta de atividade de lazer, de relacionamentos e repouso são fatores que influenciam negativamente na qualidade de vida dos universitários.

A classe medicamentosa mais consumida pelos entrevistados foram os antidepressivos, sendo 18,1% antes e 14,6% durante a pandemia. Esses dados, quando comparados a outros estudos, apresentaram uma frequência menor. Um trabalho realizado entre agosto e setembro de 2020, observou a prevalência de uso de psicotrópicos entre os participantes de 80,0% antes da pandemia, sendo que 17,5% iniciaram o uso no início da pandemia, com uma prevalência de uso de antidepressivos de 64% (KANTORSKI *et al.*, 2019). Esses resultados mostram a importância de medidas de educação em saúde e uso racional de medicamentos junto à população universitária. O presente trabalho também observou uma redução nos acompanhamentos com psicólogos e psiquiatras durante a pandemia, fato que pode ter contribuído para o aumento dos sintomas depressivos. Importante lembrar que no cenário pandêmico, houve a necessidade dos profissionais de saúde se reinventarem (teleconsultas) para um novo modelo de atendimento. Isso exigiu uma adaptação dos pacientes e dos profissionais (ALMEIDA *et al.*, 2021). Portanto, fatores como o medo, o autoisolamento e distanciamento físico contribuíram

para o aumento da prevalência dos sintomas sugestivos de depressão no período pandêmico (HOLMES *et al.*, 2020).

Sendo assim, o presente estudo revela que no meio acadêmico, deve haver uma preocupação com a saúde mental da população, investindo em políticas e programas voltados para a temática, especialmente agora, no período pós-pandemia, já que houve um acréscimo considerável na prevalência de sintomas depressivos dentro da universidade.

Entre as limitações do estudo, destacamos a baixa participação dos servidores, fato que prejudicou algumas análises por subpopulação. Sugere-se, portanto, a elaboração de estudos com essa temática dentre as categorias de servidores técnicos administrativos e docentes das IES, visto que na literatura esses estudos são incipientes.

CONCLUSÃO

Os dados indicam um aumento dos sintomas depressivos entre os estudantes universitários durante a

pandemia da COVID-19. Foram identificados alguns fatores associados, sendo que o sexo feminino e o tabagismo aumentaram a prevalência dos sintomas depressivos, enquanto a prática de atividades de lazer e/ou integrativas, a qualidade do sono e a idade atuaram como fatores protetores contra esses sintomas. Esses resultados ressaltam a importância de monitorar a saúde mental no ambiente universitário, especialmente durante períodos desafiadores como a pandemia da COVID-19. É necessário buscar políticas de prevenção relacionadas à saúde mental e implementar estratégias de enfrentamento positivas no meio acadêmico.

AGRADECIMENTOS

Agradecimentos à Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico Tecnológico (CNPQ) pela bolsa de Iniciação Científica concedida.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R. S. *et al.* descrição do processo de adaptação de consultas presenciais para teleconsultas no ambulatório de cuidado farmacêutico da farmácia escola da Universidade Federal da Paraíba. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 1, p. 5895-5907, jan. 2021.

AMARAL-PRADO, H. F. The impact of confinement in the psychosocial behavior due COVID-19 among members of a Brazilian university. **International journal of social Psychiatry**, v. 67, n. 6. P. 720-727. 2020.

ANIBAL, C; ROMANO, L. H. Relações entre atividade física e depressão: estudo de revisão. **Revista Saúde em Foco**, n. 9, p. 190-199, 2017.

ARAÚJO, L. F. S. C. de; MACHADO, D. B. Impacto do Covid-19 na saúde mental em um país de baixa e média renda. **Ciências e Saúde Coletiva**, Salvador, v. 25, p. 2457-2460, 2020.

BARROS, M. B. A. *et al.* Depression and health behaviors in Brazilian adults-PNS 2013. **Revista Saúde Pública**, v. 51, n. 1, p. 1-9, 2017.

BARROS, A. O. *et al.* Afastamento do trabalho por depressão em docentes da rede pública. **Revista Debates em Psiquiatria**, p. 1-17, jan. / fev. 2019.

BECK, A. T. Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: twenty-five years of evolution. **Clinical Psychology Review**, v.8, p. 77-100, 1988.

BITTAR, D; KOHLSDORF, M. Ansiedade e depressão em mulheres vítimas de violência doméstica. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 31, n. 74, p. 447-456, 2013.

BRANDÃO, B. A. C; BEZERRA, T. T. **Depressão em universitários: uma revisão integrativa**. São Paulo, 2021. 25 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia curso de Psicologia). Universidade São Judas Tadeu.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental. Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão. Brasília, 2022.

CALDAS, F. B. *et al.* Saúde mental e trabalho na Universidade Pública: uma revisão sistemática. **Revista de Psicologia**, v. 13, n. 1, p. 81-96, jan. / jun. 2022.

- DIBBERN, T. *et al.* Predictive variables or feelings of sadness and depression while working remotely in Brazil during the COVID-19 pandemic. **Work**, v. 72, n. 2, p. 421-429, 2022.
- FERNANDES, M. A. *et al.* Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, n. 5, p. 2169-2175, 2018.
- FONSECA A; CANAVARRO, M. C. Depressão Pós-Parto. Porto Alegre: Artmed Panamericana, 2017. p. 111–164.
- FREITAS, F. V. *et al.* Psychosocial stress and central adiposity: A Brazilian study with a representative sample of the public health system users. **Plos One**, v. 13, n. 7, p. 1-14, 2018.
- FREITAS, R. S. *et al.* Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 4, p. 283-292, 2021.
- GORESTEIN, C; ANDRADE, L. Inventário de depressão de Beck: propriedades psicométricas da versão em português. **Revista Psiquiatria Clínica**, p. 245-250, 1998.
- HOLMES, E. A. *et al.* Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. **Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 6, p. 547-560, abr. 2020.
- JUSTO, L. P; CALIL, H. M. Depressão – o mesmo acometimento para homens e mulheres? **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 33, n. 2, p. 74-79, 2006.
- KANTORSKI, L. P. *et al.* Psicotrópicos: uso por estudantes universitários antes e durante a pandemia de doença por coronavírus 2019. **Journal of Nursing and Health**, v. 12, n. 3, p. 1-12, out. 2022.
- KENDALL, P. C. *et al.* Issues and recommendatios regarding use of the Beck Depression Inventory. **Cognitive Therapy and Research**, v. 11, p. 89-299, 1987.
- LEÃO, A. M. *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde e um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.
- LOPES, A. R; NIHEI, O. K. Depression, anxiety and stress symptoms in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: Predictors and association with life satisfaction, psychological well-being and coping strategies. **Plos One**, v. 16, n. 10, p. 1-22, 2021.
- MAIA, B. R; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, Campinas, p. 1-8, 2020.
- MEDA N. *et al.* Students' mental health problems before, during, and after COVID-19 lockdown in Italy. **J Psychiatr Res**, v. 134 p. 69-77, 2021
- MENDES, T. B. *et al.* Physical activity and symptoms of anxiety and depression among medical students during a pandemic. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 27, n. 6, p. 582-587, 2021.
- MICHAELI, D. *et al.* Medical education and mental health during COVID-19: a survey across 9 countries. **International Journal of Medical Education**, v. 13, p. 35-46, 2022.
- OMS – ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Depressão [Internet]. Geneva. 2021.
- PELÚCIO, L. *et al.* Depression and anxiety among online learning students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional survey in Rio de Janeiro, Brazil. **BMC Psychology**, p. 3-8, 2022.
- PNS – PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE (2019). Informações sobre domicílios, acesso e utilização dos serviços de saúde: Brasil, grandes regiões e unidades da Federação. IBGE, coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro, p. 85, 2020.
- ROMEIRO, A. M. S. *et al.* Sintomas de ansiedade e depressão em acadêmicos no início da pandemia no Brasil. **Saúde Coletiva**, v. 12, n. 75 p. 10077-1082, 2022.
- SANTOMAURO, D. F. *et al.* Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204

countries and territories in 2020 due the COVID-19 pandemic. **The Lancet**, v. 398, p. 1700-1712, 2021.

SKOVLUND, C. W. *et al.* Association of hormonal contraception with depression. **JAMA Psychiatry**, v. 73, n. 11, p. 1154-1162, nov. 2016.

SILVA, T. R. da; CARVALHO, E. A. Depressão em professores universitários: uma revisão da literature brasileira. **Uningá Review**, v. 28, n. 1, p. 113-113, out / dez. 2016.

SOUZA, D. C. de. **Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social**. Uberaba, 2017. 90 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade Federal do Triângulo Mineiro.

STEER, R. A *et al.* Relationship between the Beck Depression Inventory and the Hamilton Rating Scale for depression in depressed outpatients. **Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment**, v. 9, p. 327-339, 1987.