

ANXIETY AND DEPRESSION, MEDICAMENTARY FOOD PATTERN OF UNIFENAS DENTISTRY ACADEMICS, DIVINÓPOLIS: PARTIAL RESULTS



ANSIEDADE E DEPRESSÃO, PADRÃO ALIMENTAR MEDICAMENTOSO DE ACADÊMICOS DE ODONTOLOGIA DA UNIFENAS, DIVINÓPOLIS: RESULTADOS PARCIAIS

MAIA, Ana Luíza Nascimento; SILVA, Bárbara Luiza da; RIBEIRO, Luís Felipe França; KASTELIC, Deise Rodrigues Alves; LIMA, Jonathan Leão de Souza; SILVA, Jéssica Aparecida da; PARDINI, Daniel Sousa; TONELLI, Stéphanie Quadros

 **Ana Luíza Nascimento Maia**, UNIFENAS, Brasil

 **Bárbara Luiza da Silva**, UNIFENAS, Brasil

 **Luís Felipe França Ribeiro**, UNIFENAS, Brasil

 **Deise Rodrigues Alves Kastelic**, UNIFENAS, Brasil

 **Jonathan Leão de Souza Lima**, UNIFENAS, Brasil

 **Jéssica Aparecida da Silva**, UNIFENAS, Brasil

 **Daniel Sousa Pardini**, UNIFENAS, Brasil

 **Stéphanie Quadros Tonelli**, UNIFENAS, Brasil

Revista Científica da UNIFENAS
Universidade Professor Edson Antônio Velano, Brasil
ISSN: 2596-3481
Publicação: Mensal
vol. 6, nº. 6, 2024
revista@unifenas.br

Recebido: 12/09/2024
Aceito: 13/09/2024
Publicado: 19/09/2024

URL:
<https://revistas.unifenas.br/index.php/revistaunifenas/article/view/1105>

DOI: [10.29327/2385054.6.6-12](https://doi.org/10.29327/2385054.6.6-12)

ABSTRACT: Anxiety and depression are disorders that are related to each other. However, they have different causes, symptoms, and treatments. Both cause individuals to behave in a way that disrupts their routine, resulting in various social, professional, and relationship problems. University students have associated risk factors for these conditions. In this context, this study aimed to evaluate the occurrence of anxiety and depression among Dentistry students at UNIFENAS, Divinópolis, and to understand their food consumption patterns and medication use. All students regularly enrolled in the Undergraduate Course in Dentistry at UNIFENAS, Divinópolis, were included in the study. To participate in the research, students received information and consented to their voluntary participation by signing the Free and Informed Consent Form. Data collection was done through a questionnaire, sent by email/WhatsApp to students via Google Forms.

KEYWORDS: Anxiety. Depression. Food consumption pattern. Use of medications. Students.

RESUMO: Ansiedade e depressão são transtornos que possuem relação entre si. Mas que possuem causas, sintomas e tratamentos diferentes. Ambas fazem com que o indivíduo tenha comportamentos que atrapalhem a sua rotina, acarretando diversos prejuízos no âmbito social, profissional e em relacionamentos de forma geral. Alunos em universidade apresentam fatores de risco associados para essas condições. Neste contexto, esse estudo teve por objetivo avaliar a ocorrência de ansiedade e depressão entre os acadêmicos de Odontologia da UNIFENAS, Divinópolis e conhecer o padrão de consumo alimentar, além do uso de medicamentos por eles. Foram incluídos no estudo todos os acadêmicos matriculados regularmente no Curso de Graduação em Odontologia da UNIFENAS, Divinópolis. Para participação na pesquisa o estudante recebeu informações e consentiu com sua participação voluntária, através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A coleta dos dados foi feita por meio da aplicação de um questionário, enviado por e-mail/Whatsapp

para os estudantes via Google Forms.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. Depressão. Padrão de consumo alimentar. Uso de medicamentos. Alunos.

1 INTRODUÇÃO

Ansiedade e depressão são transtornos que possuem relação entre si. Mas que possuem causas, sintomas e tratamentos diferentes. Cada transtorno tem seus próprios aspectos, e que geralmente são opostos. Porém, uma única pessoa pode vir a ter os dois problemas. Ambas fazem com que o indivíduo tenha comportamentos que atrapalhem a sua rotina, acarretando diversos prejuízos no âmbito social, profissional e em relacionamentos de forma geral [1].

A ansiedade pode se referir a um sentimento de inquietação, medo, nervosismo ou preocupação diante de alguma situação. De modo geral, todos sentimos ansiedade em determinados momentos da vida. Por exemplo, quando passamos por alguma avaliação no colégio/universidade ou ao participar de uma entrevista de emprego. Entretanto, em certas pessoas, esse sentimento se torna mais intenso e persistente [1]. A depressão, por sua vez, pode ser desencadeada por fatores internos, que estão relacionados com a própria pessoa, ou externos, sobre os quais, o indivíduo não tem controle. Assim, a depressão corresponde a um conjunto de fatores genéticos, biológicos, ambientais e psicológicos, podendo ser notado, também, o desequilíbrio nos níveis de neurotransmissores, principalmente serotonina, dopamina e noradrenalina [1].

Um estudo que avaliou universitários no período pandêmico revelou níveis significativamente mais elevados de depressão, ansiedade e estresse comparativamente aos que integraram o estudo no período pré-pandêmico. Os resultados dessa pesquisa sugerem um impacto psicológico negativo da pandemia nos estudantes que podem culminar em episódios de ansiedade e depressão [1]. Além dos fatores supracitados, sabe-se que a alimentação pode representar um impacto positivo ou negativo na qualidade de vida da população. É notório que pessoas em meio acadêmico crescem em questões de responsabilidades abruptamente ao ingressar. Essa falta de tempo gerada pela necessidade de adaptação repentina gera uma carga de stress. Todos os pontos anteriores podem apontar para mudanças nos hábitos alimentares [2,3]

Priorizar a alimentação saudável não se trata apenas da ingestão dos alimentos, mas também de como cada alimento afeta seu desempenho, saúde e bem-estar a longo prazo. Sem os nutrientes certos, muitas das nossas reações químicas e

biológicas deixam de acontecer como deveriam. Através disso, pode-se observar que a reação do organismo ao consumirmos os alimentos estão diretamente relacionadas às nossas emoções e os processos cognitivos. A má alimentação influencia nosso humor, o que dificulta o relacionamento com outras pessoas [4].

Pode-se listar inúmeros benefícios que uma alimentação saudável pode proporcionar para o nosso corpo. Dentre eles: saúde mental, disposição, bem-estar, qualidade de vida, melhoria da memória, fortalecimento do sistema imunológico, entre outros. Além disso, podemos prevenir e tratar diversas doenças, como ansiedade, depressão, câncer, problemas cardiovasculares, colesterol, obesidade, gastrite, entre outros [4].

Neste contexto, o objetivo desse estudo foi avaliar a ocorrência de ansiedade e depressão entre os acadêmicos de Odontologia da UNIFENAS, Divinópolis e conhecer o padrão de consumo alimentar, além do uso de medicamentos por eles, apresentando os resultados iniciais parciais da pesquisa.

2 METODOLOGIA

O presente estudo foi aprovado previamente em Comitê de ética em Pesquisa da UNIFENAS (CAAE: 57408422.7.0000.5143, nº do parecer: 5.488.770/2023).

Primeiramente foi realizada uma revisão de literatura para melhor compreensão do tema. A busca dos artigos foi realizada no Google Scholar, em que foram selecionados 15 artigos. Nesses artigos foram observadas a prevalência e incidência da ansiedade e depressão em estudantes da área da saúde e da população em geral.

Num segundo momento, um questionário foi enviado por e-mail/Whatsapp a todos os acadêmicos matriculados regularmente no Curso de Graduação em Odontologia da UNIFENAS Divinópolis. Para participação na pesquisa o estudante consentiu com sua participação, através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice I). Sessenta acadêmicos foram incluídos no estudo e responderam ao questionário. Os dados foram tabulados e apresentados de forma descritiva em gráficos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos foram catalogados na tabela 1.

ANSIEDADE E DEPRESSÃO, PADRÃO ALIMENTAR MEDICAMENTOSO DE ACADÊMICOS DE ODONTOLOGIA DA UNIFENAS, DIVINÓPOLIS: RESULTADOS PARCIAIS

Tabela 1 - Revisão de literatura

Título	Autor e ano de publicação	Tipo de Estudo	Objetivo	Principais Resultados
1. Prevalência de depressão nos acadêmicos da área de saúde	Lima SO, Lima AMS, Barros ES, Varjão RL, Santos VF dos, Varjão LL, et al. (2019)	Qualitativo/ quantitativo.	Se propõe a analisar os diferentes graus de depressão nos cursos da área da saúde e correlacionar esse transtorno ao gênero e a idade.	Participaram do estudo alunos matriculados em medicina, enfermagem e odontologia, fizeram parte do estudo 383 acadêmicos com maior prevalência de mulheres, ambos cursos a média de idade de 28 anos. A prevalência de depressão entre os acadêmicos foi de 62,92%. Entre medicina, enfermagem e odontologia, a prevalência maior de depressão foi no curso de enfermagem, prevalecendo a faixa etária de 26 aos 33 anos entre eles.
2. Prevalência de depressão em acadêmicos de saúde e fatores associados.	dos Santos NM, Santana M da S, Faustino MV dos S, Fernandes FECV, dos Santos RLP (2021)	Quantitativa, descritiva e analítica.	Investigar a relação e depressão entre acadêmicos de saúde e testar associação com hábitos de vida.	Participaram do estudo alunos matriculados em enfermagem, fisioterapia e nutrição, a amostra foi constituída por 224 acadêmicos, com prevalência do sexo feminino, com estado civil solteiro e gênero heterossexual, ambos cursos com idade média de 21,4 anos, prevaleceu a renda familiar de dois a três salários mínimos, a maioria dos acadêmicos praticam atividades físicas, tem religião e moram com familiares. Acadêmicos do sexo feminino apresentaram maior prevalência de depressão, prevaleceu ruim o sono dos estudantes e consideraram sua saúde regular. Todos os acadêmicos apresentaram depressão, com maior prevalência depressão leve a moderada.
3. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico.	Silveira GE, Viana LG, SENA MM, Alencar MM, Soares PR, Aquino PS, et al. (2022)	Transversal	Identificar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão e verificar os fatores sociodemográficos, acadêmicos e de saúde associados à ocorrência desses	Participaram do estudo matriculados em enfermagem, a amostra foi constituída por 205 acadêmicos, com prevalência do sexo feminino. O perfil dos acadêmicos com relação a idade são de 17 a 47 anos, sendo a maioria de 20 à 24 anos, a prevalência do estado civil foi solteira, o gênero prevalente foi heterossexual, a maioria possui religião, prevaleceu a renda familiar de dois salários mínimos e
			em estudantes.	a maioria afirmou não possuir emprego. As variáveis acadêmicas, a maioria não trancou a matrícula e não reprovaram durante o curso, afirmaram gostar do curso, mas não possuir tempo para estudar. As variáveis da saúde apresentaram prevalência de possuir tempo disponível para lazer, e os hábitos de vida a maioria negou para uso de drogas lícitas. Houve prevalência de ansiedade moderada e grave e prevalência de depressão nível mínimo e moderado.
4. Saudades de casa: Indicativos de Depressão, Ansiedade, Qualidade de Vida e Adaptação de estudantes Universitários	Vizzotto MM, Jesus SM de, Martins AC. (2017)	Descritivo, transversal	Avaliar a prevalência de ansiedade, stress e depressão em estudantes universitários, correlacionando com a mudança de moradia para estudar.	Participaram do estudo alunos de diversos cursos (psicologia, administração, ciências sociais, gerontologia, ciências biomédicas, e engenharias), a amostra foi constituída por 238 universitários e desses 128 eram do sexo feminino e 70 do sexo masculino, sendo a idade média de 22,4 anos. A prevalência foi maior entre universitários solteiros, observou-se que os homens tinham renda mensal maior que as mulheres, em relação à residência dos estudantes 72% moram longe de casa para estudar. O bem-estar das mulheres apresentaram maiores, qualidade de sono melhor, são mais motivadas para as tarefas acadêmicas, liam mais matérias escolares e tinham maior frequência às aulas. Os homens apresentam maiores indicativos de depressão, mas não há diferença significativa em relação ao stress e ansiedade, sendo mais frequente a ansiedade, depressão e stress em acadêmicos que se mudaram de casa para estudar.
5. Levantamento da Situação de Saúde Mental e	Carvalho M, Junqueira L, Cerdeira C.	Descritivo, transversal, quantitativo.	O objetivo deste estudo foi avaliar através de um	Participaram do estudo alunos do curso de odontologia, a amostra foi constituída por 178 graduandos, com predomínio do

uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos do curso de odontologia de uma universidade do sul de Minas Gerais.	Costa A, Santos G. (2017)		questionário a situação de saúde mental (depressão e ansiedade), análises sociodemográficas e o uso de ansiolíticos e antidepressivos pelos acadêmicos.	sexo feminino, com relação a faixa etária, o maior percentual foi encontrado no intervalo de 17 a 22 anos, e idade média de 21,6 anos. Predominou o estado civil solteiro, quanto as religiões a maioria eram católicas. A ocorrência de sintomas de ansiedade foi de 50% dos estudantes, sendo mais prevalente nas mulheres, em relação a depressão teve percentual maior em homens. Acadêmicos que utilizam ou já utilizaram antidepressivos foram 17 alunos. Observou-se que cerca de 8 a 15% dos acadêmicos apresentam algum tipo de transtorno durante sua formação.
6. Consumo de formulações emagrecedoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos da saúde.	Silva GA da, Ximenes RCC, Pinto TCC, Cintra JD de S, Santos AV dos, Nascimento VS do (2018)	Transversal.	Avaliar o consumo de formulações emagrecedoras e sua possível associação com o risco de transtornos alimentares (TAs) em universitários de cursos de saúde de diversos níveis socioeconômicos.	A amostra do estudo foi de 276 acadêmicos, com prevalência do sexo feminino, a idade dos estudantes variou entre 18 e 36 anos, com média de 20,8. Participaram alunos do curso de educação física, enfermagem, nutrição e ciências biológicas. No que se refere ao nível socioeconômico prevaleceu a classe D. Foi observado 21 universitários com presença do risco para TA, 4,4% obtiveram presença de comportamento alimentar compulsivo, 6,2% expressaram gravidade significativa, a frequência de consumo de medicamentos para emagrecer entre os acadêmicos foi de 7,2%. Verificou-se que 14 estudantes consumiam apenas uma medicação e 6 consumiam 2 ou mais. Aproximadamente 16% dos acadêmicos relatam consumo de medicamentos para emagrecer, com maior frequência a classe socioeconômica C, observou-se que os acadêmicos matriculados em enfermagem apresentaram maior frequência de uso de medicamentos, também foram observadas maiores frequências de 58,8% do consumo de
				medicações e alimentação compulsiva entre os acadêmicos.
7. Prática da automedicação entre acadêmicos do curso de enfermagem de uma instituição de ensino superior.	Santos T, Almeida M, Pessoa E, Pessoa N, Siqueira H, Silva J, Silva F, Miranda N, Rodrigues A, Silva A, Pessoa G, Sousa F. (2018)		Trata-se de uma pesquisa de campo, descritivo, quantitativo.	Foi caracterizar a prática da automedicação entre acadêmicos de enfermagem de uma instituição de ensino superior. Participaram do estudo alunos do curso de enfermagem, a amostra foi de 240 acadêmicos, quanto a faixa etária, o estudo revelou maior prevalência de acadêmicos entre 21 e 30 anos. A prevalência maior de estudantes do estado civil era solteira, em relação a renda familiar predominou entre 1 e 2 salários-mínimos. Em relação a prática da automedicação, a pesquisa revelou 91,3% afirmaram realizar automedicação, observou-se que 123 alunos que se automedicam com frequência, 50 referem fazer uso mais frequente e 48 referem fazer uso raramente.
8. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde.	Kessler AL, Poll FA. (2018)	Descritivo, transversal e quantitativo.	Avaliar a relação entre a insatisfação da imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e o estado nutricional em universitárias da área da saúde.	Participaram do estudo 225 acadêmicas de oito cursos da área da saúde, sendo: educação física, enfermagem, farmácia, fisioterapia, graduação tecnológica em estética e cosmética, medicina, nutrição e odontologia. As idades variam entre 18 e 48 anos, com média de 22,65 anos. Constatou-se que 51,1% das universitárias tiveram algum grau de insatisfação corporal, a prevalência de atitudes indicativas de transtornos alimentares foi de 21,8%, ao relacionar essas duas questões, percebe-se que 87,75% das universitárias também apresentam algum grau de insatisfação corporal.
9. Ansiedade em ambiente acadêmico: avaliação da sintomatologia de transtornos de ansiedade e do	Lopes MS, del Olmo Sato M, Sato RMS. (2019)	Analtico, observacional.	O objetivo desta pesquisa foi investigar a existência do consumo de medicamentos com atividade	A amostra do estudo foi de 112 acadêmicos (homens e mulheres), com a faixa etária de 18 a 55 anos. Constatou-se que 96 alunos apresentaram sintomatologia do transtorno de ansiedade (80%), observou-se que o sexo feminino demonstrou resultados mais

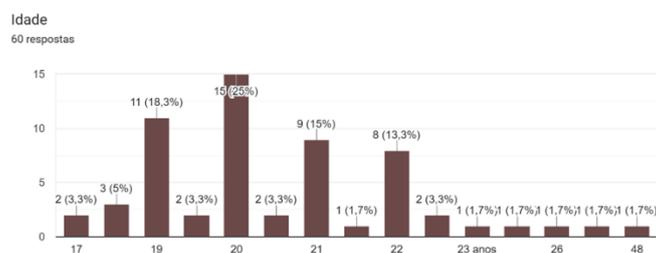
consumo de medicamentos entre estudantes de um centro universitário de Curitiba.			ansiolítica ou administrados em virtude de quadros de ansiedade – clinicamente diagnosticados ou não, bem como avaliar o grau de ansiedade de alunos do primeiro ao último período do curso de farmácia.	expressivos. Em relação a idade que tem mais prevalência de ansiedade grave, está entre 15 e 20 anos. Os períodos que apresentaram maior índice de ansiedade grave foram o quarto e o sétimo período. Em relação a prática de consumo de medicamentos, 18% já consumiram medicamentos por motivos acadêmicos, 38% já usaram estimulantes, 37,5% são usuários de fitoterápicos e 37,5% de antidepressivos, 24% disseram que fazem consumo de ansiolíticos. Os acadêmicos relataram que em período de estresse, como semana de provas, o consumo é maior.
10. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde.	Canali P, Fin TC, Hartmann V, Gris C, Alves ALS. (2022)	Transversal.	Investigar a prevalência de transtornos alimentares associado ao distúrbio de imagem corporal em universitários da área da saúde.	A amostra do estudo foi de 125 acadêmicos, com maior prevalência de mulheres. Em relação a insatisfação corporal 49,8% se veem abaixo do peso e 75,4% gostariam de estar com baixo peso e 51,6% estão insatisfeitos por excesso de peso. Em relação ao transtorno alimentar, 31% dos estudantes apresentaram risco para desenvolver TA. Ao relacionar TA com insatisfação corporal, observa-se que a prevalência de insatisfação por excesso de peso foi maior entre os acadêmicos com risco nutricional.
11. Qualidade de vida acadêmica: sono e o uso de medicamentos.	Matias AGC, Chaves HN, Pereira AO, Marques ASRV, Araújo DMP, Fonseca MA. (2021)	Descritivo, transversal.	Descrever sobre a qualidade de vida e sua interface com a satisfação com o sono e uso múltiplo de medicamentos entre os universitários.	Participaram do estudo alunos matriculados em medicina, psicologia, biotecnologia, ciências biológicas, farmácia e enfermagem, a amostra foi de 239 acadêmicos, a maioria foi mulheres (66,1%). A percepção da qualidade de vida como ruim foi relatada por 94 estudantes, e quase metade dos estudantes relataram alguma insatisfação relacionada ao sono (48,8%), os acadêmicos que consumiam medicamentos simultâneos foram 59

12. Estudo sobre aspectos do comportamento alimentar nos acadêmicos de instituição privada em Teresina-PI.	Lira SM, Paixão YN, Lima CLS, Holanda MO, Costa JTG, Barboza AAA, Coelho LC, Canabrava N do V. (2020)	Descritivo, transversal, observacional, quantitativo.	Analisar os dados obtidos para que houvesse a discussão sobre a influência do contexto comportamental no hábito alimentar e a variável comportamental que mais influenciam os acadêmicos e a relação dos comportamentos de restrição cognitiva, alimentação emocional e descontrole alimentar entre si com os parâmetros antropométricos.	Participaram do estudo estudantes do curso de direito, fisioterapia, medicina, nutrição, engenharia, odontologia, educação física, arquitetura, administrativa, radiologia, mestrandos, a amostra do estudo foi de 385 acadêmicos, com a média de idade de 25,65 anos, sendo 69,35% do total do sexo feminino. Em relação ao transtorno alimentar, verificou-se que a prevalência foi de 59,01%, com relação a porcentagem da avaliação cognitiva em acadêmicos, verificou-se que 45,45% dos estudantes se avaliaram com baixa restrição cognitiva.
13. Sinais e sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem: revisão de literatura	Oliveira N, Rocha A, Paz C, Pereira M, Brasileiro A. (2022)	Revisão da literatura, descritivo, quantitativo.	O estudo teve como objetivo realizar uma revisão de literatura sobre os sinais e sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem.	Foram encontrados 1.761 estudos, apenas 07 artigos compuseram a amostra final da revisão do presente estudo, estes foram organizados em uma tabela.
14. Consumo de fast food entre acadêmicos de medicina.	Tuni D, Schenatto L, Lutinski J. (2021)	Estudo quantitativo, qualitativo, transversal, descritivo.	O objetivo foi avaliar o perfil nutricional dos acadêmicos quanto ao consumo de fast food.	A amostra do estudo foram 50 estudantes que consomem fast food, observou-se uma maior porcentagem do sexo feminino, matriculados no terceiro período. Os alimentos mais frequentes relatados foram a pizza, batata frita, sanduíche e macarrão instantâneo. A

15. O uso de psicoestimulantes do tipo metilfenidato entre acadêmicos de uma instituição superior de ensino de Minas Gerais.	Silva LS, Brito Caldeira T. (2020)	Estudo descritivo, transversal.	Investigar a prevalência do uso de psicoestimulantes entre acadêmicos de uma instituição de ensino superior da região da Zona da Mata de Minas Gerais, avaliando as motivações para o uso, formas de consumo e aquisição e os efeitos sentidos pós consumo.	prevalência de frequência de consumo do fast food ocorre duas vezes por mês (32%), em relação às razões que levam os acadêmicos a consumirem fast food, predominou respostas de agrado ao paladar, rapidez e praticidade, falta de tempo. Foram analisados 280 questionários, participaram alunos matriculados em administração, ciências contábeis, direito, enfermagem, farmácia, fisioterapia e medicina. Observou-se que estudantes de medicina moram com amigos e os demais cursos moram com a família. Os estudantes de fisioterapia consideram que o uso de psicoestimulantes faz mal à saúde, e para a maioria dos alunos dos demais cursos o uso faz mal à saúde. Ressalta-se que para 21,6% dos estudantes de medicina o uso não faz mal. Foram questionados se conhecem algum estudante que faz uso de psicoestimulantes, 81,2% dos estudantes de ciências contábeis, 98% de medicina, 50% de farmácia, afirmam ter conhecimento sobre alunos que usam psicoestimulantes.
--	------------------------------------	---------------------------------	---	---

A idade dos participantes pode ser analisada através do gráfico 1.

Gráfico 1 - Idade dos participantes



Os resultados parciais coletados no estudo por meio da aplicação do questionário respondido por 60 acadêmicos foram descritos na tabela 2.

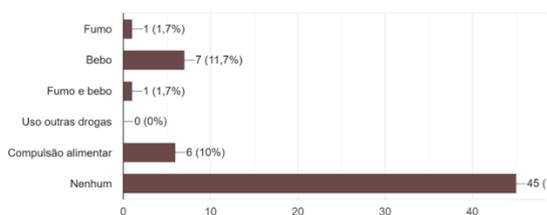
Tabela 1 - Resultado do questionário

Questionário	n (%)
Humor triste ou deprimido	
Nem um pouco	18,3%
Às vezes	
Frequentemente	65%
A maior parte do tempo	15%
	1,7%
Fugindo ou evitando as pessoas	
Nem um pouco	30%
Às vezes	53,3%
Frequentemente	10%
A maior parte do tempo	6,7%
Dificuldade para se concentrar	
Nem um pouco	10%
Às vezes	63,3%
Frequentemente	15%
A maior parte do tempo	11,7%
Pensamentos suicidas	
Nem um pouco	88,3%
Às vezes	11,7%
Frequentemente	-
A maior parte do tempo	-
Pensar num plano suicida	
Nem um pouco	91,7%
Às vezes	
Frequentemente	8,3%
A maior parte do tempo	-
	-
Baixa autoestima	
Nem um pouco	28,3%
Às vezes	45%
Frequentemente	18,3%
A maior parte do tempo	8,3%
Cansaço ou perda de energia	
Nem um pouco	10%
Às vezes	56,7%
Frequentemente	25%
A maior parte do tempo	8,3%
Nervosismo	
Nem um pouco	11,7%
Às vezes	40%
Frequentemente	38,3%
A maior parte do tempo	10%
Vendo-se incapaz de lidar com as dificuldades	
Nem um pouco	35%
Às vezes	43,3%
Frequentemente	18,3%
A maior parte do tempo	3,4%
Faz acompanhamento com psicólogo	
Sim	11,7%
Não	45%
Já fiz anteriormente	28,3%
Nunca fiz	15%
Faz uso de medicamentos controlados	
Sim	13,3%
Não	76,7%
Já fiz anteriormente	10%
Seu consumo de carboidrato aumentou após ingressar na faculdade	
Sim	48,3%
Não	36,7%
Talvez	15%

Ao serem questionados sobre vícios, o resultado obtido foi destacado no gráfico 2.

Gráfico 2 – Vícios

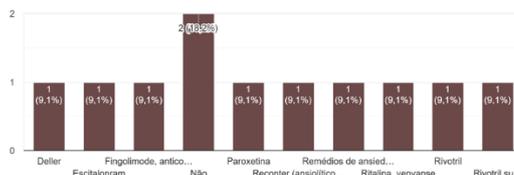
Possui algum vício? (fumar, bebida alcoólicas)
60 respostas



Já em relação ao uso de medicação controlada, os resultados foram organizados no gráfico 3.

Gráfico 3 – Medicação controlada

Se faz uso de medicação controlada, qual?
11 respostas



4 CONCLUSÃO

A partir dos resultados, observou-se a necessidade de apoio psicológico, em especial, aos acadêmicos da área da saúde. Os transtornos alimentares podem estar associados a depressão, tendo o risco de suicídio, sugere-se a investigação dos acadêmicos com transtornos alimentares, a fim da minimização dos riscos. O consumo de medicamentos entre acadêmicos relatado é considerável, além da prática da automedicação e do uso incorreto dos medicamentos. Neste sentido, pretende-se propor programas para conscientização quanto à alimentação e hábitos saudáveis e uso consciente de medicações. Além de estabelecer estratégias para redução da prevalência de ansiedade e depressão, utilizando-se dos dispositivos próprios dos cursos (Educação Física, por exemplo) a fim de melhorar a qualidade de vida acadêmica.

REFERÊNCIAS

- [1] BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, p. e2020427, 2020.
- [2] ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Classificação de doenças e problemas relacionados à Saúde. São Paulo: Centro Colaborador da OMS para Classificação de Doenças em Português; 1993.
- [3] Kovalesski DF, Bressan A. A Síndrome de Burnout em profissionais de saúde. *Rev Saúde Transf Social*. 2012;3(2).
- [4] Lucietto DA, Prass MM, Casani E, Sagaz SM. Alimentos e bebidas consumidos por estudantes de odontologia: subsídios para a construção de estratégias de promoção à alimentação saudável. *Cinergis*. 2016;17(3):219-225
- CANALI, Paula et al. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 15, n. 93, p. 244-250, 2021.
- [5] Lima SO, Lima AMS, Barros ES, Varjão RL, Santos VF dos, Varjão LL, et al.. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. *Psicol cienc prof [Internet]*. 2019;39:e187530. Available from: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>
- [6] dos Santos NM, Santana M da S, Faustino MV dos S,

Fernandes FECV, dos Santos RLP. Prevalência de depressão em acadêmicos de saúde e fatores associados / Prevalence of depression in health academic and associated factors. *Braz. J. Develop.* [Internet]. 2021 Jan. 20;7(1):7644-57. Available from:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/23493>

[7] Silveira GE, Viana LG, Sena MM, Alencar MM, Soares PR, Aquino PS, et al. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. *Acta Paul Enferm.* 2022;35:eAPE00976.

[8] Vizzotto MM, Jesus SN de, Martins AC. Saudades de Casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *PSSA* [Internet]. 27º de abril de;9(1). Disponível em: <https://pssaucdb.emnuvens.com.br/pssa/article/view/469>

[9] Carvalho M, Junqueira L, Cerdeira C, Costa A, Santos G. Levantamento da situação de saúde mental e uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos do curso de odontologia de uma universidade do sul de Minas Gerais. *Rev Univ Vale Rio Verde.* 2017;15(1):489-496. doi: 10.5892/ruvrd.v15i1.2772.

[10] Silva GA da, Ximenes RCC, Pinto TCC, Cintra JD de S, Santos AV dos, Nascimento VS do. Consumo de formulações emagrededoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos de saúde. *J bras psiquiatr* [Internet]. 2018Oct;67(4):239-46. Available from: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000211>

[11] Santos T, Almeida M, Pessoa E, Pessoa N, Siqueira H, Silva J, Silva F, Miranda N, Rodrigues A, Silva A, Pessoa G, Sousa F. Prática da automedicação entre acadêmicos do curso de enfermagem de uma instituição de ensino superior. *Scientia Plena.* 2018;14:10.14808/sci.plena.2018.076501.

[12] Kessler AL, Poll FA. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. *J bras psiquiatr* [Internet]. 2018Jan;67(2):118-25. Available from: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000194>

[13] Lopes MS, del Olmo Sato M, Sato RMS. Ansiedade em ambiente acadêmico: avaliação da sintomatologia de transtornos de ansiedade e do consumo de medicamentos entre estudantes de um centro universitário de Curitiba. *Rev Uniandrade.* 2019;20(2):69-73.

[14] Canali P, Fin TC, Hartmann V, Gris C, Alves ALS. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. *RBONE* [Internet]. 29º de março de 2022 [citado 11º de setembro de 2024];15(93):244-50. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1672>

[15] Matias AGC, Chaves HN, Pereira AO, Marques ASRV, Araújo DMP, Fonseca MA. Qualidade de vida acadêmica: sono e uso de múltiplos medicamentos. *Bionorte.* 2021;10(1):118-126.

[16] Lira SM, Paixão YN, Lima CLS, Holanda MO, Costa JTG, Barboza AAA, Coelho LC, Canabrava N do V. Comportamento alimentar em estudantes da saúde na cidade de Quixadá, CE/ Food Behavior in health students in the city of Quixadá, CE. *Braz. J. Hea. Rev.* [Internet]. 2020 May 21 [cited 2024 Sep. 12];3(3):4864-75. Available from: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/10407>

[17] Oliveira N, Rocha A, Paz C, Pereira M, Brasileiro A. Sinais e sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem: revisão de literatura. *Research Soc Dev.* 2022;11:e254111133396. doi: 10.33448/rsd-v11i11.33396.

[18] Tuni D, Schenatto L, Lutinski J. Consumo de fast food entre acadêmicos de Medicina. *Research Soc Dev.* 2021;10:e212101119651. doi: 10.33448/rsd-v10i11.19651.

[19] Silva LS, Brito Caldeira T. O uso de psicoestimulantes do tipo metilfenidato entre acadêmicos de uma instituição superior de ensino de Minas Gerais. *Rev Med Saúde Brasília.* 2020;9(2).