




ARTIGO ORIGINAL

Depressão, ansiedade e estresse em universitários e relação com fatores sociodemográficos e psicossociais pós-COVID-19**Depression, anxiety and stress in university students and their relationship with sociodemographic and psychosocial factors post-COVID-19****HIGHLIGHTS**

1. Universitários apresentaram vulnerabilidade emocional pós-pandemia.
2. Houve alta prevalência de depressão, ansiedade e estresse em universitários.
3. Fatores sociodemográficos e psicossociais influenciaram as variáveis estudadas.
4. Importante implementar estratégias para mitigar as desordens mentais.

Yara Martins Rodrigues¹ Bruna de Oliveira Alves¹ Maria Clara Vidigal Santana¹ Bárbara Guimarães Lourenço¹ Érika de Cássia Lopes Chaves² Tânia Couto Machado Chianca³ Caroline de Castro Moura¹ **RESUMO**

Objetivo: avaliar a prevalência e os níveis de depressão, ansiedade e estresse em universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19 e sua relação com características sociodemográficas e psicossociais. **Método:** estudo transversal, multicêntrico, desenvolvido em quatro universidades públicas brasileiras. Dados foram coletados entre outubro de 2022 e abril de 2024, utilizando questionário de caracterização sociodemográfica e psicossocial e Depression, Anxiety and Stress Scale. Análise foi realizada por testes de Mann-Whitney, Kruskal-Wallis e correlação de Spearman. **Resultados:** foram identificadas prevalências superiores a 75% para depressão, ansiedade e estresse em universitários. Fatores sociodemográficos e psicossociais se associaram estatisticamente aos níveis dos construtos. Houve relação inversamente proporcional entre autopercepção da saúde física e níveis de depressão (-0,362), ansiedade (-0,335) e estresse (-0,315), bem como autopercepção da saúde mental e depressão (-0,581), ansiedade (-0,517) e estresse (-0,518), todos com valores de $p < 0,001$. **Conclusão:** evidenciou-se vulnerabilidade emocional dos universitários e necessidade da adoção de estratégias de enfrentamento que possam mitigar desordens investigadas.

DESCRITORES: Estudantes; Universidades; COVID-19; Saúde Mental; Pandemias.

COMO REFERENCIAR ESTE ARTIGO:

Rodrigues YM, Alves BO, Santana MCV, Lourenço BG, Chaves ECL, Chianca TCM, et al. Depressão, ansiedade e estresse em universitários e relação com fatores sociodemográficos e psicossociais pós-COVID-19. Cogitare Enferm [Internet]. Ano [cited "insert year, month and day"];30:e96208. Available from: <https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.96208>

¹ Universidade Federal de Viçosa, Departamento de Medicina e Enfermagem, Viçosa, MG, Brasil.

² Universidade Federal de Alfenas, Escola de Enfermagem, Alfenas, MG, Brasil.

³ Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, Departamento de Enfermagem Básica, Belo Horizonte, MG, Brasil.

INTRODUÇÃO

O ingresso no ensino superior é um período de transição marcado por alterações significativas na vida dos estudantes, que podem repercutir no desenvolvimento dos mesmos. Nesse sentido, a vulnerabilidade ao sofrimento mental está presente na trajetória acadêmica e torna-se preocupante, uma vez que pode ameaçar a integridade psicológica e interferir no desempenho acadêmico¹.

A pandemia de COVID-19 foi, segundo a Organização Mundial da Saúde, uma emergência de saúde pública, constituindo-se um dos maiores desafios sanitários em escala global deste século². No contexto acadêmico, os estudantes vivenciaram momentos de angústia e incerteza, devido às várias alterações nas suas rotinas acadêmicas durante os dois anos de pandemia³.

Esta situação potencializou a magnitude das desordens emocionais, como a depressão, a ansiedade e o estresse. De fato, estudo realizado com a população universitária confirmou aumento expressivo dessas desordens durante a pandemia de COVID-19, quando comparado ao período anterior⁴. Acredita-se que esses reflexos permaneceram no contexto pós-pandêmico.

Entre as escalas de mensuração destinadas a avaliar as desordens emocionais, destaca-se a *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21)⁵. Projetada para mensurar estados emocionais negativos de depressão, ansiedade e estresse, atua não apenas como uma escala para mensuração, mas promove também o processo de definição e compreensão clinicamente significativa desses estados emocionais alterados⁵.

A pandemia de COVID-19 e a drástica mudança da rotina universitária impactaram negativamente a saúde mental dos estudantes universitários⁴. Contudo, são escassas as evidências, no contexto pós-pandêmico, que relacionam a prevalência das desordens emocionais nos estudantes com as características sociodemográficas e psicossociais. Essas informações são importantes para planejar intervenções em saúde direcionadas a esse público.

Este estudo tem como objetivo avaliar a prevalência de depressão, ansiedade e estresse em universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19 e a relação com características sociodemográficas e psicossociais.

MÉTODO

Estudo transversal, multicêntrico, reportado segundo o *STrengthening the Reporting of OBservational studies in Epidemiology*⁶, e desenvolvido, entre outubro de 2022 e abril de 2024, com estudantes de quatro universidades públicas mineiras no Brasil.

A população foi constituída por 67.110 estudantes. Foi utilizada a fórmula $n = (z^2 \cdot p(1-p)/e^2) / 1 + (z^2 \cdot p(1-p)/e^2 N)$ para o cálculo amostral, em que: z = escore z (para um grau de confiança de 95%, $z = 1,96$); p = prevalência de casos com a característica estudada; e = margem de erro; N = tamanho da população. Ao considerar margem de erro de 2% e prevalência conservadora de 50%, o tamanho da amostra mínimo estimado foi de 2.319 estudantes.

Estudantes regularmente matriculados em qualquer período dos cursos de graduação das quatro universidades, com 18 anos ou mais e disponibilidade de horário para responder aos instrumentos de coleta de dados, que ocorreu de forma *online*, foram incluídos no estudo. Foram excluídos aqueles que responderam aos instrumentos de coleta de dados de forma incompleta.

Os estudantes que concordaram em participar do estudo tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ao questionário de caracterização sociodemográfica e psicossocial e à DASS-21⁷, que foram respondidos de forma *online*.

Para caracterização sociodemográfica e psicossocial, foram obtidas as seguintes variáveis: sexo; cor da pele; situação conjugal; moradia; atividade laboral; assistência estudantil e/ou bolsa de pesquisa, extensão e ensino; renda pessoal e familiar em salários mínimos; acompanhamento psiquiátrico e/ou psicológico; diagnóstico clínico de alterações de adaptação psicossocial ou de condições do neurodesenvolvimento; utilização de medicamentos psicotrópicos e/ou fármacos relacionados a questões emocionais, bem como o momento de início do uso; autoavaliação das saúdes física e mental, graduada entre zero e 10, de modo que, quanto mais alto o valor, melhor a autopercepção.

A presença e os níveis de depressão, ansiedade e estresse entre os participantes foram verificados por meio da DASS-21⁷, que consiste em instrumento autoaplicável com 21 questões, em que os participantes indicam o grau em que experimentam cada um dos sintomas durante a última semana⁷. A pontuação é descrita por meio de escala do tipo Likert de quatro pontos: 0 = não se aplicou de maneira alguma; 1 = aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo; 2 = aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo; 3 = aplicou-se muito ou na maioria do tempo. Pontuações para depressão, ansiedade e estresse são determinadas pela soma dos escores dos 21 itens, cujos pontos de corte para depressão são: 0-9 (normal); 10-13 (baixo); 14-20 (moderado); 15-19 (severo); e >20 (extremamente severo). Pontos de corte para ansiedade são: 0-7 (normal); 8-9 (baixo); 10-14 (moderado); 15-19 (severo); e >20 (extremamente severo). E pontos de corte para estresse são: 0-14 (normal); 15-18 (baixo); 19-25 (moderado); 26-33 (severo); e >33 (extremamente severo)⁷.

Este instrumento foi traduzido e validado para a versão brasileira. Possui adequadas propriedades psicométricas, com alfa de Cronbach total de 0,96, sendo, para a subescala de depressão, de 0,93, de ansiedade, de 0,86, e de estresse, de 0,91⁷. Na presente amostra, a consistência interna do instrumento também foi adequada⁸, com alfa de Cronbach global para DASS-21 de 0,944 (para as subescalas de depressão, ansiedade e estresse, foram 0,901, 0,867 e 0,885, respectivamente).

A análise dos dados foi realizada no programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences*®, versão 23.0. As frequências absoluta e relativa foram adotadas para a descrição das variáveis categóricas. As variáveis contínuas foram representadas por meio de mediana e intervalo interquartil. Para verificar a associação entre as características sociodemográficas e clínicas e os níveis de depressão, ansiedade e estresse, foram utilizados os testes de Mann-Whitney ou Kruskal-Wallis a 5% de significância. As associações entre a autopercepção das saúdes física e mental e os níveis dos construtos foram obtidas por meio do teste de correlação de Spearman a 5% de significância.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição proponente, sob Parecer no 5.700.107/2022.

RESULTADOS

Participaram do estudo 2.333 estudantes, com mediana de idade de 22,00 (20,00-24,00), sendo 1,764 (75,6%) do sexo feminino. Desses, 1.127 (48,3%) estavam matriculados em cursos da área das ciências biológicas e da saúde, 567 (24,3%), da área das ciências humanas, artes e letras, 501 (21,5%), da área das ciências exatas e tecnológicas, e 138 (5,9%), da área das ciências agrárias. A descrição das variáveis sociodemográficas, segundo sexo dos participantes, é apresentada na Tabela 1.

Tabela 1 – Características sociodemográficas dos estudantes universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19, segundo sexo. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333)

(continua)

Variáveis	Sexo	
	Masculino n (%)	Feminino n (%)
Cor da pele		
Branca	308 (54,1)	1035 (58,7)
Parda	179 (31,5)	494 (28,0)
Preta	73 (12,8)	211 (12,0)
Amarela	9 (1,6)	18 (1,0)
Indígena	0 (0,0)	6 (0,3)
Situação conjugal		
Solteiro	535 (94,0)	1653 (93,7)
Casado/união estável	29 (5,1)	102 (5,8)
Divorciado	5 (0,9)	8 (0,5)
Viúvo	0 (0,0)	1 (0,1)
Moradia		
Com família	203 (35,7)	734 (41,6)
República	199 (35,0)	591 (33,5)
Sozinho	115 (20,2)	292 (16,6)
Alojamento estudantil	38 (6,7)	105 (6,0)
Pensão	14 (2,5)	42 (2,4)
Atividade laboral	170 (29,9)	434 (24,6)
Assistência estudantil	149 (26,2)	466 (26,4)
Bolsa de pesquisa, extensão ou ensino	120 (21,1)	353 (20,0)
Renda pessoal em salário mínimo†		
Nenhuma	328 (57,6)	1141 (64,7)
1 a 1 e ½	179 (31,5)	524 (29,7)
2 a 3	36 (6,3)	80 (4,5)

Tabela 1 – Características sociodemográficas dos estudantes universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19, segundo sexo. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333)

(conclusão)

Variáveis	Sexo	
	Masculino n (%)	Feminino n (%)
4 a 5	19 (3,3)	12 (0,7)
6 ou mais	7 (1,2)	7 (0,4)
Renda familiar em salário mínimo†		
1 a 1 e ½	144 (25,3)	465 (26,4)
2 a 3	167 (29,3)	595 (33,7)
4 a 5	125 (22,0)	406 (23,0)
6 ou mais	133 (23,4)	298 (16,9)

Legenda: †valor do salário mínimo no momento da coleta de dados: R\$1.320,00.

Fonte: as autoras (2024).

Em relação às características clínicas, 1.218 (52,20%) dos estudantes contraíram COVID-19. A mediana da autopercepção da saúde física após a pandemia foi de 7,00 pontos (5,00-8,00), e da saúde mental, de 5,00 pontos (4,00-6,00). A Tabela 2 apresenta as características psicossociais dos estudantes no contexto de pós-pandemia de COVID-19, segundo sexo.

Tabela 2 –Características psicossociais dos estudantes universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19 segundo sexo. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333)

(continua)

Variáveis	Sexo	
	Masculino n (%)	Feminino n (%)
Acompanhamento com psiquiatra		
Não	440 (77,3)	1187 (67,3)
Começou durante/após a pandemia	84 (14,8)	323 (18,3)
Já fazia antes da pandemia	45 (7,9)	254 (14,4)
Acompanhamento com psicólogo		
Não	338 (59,4)	908 (51,5)
Começou durante/após a pandemia	150 (26,4)	477 (27,0)
Já fazia antes da pandemia	81 (14,2)	379 (21,5)
Diagnóstico clínico de alterações de adaptação psicossocial		
Ansiedade	167 (29,3)	751 (42,6)
Depressão	98 (17,2)	385 (21,8)
Transtornos do humor	8 (1,4)	53 (3,0)
Transtornos do sono	9 (1,6)	49 (2,8)

Tabela 2 –Características psicossociais dos estudantes universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19 segundo sexo. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333)
(conclusão)

Variáveis	Sexo	
	Masculino n (%)	Feminino n (%)
Síndrome do pânico	8 (1,4)	45 (2,6)
Síndrome de burnout	7 (1,2)	27 (1,5)
Transtorno obsessivo compulsivo	2 (0,4)	22 (1,2)
Transtornos de personalidade	2 (0,4)	21 (1,2)
Compulsão/transtornos alimentares	0 (0,0)	18 (1,0)
Fobias	1 (0,2)	15 (0,9)
Estresse pós-traumático	1 (0,2)	7 (0,4)
Transtornos psicóticos	0 (0,0)	4 (0,2)
Tentativa de autoextermínio	0 (0,0)	4 (0,2)
Diagnóstico clínico de condições do neurodesenvolvimento		
Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade	22 (36,9)	57 (3,2)
Transtorno do espectro autista	3 (0,5)	8 (0,5)
Momento de estabelecimento do diagnóstico		
Antes da pandemia	128 (22,5)	489 (27,7)
Durante/após a pandemia	140 (24,6)	589 (33,4)
Uso de medicamentos psicotrópicos		
Antidepressivo	130 (22,8)	538 (30,5)
Ansiolítico	112 (19,7)	491 (27,8)
Estabilizantes do humor	17 (3,0)	75 (4,3)
Antipsicótico	13 (2,3)	37 (2,1)
Hipnóticos não benzodiazepínicos	5 (0,9)	37 (2,1)
Outros fármacos relacionados às questões emocionais		
Homeopático, fitoterápico, antroposófico e/ou florais	13 (2,3)	67 (3,8)
Anfetaminas	11 (1,9)	43 (2,4)
Anticonvulsivante	1 (0,2)	8 (0,5)
Relaxante muscular	0 (0,0)	3 (0,2)
Momento de início de uso do medicamento		
Antes da pandemia	60 (10,5)	277 (15,7)
Durante/após a pandemia	124 (21,8)	513 (29,1)

Fonte: as autoras (2024).

Em relação aos níveis de depressão, ansiedade e estresse na população investigada, a depressão apresentou mediana de 20,00 (10,00-30,00), indicando nível moderado, a ansiedade, de 16,00 (8,00-26,00), com nível grave, e o estresse, de 24,00 (16,00-34,00), com nível moderado. Destaca-se que 1.802 (77,30%) estudantes apresentam depressão, 1.790 (76,80%), ansiedade, e 1.803 (77,20%), estresse.

A Tabela 3 apresenta a associação das características sociodemográficas e clínicas com os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Sexo feminino, receber assistência estudantil e realizar acompanhamentos psiquiátrico e psicológico foram associados estatisticamente e concomitantemente à tríade investigada. Além disso, a cor da pele associou-se estatisticamente à depressão e ansiedade (Tabela 3).

Tabela 3 – Associação entre características sociodemográficas e clínicas e os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333)

(continua)

	Depressão Mediana (p25-p75)	Valor de p	Ansiedade Mediana (p25-p75)	Valor de p	Estresse Mediana (p25-p75)	Valor de p
Sexo biológico						
Feminino	20,00 (10,00-30,00)	0,001 [†]	18,00 (10,00-28,00)	<0,001 [†]	26,00 (18,00-34,00)	<0,001 [†]
Masculino	18,00 (8,00-28,00)		12,00 (4,00-22,00)		20,00 (12,00-30,00)	
Cor da pele						
Branco	18,00 (10,00-28,00)	0,045 [†]	16,00 (8,00-26,00)	0,007 [†]	24,00 (16,00-32,00)	0,106
Amarelo	20,00 (8,00-26,00)		18,00 (2,00-26,00)		28,00 (12,00-34,00)	
Pardo	20,00 (10,00-30,00)		18,00 (8,00-28,00)		24,00 (16,00-34,00)	
Preto	22,00 (10,00-30,00)		20,00 (8,00-30,00)		26,00 (18,00-36,00)	
Indígena	24,00 (17,00-34,00)		27,00 (17,00-34,00)		29,00 (17,00-38,50)	
Área do curso						
Agrárias	18,00 (9,50-30,00)	0,781	17,00 (8,00-26,00)	0,529	24,00 (17,50-34,00)	0,434
Biológicas e saúde	20,00 (10,00-30,00)		18,00 (8,00-26,00)		26,00 (16,00-32,00)	
Exatas e tecnológicas	20,00 (10,00-30,00)		18,00 (8,00-28,00)		26,00 (16,00-34,00)	
Humanas, artes e letras	18,00 (10,00-28,00)		16,00 (8,00-26,00)		24,00 (16,00-32,00)	

Tabela 3 – Associação entre características sociodemográficas e clínicas e os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333) (continua)

	Depressão Mediana (p25-p75)	Valor de p	Ansiedade Mediana (p25-p75)	Valor de p	Estresse Mediana (p25-p75)	Valor de p
Moradia						
Sozinho	18,00 (10,00-30,00)	0,100	16,00 (6,00-28,00)	0,122	24,00 (16,00-34,00)	0,819
Com família	20,00 (10,00-30,00)		16,00 (8,00-26,00)		24,00 (16,00-34,00)	
Pensão	19,00 (10,50-28,00)		20,00 (10,00-29,50)		24,00 (16,50-33,50)	
República	18,00 (10,00-28,00)		16,00 (8,00-26,00)		25,00 (16,00-32,00)	
Alojamento estudantil	24,00 (14,00-30,00)		20,00 (12,00-28,00)		26,00 (18,00-34,00)	
Bolsa						
Não	20,00 (10,00-30,00)	0,408	16,00 (8,00-26,00)	0,644	24,00 (16,00-32,00)	0,130
Sim	20,00 (10,00-30,00)		18,00 (6,00-26,00)		26,00 (18,00-34,00)	
Assistência estudantil						
Não	18,00 (10,00-28,00)	0,001 [†]	16,00 (7,50-26,00)	<0,001 [†]	24,00 (16,00-32,50)	0,030 [†]
Sim	22,00 (12,00-30,00)		18,00 (10,00-28,00)		26,00 (18,00-34,00)	
Diagnóstico positivo para COVID-19						
Não	18,00 (10,00-28,00)	0,070	16,00 (8,00-26,00)	0,355	24,00 (16,00-34,00)	0,184
Sim	20,00 (10,00-30,00)		16,00 (8,00-28,00)		26,00 (16,00-34,00)	
Acompanhamento psiquiátrico						
Não	16,00 (8,00-26,00)	<0,001 [†]	14,00 (6,00-24,00)	<0,001 [†]	22,00 (14,00-32,00)	<0,001 [†]
Já fazia antes da pandemia	26,00 (16,00-32,00)		24,00 (14,00-32,00)		30,00 (22,00-36,00)	
Começou a fazer durante/após a pandemia	24,00 (16,00-34,00)		24,00 (14,00-30,00)		30,00 (22,00-36,00)	

Tabela 3 – Associação entre características sociodemográficas e clínicas e os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333) (conclusão)

	Depressão Mediana (p25-p75)	Valor de p	Ansiedade Mediana (p25-p75)	Valor de p	Estresse Mediana (p25-p75)	Valor de p
Acompanhamento psicológico						
Não	18,00 (8,00-28,00)	<0,001 [†]	14,00 (6,00-24,00)	<0,001 [†]	22,00 (14,00-32,00)	<0,001 [†]
Já fazia antes da pandemia	22,00 (12,00-32,00)		22,00 (12,00-30,00)		28,00 (20,00-36,00)	
Começou a fazer durante/após a pandemia	20,00 (12,00-30,00)		18,00 (10,00-28,00)		26,00 (20,00-34,00)	

Legenda: [†] p<0,005
Fonte: as autoras (2024).

Observou-se correlação negativa, estatisticamente significativa e de fraca magnitude entre a saúde física, depressão, ansiedade e estresse, e de moderada magnitude entre saúde mental e esses três construtos (Tabela 4), o que significa que, quanto maiores os níveis das desordens mentais, piores são as autopercepções da saúde física e da saúde mental.

Tabela 4 – Correlação entre autopercepção da saúde física e da saúde mental e os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Viçosa, MG, Brasil, 2024 (n=2.333)

	Depressão	Ansiedade	Estresse
Saúde física			
r	-0,362	-0,335	-0,315
Valor de p	<0,001 [†]	<0,001 [†]	<0,001 [†]
Saúde mental			
r	-0,581	-0,517	-0,518
Valor de p	<0,001 [†]	<0,001 [†]	<0,001 [†]

Legenda: [†] p<0,005
Fonte: as autoras (2024).

DISCUSSÃO

Evidenciou-se, no presente estudo, que os estudantes apresentaram prevalências expressivas de depressão, ansiedade e estresse no contexto de pós-pandemia de COVID-19, além de níveis moderados de depressão e estresse, e grave de ansiedade. Durante a pandemia, as prevalências das desordens emocionais foram consolidadas de maneira preocupante na população universitária⁹, e permaneceram altas no contexto de pós-pandemia¹⁰⁻¹¹, como evidenciado neste estudo. É importante destacar, ainda, os níveis da tríade investigada foram observados em maior magnitude na amostra estudada do que em outros estudos internacionais no contexto pós-pandêmico¹²⁻¹³, o que denota grande sofrimento emocional dos estudantes brasileiros.

De fato, os estudantes, quando inseridos no meio acadêmico, deparam-se com exigências externas que os tornam susceptíveis ao desequilíbrio emocional como cobranças excessivas; sobrecarga física; dificuldade financeira; desgaste mental; tempo insuficiente para lazer e recreação; questões sociais e estruturais, como desemprego, renda insuficiente e desigualdade de oportunidade, inerentes a esse momento¹. E o contexto pandêmico foi um grande potencializador desse desequilíbrio, com resquícios na era pós-COVID-19. Sendo assim, os achados do presente estudo evidenciam a necessidade de maior atenção à saúde mental dos estudantes inseridos no meio universitário, especialmente no contexto pós-pandêmico.

Além disso, pôde-se verificar que características sociodemográficas, como sexo feminino ($p < 0,001$ para os três construtos), autorreferenciar a cor da pele como preta ou indígena ($p = 0,045$ para depressão e $p = 0,007$ para ansiedade), receber auxílio estudantil ($p = 0,001$ para depressão e ansiedade e $p = 0,030$ para estresse) e realizar acompanhamento psicológico ($p < 0,001$ para os três construtos) e psiquiátrico ($p < 0,001$ para os três construtos), exerceram influência sobre os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Esses achados demonstram a importância de investir em estratégias de enfrentamento que levem em consideração os fatores modificáveis que possam mitigar tais transtornos, tais como assistência estudantil e acompanhamento com especialistas.

Algumas variáveis sociodemográficas demonstraram significância estatística em relação à depressão, ansiedade e estresse. No presente estudo, evidenciaram-se maiores níveis dessas três desordens nos estudantes do sexo feminino, com associação estatisticamente significativa ($p < 0,001$). Este achado evidencia maior suscetibilidade das mulheres no ambiente acadêmico a tais perturbações, em consonância com descobertas em pesquisas internacionais sobre o tema^{12,14}.

Diversos fatores estão associados à elevada vulnerabilidade das mulheres diante dessas comorbidades, influenciados por elementos históricos e culturais relacionados ao seu papel social, incluindo sobrecarga emocional, acúmulo de tarefas e uma maior exposição à violência de gênero. Cabe ressaltar, também, as questões fisiológicas e as flutuações hormonais intrínsecas como contribuintes para as oscilações de humor nesse público¹⁵. Além disso, tal achado pode estar relacionado ao maior índice de autocuidado e busca por ajuda profissional, em comparação com os homens¹².

A cor da pele também emergiu como um fator correlacionado à ocorrência de depressão ($p = 0,045$) e ansiedade ($p = 0,007$) na amostra investigada, sendo que os participantes autodeclarados como "negros" ou "indígenas" apresentaram índices mais elevados dessas condições. As discussões, sob a perspectiva do recorte de raça/cor da pele, apresentam divergência na literatura, devido à dificuldade em relacionar os transtornos mentais com as diferentes formas de categorizar a variável nos estudos disponíveis, visto que podem ser adotadas tanto a dicotomia de branco ou não branco quanto a descrição de cores¹⁶. Contudo, existem alguns estudos que estabelecem conexão entre transtornos mentais e cor da pele tanto na população de modo geral quanto no ambiente acadêmico¹⁶⁻¹⁸, embora não seja possível afirmar uma relação de forma concreta.

Estudo que buscou investigar como a saúde mental de estudantes universitários foi afetada antes e durante a pandemia evidenciou um nível ascendente de depressão em estudantes negros em comparação aos brancos¹⁹. De maneira similar, a presente pesquisa identificou significância estatística em relação à cor da pele autorreferida pelos estudantes, pois, apesar da predominância de estudantes brancos na amostra, a presença de depressão demonstrou ser mais expressiva entre aqueles de cores preta e indígena.

Tais achados destacam a disparidade racial como um recorte crucial a ser considerado ao avaliar a saúde mental no meio acadêmico.

Os achados encontrados no presente estudo em relação à ansiedade em estudantes universitários de cor preta e indígena também corroboram a tendência descrita na literatura em relação à depressão¹⁹, de maior exposição nesse grupo. De fato, a população não branca é a mais impactada em diversos contextos, especialmente em função da conjuntura histórica brasileira, permeada por padrões de racismo e desumanização. Assim, cabe a realização de estudos mais robustos para análise da associação dessas variáveis no meio acadêmico, visando à implementação de ações de saúde específicas, uma vez que a pandemia exacerbou as iniquidades pré-existentes, vulnerabilizando ainda mais esses segmentos populacionais²⁰.

No tocante à assistência estudantil, houve associação significativa em relação aos três construtos investigados. A implementação de políticas voltadas a fornecer condições básicas de permanência aos estudantes no ensino superior público está alinhada ao Programa Nacional de Assistência Estudantil, instituído em 2010²¹. O maior sofrimento psíquico entre os estudantes que recebem assistência pode estar relacionado às desvantagens socioeconômicas, insegurança habitacional e alimentar, bem como ao estresse financeiro, o que evidencia a necessidade de discussões acerca da permanência estudantil nas universidades brasileiras²².

O fator “assistência estudantil” e seu impacto diante das desordens emocionais mencionadas em estudantes ainda são uma abordagem discutida de forma limitada. Estudo, realizado com estudantes universitários assistidos por políticas de permanência estudantil de universidade brasileira, evidenciou a importância do enfoque em estratégias para manutenção da saúde mental deste grupo, que demonstrou-se fragilizada em decorrência de fatores contextuais da adaptação e continuidade na realidade acadêmica²³. Nessa perspectiva, reside o caráter inovador da presente pesquisa, uma vez que essa associação não foi antes observada de maneira aprofundada nos estudos encontrados, sobretudo no contexto de pós-pandemia.

Verificaram-se, ainda, níveis significativos de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes que realizavam acompanhamento psicológico ou psiquiátrico antes, durante e após a pandemia. Via de regra, a preservação da saúde mental está vinculada a uma boa manutenção da qualidade de vida e do estado de saúde geral, conforme delineado por estudo realizado na Malásia com a população geral maior de 18 anos, em que aqueles com o estado de saúde mais vulnerável tinham maior probabilidade de relatar impactos negativos em comparação com os que tinham estado de saúde satisfatório durante o contexto pandêmico²⁴.

Demais pesquisas demonstram que a presença de pelo menos um transtorno de saúde mental e a redução do acesso a cuidados de saúde de rotina se associaram a um maior risco de níveis elevados de depressão na população mundial^{9, 25-26}. Esse fenômeno pode ser atribuído a maior reclusão e às dificuldades enfrentadas na adaptação dos atendimentos de saúde diante da crise sanitária, bem como pela brusca mudança no estilo de vida dos acadêmicos, elevação da preocupação em face do cenário instável, além da readaptação às atividades diárias. Dessa forma, os participantes do presente estudo que estavam em acompanhamento de alguma desordem emocional durante a pandemia, seja com psiquiatras ou psicólogos, apresentaram índices mais relevantes da tríade investigada.

O presente estudo avaliou, também, a associação da autopercepção dos estudantes acerca da saúde física e mental com os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Nessa

perspectiva, foi encontrada correlação inversamente proporcional entre as variáveis, de modo que, quanto maior o nível dos construtos investigados, pior a percepção dos discentes quanto à sua saúde física e mental.

A redução das atividades de recreação e a inatividade física reverberaram, de forma significativa, na disposição e sobrecarga mental dos estudantes, uma vez que uma das principais medidas sanitárias adotadas na contenção da disseminação da COVID-19 durante a pandemia, o distanciamento social, culminou na adoção do sistema remoto de ensino e na suspensão das tarefas presenciais²⁷. Isso se baseia, em parte, no fato de que o exercício físico pode ser usado como tratamento adjuvante para uma variedade de distúrbios, com efeitos agudos na redução da ansiedade e depressão⁹. Nesse sentido, há evidências do aumento do sedentarismo, depressão e ansiedade em estudantes durante a pandemia, uma vez que houve mudanças relacionadas ao estilo de vida e redução das atividades físicas realizadas durante esse período²⁸.

No presente estudo, a saúde mental foi percebida como prejudicada, justamente devido à presença da depressão, ansiedade e estresse. Sabe-se que tais variáveis se relacionam de forma dinâmica e estreita, uma vez que as pessoas com alguma desordem mental preexistente se apresentaram mais vulneráveis ao agravamento da situação clínica durante a pandemia²⁹, o que corrobora para a piora do quadro de saúde mental. Além disso, algumas das adaptações realizadas mediante o controle da propagação do vírus da COVID-19, como adequação às metodologias de ensino-aprendizagem virtuais, medo de contaminação, isolamento social e incertezas quanto ao futuro acadêmico e sanitário, interferiram no bem-estar psicológico dos estudantes³⁰.

Diante do exposto, percebe-se que as desordens emocionais são constituídas de interfaces complexas que se entrelaçam com diversos aspectos sociodemográficos e psicossociais. Além disso, a pandemia revelou-se como evento catalisador da depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários.

Dessa forma, o manejo dessas condições engloba diversos setores sociais, possuindo como agente principal o Sistema Único de Saúde, que deve se encarregar de criar estratégias que sejam eficazes diante dos impactos da pandemia de COVID-19 nessa população. Vale destacar também o papel potencialmente significativo das Instituições de Ensino Superior em atuar como promotoras e garantidoras do bem-estar dos acadêmicos, de forma articulada com os serviços dispostos na rede de saúde, realizando o acompanhamento e o tratamento dos estudantes.

Entre as limitações do presente estudo, destaca-se a observação das manifestações das desordens mentais em um único momento no tempo, o que inviabilizou estabelecer relações de causa e efeito entre as variáveis. Destaca-se, também, que a coleta de dados, realizada de forma onlin, elevou o risco da ocorrência de viés de seleção.

CONCLUSÃO

Evidenciou-se alta prevalência de depressão, ansiedade e estresse em universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19 em níveis expressivos. Verificou-se, ainda, que sexo feminino, cor da pele preta ou indígena, receber auxílio estudantil e realizar acompanhamentos psicológico e psiquiátrico estão associados a maiores níveis de depressão, ansiedade e estresse. Tais achados demonstram a necessidade da adoção de estratégias de enfrentamento que possam mitigar tais transtornos, atuando, sobretudo, nos fatores modificáveis.

Acredita-se que os resultados obtidos podem caracterizar um avanço na investigação da saúde mental entre estudantes universitários no contexto de pós-pandemia de COVID-19, uma vez englobou dados de estudantes de diferentes instituições e áreas do conhecimento.

Com isso, este estudo pode contribuir para alertar e fornecer visibilidade em relação à ocorrência de distúrbios mentais em estudantes universitários, bem como auxiliar na formulação de estratégias visando à prevenção e manutenção da saúde mental desses indivíduos.

Para investigações futuras, sugere-se a realização de estudos longitudinais, a fim de acompanhar o comportamento das variáveis ao longo do tempo. Além disso, faz-se necessário explorar a magnitude com que elas ocorrem nos grupos mais afetados pela pandemia de COVID-19.

AGRADECIMENTOS

À Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG) (APQ-03370-22) e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (Processo no 402216/2023-7).

REFERÊNCIAS

1. Fragelli TB, Fragelli RR. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Rev Docência Ens Sup [Internet]. 2021 [cited 2024 May 5];11:e02593. Available from: <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2021.29593>
2. Werneck GL, Carvalho MS. The COVID-19 pandemic in Brazil: chronicle of an announced health crisis. Cad Saúde Pública [Internet]. 2020 [cited 2024 Apr 30];36(5):e00068820. Available from: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00068820>
3. Ribeiro LS, Bragé ÉG, Ramos DB, Fialho IR, Vinholes DB, Lacchini AJB. COVID-19 pandemic effects on the mental health of an academic community. Acta Paul Enferm [Internet]. 2021 [cited 2024 Aug 4];34:eAPE03423. Available from: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AO03423>
4. Maia BR, Dias PC. Anxiety, depression and stress in university students: the impact of COVID-19. Estud psicol (Campinas) [Internet]. 2020 [cited 2024 Apr 30];37:e200067. Available from: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
5. School of Psychology, University of New South Wales (UNSW) [Internet]. Overview of the DASS and its uses. [place unknown]: UNSW; [date unknown] [cited 2025 Jan 24]. Available from: <https://www2.psy.unsw.edu.au/dass/over.htm>
6. von Elm E, Altman DG, Egger M, Pocock SJ, Gøtzsche PC, Vandenbroucke JP. The strengthening the reporting of observational studies in epidemiology (STROBE) statement: guidelines for reporting observational studies. Lancet [Internet]. 2007 [cited 2024 Jun 6];370(9596):1453-7. Available from: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61602-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61602-X)
7. Vignola RC, Tucci AM. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. J Affect Disord [Internet]. 2014 [cited 2024 May 23];155:104-9. Available from:

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>

8. Tavakol M, Dennick R. Making sense of Cronbach's alpha. *Int J Med Educ* [Internet]. 2011 [cited 2024 Jun 5];2:53-5. Available from: <https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>
9. Wong SS, Wong CC, Ng KW, Bostanudin MF, Tan SF. Depression, anxiety, and stress among university students in Selangor, Malaysia during COVID-19 pandemics and their associated factors. Mahmoud AB, editor. *PLoS One* [Internet]. 2023 [cited 2024 May 3];18(1):e0280680. Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280680>
10. Wang X, Zhang N, Pu C, Li Y, Chen H, Li M. Anxiety, depression, and PTSD among college students in the Post-COVID-19 era: a cross-sectional study. *Brain Sci* [Internet]. 2022 [cited 2024 May 3];12(11):1553. Available from: <https://doi.org/10.3390/brainsci12111553>
11. Martínez-Líbano J, Torres-Vallejos J, Oyanedel JC, González-Campusano N, Calderón-Herrera G, Yeomans-Cabrera MM. Prevalence and variables associated with depression, anxiety, and stress among Chilean higher education students, post-pandemic. *Front Psychiatry* [Internet]. 2023 [cited 2024 May 5];14:1139946. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1139946>
12. Farfán-Latorre M, Estrada-Araoz EG, Lavilla-Condori WG, Ulloa-Gallardo NJ, Calcina-Álvarez DA, Meza-Orue LA, et al. Mental health in the post-pandemic period: depression, anxiety, and stress in peruvian university students upon return to face-to-face classes. *Sustainability* [Internet]. 2023 [cited 2024 May 3];15(15):11924. Available from: <https://doi.org/10.3390/su151511924>
13. Estrada-Araoz EG, Bautista Quispe JA, Córdova-Rojas LM, Ticona Chayña E, Mamani Coaquira H, Huaman Tomanguilla J. Mental health of university students when returning to face-to-face classes: A cross-sectional study. *Behav Sci* [Internet]. 2023 [cited 2024 May 3];13(6):438. Available from: <https://doi.org/10.3390/bs13060438>
14. Wang C, Wen W, Zhang H, Ni J, Jiang J, Cheng Y, et al. Anxiety, depression, and stress prevalence among college students during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *J Am Coll Health* [Internet]. 2021 [cited 2024 May 3];71(7):2123-30. Available from: <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1960849>
15. Li W, Zhao Z, Chen D, Peng Y, Lu Z. Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: a systematic review and meta-analysis. *J Child Psychol Psychiatr* [Internet]. 2022 [cited 2024 May 5];63(11):1222-30. Available from: <https://doi.org/10.1111/jcpp.13606>
16. Smolen JR, de Araújo ED. Race/skin color and mental health disorders in Brazil: a systematic review of the literature. *Cien Saúde Colet* [Internet]. 2017 [cited 2024 May 9];22(12):4021-30. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-812320172212.19782016>
17. Bastos JL, Barros AJ, Celeste RK, Paradies Y, Faerstein E. Age, class and race discrimination: their interactions and associations with mental health among Brazilian university students. *Cad Saúde Pública* [Internet]. 2014 [cited 2024 May 9];30(1):175-86. Available from: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00163812>
18. Gomes CF, Pereira RJ Jr., Cardoso JV, da Silva DA. Common mental disorders in university students: epidemiological approach about vulnerabilities. *SMAD, Rev Eletrônica Saúde Álcool Drog* [Internet]. 2020 [cited 2024 May 9];16(1):1-8. Available from: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.157317>
19. Kim H, Rackoff GN, Fitzsimmons-Craft EE, Shin KE, Zainal NH, Schwob JT, et al. College mental health before and during the COVID-19 pandemic: results from a nationwide survey. *Cogn Ther Res* [Internet]. 2021 [cited 2024 May 3];46:1-10. Available from: <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10241-5>
20. Guerra NE, Stofel NS, Borges FA, Luna WF, Salim NR, Sá BS, et al. Institutional racism at the university and consequences in the lives of Black students: a mixed study. *Cien Saúde Colet* [Internet]. 2024 [cited

2024 May 9];29(3):e04232023. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024293.04232023EN>

21. Brasil. Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010. Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil – PNAES [Internet]. Brasília, DF: Diário Oficial da União; 2010 Jul 20 [cited 2024 May 11]. Available from: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm

22. Soria KM, Horgos B. factors associated with college students' mental health during the COVID-19 pandemic. J Coll Stud Dev [Internet]. 2021 [cited 2024 May 3];62(2):236-42. Available from: <https://doi.org/10.1353/csd.2021.0024>

23. Garcia LM, Capellini VL, dos Reis VL. Mental health at the university: the perspective of university students. Colloq Hum [Internet]. 2020 [cited 2024 May 11];17:167-81. Available from: <https://journal.unoeste.br/index.php/ch/article/view/3593>

24. Wong LP, Alias H, Fuzi AA, Omar IS, Mohamad Nor A, Tan MP, et al. Escalating progression of mental health disorders during the COVID-19 pandemic: evidence from a nationwide survey. Lin CY, editor. PLoS ONE [Internet]. 2021 [cited 2024 May 3];16(3):e0248916. Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248916>

25. Dawel A, Shou Y, Smithson M, Cherbuin N, Banfield M, Caelear AL, et al. The effect of COVID-19 on mental health and wellbeing in a representative sample of australian adults. Front Psychiatry [Internet]. 2020 [cited 2024 May 3];11:579985 Available from: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.579985>

26. Sherman AC, Williams ML, Amick BC, Hudson TJ, Messias EL. Mental health outcomes associated with the COVID-19 pandemic: Prevalence and risk factors in a southern US state. Psychiatry Res [Internet]. 2020 [cited 2024 May 12];(293):113476. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113476>

27. Gundim VA, da Encarnação JP, Fontes SK, Silva AA, dos Santos VT, de Souza RC. Common mental disorders and academic routine in nursing graduation: impacts of the COVID-19 pandemic. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental [Internet]. 2022 [cited 2024 May 15];(27):21-37. Available from: <https://doi.org/10.19131/rpesm.322>

28. Huckins JF, da Silva AW, Wang W, Hedlund E, Rogers C, Nepal SK, et al. Mental health and behavior during the early phases of the COVID-19 pandemic: A longitudinal mobile smartphone and ecological momentary assessment study in college students. J Med Internet Res [Internet]. 2020 [cited 2024 May 22];22(6):e20185. Available from: <https://doi.org/10.2196/20185>

29. da Silva RR, da Silva Filho JA, de Oliveira JL, de Meneses JCB, de Oliveira CA, Pinto AG. Effects of social isolation during the COVID-19 pandemic on people's mental health. Av Enferm [Internet]. 2021 [cited 2024 May 22];39(Suppl 1):31-43. Available from: <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v39n1supl.89262>

30. Oliveira EN, Vasconcelos MI, Almeida PC, Pereira PJ, Linhares MS, Ximenes Neto FR, et al. Covid-19: repercussions on the mental health of higher education students. Saúde debate [Internet]. 2022 [cited 2024 Aug];46(spe1):206-20. Available from: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E114>

Depression, anxiety and stress in university students and their relationship with sociodemographic and psychosocial factors post-COVID-19

ABSTRACT

Objective: to assess the prevalence and levels of depression, anxiety and stress in university students in the post-COVID-19 pandemic context and their relationship with sociodemographic and psychosocial characteristics. **Method:** a cross-sectional, multicenter study developed in four Brazilian public universities. Data were collected between October 2022 and April 2024, using a sociodemographic and psychosocial characterization questionnaire and the Depression, Anxiety and Stress Scale. Analysis was performed using Mann-Whitney, Kruskal-Wallis and Spearman correlation tests. **Results:** prevalence rates higher than 75% were identified for depression, anxiety and stress in university students. Sociodemographic and psychosocial factors were statistically associated with the levels of the constructs. There was an inversely proportional relationship between self-perceived physical health and levels of depression (-0.362), anxiety (-0.335) and stress (-0.315), as well as self-perceived mental health and depression (-0.581), anxiety (-0.517) and stress (-0.518), all with p-values <0.001. **Conclusion:** the emotional vulnerability of university students and the need to adopt coping strategies that can mitigate the disorders investigated were highlighted.

DESCRIPTORS: Students; Universities; COVID-19; Mental Health; Pandemics.

Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios y relación con factores sociodemográficos y psicosociales post-COVID-19

RESUMEN:

Objetivo: evaluar la prevalencia y niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios en el contexto post-pandemia de COVID-19 y su relación con características sociodemográficas y psicosociales. **Método:** estudio transversal, multicéntrico, desarrollado en cuatro universidades públicas brasileñas. Los datos fueron recolectados entre octubre de 2022 y abril de 2024, mediante un cuestionario de caracterización sociodemográfica y psicosocial y Depression, Anxiety and Stress Scale. El análisis se realizó mediante las pruebas de correlación de Mann-Whitney, Kruskal-Wallis y Spearman. **Resultados:** se identificaron tasas de prevalencia superiores al 75% para la depresión, la ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios. Los factores sociodemográficos y psicosociales se asociaron estadísticamente con los niveles de los constructos. Hubo una relación inversamente proporcional entre la salud física autopercebida y los niveles de depresión (-0,362), ansiedad (-0,335) y estrés (-0,315), así como la salud mental autopercebida y depresión (-0,581), ansiedad (-0,517) y estrés (-0,518), todos con valores de p <0,001. **Conclusión:** se destacó la vulnerabilidad emocional de los estudiantes universitarios y la necesidad de adoptar estrategias de afrontamiento que puedan mitigar los trastornos investigados..

DESCRIPTORES: Estudiantes; Universidades; COVID-19; Salud Mental; Pandemias.

Recebido em: 21/07/2024

Aprovado em: 13/01/2025

Editor associado:: Dr. Gilberto Tadeu Reis da Silva

Autor correspondiente:

Caroline de Castro Moura

Universidade Federal de Viçosa

Av. Peter Henry Rolfs, s/n, Campus Universitário, Viçosa-MG, 36570-900

caroline.d.moura@ufv.br

Autor Correspondente:

Contribuições substanciais para a concepção ou desenho do estudo; ou a aquisição, análise ou interpretação de dados do estudo - **Rodrigues YM, Alves BO, Santana MCV, Lourenço BG, Chaves ECL, Chianca TCM, Moura CC.** Elaboração e revisão crítica do conteúdo intelectual do estudo - **Rodrigues YM, Alves BO, Santana MCV, Lourenço BG, Chaves ECL, Chianca TCM, Moura CC.** Responsável por todos os aspectos do estudo, assegurando as questões de precisão ou integridade de qualquer parte do estudo - **Chaves ECL, Chianca TCM, Moura CC.** Todos os autores aprovaram a versão final do texto.

ISSN 2176-9133



Este obra está licenciada com uma [Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).