

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

SINTOMAS DEPRESSIVOS EM ESTUDANTES E SERVIDORES DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL AO FIM DO ISOLAMENTO SOCIAL DA COVID-19

**Maxwell Feliciano Simões, Ana Carolina Monteiro Braga, Ana Paula Calda
Ponciano, Lucas Souza dos Santos, Flávia Vitorino Freitas, Fabiana Dayse
Magalhães Siman Meira.**

Universidade Federal do Espírito Santo/Centro de Ciências Exatas, Naturais e da
Saúde/Departamento de Farmácia e Nutrição, Rua Alto Universitário, S/N, Guararema – 29500-000
Alegre – ES, Brasil, mxw.feliciano@gmail.com, anacarolinamonteirobraga@gmail.com,
anapaulacaldaponciano@gmail.com, lucas009983@gmail.com, flavitorino@gmail.com e
fabiana.meira@ufes.br.

Resumo - A distribuição da depressão, já alta entre brasileiros e universitários, agravou-se durante o isolamento social oriundo da COVID-19. Doravante, este trabalho visou avaliar a prevalência e fatores associados aos sintomas sugestivos de depressão entre estudantes e servidores de uma Universidade Federal brasileira, mediante o retorno das atividades presenciais após tal isolamento. Para tal, lançou-se mão de um questionário autoaplicável combinado com um instrumento validado para a identificação de sintomas sugestivos de depressão, o *Beck's Depression Inventory* (BDI). Participaram 354 indivíduos cuja prevalência estimada de sintomas sugestivos de depressão foi de 45,8% no geral, e mais de 50% especificamente em estudantes. Observou-se que ser do sexo feminino, ter sono insatisfatório, ter renda baixa e ser tabagista são fatores de risco para os sintomas, enquanto apenas trabalhar mostrou-se como fator protetor contra eles. Diante da alta prevalência de sintomas depressivos no ambiente universitário mesmo findado o isolamento social, é fundamental traçar estratégias para prevenção dos transtornos mentais e criação de um ambiente acadêmico acolhedor.

Palavras-chave: Depressão. Universidade Federal. Estudantes. Servidores Públicos. COVID-19.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde - Farmácia

Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) indica aumento constante na prevalência global de transtornos mentais, com mais de 970 milhões de pessoas afetadas em 2019. A depressão é o mais comum dos distúrbios afetivos, atingindo mais de 279 milhões de pessoas, sendo considerada a principal causa de incapacitação e morte prematura. No Brasil, a depressão afeta mais de 5,21% da população adulta, superando a estimativa global de 5,02% (IHME, 2019). Santomauro e colaboradores (2021) constatarem um aumento de 27,6% nas taxas gerais de transtornos depressivos.

O ambiente acadêmico é marcado por um histórico científico de prevalências superiores às encontradas na população nacional e global, tanto para estudantes quanto para servidores. Fatores estressores identificados para estudantes podem incluir tensão com o curso, dificuldade em conciliar estudos com lazer/descanso, desconforto durante avaliações, enquanto para os servidores, o estresse pode ter como fonte as exigências de produção imposta a eles, intensa carga de trabalho, competição entre os colegas, baixa relação entre esforço empregado e recompensa obtida (GRANER: CERQUEIRA, 2019; SHEN *et al.*, 2014; MANAF *et al.*, 2021).

O isolamento social oriundo da COVID-19 trouxe consigo desafios a serem enfrentados pela população alvo deste estudo, tais como dificuldade em lidar com meios tecnológicos, falta de infraestrutura para ensino online efetivo, defasagem de aulas práticas e métodos avaliativos, sensação de perda da vida privada e familiar, entre tantos outros (SARAIVA, TRAVERSINI e LOCKMANN, 2020; SAHU, 2020). Neste contexto, dados prévios do nosso grupo, constatarem o aumento na prevalência de sintomas sugestivos de depressão (SSDs) em uma universidade federal brasileira de 37,4%, antes da pandemia, para 44,9%, durante a pandemia. Entretanto, o impacto do retorno das atividades presenciais, após quase dois anos de ensino remoto ainda não foi avaliado.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Portanto, o objetivo deste trabalho foi avaliar a presença de sintomas depressivos após o retorno das atividades presenciais durante o combate contra a COVID-19, bem como mapear os fatores associados à sua prevalência na população de uma Universidade Federal.

Metodologia

O estudo se caracteriza como individual, observacional, descritivo e transversal realizado na Universidade Federal do Espírito Santo, campus Alegre, localizado em Alto Universitário, s/n, Guararema, Alegre – ES. A pesquisa foi divulgada de maneira presencial e online e a participação se deu através de um formulário do google, que aceitou respostas de setembro a dezembro de 2022. O trabalho obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP/Alegre/UFES) através do parecer nº 5324232.

A população do estudo era composta por 3661 servidores e estudantes e a amostra aleatória simples foi obtida considerando precisão de 5%, efeito de desenho de 1,2, prevalência nacional do transtorno de 27,6%, considerando o impacto da COVID-19 de acordo com Santomauro e colaboradores (2021), somado a uma perda de 10% (DEAN *et al.*, 2013). Por fim, estimou-se o N amostral mínimo de 113, sendo que a pesquisa obteve 354 participantes.

O formulário do google hospedou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, o questionário autoaplicável contendo questões acerca da jornada acadêmica ou laboral, dados sócio-demográficos, hábitos de vida e condições de saúde e, por fim, o Inventário de Depressão de Beck (BDI), instrumento validado para investigação de SSDs. Tal instrumento é composto por 21 itens referentes a sintomas e atividades cognitivas, como tristeza, falta de satisfação, ideias suicidas, interação social prejudicada, dentre outros, em que cada item é escalonado com valores de 0 a 3 pontos. Dessa forma, a soma máxima do escore é de 63 pontos, e seus resultados podem ser relacionados à severidade da depressão. A presença de SSDs foi estabelecida utilizando o ponto de corte de 17 pontos, sendo que a ausência de sintomas ou sintomas mínimos estão associados a pontuações inferiores a esta e sintomas leves, moderados ou graves, a pontuações iguais ou superiores (CUNHA, 2001; GORESTEIN, 1998; MARCOLAN, 2002; KAYA *et al.*, 2007).

Os dados foram codificados através do Microsoft Excel e analisados com o auxílio do *Statistical Package of Social Sciences* – SPSS v20.0. O teste *Kolmogorov-Smirnov* apontou para distribuição não normal dos dados quantitativos, e assim os dados de mediana e intervalo interquartil foram utilizados para os resultados. Para investigação de fatores associados aos SSDs foram utilizados os testes de *Mann-Whitney* e *Regressão de Poisson*, sempre considerando a significância de $p < 0,05$.

Resultados

A amostra contendo 354 participantes está caracterizada na Tabela 1, segundo seus dados sociodemográficos. Nela, pode-se observar que quase $\frac{3}{4}$ (70,3%) são indivíduos do sexo feminino, 71,2% vivem só (estado civil) e a mediana da idade é de 23 (21;28). No quesito habitacional, 85,9% residem em Alegre, 68,9% residem em república ou sozinho, sendo 94,6% oriundos da região sudeste do país. Por fim, no que diz respeito a renda, 65,3% usufruem de até 3 salários mínimos

Tabela 1- Caracterização sociodemográfica da amostra (N=354).

Variáveis	N (%)	Variáveis	N (%)
Sexo		Residência	
Feminino	249 (70,3)	Cidade da universidade	304 (85,9)
Masculino	105 (29,7)	Outros	50 (14,1)
Idade mediana (Intervalo Interquartil)	23 (21-28)	Moradia	
Estado civil		Com família	110 (31,1)
Com companheiro	102 (28,8)	Outros	244 (68,9)
Vive só	252 (71,2)	Estado de origem	
Renda mensal		Sudeste	335 (94,6)
Até 3 salários mínimos	231 (65,3)	Outros	19 (5,4)
Mais de 3 salários mínimos	123 (34,7)		

Fonte: o autor, 2023.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Tratando-se da relação dos participantes com a Universidade, 71,19% são alunos de graduação, 12,43% servidores técnicos-administrativos, 9,32% alunos de pós-graduação e 7,06% docentes. Quanto a ocupação, 66,9% dos participantes só estudam, 16,9% só trabalham e 16,1% fazem ambos.

As respostas acerca de hábitos de vida indicaram que 43,8% da amostra não consome bebida alcoólica, 83,9% não fuma e 59,6% praticam atividade física, no entanto, 65,5% não pratica qualquer atividade de lazer ou prática integrativa. Não obstante, 63,3% dormem menos que 7 horas por noite e 54,5% consideram seu sono insatisfatório. Estes dados na íntegra são abordados na Tabela 2.

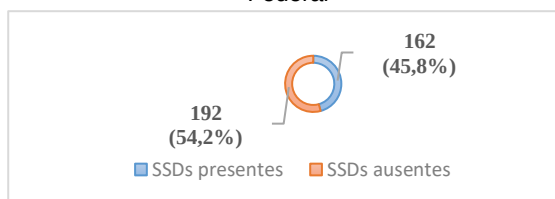
Tabela 2 - Hábitos de vida da amostra (N=354).

Variáveis	N (%)	Variáveis	N (%)
Consumo de álcool		Uso de tabaco	
Consome	199 (56,2)	Fuma	57(16,1)
Não consome	155 (43,8)	Não fuma	297(83,9)
Prática de atividade física		Prática de lazer ou integrativa	
Pratica	211 (59,6)	Pratica	122 (34,5)
Não pratica	143 (40,4)	Não pratica	232 (65,5)
Horas de sono		Qualidade do sono	
Menos de 7 horas	224 (63,3)	Satisfatório	161 (45,5)
Mais de 7 horas	130 (36,7)	Não satisfatório	193 (54,5)

Fonte: o autor, 2023.

No que diz respeito à prevalência, ilustrada na Figura 1, de SSDs na amostra, 45,8% os apresentaram, sendo que o escore mediano na escala do DBI foi de 15 (7;25).

Figura 1 - Prevalência de sintomas sugestivos de depressão entre servidores e estudantes de uma Universidade Federal



Fonte: O autor, 2023.

A prevalência estratificada de acordo com o vínculo do participante com a Universidade demonstra que a maioria dos estudantes de graduação e pós-graduação, 52% e 54,5% respectivamente, apresenta SSDs, ao passo que menos da metade dos docentes (20,5%) e técnicos-administrativos (16%) manifestam os sintomas.

Como observado na Tabela 3, dentre as variáveis sociodemográficas, viver só (estado civil) e possuir renda familiar de até 3 salários mínimos foram fatores associados a maiores escores do BDI, enquanto morar com a família (tipo de moradia), foi associado a menores escores. Quanto às variáveis acadêmicas, apenas estudar (comparado a quem apenas trabalha ou quem estuda e trabalha) e ser estudante estão associados a medianas maiores. Por fim, para as variáveis de hábito de vida, maiores escores foram observados naqueles que dormem menos de sete horas por dia, relatam o sono como insatisfatório e usam ou já usaram tabaco, ao passo que menores escores foram associados à prática de exercício físico e atividades de lazer ou práticas integrativas.

Tabela 3- Associação entre fatores socioeconômicos, acadêmicos, laborais, hábitos de vida e o escore do BDI (N=354).

Variáveis	Escore BDI Mediana (IIQ)	M-W p-valor	Variáveis	Escore BDI Mediana (IIQ)	M-W p-valor
Sexo biológico		0,167	Horas de sono*		p<0,001*
Feminino	14 (6,5;23)		Acima de 7 horas	9 (5; 21)	

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Masculino	16 (8;27)		Abaixo de 7 horas	18 (11; 27,75)	
Estado civil*		0,001*	Qualidade de Sono		p<0,001*
Com companheiro	11 (5; 22)		Satisfatório	9 (4; 17)	
Vive só	17 (9; 27)		Insatisfatório	21 (12; 31)	
Moradia*		0,001*	Álcool		0,567
Outros	17 (8; 27,75)		Não consome	15 (7; 24)	
Com família	11,5 (5,75; 21)		Consome	15 (8; 27)	
Ocupação*		p<0,001*	Tabaco*		p<0,001*
Trabalha ou trabalha e estuda	10 (4; 21)		Não usa	13 (7; 23)	
Apenas estuda	18 (9,5; 27,5)		Usa(va)	25 (15; 32,5)	
Renda familiar*		p<0,001*	Atividade física*		p<0,001*
acima de 3 sal. mín.	10 (04; 17)		Não pratica	19 (11; 30)	
até 3 sal. mín.	19 (11; 29)		Prática	12 (5; 22)	
Relação com a Universidade*		p<0,001*	Lazer e PIC*		0,01*
Servidor	8 (3; 13,5)		Não pratica	17 (9; 26,75)	
Estudante	17 (9; 27)		Prática	11 (6; 24)	

IIQ: Intervalo Interquartil; M-W: Mann-Whitney; PIC: Práticas Integrativas e Complementares; * p-valor: <0,05.

Fonte: o autor, 2023.

O modelo reduzido de Regressão de Poisson multivariada obtido (Tabela 4), demonstrou poder de explicação de 8,73%. Observou-se razão de prevalência (RP) 53% menores em participante que apenas trabalham, ao compará-los com quem apenas estuda ou estuda e trabalha. Já maiores RPs foram constatadas em indivíduos do sexo feminino (+29%), com renda mensal de até 3 salários-mínimos (+42%), com uso atual ou passado de tabaco (+58%) e com sono considerado insatisfatório (+113%).

Tabela 4- Regressão de Poisson multivariada para fatores associados a sintomas sugestivos de depressão nos servidores e estudantes de uma universidade federal (N=354).

Variáveis	RP	IC 95%	p-valor	Variáveis	RP	IC 95%	p-valor
Sexo				Tabaco			
Feminino (<i>ref</i>)	1,29	1,01-1,63	0,039	Fuma(va) (<i>ref</i>)	1,58	1,27-1,95	P<0,001
Masculino				Não			
Ocupação				Qualidade de sono			
Trabalha (<i>ref</i>)	0,47	0,25-0,91	0,025	Não satisfatório (<i>ref</i>)	2,13	1,62-2,79	p<0,001
Estuda ou estuda e trabalha				Satisfatório			
Renda							
Até 3 salários mínimos (<i>ref</i>)	1,43	1,04-1,98	0,028				
Mais de 3 salários mínimos							

RP: Razão de Prevalência; IC: Intervalo de confiança, considerando significância de 95%

Fonte: o autor, 2023.

Discussão

Apenas trabalhar, em comparação com apenas estudar ou estudar e trabalhar se mostrou fator protetor contra SSDs. Schuch e outros (2023), corroboram com a significância deste fator sobre quadros depressivos, onde a prevalência em estudantes se sobressaiu às demais. Semelhantemente, em três universidade públicas no Norte do país, Paixão e colaboradores (2022), compararam a prevalência entre os docentes, demais servidores e estudantes, e os últimos se sobressaíram.

Ter como sexo o feminino demonstrou-se fator de risco diante dos SSDs. Dos trabalhos incluídos na revisão sistemática de Deng e pesquisadores (2021), 17 abordaram a diferença da prevalência de sintomas de depressão em relação ao sexo, de forma que o sexo feminino apresentava taxas 7% maiores. Não obstante, estudando 1827 universitários, Flesch e colaboradores (2020) encontraram uma razão de prevalência de episódio depressivo maior 59% maior em mulheres.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Rendas menores foram consideradas fatores de risco. Deng e outros (2021) complementam ao trazer que a diferença nas prevalências de sintomas de depressão entre aqueles que passaram ou não por alguma dificuldade financeira foi de 12%. Tiguman, Silva e Galvão (2022) também encontraram maiores prevalências desses sintomas em indivíduos de classes sociais inferiores.

Não obstante, o tabagismo foi um fator de risco identificado. Tiguman, Silva e Galvão (2022), também apontaram que a dependência de tabaco atua como fator de risco para depressão. Ramón-Arhués e os demais (2020), reforçam ao apresentar em sua pesquisa chances 94% maiores de apresentar sintomas de depressão para os fumantes.

Sono insatisfatório foi, também, considerado fator de risco. Tratando-se da qualidade do sono, Joo e pesquisadores (2022) apontaram para a chance 7 vezes maior de estar com depressão entre indivíduos com pobre qualidade de sono. Islam e colaboradores (2020) também aponta a insatisfação com o sono como um fator associado à presença de depressão.

Conclusão

Os dados trazidos pelo trabalho mostram que, mesmo com o fim do isolamento social, a prevalência de sintomas sugestivos de depressão se encontra bastante elevada na população estudada, sobretudo entre os estudantes universitários. O único fator protetor encontrado pela pesquisa foi apenas trabalhar, em comparação com quem apenas estuda ou estuda e trabalha, enquanto ser do sexo feminino, ser tabagista, ter sono insatisfatório e rendas familiares inferiores foram fatores de risco. Desta forma, mais estudos e divulgação científica são necessárias acerca deste tema, para elucidar a causa e promover transformações necessária no ambiente universitário.

Referências

CUNHA J. A. **Manual da versão em português das Escalas Beck**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

DEAN AG.; SULLIVAN KM; SOE MM. OpenEpi: **Estatística epidemiológica de código aberto para saúde pública**. 2013. Disponível em: <http://www.openepi.com/Menu/OE_Menu.htm>. Acesso em: 16 abr. 2019.

DENG, Jiawen *et al.* The prevalence of depressive symptoms, anxiety symptoms and sleep disturbance in higher education students during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. **Psychiatry research**, v. 301, p. 113863, 2021.

FLESCHE, Betina Daniele *et al.* Episódio depressivo maior entre universitários do sul do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, 2020.

GORESTEIN, C; ANDRADE, L. **Inventário de depressão de Beck: propriedades psicométricas da versão em português**. L. Rev Psiq Clin ; p. 245-250, 1998.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1327-1346, 2019.

ISLAM, Saiful *et al.* Prevalence and factors associated with depression and anxiety among first-year university students in Bangladesh: a cross-sectional study. **International Journal of Mental Health and Addiction**, p. 1-14, 2020.

INSTITUTE FOR HEALTH METRICS AND EVALUATION. **Global Burden of Disease Study 2019 Results** [dataset]. Disponível em: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>. Acessado em: 22 de janeiro de 2023.

JOO, Hye Jin *et al.* Association between sleep quality and depressive symptoms. **Journal of Affective Disorders**, v. 310, p. 258-265, 2022.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

KAYA, Mine *et al.* Prevalence of depressive symptoms, ways of coping, and related factors among medical school and health services higher education students. **Turk Psikiyatri Dergisi**, v. 18, n. 2, p. 137, 2007.

MANAF, Mohd Rizal Abdul *et al.* Perceived Symptoms of Depression, Anxiety and Stress amongst Staff in a Malaysian Public University: A Workers Survey. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 22, p. 11874, 2021.

MARCOLAN, J. F. Análise comparativa das escalas psicométricas de depressão: um subsídio para a avaliação clínica do enfermeiro psiquiátrico. 2002. Tese (Doutorado) - Escola de Enfermagem, Universidade São Paulo, São Paulo, 2002.

PAIXÃO, Glenda Miranda da *et al.* Participação ocupacional, estresse, ansiedade e depressão em trabalhadores e estudantes de universidades brasileiras durante a pandemia de COVID-19. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, p. e2952, 2022.

RAMÓN-ARBUÉS, Enrique *et al.* The prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 19, p. 7001, 2020.

SAHU, Pradeep. Closure of universities due to coronavirus disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff. **Cureus**, v. 12, n. 4, 2020.

SANTOMAURO, D. F. *et al.* Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. **The Lancet**, v. 398, n. 10312, p. 1700–1712, 2021.

SARAIVA, Karla; TRAVERSINI, Clarice; LOCKMANN, Kamila. A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente. **Práxis educativa**, v. 15, 2020.

SCHUCH, Helena S. *et al.* Depressão e ansiedade na comunidade universitária durante a pandemia de Covid-19: um estudo no Sul do Brasil. **Anais da Academia Brasileira de Ciências**, v. 95, p. e20220100, 2023.

SHEN, Xue *et al.* The association between occupational stress and depressive symptoms and the mediating role of psychological capital among Chinese university teachers: a cross-sectional study. **BMC psychiatry**, v. 14, n. 1, p. 1-8, 2014.

TIGUMAN, Gustavo Magno Baldin; SILVA, Marcus Tolentino; GALVÃO, Taís Freire. Prevalence of depressive and anxiety symptoms and their relationship with life-threatening events, tobacco dependence and hazardous alcohol drinking: a population-based study in the Brazilian Amazon. **Journal of Affective Disorders**, v. 298, p. 224-231, 2022.