

FIM DO ISOLAMENTO SOCIAL PELA COVID-19: SINTOMAS DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES E SERVIDORES DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL

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

As populações brasileira e universitária são notórias por altas prevalências de ansiedade, agravadas pela pandemia de COVID-19. Doravante, este trabalho visou avaliar a prevalência e fatores associados aos sintomas sugestivos de ansiedade entre estudantes e servidores de uma Universidade Federal brasileira, mediante o retorno das atividades presenciais após o isolamento social. Foram utilizados um questionário autoaplicável combinado com um instrumento validado para a identificação de sintomas sugestivos de ansiedade, o *Beck's Anxiety Inventory* (BAI). Participaram 354 indivíduos cuja prevalência estimada de sintomas sugestivos de ansiedade foi de 42,4% no geral, e mais de 48% entre estudantes. Observou-se que práticas de lazer ou integrativas foram fatores protetores contra a ansiedade, enquanto ser do sexo feminino, ter sono insatisfatório, ter renda baixa e ser tabagista são fatores de risco. Diante da alta prevalência de sintomas de ansiedade no ambiente universitário mesmo o isolamento social, é fundamental traçar estratégias para prevenção dos transtornos mentais e criação de um ambiente acadêmico acolhedor.

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

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde – Farmácia.

Introdução

A *American Psychiatric Association* (Associação Psiquiátrica Americana) define transtornos de ansiedade como manifestações de preocupação excessiva ou expectativa apreensiva, persistente e de difícil controle (*American Psychiatric Association*, 2013), tendo como alguns dos sintomas característicos taquicardia, inquietação, diarreia, síncope, perturbação estomacal, entre outros (Sadock, 2017). A prevalência nacional, estimada antes mesmo do surto da COVID-19, chegou à 9,3%, maior taxa encontrada entre os países do mundo (Fernandes *et al.*, 2018). Todavia o impacto significativo causado pela pandemia de COVID-19 sobre as taxas de transtornos mentais, conforme constatado por Santomauro e colaboradores (2021), resultou no aumento de 25,6% na prevalência de transtornos de ansiedade.

Ao voltar a atenção para o ambiente acadêmico, a prevalência de 15% já foi constatada entre estudantes universitários, taxa significativamente superiores aos da população geral (Brandtner; Bardagi, 2010; Ibrahim *et al.*, 2013). Trevisan e colaboradores (2019), por sua vez, contemplam os servidores em seus estudos, onde dos 8.765 casos de afastamento, 39,5% se deram por conta de transtornos de ansiedade.

O impacto observado de maneira global do surto de COVID-19 sobre os transtornos de ansiedade também é evidente através de estudos que mostram prevalências de 36% para ansiedade entre estudantes universitários, ao passo que 49,5% constataram que seus sintomas ansiosos estariam relacionados à pandemia (Gudim *et al.*, 2021; Faro *et al.*, 2020). Neste contexto, dados prévios do nosso grupo, constataram prevalência de 40,7% de sintomas sugestivos de ansiedade (SSAs) em uma universidade federal brasileira para os períodos de antes e durante a pandemia. Entretanto, o impacto do retorno das atividades presenciais, após quase dois anos de ensino remoto ainda não foi avaliado.

Metodologia

Trata-se de um estudo 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 online e presencialmente e a participação se deu através do Google Forms, 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 25,6%, considerando o impacto da COVID-19 de acordo com Santomauro e colaboradores (2021), somado a uma perda de 10% (Dean, Andrew G.; Sullivan, Kevin M.; Soe, Minn M., 2013). Por fim, estimou-se o N amostral mínimo de 202, sendo que a pesquisa obteve 354 participantes.

O Forms 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 *Beck's Anxiety Inventory* (BAI), instrumento validado para investigação de SSAs. Tal instrumento é composto por 21 itens referentes a sintomas como incapacidade de relaxar, palpitação, medo excessivo, tremores, 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 16 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; Rodrigues; Pelisoli, 2008; Bartholomeu *et al.*, 2010; Kuman Tunçel *et al.*, 2021).

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 foi composta por 354 participantes cujos dados sociodemográficos estão expostos na Tabela 1. A mediana de idade foi de 23 anos (21; 28), destes 70,3% são do sexo feminino e 71,2% não têm companheiro(a). 85,9% residem na cidade da universidade e 94,6% vêm da região Sudeste. A maioria dos indivíduos não moram com familiares e usufrui de renda mensal de até três salários mínimos.

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

Variáveis	N (%)	Variáveis	N (%)
Idade mediana (Intervalo Interquartil)	23 (21-28)	Residência	
Sexo		Cidade da universidade	304 (85,9)
Feminino	249 (70,3)	Outros	50 (14,1)
Masculino	105 (29,7)	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: Autor, 2024.

Quanto à estratificação da amostra, participaram do estudo graduandos (71,19%), docentes (7,06%), técnicos-administrativos (12,43%) e pós-graduandos (9,32%), dentre os quais, 66,9% apenas estudam, 16,9% dedicam-se exclusivamente ao trabalho e 16,1% dedicam-se a ambos.

Os hábitos de vida são descritos na Tabela 2. Sobre o sono, 63,3% dormem menos de 7 horas por noite e 45,5% relatam ter sono satisfatório. Acerca de álcool e tabaco, 56,2% ingerem bebidas alcoólicas e 83,9% não fumam. Por fim, 59,6% praticam atividades físicas, e 65,5% não praticam qualquer atividade de lazer ou prática integrativa.

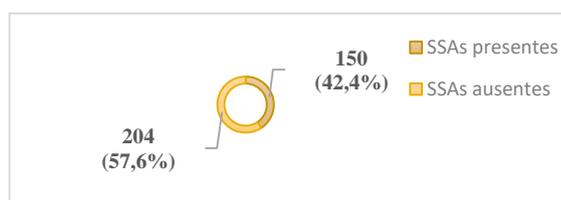
Tabela 2 - Hábitos de vida da amostra (N=354).

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: Autor, 2024.

Como pode ser observado na Figura 1, 42,4% da amostra apresentam SSAs, sendo que o escore mediano obtido na escala do BAI é de 13 pontos (5;23).

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



Fonte: Autor, 2024.

A prevalência estratificada de acordo com os vínculos dos participantes com a Universidade, demonstra que grande parte dos graduandos (48,8%) e pós-graduandos (48,4%), manifestam SSAs. Já os docentes e técnicos-administrativos, apresentam 15,9 % e 16,0 % respectivamente

As análises estatísticas revelaram que variáveis como sexo, estado civil, tipo de moradia, ocupação, renda familiar, relação com a UFES, horas de sono, qualidade do sono, uso de tabaco, prática de atividade física e prática de atividades de lazer/integrativas exercem um impacto significativo sobre os SSAs. Por outro lado, variáveis como ocupação e consumo de álcool não demonstraram influência significativa nesse resultado, como mostra a Tabela 3.

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

Variáveis	Escore BDI Mediana (mín-máx)	p-valor	Variáveis	Escore BDI Mediana (mín-máx)	p-valor
Sexo*		0,004	Horas de sono*		p<0,001
Masculino	9 (0 - 54)		Acima de 7 horas	8 (0 - 54)	
Feminino	15 (0 - 59)		Abaixo de 7 horas	16 (0 - 59)	
Estado civil*		0,016	Qualidade de sono*		p<0,001
Com companheiro	10 (0 - 54)		Satisfatório	6 (0 - 54)	
Vive só	14 (0 - 59)		Não Satisfatório	18 (0 - 59)	
Moradia*		0,004	Consumo de álcool		0,313
Familiares	10 (0 - 49)		Consome	14 (0-54)	
Outros	15 (0 - 59)		Não consome	11 (0-59)	
Ocupação		0,168	Tabaco*		p<0,001

Estuda	16 (0 - 59)	Fuma(va)	21 (0-54)
Estuda e trabalha	11 (0 - 54)	Não fuma	12 (0-59)
Renda familiar*		Atividade física*	
	p<0,001		p<0,001
acima de 3 sal. mín.	6 (0 - 46)	Pratica	10 (0 - 54)
até 3 sal. mín.	17 (0 - 59)	Não pratica	16 (0 - 59)
Vínculo com instituição		Lazer e PIC*	
	p<0,001		0,001
Servidor	5 (0 - 46)	Pratica	8 (0-54)
Discente	15 (0 - 59)	Não pratica	15 (0-59)

Teste de Mann-Whitney; *p<0,05.

Fonte: Autor, 2024.

O modelo reduzido de Regressão de Poisson (Tabela 4) apresentou um poder de explicação de 9,4%. Observou-se que práticas de lazer ou integrativas reduzem a razão de prevalência (RP) de SSAs em 26%, sendo assim fatores protetores. Por outro lado, ser do sexo feminino (+56%), rendas mensais inferiores (+98%), sono insatisfatório (+117%) e uso atual ou passado de tabaco (+61%), foram fatores considerados de risco, associados a aumentos da RP de SSAs.

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

Variáveis	RP	IC 95%	p-valor	Variáveis	RP	IC 95%	p-valor
Sexo				Tabaco			
Masculino	1,00			Não	1,00		
Feminino	1,56	1,17-2,08	0,003	Fuma(va)	1,61	1,27-2,04	0,001
Prática de lazer ou integrativa				Qualidade de sono			
Não pratica	1,00			Satisfatório	1,00		
Pratica	0,74	0,57-0,97	0,033	Insatisfatório	2,17	1,62-2,92	P<0,001
Renda							
Mais de 3 salários mínimos	1,00						
Até 3 salários-mínimos	1,98	1,40-2,79	P<0,001				

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

Fonte: Autor, 2024.

Discussão

Ao comparar os achados acerca de fatores associados deste trabalho com os da literatura prévia, são encontradas similaridades. Quanto ao sexo, Vasconcelos *et al.* (2015) e Deng *et al.* (2021), encontraram prevalências de ansiedade superiores no sexo feminino desde antes até após o surto de COVID-19, respectivamente.

A hipótese de que a baixa renda se associa com maiores prevalências de ansiedade, por sua vez, encontra suporte em trabalhos como os de Deng e outros (2021) onde a prevalência de SSAs de 49% entre aqueles com dificuldade financeira, o que Garvey e pesquisadores (2021) reforçam constatando níveis mais elevados de ansiedade em universitários com baixa renda.

Tal como neste estudo, a baixa qualidade no sono também já havia sido discriminada como possível fator de risco para ansiedade por achados anteriores. Dentre 61,1% dos indivíduos com sono declarado insatisfatório, no estudo de Leite *et al.* (2020), 76,9% apresentavam nível moderado de ansiedade. Esta associação também foi feita por Carleto e outros (2018) e Felden e pesquisadores (2015).

Foi encontrada, também, associação direta entre o consumo de tabaco e os SSAs. Chen (2020) atribui parte dos problemas de saúde mental durante à pandemia ao aumento do uso de tabaco. Não obstante, em sua meta-análise, Fluharty *et al.* (2016), associaram as fases iniciais da abstinência do tabaco com um aumento significativo na ansiedade dos participantes.

O caráter protetor das práticas de lazer ou integrativas, aqui apontadas como significantes, também encontra apoio em achados da literatura, como no trabalho de Baptista *et al.* (2022), com conclusão similar. Uma grande meta-análise conduzida por Guo, Li e Lu (2022), incluiu 310.359 indivíduos de

quatro diferentes continentes e constatou redução da incidência de ansiedade diante até mesmo de doses baixas a moderadas de atividades de lazer.

Conclusão

Com base nos numerosos resultados do presente estudo, fica evidente a alta prevalência de sintomas sugestivos de ansiedade entre os participantes, sobretudo os estudantes. Além disso, ser do sexo feminino, ter uma renda de até 3 salários mínimos, ser fumante e ter baixa qualidade de sono, destacaram-se como fatores de risco para sintomatologia de ansiedade, enquanto a realização de práticas de lazer e integrativas se destacou como um fator de proteção. Cabe, não só à instituição como também à população envolvida e a sociedade como um todo, compartilhar conhecimento acerca deste transtorno mental, para que debates possam ser fomentados acerca do tema, culminando na elaboração de estratégias para criação de um ambiente acadêmico mais acolhedor e saudável, onde hajam ferramentas para mitigar os prejuízos à saúde mental, tais como a psicoeducação e oportunidades de realizar atividades de lazer.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**. 5. ed. Boston: Pearson, 2013.

BAPTISTA, Cremildo João *et al.* COVID-19 e saúde mental: Fatores associados à depressão, ansiedade e estresse em uma comunidade universitária. **Psico**, v. 53, n. 1, p. e41359-e41359, 2022.

BARTHOLOMEU, Daniel *et al.* Traços de personalidade, ansiedade e depressão em jogadores de futebol. **Revista brasileira de psicologia do esporte**, v. 3, n. 1, 2010.

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 2, n. 2, p. 81-91, 2009.

CARLETO, Cíntia Tavares *et al.* Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista eletrônica de Enfermagem**, v. 20, p. v20a01-v20a01, 2018.

CHEN, Daniel Tzu-Hsuan. The psychosocial impact of the COVID-19 pandemic on changes in smoking behavior: Evidence from a nationwide survey in the UK. **Tobacco prevention & cessation**, v. 6, 2020.

CHOI, Sung-Yong *et al.* Association between sleep duration and symptoms of depression aged between 18 and 49: The Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES VII) from 2016 to 2018. In: **Healthcare**. MDPI, 2022. p. 2324.

CUNHA, Jurema Alcides *et al.* Manual da versão em português das Escalas Beck. **São Paulo: casa do psicólogo**, v. 171, 2001.

DEAN, Andrew G.; SULLIVAN, Kevin M; SOE, Minn M. 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.

FELDEN, Érico Pereira Gomes *et al.* Fatores associados com a baixa duração do sono em universitários ingressantes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 23, n. 4, p. 94-103, 2015.

FERNANDES, Márcia Astrês *et al.* Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 2213-2220, 2018.

FLUHARTY, Meg *et al.* The association of cigarette smoking with depression and anxiety: a systematic review. **Nicotine & Tobacco Research**, v. 19, n. 1, p. 3-13, 2016.

FARO, André *et al.* COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 37, p. e200074, 2020.

GARVEY, Anne Marie *et al.* The psychological impact of strict and prolonged confinement on business students during the COVID-19 pandemic at a Spanish university. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 4, p. 1710, 2021.

GUNDIM, Vivian Andrade *et al.* Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 2021.

GUO, ZhiGuang; LI, Rui; LU, Songtao. Leisure-time physical activity and risk of depression: a dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. **Medicine**, v. 101, n. 30, p. e29917, 2022.

IBRAHIM, Ahmed K. *et al.* A systematic review of studies of depression prevalence in university students. **Journal of psychiatric research**, v. 47, n. 3, p. 391-400, 2013.

LEITE, Bárbara Ramos *et al.* Associação entre qualidade do sono e ansiedade em acadêmicos de medicina. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 3, p. 6528-6543, 2020.

RODRIGUES, Daniel Guzinski; PELISOLI, Cátula. Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 35, p. 171-177, 2008.

SADOCK, B. Sadock Compêndio de Psiquiatria. 11ª edição. **Porto Alegre: Artmed**, 2017.

SANTOMAURO, Damian 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.

TREVISAN, Rafaela Luiza *et al.* Prevalência de transtornos do humor e de ansiedade em servidores públicos afastados. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 13, n. 2, p. 61-80, 2019.

KUMAN TUNÇEL, Özlem *et al.* The deep impact of the COVID-19 pandemic on medical students: An online cross-sectional study evaluating Turkish students' anxiety. **International Journal of Clinical Practice**, v. 75, n. 6, p. e14139, 2021.

VASCONCELOS, Juarez Roberto de Oliveira; LÔBO, Alice Peixoto da Silva; MELO, Valfrido Leão de. Risco de suicídio e comorbidades psiquiátricas no transtorno de ansiedade generalizada. **Jornal brasileiro de psiquiatria**, v. 64, n. 4, p. 259-265, 2015.