

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR
UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19:
UM ESTUDO TRANSVERSAL**

Bruna Silva¹; Bruna Lopes Antonucci²; Sthefany Brito Salomão³
Yohan Mazzini⁴; Walleri Reis⁵; Genival Santos-Junior⁶;
Kérlin Rocha⁷; Lorena Ayres⁸; Dyego Carlos Araújo⁹

Destaques: (1) Um terço dos estudantes universitários relatou apresentar diagnóstico de transtornos de ansiedade e/ou depressão. (2) Medicamentos psicotrópicos têm prevalência de uso maior do que a psicoterapia entre universitários, sendo os inibidores seletivos da recaptção de serotonina a classe mais utilizada. (3) Etnia/cor e a realização de atividade remunerada podem estar associados ao uso de psicoterapia.

PRE-PROOF

(as accepted)

Esta é uma versão preliminar e não editada de um manuscrito que foi aceito para publicação na Revista Contexto & Saúde.

Como um serviço aos nossos leitores, estamos disponibilizando esta versão inicial do manuscrito, conforme aceita. O artigo ainda passará por revisão, formatação e aprovação pelos autores antes de ser publicado em sua forma final.

<http://dx.doi.org/10.21527/2176-7114.2025.50.15683>

¹ Universidade Federal do Espírito Santo. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Assistência Farmacêutica. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0009-0002-8542-7806>

² Universidade Federal do Espírito Santo. Laboratório de Inovação para o Cuidado em Saúde. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0009-0006-9927-5283>

³ Universidade Federal do Espírito Santo. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Assistência Farmacêutica. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0009-0008-8743-8780>

⁴ Universidade Federal do Espírito Santo. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências Farmacêuticas. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0009-0004-2207-5414>

⁵ Universidade Federal da Paraíba. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Saúde Coletiva. João Pessoa/PB, Brasil. <https://orcid.org/0000-0001-6911-4792>

⁶ Universidade Federal do Espírito Santo. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Assistência Farmacêutica. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0000-0002-5618-1846>

⁷ Universidade Federal do Espírito Santo. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Assistência Farmacêutica. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0000-0002-2313-2140>

⁸ Universidade Federal de Catalão. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Assistência Farmacêutica. Catalão/GO, Brasil. <https://orcid.org/0000-0003-4346-5281>

⁹ Universidade Federal do Espírito Santo. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências Farmacêuticas. Vitória/ES, Brasil. <https://orcid.org/0000-0001-6631-465X>

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Como citar:

Silva B, Antonucci BL, Salomão SB, Mazzini Y, Reis W, Santos-Junior G. et al. Manejo de transtornos de ansiedade e depressão por universitários durante a pandemia da covid-19: Um estudo transversal. Rev. Contexto & Saúde, 2025;25(50): e15683

RESUMO

Objetivos: avaliar o uso de medicamentos psicoativos e/ou psicoterapia para o manejo de transtornos de ansiedade e/ou depressão por estudantes universitários brasileiros no contexto da pandemia da covid-19. **Método:** trata-se de um estudo transversal, quantitativo, realizado por meio de um questionário online que continha sessões relacionadas a dados sociodemográficos, informações acadêmicas, informações relacionadas à saúde mental e avaliação da gravidade de sintomas de ansiedade e depressão. Foram incluídos universitários, maiores de 18 anos, que tinham diagnóstico prévio de transtornos de ansiedade e/ou depressão. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos. **Resultados:** participaram do estudo 409 estudantes que relataram ter diagnóstico de transtornos de ansiedade e/ou depressão. A maioria dos estudantes faz uso de medicamentos psicoativos (62,3%; $n = 255$). Não houve associação significativa entre o uso de medicamentos psicoativos e variáveis sociodemográficas. O uso de psicoterapia foi relatado por 36,7% ($n = 150$) dos estudantes. Foi observada uma associação estatisticamente significativa entre o uso da psicoterapia com etnia/cor ($p < 0,01$) e realização de atividade remunerada ($p = 0,02$). **Conclusão:** A prevalência do uso de medicamentos é maior quando comparado ao uso de psicoterapia. Etnia/cor e exercer atividade remunerada podem estar associadas ao uso de psicoterapia por estudantes universitários brasileiros.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Estudantes universitários; Psicotrópicos; Psicoterapia.

INTRODUÇÃO

Durante a pandemia da Covid-19, a prevalência de transtornos ansiosos e depressivos atingiu, respectivamente, 4,8% e 3,2% da população geral^{1,2}. Os estudantes universitários são considerados grupos vulneráveis aos transtornos de saúde mental devido a fatores como cansaço acadêmico, estresse e falta de apoio social³. Este cenário se intensificou durante a

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

pandemia da Covid-19, quando a prevalência de transtornos de ansiedade e depressão nessa população chegou a 39% e 33,6%, respectivamente⁴. Nesse período, o estudante universitário precisou vivenciar transições abruptas entre os diferentes sistemas de ensino (presencial, remoto e híbrido), alterações no calendário acadêmico, afastamento da comunidade universitária e o sentimento de medo e incerteza quanto à formação acadêmica e profissional, o que pode ter contribuído para essa alta prevalência⁵.

Os transtornos de ansiedade são caracterizados por medo e ansiedade persistentes e excessivos, enquanto os transtornos depressivos são caracterizados por tristeza suficientemente grave ou persistente que interferem no desempenho nas atividades da vida diária⁶. O tratamento para transtornos de ansiedade e/ou depressão geralmente inclui o uso de medicamentos psicoativos e psicoterapia, que podem ser empregados isoladamente ou em combinação, dependendo da gravidade do transtorno^{7,8}. Os medicamentos psicoativos são substâncias capazes de influenciar o humor, a cognição ou o comportamento, alterando a química cerebral e a neurotransmissão. Essa ação ajuda a normalizar os desequilíbrios químicos que podem contribuir para o manejo dos transtornos mentais⁹. A psicoterapia, por outro lado, é um processo terapêutico que auxilia os pacientes a entenderem seus sentimentos, pensamentos e comportamentos, oferecendo estratégias para gerenciar suas dificuldades. Dentre as várias abordagens de psicoterapia disponíveis, a terapia cognitivo-comportamental é frequentemente destacada pela robustez de sua evidência no tratamento de transtornos de saúde mental¹⁰.

Quando não manejados de forma adequada, os transtornos de ansiedade e/ou depressão, nos estudantes universitários, podem causar redução do rendimento e do aprendizado, abandono do curso, aumento da predisposição para o consumo de drogas e álcool e, em casos mais graves, aumento do risco de suicídio^{11,12}. No Brasil, a prevalência de alto risco de suicídio entre estudantes universitários aumentou de 11,3%, durante o período pré-pandemia, para 17,0% durante a pandemia¹³. Estes dados destacam a necessidade de compreender como o uso de medicamentos psicoativos e a psicoterapia têm sido utilizados para o manejo dos transtornos de saúde mental, de modo a limitar seus impactos negativos na vida dos estudantes universitários.

Apesar da literatura ter demonstrado um aumento significativo do uso de medicamentos psicoativos pela população em geral durante a pandemia da covid-19, os estudos sobre o manejo dos transtornos de saúde mental entre os estudantes universitários são escassos¹⁴⁻¹⁶. No Brasil,

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

embora tenha sido descrita uma prevalência de uso de antidepressivos/ansiolíticos por universitários de 15,7% no período pré-vacinal da pandemia da covid-19¹⁶, evidências sobre o uso de medicamentos psicoativos e da psicoterapia após o retorno às atividades presenciais são escassas. Nesse contexto, esse trabalho objetivou avaliar o uso de medicamentos psicoativos ativos e/ou psicoterapia por estudantes universitários da Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes) que indicaram ter diagnóstico de transtornos de ansiedade e/ou depressão.

MÉTODOS

Tipo e local de estudo

Trata-se de um estudo transversal e quantitativo, do tipo *survey*, realizado entre os meses de julho e agosto de 2022 na Ufes. O estudo foi relatado de acordo com o *Checklist for Reporting Of Survey Studies (CROSS)*¹⁷. Os resultados deste artigo integram o projeto de pesquisa “Saúde Mental de estudantes de graduação de uma Universidade pública do Espírito Santo durante a pandemia da covid-19”. A Ufes é uma instituição de ensino superior, que oferece 103 cursos de graduação, possuindo aproximadamente 20 mil estudantes matriculados. Possui quatro Campi - o Campus de Goiabeiras e de Maruípe, localizados em Vitória, capital do Espírito Santo (ES); o Campus de Alegre, localizado na região sul do Espírito Santo; e o Campus de São Mateus, localizado na região norte do estado.

Participantes do estudo

Foram incluídos estudantes universitários, maiores de 18 anos, regularmente matriculados em cursos de graduação da Ufes, que relataram ter diagnóstico prévio de transtornos de ansiedade e/ou depressão. Para esse estudo não foram estabelecidos critérios de exclusão. A amostragem foi realizada por conveniência e foi utilizada a técnica bola de neve para ampliar o acesso à pesquisa.

Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário anônimo, auto preenchível, semiestruturado e desenvolvido pelos pesquisadores, implementado na plataforma online *SurveyMonkey*. Esse questionário foi submetido a um estudo piloto com 18 alunos de graduação para testar a compreensão sobre as questões e a aplicabilidade ao público específico.

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

O convite e *link* de acesso foi encaminhado para o e-mail de todos os estudantes por meio da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e Cidadania da Ufes. Além disso, o questionário foi divulgado por meio das redes sociais WhatsApp® e Instagram®. O instrumento de coleta de dados continha itens relacionados às 1) variáveis sociodemográficas (idade, gênero, estado civil, etnia e/ou cor e realização de atividade remunerada); 2) informações acadêmicas (curso de graduação, campus no qual é realizado o curso de graduação, início das atividades acadêmicas e turno); 3) informações relacionadas à saúde mental (“Você tem diagnóstico médico para algum transtorno de ansiedade?”, “Você tem diagnóstico médico para transtorno de depressão?”, “Você faz uso de medicamento(s) para tratar ansiedade e/ou depressão? Qual/Quais medicamento(s)?”, “Você faz uso de psicoterapia para ansiedade e/ou depressão?); 4) Escalas de avaliação da gravidade de sintomas de ansiedade e depressão.

Para avaliação da gravidade dos sintomas de ansiedade e depressão, os estudantes universitários responderam a versão brasileira das escalas *General Anxiety Disorder-7* (GAD-7) e *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9). Estas escalas têm sido amplamente adotadas no mundo para rastreamento e avaliação da gravidade de sintomas de transtornos de ansiedade e depressão, possuindo alta confiabilidade, sensibilidade e especificidade¹⁸⁻²⁰. A versão traduzida e validada para o português brasileiro das escalas GAD-7 e o PHQ-9 está disponível online pela *Pfizer* (Copyright © 2005 Pfizer Inc., New York, NY) e suas propriedades psicométricas foram avaliadas e consideradas satisfatórias²¹⁻²⁵.

O GAD-7 é uma escala composta por sete itens que avaliam a presença de sintomas característicos de ansiedade nas duas últimas semanas. Esses itens recebem pontuação de zero a três pontos e a pontuação total pode variar de zero a 21 pontos. A gravidade do quadro é estimada da seguinte forma: 0-4 pontos – sem ansiedade ou ansiedade mínima; 5-9 pontos – ansiedade leve e/ou não patológica; 10-14 pontos – ansiedade moderada; 15-21 pontos – ansiedade grave¹⁸. O PHQ-9 é uma escala composta por nove itens que avaliam a presença de sintomas característicos da depressão nas últimas duas semanas. Cada item pode receber pontuação de zero a três, sendo que a pontuação total varia de 0 a 27. A gravidade do quadro é estimada da seguinte forma: 0-4 pontos – sem depressão; 5-9 pontos – depressão leve e/ou não patológica; 10-14 pontos – depressão moderada; 15-19 pontos – depressão moderadamente grave; 20 a 27 pontos – depressão grave²⁰.

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Análise de dados

Para análise de dados foi utilizada estatística descritiva com frequência absoluta e relativa. Os cursos de graduação foram classificados de acordo com a área de Conhecimento em: Ciências Biológicas e da Saúde; Ciências Exatas e da Terra; Ciências Humanas e Sociais; Ciências Sociais Aplicadas; e Engenharias e Tecnologias. Os medicamentos foram classificados conforme o Sistema de Classificação da Organização Mundial da Saúde (OMS) “*Anatomical Therapeutic Chemical Classification System*”(ATC)²⁶. Foi utilizado o teste qui-quadrado para verificar associações entre as variáveis categóricas e o uso de medicamentos e psicoterapia para tratamento dos sintomas de ansiedade e/ou depressão. O nível de significância admitido foi de $p < 0,05$.

Aspectos éticos

Esse trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da UFES (CAAE: 56870322.0.0000.5060 | Número do Parecer: 5.469.123). Todos os participantes da pesquisa foram previamente esclarecidos quanto às metas e a natureza voluntária do projeto de pesquisa, assinando o Termo de Consentimento livre e esclarecido (TCLE). Os participantes que demonstraram interesse nos resultados da pesquisa, receberam, por e-mail, informações sobre seus escores de gravidade de sintomas de ansiedade e depressão, recomendações e informações sobre atendimento em saúde mental e materiais de educação em saúde desenvolvidos durante o projeto.

RESULTADOS

Características dos participantes

Dentre os 1103 estudantes universitários que participaram da pesquisa, 37,1% ($n = 409$) relataram possuir diagnóstico prévio de transtornos de ansiedade e/ou depressão, atendendo aos critérios de inclusão deste estudo. A maioria dos participantes era do gênero feminino ($n = 301$; 73,6%), 88,0% ($n = 360$) eram solteiros e 51,3% ($n = 210$) se autodeclararam brancos. A idade média dos participantes foi de $24 \pm 6,2$ anos (Máx.: 62 | Min.: 18). A maioria ($n = 211$; 51,6%) iniciou o curso durante a pandemia da covid-19 e 41,8% ($n = 171$) precisaram trabalhar de forma presencial e desempenhar as atividades acadêmicas simultaneamente durante esse período. Os dados relacionados ao perfil dos estudantes estão descritos no Tabela 1.

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

Tabela 1 – Perfil dos estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo que relataram possuir diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão, 2022 ($n = 409$).

Características dos participantes	<i>n</i>	%
Gênero		
Feminino	301	73,6
Masculino	95	23,2
Pessoa não-binária	12	3,0
Preferiu não responder	1	0,2
Estado civil		
Solteiro	360	88
Separado(a) / Desquitado(a) / Divorciado(a)	5	1,2
Casado(a)/ Vive com companheiro (a)	44	10,8
Etnia/cor		
Branco(a)	210	51,3
Pardo(a)	136	33,3
Preto(a)	60	14,7
Amarelo(a) (origem oriental)	3	0,7
Campus do curso de graduação		
Goiabeiras	199	48,7
Maruípe	124	30,3
Alegre	53	13,0
São Mateus	33	8,0
Turno		
Integral (Manhã e tarde)	268	65,5
Matutino	43	10,5
Vespertino	27	6,6
Noturno	71	17,4
Área do curso de graduação		
Ciências Biológicas e da Saúde	179	43,8
Ciências Exatas e da Terra	40	9,8
Ciências Humanas e Sociais	65	15,9
Ciências Sociais Aplicadas	52	12,7
Engenharias e Tecnologias	73	17,8
Iniciou o curso durante o período da pandemia?		
Sim	211	51,6
Não	198	48,4
Realiza atividade remunerada?		
Sim	174	42,5
Não	235	57,5
Trabalhou presencialmente durante a pandemia?		
Sim	171	41,8
Não	238	58,2

Fonte: elaborada pelos autores

Transtornos de ansiedade e depressão entre estudantes universitários

De acordo com o relato dos estudantes, 53,5% ($n = 219$) possuíam diagnóstico de transtornos de ansiedade e depressão, enquanto 39,6% ($n = 162$) possuíam diagnóstico apenas para transtornos de ansiedade e 6,9% ($n = 28$) apenas para transtorno de depressão. Dentre os

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

participantes, 36,6% ($n = 150$) indicaram que o diagnóstico do transtorno de ansiedade e/ou depressão ocorreu após a pandemia da covid-19.

A partir dos dados obtidos pela escala GAD-7, pode-se observar que 81,9% ($n = 335$) dos estudantes possuíam escores compatíveis com ansiedade moderada à grave. Além disso, de acordo com o PHQ-9, 82,9% ($n = 339$) possuíam escores compatíveis com depressão moderada à grave no momento do estudo (Tabela 2). Ademais, a maioria dos estudantes (64,3%; $n = 263$) indicou que os sintomas descritos na escala PHQ-9 causavam muita ou extrema dificuldade para realizar o trabalho, tomar conta das coisas em casa ou para se relacionar com as pessoas.

Tabela 2 – Gravidade dos sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo que relataram possuir diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão, 2022 ($n = 409$)

	<i>n</i>	%
Ansiedade (GAD-7)		
Ausência de ansiedade	10	2,4
Ansiedade leve e não patológica	64	15,6
Ansiedade moderada	121	29,6
Ansiedade grave	214	52,3
Depressão (PHQ-9)		
Ausência de depressão	13	3,2
Depressão leve	57	13,9
Depressão moderada	97	23,7
Depressão moderadamente grave	107	26,2
Depressão grave	135	33,0

Fonte: elaborada pelos autores

Manejo dos transtornos de ansiedade e/ou depressão

Quanto ao manejo dos transtornos de ansiedade e/ou depressão, a maioria dos estudantes (62,3%; $n = 255$) indicou estar fazendo uso de medicamentos psicoativos e 36,7% ($n = 150$) indicaram estar realizando psicoterapia. Observou-se ainda que 25,4% ($n = 104$) não estavam realizando o uso dessas intervenções. Os inibidores seletivos da recaptção de serotonina (64,2%; $n = 164$) e os derivados benzodiazepínicos (45,8%; $n = 117$) foram as classes de medicamentos mais citadas pelos estudantes (Tabela 3). Sobre o uso de medicamentos, é importante destacar que, dentre os 409 estudantes participantes do estudo, 50,4% ($n = 206$) indicaram já ter interrompido o tratamento por conta própria em algum momento.

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

Tabela 3 - Medicamentos utilizados por estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo que relataram possuir diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão, 2022 (*n* = 255)

Medicamento	<i>n</i>	%
Derivados benzodiazepínicos (N05BA)	117	45,8
Alprazolam	39	15,3
Clonazepam	73	28,6
Diazepam	3	1,2
Midazolam	2	0,8
Derivados de azapirodecanediona (N05BE)	6	2,3
Buspirona	6	2,3
Inibidores não seletivos da recaptação de monoaminas (N06AA)	25	9,8
Amitriptilina	19	7,4
Clomipramina	3	1,2
Imipramina	1	0,4
Nortriptilina	2	0,8
Outros antidepressivos (N06AX)	102	40,0
Desvenlafaxina	40	15,7
Bupropiona	21	8,2
Venlafaxina	19	7,4
Trazodona	14	5,5
Mirtazapina	3	1,2
Agomelatina	2	0,8
Vortioxetina	2	0,8
Duloxetina	1	0,4
Inibidores seletivos de recaptação de serotonina (N06AB)	164	64,2
Citalopram	9	3,5
Escitalopram	50	19,6
Fluoxetina	31	12,1
Paroxetina	17	6,7
Sertralina	52	20,4
Fluvoxamina	5	1,9
Outros antipsicóticos (N05AX)	8	3,1
Aripiprazol	2	0,8
Risperidona	6	2,4
Diazepinas, oxazepinas, tiazepinas e oxepinas (N05AH)	12	4,7
Quetiapina	11	4,3
Olanzapina	1	0,4
Derivados de butirofenona (N05AD)	1	0,4
Haloperidol	1	0,4
Antipsicóticos (N05A)	23	9,0
Carbonato de Lítio	23	9,0
Outros antiepilépticos (N03AX)	8	3,1
Lamotrigina	6	2,4
Topiramato	1	0,4
Derivados de ácidos graxos	8	3,1
Valproato de sódio	7	2,7
Divalproato de Sódio	1	0,4
Derivados de carboxamida (N03AF)	1	0,4
Oxcarbamazepina	1	0,4
Medicamentos relacionados com benzodiazepínicos (N05CF)	7	2,7
Eszopiclona	1	0,4
Zolpidem	6	2,3
Outros	17	6,7

Fonte: elaborado pelos autores

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

Fatores associados ao uso de medicamentos psicoativos e/ou psicoterapia para tratamento da ansiedade e/ou depressão entre estudantes universitários

A análise do teste de qui-quadrado indicou que não houve associação estatisticamente significativa ($p > 0,05$) entre os fatores analisados no estudo com o uso de medicamentos para tratamento dos transtornos de ansiedade e/ou depressão (Tabela 4). Por outro lado, a etnia/cor autodeclarada ($p < 0,01$) e realização de atividade remunerada ($p = 0,020$) estiveram associadas à realização de psicoterapia (Tabela 5).

Tabela 4 - Avaliação da associação do uso de medicamentos psicoativos entre estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo que relataram possuir diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão, 2022 ($n=396$)

Variáveis	Uso de medicamentos							
	Ansiedade				Depressão			
	Não	Sim	χ^2	p	Não	Sim	χ^2	p
Sexo								
Masculino	46	49	1,398	0,237	64	31	1,462	0,227
Feminino	125	176			182	119		
Faixa-etária								
Até 21 anos	69	80	5,025	0,08	101	48	3,282	0,194
22-23 anos	30	61			54	37		
≥ 24 anos	72	84			91	65		
Estado civil								
Solteiro/Separado/Viúvo	150	203	0,629	0,428	221	132	0,325	0,569
Casado	21	22			25	18		
Etnia/cor								
Branco(a)	92	111	3,216	0,359	121	82	5,115	0,164
Pardo(a)	53	79			80	52		
Preto(a)	26	32			42	16		
Amarelo(a) (origem oriental)	0	3			3	0		
Exerce atividade remunerada								
Não	89	137	3,1	0,078	143	83	0,297	0,585
Sim	82	88			103	67		

Fonte: elaborada pelos autores

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

Tabela 5 - Fatores associados ao uso de psicoterapia para tratamento de transtornos de ansiedade e/ou depressão entre estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo que relataram possuir diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão, 2022 (n=396)

Variáveis	Psicoterapia		χ^2	p
	Não	Sim		
Sexo				
Masculino	64	31	0,66	0,420
Feminino	189	112		
Faixa-etária				
Até 21 anos	96	53	2,604	0,27
22-23 anos	52	39		
≥ 24 anos	105	51		
Estado civil				
Solteiro/Separado/Viúvo	224	129	0,264	0,610
Casado	29	14		
Etnia/cor				
Branco(a)	121	82	12,65	< 0,01*
Pardo(a)	81	51		
Preto(a)	49	9		
Amarelo(a) (origem oriental)	2	1		
Exerce atividade remunerada				
Não	155	71	5,03	0,020*
Sim	98	72		

*Associação estatisticamente significativa

Fonte: elaborada pelos autores

DISCUSSÃO

Esse estudo identificou uma proporção considerável de estudantes universitários que relataram possuir diagnóstico de transtornos de ansiedade e/ ou depressão, sendo os medicamentos psicoativos a estratégia mais utilizada para o manejo desses transtornos. Os achados deste estudo estão alinhados com a literatura internacional, que sugere um agravamento das condições de saúde mental na população geral devido ao estresse e isolamento social durante o período da pandemia da covid-19^{4,5}. Além disso, a alta ocorrência de estudantes com sintomas ansiosos e depressivos classificados como moderados a graves, de acordo com os escores GAD-7 e PHQ-9, destaca a urgência de proporcionar suporte profissional e implementar intervenções eficazes e acessíveis dentro do ambiente universitário. Esse aspecto ganha mais relevância quando se observa que um quarto dos estudantes não faz uso de medicamentos psicoativos e/ou psicoterapia, abordagens consideradas padrão-ouro no tratamento desses transtornos de saúde mental.

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Mais da metade dos estudantes relatou fazer uso de medicamentos para tratar transtornos de ansiedade e/ou depressão, sendo os inibidores seletivos da recaptção de serotonina os mais citados. Estudos realizados nos últimos anos têm evidenciado o crescente uso de medicamentos psicoativos por estudantes universitários^{14,16}. Morris et al.²⁷, ao avaliar o uso de medicamentos psicoativos por estudantes universitários dos Estados Unidos por mais de uma década (2007-2019), observaram que as prescrições de antidepressivos passaram de 8,0% para 15,3%. Entre as classes de medicamentos psicoativos, os inibidores da recaptção de serotonina se destacam como tratamentos de primeira escolha para os transtornos de ansiedade e depressão, devido à sua eficácia comprovada e perfil de efeitos adversos geralmente bem tolerados^{28,29}. Essas características justificam a alta prevalência de seu uso neste estudo.

Por outro lado, é importante ressaltar que os benzodiazepínicos representaram a segunda classe de medicamentos mais frequentemente utilizada pelos universitários. A ampla utilização dessa categoria de medicamentos também foi observada em outras pesquisas^{30,31}. Na população brasileira, entre aqueles com diagnóstico prévio de transtornos de saúde mental, a prevalência de uso de benzodiazepínicos foi de 7,8%³². Neste estudo, a ocorrência de uso de benzodiazepínicos entre os universitários chegou a 45,8%. Os benzodiazepínicos são efetivos para o tratamento agudo dos sintomas da ansiedade, mas seu uso deve ser realizado por períodos curtos devido aos efeitos adversos, principalmente a tolerância, dependência e crises de abstinência³³. Apesar da ocorrência de uso de benzodiazepínicos ser alta entre os universitários deste estudo, é importante considerar que a amostragem foi realizada por conveniência e os dados devem ser avaliados com cautela. Além disso, não foram coletadas a posologia e tempo de uso desses medicamentos, o que impossibilita explorar a adequação do tratamento. Estudos farmacoepidemiológicos são necessários para examinar o uso desses medicamentos entre os estudantes, a fim de compreender sua relevância e fornecer diretrizes para a descontinuação e/ou substituição adequada desses fármacos.

O uso de medidas farmacológicas para o tratamento da ansiedade e/ou depressão foi comum para a maioria dos estudantes deste estudo, entretanto metade dos universitários indicaram já ter interrompido o tratamento farmacológico por conta própria. A interrupção do tratamento farmacológico é um comportamento comum entre os estudantes, o que pode estar relacionado à falta de conhecimento do estudante a respeito de sua condição de saúde e sua terapêutica^{34,35}. A percepção generalizada de que medicamentos não são necessários na

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

ausência de sintomas, ou que podem ser interrompidos quando os pacientes se sentem melhor, reflete uma tendência descrita pela literatura³⁶. No entanto, é curioso observar que, até mesmo entre estudantes universitários da área da saúde, a adesão ao uso de medicamentos psicoativos é desafiadora, indicando que a questão da adesão é complexa e vai além do conhecimento técnico³⁷. Nesse sentido, explorar os motivos subjacentes à baixa adesão ao tratamento entre estudantes universitários contribuirá no desenvolvimento de intervenções mais direcionadas e eficazes. Essa compreensão mais profunda pode permitir a implementação de estratégias que abordem não apenas os aspectos técnicos do tratamento, mas também os fatores psicossociais que podem influenciar a adesão.

A psicoterapia teve ocorrência de uso inferior quando comparada ao uso de medidas farmacológicas. Ademais, uma relação significativa foi observada entre as variáveis etnia e/ou cor dos estudantes e realização de atividade remunerada com o uso de psicoterapia. Apesar dessa pesquisa não ter coletado a variável renda, estudos demonstram que a etnia e/ou cor pode ser caracterizada como variável preditora de privilégios sociais para indivíduos brancos, enquanto indivíduos não-brancos tendem a possuir menos acesso aos serviços de saúde³⁸. Nesse contexto, ressalta-se a relevância da disponibilização de serviços de atendimento psicoterapêutico pela universidade, abrangendo tanto intervenções individuais quanto coletivas. Essa iniciativa é especialmente crucial para estudantes que enfrentam limitações financeiras, os quais podem não dispor de recursos para custear tais serviços de forma privada.

Este estudo forneceu uma visão abrangente sobre os transtornos mentais e as estratégias de manejo adotadas pelos estudantes universitários da Ufes. No entanto, ao interpretar esses resultados, é necessário considerar as limitações inerentes à pesquisa. Embora tenha sido realizada com uma amostra considerável de estudantes, a amostragem não-probabilística limita a generalização dos resultados. Além disso, a dependência dos relatos dos estudantes sobre seus diagnósticos e tratamentos pode introduzir vieses, tais como memória seletiva e a tendência de superestimar ou subestimar os sintomas e comportamentos.

CONCLUSÕES

O estudo revelou que uma proporção considerável dos estudantes relatou ter diagnóstico de transtornos de ansiedade e/ou depressão. A maioria dos estudantes está em tratamento com medicamentos psicoativos, enquanto um terço faz psicoterapia. O estudo não encontrou

MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

associações significativas entre o uso de medicamentos e variáveis sociodemográficas, enquanto a realização de atividades remuneradas e a cor autodeclarada estiveram associadas ao uso de psicoterapia.

As implicações destes resultados para as instituições de ensino superior incluem a necessidade de promover um acesso mais equitativo às diferentes formas de tratamento para transtornos de ansiedade e depressão. Além disso, é crucial desenvolver políticas de saúde mental que priorizem a prevenção e a educação sobre a saúde mental, assim como o suporte contínuo para estudantes, especialmente aqueles que iniciaram seus cursos durante ou após a pandemia da covid-19.

REFERÊNCIAS

1. Santomauro DF, Mantilla Herrera AM, Shadid JP, Zheng P, Ashbaugh C, Pigott D, et al. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *Lancet*. 2021;398(10312):1700–12.
2. Salari N, Hosseinian-Far A, Jalali R, Vaisi-Raygani A, Rasoulpoor S, Mohammadi M, et al. Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health*. 2020;16(1):1–11.
3. El-Nayal M, Alaeddine H. Mental Health Among University Students. *BAU J - Soc Cult Hum Behav*. 2020;1(2):1–19.
4. 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 Psychiatry*. 2022 Nov;63(11):1222-1230.
5. Aristovnik A, Keržič D, Ravšelj D, Tomažević N, Umek L. Impacts of the COVID-19 Pandemic on Life of Higher Education Students: *Sustain*. 2020;12(20):1–34.
6. American Psychiatric Association (APA). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
7. Walkup JT, Albano AM, Piacentini J, et al. Cognitive behavioral therapy, sertraline, or a combination in childhood anxiety. *N Engl J Med*. 2008;359(26):2753-2766.
8. Imel ZE, Malterer MB, McKay KM, Wampold BE. A meta-analysis of psychotherapy and medication in unipolar depression and dysthymia. *J Affect Disord*. 2008;110(3):197-206.
9. Stahl, S. *Psicofarmacologia: Bases Neurocientíficas e Aplicações Práticas*. 4. ed. Porto Alegre: Guanabara Koogan, 2017.

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

10. Zhang A, Borhneimer LA, Weaver A, Franklin C, Hai AH, Guz S, et al. Cognitive behavioral therapy for primary care depression and anxiety: a secondary meta-analytic review using robust variance estimation in meta-regression. *Journal of Behavioral Medicine*. 2019;42(6):1117–41.
11. Scott KM, Lim C, Al-Hamzawi A, Alonso J, Bruffaerts R, Caldas-De-Almeida JM, et al. Association of mental disorders with subsequent chronic physical conditions: World mental health surveys from 17 countries. *JAMA Psychiatry*. 2016;73(2).
12. Lun KWC, Chan CK, Ip PKY, Ma SYK, Tsai WW, Wong CS, et al. Depression and anxiety among university students in Hong Kong. *Hong Kong Medical Journal*. 2018;24(5).
13. Demenech LM, Neiva-Silva L, Brignol SMS, Marcon SR, Lemos SM, Tassitano RM, et al. Suicide risk among undergraduate students in Brazil in the periods before and during the COVID-19 pandemic: results of the SABES-Grad national survey. *Psychological Medicine*. 2023;53(11):4977–89.
14. Benistand P, Vorilhon P, Laporte C, Bouillon-Minois JB, Brousse G, Bagheri R, et al. Effect of the COVID-19 pandemic on the psychotropic drug consumption. *Front Psychiatry*. 2022;13(December):1–10.
15. Demenech LM, Neiva-Silva L, Brignol SMS, Marcon SR, Lemos SM, Tassitano RM, et al. Suicide risk among undergraduate students in Brazil in the periods before and during the COVID-19 pandemic: results of the SABES-Grad national survey. *Psychol Med*. 2023;53(11):4977–89.
16. Sousa MLC, Firmino RT, Gomes RDAD, Nunes WB, Perazzo MF, Paiva SM, et al. Use of anxiolytics/antidepressants among university students in the pre-vaccine period of the COVID-19 pandemic. *Rev da ABENO*. 2023;23(1):2170.
17. Sharma A, Minh Duc NT, Luu Lam Thang T, Nam NH, Ng SJ, Abbas KS, et al. A Consensus-Based Checklist for Reporting of Survey Studies (CROSS). *J Gen Intern Med*. 2021 Oct 1;36(10):3179–87.
18. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JBW, Löwe B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Arch Intern Med*. 2006;166(10).
19. Kroenke K, Spitzer RL, Williams JBW. The PHQ-9: Validity of a brief depression severity measure. *J Gen Intern Med*. 2001;16(9).
20. Zimmerman M. Using the 9-Item Patient Health Questionnaire to Screen for and Monitor Depression. *Depress Anxiety*. 2019;29(10):865–73.
21. Moreno AL, Desousa DA, De Souza AMFLP, Manfro GG, Salum GA, Koller SH, et al. Factor structure, reliability, and item parameters of the Brazilian-Portuguese version of the GAD-7 questionnaire. *Temas em Psicol*. 2016;24(1):367–76.

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

22. Osório FL, Mendes AV, Crippa JA, Loureiro SR. Study of the discriminative validity of the PHQ-9 and PHQ-2 in a sample of Brazilian women in the context of primary health care. *Perspect Psychiatr Care*. 2009;45(3):216-227.
23. Santos IS, Tavares BF, Munhoz TN, et al. Sensibilidade e especificidade do Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) entre adultos da população geral [Sensitivity and specificity of the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) among adults from the general population]. *Cad Saude Publica*. 2013;29(8):1533-1543.
24. Silva LS, Leite MF, Feitosa ALB, Faro A. Propriedades psicométricas da GAD-7 no Brasil. *Psico*. 2023 Oct 23;54(1):e39902-2.
25. Nunes D, Faro A. Factor Structure, Invariance Analysis and Social Distribution of the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). *Rev Iberoam Diagnostico y Eval Psicol*. 2022;1(62):37-49.
26. WHO Collaborating Centre for Drugs Statistics Methodology. ATC/DDD Index 2024 [atualizada em 2024 Mai 13; citado em 2024 Mai 13]. Disponível em: <http://www.whocc.no/atcddd>
27. Morris MR, Hoeflich CC, Nutley S, Ellingrod VL, Riba MB, Striley CW. Use of psychiatric medication by college students: A decade of data. *Pharmacotherapy: The Journal of Human Pharmacology and Drug Therapy*. 2021 Apr 1;41(4):350-8.
28. Oliva V, Possidente C, De Prisco M, et al. Pharmacological treatments for psychotic depression: a systematic review and network meta-analysis. *Lancet Psychiatry*. 2024;11(3):210-220
29. Slee A, Nazareth I, Bondaronek P, Liu Y, Cheng Z, Freemantle N. Pharmacological treatments for generalised anxiety disorder: a systematic review and network meta-analysis. *Lancet*. 2019;393(10173):768-777.
30. Fontes BA, Jacinto PM, Rocha RV. Consumo de ansiolíticos benzodiazepínicos durante a pandemia de COVID-19: um estudo remoto com estudantes universitários. *Sapienza Int J Interdiscip Stud*. 2022;3(1):34-44.
31. Balayssac D, Pereira B, Darfeuille M, Cuq P, Vernhet L, Collin A, et al. Use of psychotropic medications and illegal drugs, and related consequences among French pharmacy students - SCEP study: A nationwide cross-sectional study. *Front Pharmacol*. 2018;9(JUL).
32. Campanha AM, Ravagnani B, Milhorança IA, et al. Benzodiazepine use in Sao Paulo, Brazil. *Clinics (Sao Paulo)*. 2020;75:e1610.
33. Dubovsky SL, Marshall D. Benzodiazepines Remain Important Therapeutic Options in Psychiatric Practice. Vol. 91, *Psychotherapy and Psychosomatics*. S. Karger AG; 2022. p. 307-34.

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

34. Bauchrowitz C, Paz LEC, Muller EV, Possagno GCH, Minozzo BR. Prevalência de uso de psicofármacos por acadêmicos: efeitos do processo de graduação. *Brazilian Journal of Development*. 2019;5(11).
35. Ribeiro AG, Cruz LP da, Marchi KC, Tirapelli CR, Miaso AI. Antidepressants: use, adherence and awareness among medical students. *Cien Saude Colet*. 2014;19(6).
36. Marasine NR, Sankhi S. Factors Associated with Antidepressant Medication Non-adherence. *Turk J Pharm Sci*. 2021;18(2):242-249.
37. Fasanella NA, Custódio CG, Cabo JSD, Andrade GS, Almeida FA, Pavan MV. Use of prescribed psychotropic drugs among medical students and associated factors: a cross-sectional study. *Sao Paulo Med J*. 2022;140(5):697-704.
38. Mizael TM, Castro MSLB de, Dittrich A. Uma interpretação analítico-comportamental do colorismo e de suas implicações clínicas. *Acta Comportamentalia: Revista Latina de Análisis de Comportamiento*. 2021;29(4).

Submetido em: 18/2/2024

Aceito em: 27/10/2024

Publicado em: 24/3/2025

Contribuições dos autores:

Bruna Silva: Conceituação, Curadoria de dados, Análise Formal, Investigação, Metodologia, Administração do projeto, Design da apresentação de dados, Redação do manuscrito original.

Bruna Antonucci: Análise Formal, Investigação, Metodologia, Redação do manuscrito original.

Sthefany Brito Salomão: Análise Formal, Investigação, Metodologia, Redação do manuscrito original.

Yohan Mazzini: Análise Formal, Investigação, Metodologia, Redação do manuscrito original.

Walleri Reis: Análise Formal, Investigação, Metodologia, Redação - revisão e edição

Genival Santos-Junior: Análise Formal, Investigação, Metodologia, Redação - revisão e edição.

Kérlin Rocha: Conceituação, Análise Formal, Administração do projeto, Supervisão, Redação - revisão e edição.

Lorena Ayres: Conceituação, Análise Formal, Administração do projeto, Supervisão, Redação - revisão e edição

Dyego Carlos Araújo: Conceituação, Análise Formal, Obtenção de financiamento, Administração do projeto, Supervisão, Redação - revisão e edição.

**MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO POR UNIVERSITÁRIOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL**

Todos os autores aprovaram a versão final do texto.

Conflito de interesse: Não há conflito de interesse.

Financiado por: Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo

Autor correspondente:

Dyego Carlos Araújo

Universidade Federal do Espírito Santo

Laboratório de Inovação para o Cuidado em Saúde (Linc)

Departamento de Ciências Farmacêuticas,

Av. Mal. Campos, 1468 - Maruípe, Vitória - ES, 29047-105.

dyego.araujo@ufes.br | linc.ufes@gmail.com

Editora: Dra. Olga Valentim

Editora chefe: Dra. Adriane Cristina Bernat Kolankiewicz

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da licença Creative Commons.

