

AVALIAÇÃO DA OCORRÊNCIA DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ODONTOLOGIA DA FACULDADE HERRERO

EVALUATION OF THE OCCURRENCE OF DEPRESSION AND ANXIETY IN DENTISTRY STUDENTS AT FACULDADE HERRERO

Francieli Aparecida de Souza PLATNER¹
Tháisa Pfeiffer BRONZE¹
Maria Augusta RAMIRES²
Patrícia Vida Cassi BETTEGA³
Luiz Fernando Duran IÓRIO⁴

RESUMO

Introdução: A saúde mental dos acadêmicos da área da saúde vem sendo estudada nos últimos anos, pois os transtornos mentais como a ansiedade e a depressão tem grande influência na qualidade de vida dos estudantes, prejudicando o seu desenvolvimento acadêmico, habilidade de foco, motivação, disciplina na hora do estudo, insônia, entre outros. **Objetivo:** O objetivo desta pesquisa foi avaliar a ocorrência de depressão e ansiedade nos estudantes da Faculdade Herrero do curso de Odontologia, localizada na cidade de Curitiba/PR, no período de março à maio de 2023. **Materiais e Métodos:** Trata-se de um estudo transversal e descritivo, no qual participaram 172 acadêmicos do Curso Odontologia. Foram entregues dois instrumentos de avaliação a serem preenchidos, sendo eles a ESCALA HADS - (Hospital Anxiety and Depression Scale), com 14 questões do tipo múltipla escolha, onde os estudantes responderam de forma objetiva e um questionário com informações sociodemográficas. No questionário pessoal constaram questões relativas às características sociodemográficas, sociais e comportamentais. **Resultados:** O valor médio dos escores de provável ansiedade e depressão foram, respectivamente 14,38 para ansiedade e 12,61 para depressão. Ser solteiro, gênero feminino, ter alguma crença religiosa, não usar substância química e não estar satisfeito com a instituição de ensino foram considerados fatores comuns entre os acadêmicos com escores mais elevados de ansiedade e depressão. **Conclusão:** Nesta pesquisa, conclui-se que a variável ansiedade é a de maior ocorrência entre os acadêmicos de odontologia da faculdade Herrero

PALAVRAS-CHAVE: Depressão, ansiedade, estudantes de odontologia, saúde mental

ABSTRACT

Introduction: The mental health of academics in the health area has been studied in recent years, as mental disorders such as anxiety and depression have a great influence on the quality of life of students, impairing their academic development, ability to focus, motivation, discipline when studying, insomnia, among others. **Objective:** The objective of this research was to evaluate the occurrence of depression and anxiety in students at Faculdade Herrero of the Dentistry course, located in the city of Curitiba/PR, from March to May 2023. **Materials and Methods:** This is a cross-sectional and descriptive study, in which 172 dental students participated. Two assessment instruments were delivered to be completed, namely the HADS SCALE - (Hospital Anxiety and Depression Scale), with 14 multiple-choice questions, where students answered objectively and a questionnaire with sociodemographic information. The personal questionnaire included questions related to sociodemographic, social and behavioral characteristics. **Results:** The average value of probable anxiety and depression scores were, respectively, 14.38 for anxiety and 12.61 for depression. Being single, female, having some religious belief, not using chemical substances and not being satisfied with the educational institution were considered common factors among students with higher scores of anxiety and depression. **Conclusion:** In this research, it was concluded that the anxiety variable is the most frequent among dental students at Herrero College.

KEYWORDS: Depression, anxiety, students, dental, mental health

¹ Cirurgiã-dentista Egressa do Curso de Odontologia da Faculdade Herrero, Curitiba/PR

² Cirurgiã-dentista. Mestre em Odontologia, docente do Curso Odontologia da Faculdade Herrero, Curitiba/PR

³ Cirurgiã-dentista. Doutora em Odontologia, docente do Curso Odontologia da Faculdade Herrero, Curitiba/PR

⁴ Doutor em Filosofia. Docente dos cursos de Psicologia, Enfermagem e Odontologia da Faculdade Herrero, Curitiba/PR

* E-mail para correspondência: luizfernandodiorio@outlook.com

1. INTRODUÇÃO

Segundo o *Global Burden of Disease 2020* e a Organização Mundial da Saúde (OMS), houve um aumento de 27,6% em casos de transtorno depressivo maior (TDM) e um aumento de 25,6% em casos de transtornos de ansiedade (TA) em todo o mundo em 2020¹. Na América Latina, o Brasil é o país com maior prevalência de depressão, além de ser o segundo país com maior prevalência nas Américas, ficando atrás apenas dos Estados Unidos².

A depressão é considerada um problema de saúde tão frequente quanto diabetes e hipertensão³. É a principal causa de incapacidade em todo o mundo e estima-se que mais de 300 milhões de pessoas, de todas as idades sofrem desse transtorno. Nos últimos anos, tem-se observado elevados índices de ocorrência de casos de depressão na população a nível mundial, sendo estudada e relacionada a diversos fatores causais⁴.

De acordo com a Organização Panamericana de Saúde, a depressão pode causar à pessoa afetada um grande sofrimento e disfunção no trabalho, na escola ou no meio familiar. Na pior das hipóteses, a depressão pode levar ao suicídio⁵. A depressão é considerada um transtorno multifatorial, caracteriza-se por tristeza ou irritabilidade, desinteresse ou desprazer, sentimento de culpa ou baixa autoestima, distúrbios do sono ou apetite, fadiga, dificuldades cognitivas e ideias recorrentes de morte⁶.

A ansiedade se caracteriza como uma emoção própria da vivência humana, sendo considerada uma reação natural e fundamental à autopreservação, mesmo gerando sensações de apreensão e alterações físicas desagradáveis. Por outro lado, em sua condição patológica, apresenta-se de forma mais frequente e intensa, com sintomas que podem causar grande sofrimento e prejuízo à vida cotidiana, como evasão escolar, abandono de emprego e abuso de substâncias⁶.

Dentre os motivos que tornam os estudantes universitários mais propensos a esses tipos de problemas (depressão e ansiedade), podem-se citar afastamento do núcleo familiar, intensas cargas horárias de trabalho e estudo, cobrança por parte dos professores, autocobrança relacionada ao não desapontamento dos pais, falta de vocação para o curso escolhido, conflitos sociais de ordem pessoal e inseguranças quanto ao futuro profissional, após o fim do curso de graduação. Os cursos em si também podem desencadear distintos graus de sintomas de ansiedade e depressão nos acadêmicos. A exposição a um ambiente com forte tensão emocional, período de transição do treinamento teórico e pré-clínico para o clínico, alto custo das listas de materiais e a saída da faculdade para o mercado de trabalho são fatores que tornam os acadêmicos de Odontologia mais predispostos a desenvolverem o transtorno⁴. Além disso, a preocupação da necessidade de inserção futuramente no mercado de trabalho passa a ser constante e muitas vezes leva o acadêmico a vivenciar uma dupla jornada: emprego e carreira acadêmica⁷.

Nos cursos de graduação da área da saúde, a depressão e ansiedade são transtornos psicológicos frequentes, que podem afetar o rendimento acadêmico e levar a um maior risco de sofrimento psicológico⁸. Estima-se que 15 a 25% dos estudantes universitários apresentam algum transtorno psíquico, principalmente a ansiedade e a depressão durante a sua formação acadêmica⁹. O comportamento emocional do estudante interfere em sua capacidade de aprendizagem e isso prejudica o seu rendimento acadêmico. Muitos dos ingressantes procuram meios para aliviar o desgaste que estão passando durante a graduação, podendo modificar seu estilo de vida e sua saúde mental. Dentre os meios mais comuns encontram-se o consumo de bebidas alcoólicas, o tabagismo e a mudança na alimentação, contribuindo ainda mais para o surgimento dos transtornos emocionais¹⁰.

Nos últimos anos, a saúde mental do universitário tornou-se foco de atenção não só dos especialistas da área de saúde, mas da sociedade em geral¹¹. Os estudos evidenciam a vulnerabilidade dos estudantes universitários e apontam para a necessidade de ampliar a discussão em torno da saúde mental dos universitários e de desenvolver programas de prevenção e intervenção¹².

O objetivo desta pesquisa foi avaliar o índice de depressão e ansiedade nos estudantes da Faculdade Herrero do curso de Odontologia. Com os questionários aplicados, buscamos traçar

características comuns e mensurar possíveis situações que possam colaborar para a ocorrência dos quadros de ansiedade e depressão nos acadêmicos participantes da pesquisa.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Esta pesquisa foi caracterizada como um estudo transversal, descritivo e observacional, realizado com acadêmicos do curso de odontologia da Faculdade Herrero da cidade de Curitiba -PR. Uma vez que envolveu seres humanos, a pesquisa só foi desenvolvida após a aprovação da Comissão de Ética em Pesquisa da Faculdade Herrero (Parecer nº 5.946.500). Para a execução do estudo foram respeitadas e seguidas todas as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos da Resolução 466/2012¹³. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Os acadêmicos foram informados sobre a possibilidade de recusar a participar do estudo, interromper a entrevista a qualquer momento, não responder a nenhuma pergunta do questionário e que os dados obtidos seriam sigilosos e utilizados apenas para os fins da pesquisa. Foi estabelecido um cronograma baseado nos dias e horários disponibilizados por algumas disciplinas, que mediante contato antecipado com os professores responsáveis, disponibilizaram o tempo necessário para o preenchimento do material durante suas aulas, sendo então a coleta dos dados em salas de aula, em uma única sessão para cada período do curso, por meio de uso de um questionário com informações pessoais e do preenchimento da ESCALA HADS - (*Hospital Anxiety and Depression Scale*) com 14 questões do tipo múltipla, onde os estudantes deveriam responder de forma objetiva (assinalar com X)

A escala HADS compõe-se por 14 questões, com duas subescalas, sendo sete perguntas para ansiedade (itens ímpares) e sete perguntas para depressão (itens pares). A escala de resposta varia entre zero e três pontos por questão (de ausente a muito frequente) com escore máximo de 21 pontos por subescala, podendo ser rapidamente preenchida.

No questionário sociodemográfico havia perguntas pessoais, como idade, gênero que se identifica, religião, trabalho, exercício físico, consumo de substâncias químicas, dorme quantas horas por noite, tem filhos, estado civil, reside com quantas pessoas, período do curso, satisfação com a instituição e o curso escolhido e se era a primeira graduação do acadêmico. A pesquisa iniciou-se no mês de abril e finalizou-se no mês de junho de 2023.

Os dados coletados foram tabulados no programa Excel® e SPSS® 2023. De acordo com o cálculo amostral utilizando o método de amostragem de proporções para um nível de confiança de 95% e erro máximo de amostragem de 5% para mais ou para menos, o tamanho mínimo da amostra foi calculado em indivíduos, de um total de 305 discentes matriculados em 2023, foi aplicado o questionário a 172 acadêmicos do curso de graduação de odontologia, sendo quatro turmas no período matutino e quatro no período noturno, totalizando oito turmas. Foram incluídos na pesquisa, todos acadêmicos que aceitaram assinar o TCLE, de todas as idades acima de 18 anos, sem distinção de cor/raça, todos gêneros, etnias, orientação sexual, classe social.

3. RESULTADOS

A amostra final caracterizou-se por 172 acadêmicos do curso de odontologia entre o 1º e 8º períodos, sendo os resultados quanto ao preenchimento do questionário sociodemográfico e da HADS, descritos na tabela 1.

Tabela 1 – Variáveis sociodemográficas e da Escala HADS da pesquisa

IDADE	QUANT. INDIVÍDUOS	%
18 a 28	111	60,80%
29 a 38	41	24%
39 a 48	14	10,20%
Acima de 49	5	3,40%
Omisso	1	1,60%

SEMESTRE QUE O ALUNO ESTAVA CURSANDO		
Matutino (1º, 3º, 5º e 7º períodos)	87	50,60%
Noturno (2º, 4º, 6º e 8º períodos)	85	49,50%
ESTADO CIVIL		
Solteiro	120	69,80%
Casado	38	22,10%
Divorciado	12	7,00%
União Estável	2	1,20%
IDENTIFICA-SE COM ALGUM GÊNERO		
Feminino	112	65,10%
Masculino	49	28,00%
Neutro	2	1,20%
Omisso	9	5,20%
RESIDE COM QUANTAS PESSOAS		
1 a 2 pessoas	41	23,80%
3 a 4 pessoas	71	41,30%
5 a 6 pessoas	60	34,90%
ESTÁ TRABALHANDO		
Sim	132	76,70%
Não	40	23,30%
TEM FILHOS		
Sim	52	30,20%
Não	120	69,80%
PRÁTICA EXERCÍCIO FÍSICO		
Sim	85	49,40%
Não	87	50,60%
FAZ USO DE SUBSTÂNCIA QUÍMICA		
Sim	41	23,80%
Não	131	76,20%
IDENTIFICA-SE COM ALGUMA RELIGIÃO		
Católica	66	38,40%
Evangélica	49	28,50%
Sem religião	27	15,70%
Cristã	15	8,70%
Espírita	4	2,30%
Outros	3	2,80%
Omisso	8	3,60%
DORME QUANTAS HORAS POR NOITE		
8 horas	39	22,70%
Menos que 8 horas	133	77,30%
ESTÁ SATISFEITO COM O CURSO		
Sim	157	91,30%
Não	15	8,70%
ESTÁ SATISFEITO COM O A INSTITUIÇÃO		
Sim	107	62,20%
Não	65	37,80%
É A PRIMEIRA GRADUAÇÃO		
Sim	131	76,20%
Não	41	23,80%

Fonte: Autores, 2022.

Na distribuição percentual dos escores de ansiedade nos intervalos da classificação como mostra a tabela 2, foi observado que 29,65% dos acadêmicos apresentaram valores entre 0 a 7 (improvável), 37,79% dos acadêmicos apresentaram valores entre 8 a 11 (possível) e 32,56% dos acadêmicos apresentaram valores entre 12 a 21 (provável).

Tabela 2 – Análise descritiva, relação das variáveis sociodemográficas com escore de ansiedade.

		Escore de Ansiedade			Total
		IMPROVÁVEL (0-7)	POSSÍVEL (8 -11)	PROVÁVEL (12 - 21)	
IDADE	18 a 28	31	43	37	111
	29 a 38	12	13	16	41
	39 a 48	6	5	3	14
	Acima de 49	2	3	0	5
	Omisso				1
	Total	51	64	56	172
PERÍODO EM CURSO	Matutino (1º, 3º, 5º e 7º períodos)	25	31	31	87
	Noturno (2º, 4º, 6º e 8º períodos)	26	34	25	85
	Total	51	65	56	172
ESTADO CIVIL	Solteiro	33	51	36	120
	Casado	14	11	13	38
	Divorciado	4	3	5	12
	União Estável	0	0	2	2
	Total	51	65	56	172
GÊNERO	Feminino	27	39	46	112
	Masculino	20	22	7	49
	Neutro	0	1	1	2
	Omisso				9
	Total	47	62	54	172
RESIDE COM QUANTAS PESSOAS	1 a 2 pessoas	13	17	11	41
	3 a 4 pessoas	18	28	25	71
	5 a 6 pessoas	20	20	20	60
	Total	51	65	56	172
TRABALHA	Sim	38	50	44	132
	Não	13	15	12	40
	Total	51	65	56	172
FILHOS	Sim	18	16	18	52
	Não	33	49	38	120
	Total	51	65	56	172
EXERCÍCIO FÍSICO	Sim	25	32	28	85
	Não	26	33	28	87
	Total	51	65	56	172
SUBSTÂNCIA QUÍMICA	Sim	10	15	16	41
	Não	41	50	40	131
	Total	51	65	56	172
RELIGIÃO	Católica	23	24	19	66
	Evangélica	15	23	11	49
	Sem religião	5	10	12	27
	Cristã	4	3	8	15
	Espírita	1	1	2	4
	Outros	0	1	2	3
	Omisso				8
	Total	48	62	54	172
SONO	8 horas	16	15	8	39
	Menos que 8 horas	35	50	48	133
	Total	51	65	56	172
SATISFAÇÃO CURSO	Sim	50	58	49	157
	Não	1	7	7	15
	Total	51	65	56	172
SATISFAÇÃO INSTITUIÇÃO	Sim	36	42	29	107
	Não	15	23	27	65
	Total	51	65	56	172
PRIMEIRA GRADUAÇÃO	Sim	42	47	42	131
	Não	9	18	14	41
	Total	51	65	56	172

Fonte: Autores, 2022.

Diante dos resultados apresentados é possível analisar que acadêmicos que estudam no período noturno, com religião, que não fazem uso de substâncias químicas, não praticam nenhum exercício físico, que estão solteiros, identificam-se com o gênero feminino, que não dormem 8 horas por noite, sem filhos e trabalham, apresentaram escores de ansiedade elevados.

Tabela 3 – Análise descritiva, relação das variáveis sociodemográficas com escore de depressão.

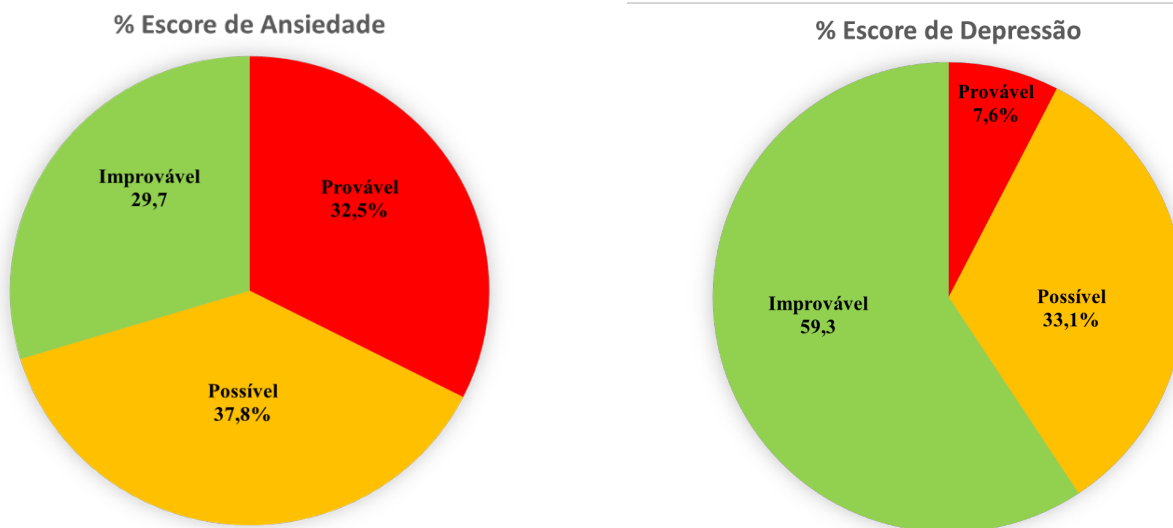
		Escore de Depressão			Total
		IMPROVÁVEL (0-7)	POSSÍVEL (8 -11)	PROVÁVEL (12 - 21)	
IDADE	18 a 28	31	71	34	6
	29 a 38	12	20	15	6
	39 a 48	6	10	4	1
	Acima de 49	2	1	4	0
	Omisso		102	57	13
Total		51	55	24	8
PERÍODO EM CURSO	Matutino (1º, 3º, 5º e 7º períodos)	25	47	33	5
	Noturno (2º, 4º, 6º e 8º períodos)	26	102	57	13
Total		51	78	33	9
ESTADO CIVIL	Solteiro	33	20	16	2
	Casado	14	4	6	2
	Divorciado	4	0	2	0
	União Estável	0	102	57	13
Total		51	60	43	9
GÊNERO	Feminino	27	34	12	3
	Masculino	20	0	1	1
	Neutro	0			
	Omisso		94	56	13
Total		47	23	14	4
RESIDE COM QUANTAS PESSOAS	1 a 2 pessoas	13	41	26	4
	3 a 4 pessoas	18	38	17	5
	5 a 6 pessoas	20	102	57	13
Total		51	77	46	9
TRABALHA	Sim	38	25	11	4
	Não	13	102	57	13
Total		51	28	20	4
FILHOS	Sim	18	74	37	9
	Não	33	102	57	13
Total		51	57	24	4
EXERCÍCIO FÍSICO	Sim	25	45	33	9
	Não	26	102	57	13
Total		51	20	16	5
SUBSTÂNCIA QUÍMICA	Sim	10	82	41	8
	Não	41	102	57	13
Total		51	38	23	5
RELIGIÃO	Católica	23	30	15	4
	Evangélica	15	16	9	2
	Sem religião	5	9	4	2
	Cristã	4	2	2	0
	Espírita	1	2	1	0
	Outros	0			
Omisso		97	54	13	
Total		48	30	7	2
SONO	8 horas	16	72	50	11
	Menos que 8 horas	35	102	57	13
Total		51	97	51	9
SATISFAÇÃO CURSO	Sim	50	5	6	4
	Não	1	102	57	13
Total		51	71	31	5
SATISFAÇÃO INSTITUIÇÃO	Sim	36	31	26	8
	Não	15	102	57	13
Total		51	84	37	10
PRIMEIRA GRADUAÇÃO	Sim	42	18	20	3
	Não	9	102	57	13
Total		51	71	34	6

Fonte: Autores, 2022.

Quanto aos escores de depressão, foi observado que 59,3% dos acadêmicos apresentaram valores entre 0 a 7 (improvável), 33,1% dos acadêmicos apresentaram valores entre 8 a 11 (possível) e 7,6% dos acadêmicos apresentaram valores entre 12 a 21 (provável).

O escore improvável obteve maior pontuação, apenas em 5 variáveis mostrou-se como possível, o estado civil (divorciado e união estável), estudantes que estavam acima dos 49 anos, alunos que não estava satisfeito com o curso e discentes que não estavam em sua primeira graduação, foram as variáveis com escore de possível para depressão.

Gráfico 1 – Comparação entre porcentagens dos acadêmicos e escore de ansiedade e depressão.



Fonte: Autores, 2022.

Podemos observar através dos gráficos acima, a diferença entre os escores de ansiedade e depressão, verificamos que os escores de ansiedade possui percentuais próximos, acadêmicos que apresentaram alguma relação com a ansiedade totalizaram 70,3% (provável + possível). Em relação à depressão, o escore improvável apresentou a maior percentagem 59,3%.

4. DISCUSSÃO

A *Hospital Anxiety and Depression Scale* (HADS) foi desenvolvida por Zigmond e Snaith (1983)¹⁴, com o objetivo de identificar casos (possíveis ou prováveis) de transtornos de ansiedade e/ou depressão leves em populações não-clínicas¹⁵.

Verificamos no presente estudo que o gênero feminino apresentou escore possível e provável maior de ansiedade, o mesmo foi detectado em estudos que avaliaram estudantes da área da saúde em cidades brasileiras e fora do Brasil. Esses resultados são semelhantes aos encontrados na população geral, que apontam o gênero feminino como aquele em que mais comumente se encontram altos níveis de ansiedade⁶. Em relação ao gênero masculino, dos 49 homens que participaram da pesquisa, sete apontaram escores prováveis e 22 escores possíveis para ansiedade, o gênero masculino demonstrou escores de ansiedade menores, corroborando ao estudo que destaca o fato de os homens alegarem menos sintomas depressivos comparados às mulheres pode estar relacionado ao contexto cultural brasileiro que impõe marcas de identidade, defendidas como pontos de referência para o reconhecimento do ser homem, como o ser provedor, a quem compete o poder nas relações de gênero¹⁰.

No que diz respeito aos períodos do curso, os calouros apresentaram escores possíveis e prováveis de ansiedade similares, semelhante ao estudo que claramente evidencia a relação ao ano cursado, alunos ingressantes apresentaram os escores mais elevados tanto de ansiedade quanto de depressão, com diferenças significativas entre os demais anos⁴. Nesta pesquisa observaram-se que

os escores de ansiedade em acadêmicos nos primeiros períodos do curso de odontologia, apresentam-se maiores que o escore de ansiedade em acadêmicos que estavam nos últimos semestres. Isso vai ao encontro da literatura, onde ao adentrar em uma nova fase de vida, a realização de estar se profissionalizando em um curso desejado, a adaptação frente a um novo ambiente, as novas rotinas de estudo, as novas amizades, o afastamento do núcleo familiar, as novas responsabilidades, o enfrentamento de situações-problema sem o apoio familiar, dentre diversos outros motivos, podem ser responsáveis pela maior sintomatologia nos anos iniciais⁴.

Ambientes de trabalho emocionalmente intensos com longas jornadas de atividade contribuem de forma significativa para agravar o problema (ansiedade e depressão). Somando isso à angústia e à ansiedade, pode-se deduzir a constituição de um contexto fértil para o desenvolvimento e para a intensificação do sofrimento psíquico¹⁰. As obrigações, os atendimentos, os laboratórios e as práticas, conciliados com as teorias, aulas e atribuições do acadêmico exige dele grande foco e disciplina acadêmica, na odontologia, a depressão e a ansiedade ganham destaque⁸.

Podemos observar que acadêmicos que dormiam menos que 8 horas por noite, apresentaram escores de ansiedade elevados, alguns estudos mostram que é importante dormir o suficiente, pois o sono ajuda a manter a mente e o corpo saudáveis por conta do descanso físico e mental¹⁵, sendo assim, os distúrbios do sono e níveis elevados de ansiedade podem impactar no desempenho físico, emocional e mental, reduzindo a qualidade de vida e influenciando fortemente na tomada de decisões¹⁶.

Estudantes que conciliavam trabalho aos estudos, apresentaram escores de ansiedade maiores do que estudantes que não trabalhavam, estudos indicam que acadêmicos com responsabilidades acadêmicas e profissionais, desenvolvem transtornos como ansiedade e depressão com mais frequência, tendo em vista que a natureza da futura profissão exige interagir e lidar com problemas de saúde⁸ e ainda precisam dividir seu tempo com os problemas relacionadas ao trabalho remunerado.

Discentes casados apresentaram escores improváveis e os solteiros apresentaram escores possíveis para ansiedade, os que estavam divorciados e em união estável mostraram escores prováveis para ansiedade, esses resultados mostra o oposto à alguns estudos, pois a literatura afirma que problemas conjugais mais frequentemente agravam a situação pelas responsabilidades impostas, gerando situações estressantes e aumentando os riscos de ansiedade e depressão, porém, não foi observada correlação significativa entre estado civil dos estudantes e ansiedade e/ou depressão¹⁷.

Os níveis de ansiedade em acadêmicos que não praticavam nenhum exercício físico apresentaram escores possíveis, esse fator vai ao encontro de estudos que observaram correlação entre sintomas de ansiedade e depressão à falta da prática regular de algum exercício, pois o exercício físico é reconhecido por diminuir os níveis de ansiedade e consequentemente os sintomas depressivos, melhorando a qualidade de vida dos indivíduos que têm o hábito da prática exercícios⁷.

O conhecimento dos problemas que afligem os acadêmicos da área de saúde permite um planejamento adequado para atender às suas solicitações, fornecendo dados sólidos à instituição de ensino, com o intuito de auxiliá-la no aprimoramento da formação e de suas relações interpessoais no ambiente acadêmico¹².

No presente estudo não foi possível associação entre a ansiedade e depressão à algumas variáveis sociodemográficas, pois há poucos estudos relacionados à relação ao consumo de substâncias químicas, quantidade de pessoas que reside na mesma casa, satisfação com o curso e a instituição e se o acadêmico estava em sua primeira graduação.

De modo geral, a depressão obteve escores improváveis em todas as variáveis sociodemográficas, apenas nas variáveis estado civil (divorciado e união estável), acadêmicos que não estavam satisfeito com o curso e os que não estavam em sua primeira graduação, tiveram escores possíveis para depressão. Os escores possíveis e improváveis somaram 40,7% do total dos discentes, ou seja, a minoria dos alunos apresentaram relação com a depressão. Diferentemente dos escores de ansiedade, mostrou que 70,3% dos alunos têm alguma relação com ansiedade.

Ainda não está esclarecido se os estudantes de odontologia iniciam o curso com uma maior predisposição à ansiedade e/ou depressão, por serem pessoas que possuem características psicológicas que já as colocam em um grupo de risco, ou se adquirem tais transtornos ao decorrer do curso. Na literatura internacional, ter renda baixa, ser mulher, não ter um parceiro estável, estar desempregado e não praticar nenhuma religião são variáveis sociodemográficas que podem ser identificadas como fatores associados a desordens mentais como ansiedade e depressão¹¹.

Há necessidade de incentivar os acadêmicos a reconhecerem seus limites e buscar ajuda, quer seja de amigos, parentes ou profissional, desde que sintam-se amparados e seguros, visando prosseguir e aprender a lidar com as adversidades da graduação, bem como a ativa participação da instituição em se preocupar com a saúde dos profissionais que estão sendo formados dentro desse ambiente. Nesse âmbito, é crucial que exista um posicionamento e apoio da própria instituição, com meios de apoio psicológico e acompanhamento desses acadêmicos⁷.

5. CONCLUSÃO

Levando em consideração todos os resultados alcançados, percebe-se a necessidade de intervenção da instituição para um estudo crítico, a fim de que o ambiente acadêmico seja um local onde o estudante possa ter um amparo diante das situações apresentadas no dia a dia clínico, o bem-estar psicológico dos acadêmicos, favorecem um aprendizado com qualidade e melhor aproveitamento.

Conclui-se que a avaliação da ocorrência de ansiedade entre os acadêmicos de odontologia da faculdade Herrero é notavelmente maior do que a ocorrência de depressão que apresentou como resultado improvável.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus por nos manter no caminho correto durante este projeto de pesquisa com saúde e forças para chegar à conclusão deste TCC. Somos gratos às nossas famílias pelo apoio e paciência, colaborando com nossos momentos de pesquisa e estudo. Um agradecimento especial ao nosso orientador, professor Luiz Fernando Duran Iório pelo incentivo e pela dedicação do seu tempo ao nosso projeto de pesquisa. Também queremos agradecer a todos os 172 colegas, acadêmicos do curso de Odontologia da Faculdade Herrero, pela participação na pesquisa, sem os quais, não seria possível estudar e tabular dados concretos abordando esse tema de grande relevância, em busca de melhorias em nossa instituição de ensino.

REFERÊNCIAS

1. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization; [Internet]. 2022. [acesso em 09 de out. de 2022]. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/356119>.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão. Portal Gov.br; Brasília, [Internet]. 22 set.2022. [acesso em 09 de out. de 2022]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>.
3. Rodrigues MJFS. O diagnóstico de depressão. *Psicol USP*. 2000; 11.(1):155-87. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0103-65642000000100010>.
4. Garbin CAS, dos Santos LFP, Garbin AJS, Garbin AJ Ísper, Saliba TA, Saliba O. Fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão em estudantes de Odontologia. *Rev ABENO*. 2021; 21(1):1086. Disponível em: <https://revabeno.emnuvens.com.br/revabeno/article/view/1086>
5. Organização Pan-Americana da Saúde. Depressão. Brasília (DF); [Internet]. 2022. [acesso em 09 de out. de 2022]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>.

6. Leão AM, Gomes IP, Ferreira MJM, Cavalcanti LP de G. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Rev bras educ med.* 2018; 42(4):55–65. Doi: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092>
7. Silveira GEL, Viana LG, Sena MM, Alencar MMSC, Soares PRAL, Aquino PS, Ribeiro SG. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. *Acta Paul Enferm* 2022; 35:eAPE00976. Doi: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO009766>
8. Ferreira DCS, Cruz MS. O nível de ansiedade e depressão dos alunos do curso de odontologia e a importância do apoio psicológico. *Revis de literatura. Rev Cathedral.* 2022;4(2):24-0.
9. Cavestro J de M, Rocha FL. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *J bras psiquiatr [Internet].* 2006; 55(4):264–7. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852006000400001>
10. Pena NGS, Cavalcanti UDN, Santos DBN, Magalhães MAV, Costa MR, Silva ZB. Investigação dos níveis de ansiedade e depressão em acadêmicos de odontologia de uma instituição de ensino superior. *Odontol. Clín.-Cient. Recife.* 2002; 20(2):32-36.
11. Lima SO, Lima AMS, Barros ES, Varjão RL, Santos VF, Varjão LL, et al. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. *Psicol cienc prof.* 2019;39:e187530. Doi: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>
12. Padovani RDC, Neufeld CB, Maltoni J, Barbosa LNF, Souza WF, Cavalcanti HAF, et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Rev Bras Terap Cognit.* 2014; 10(1):2-10.
13. Brasil. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 13 jun. 2013.* [acesso em 25 Jun de 2023] Disponível em: <http://bit.ly/1mTMIS3>
14. Zigmond AS, Snaith RP. The hospital anxiety and depression scale. *Acta Psychiatr Scand.* 1983 Jun;67(6):361-70. Doi: 10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x. PMID: 6880820.
15. Centers for control and prevention. Sleep and Sleep Disorders. United States; National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Division of Population Health [Internet] December 14, 2022. [acesso em 25 de mai. de 2023]. Disponível em https://www.cdc.gov/sleep/about_sleep/key_disorders.html.
16. Bodanese BCS, Roderjan AK, Gil I, Purin KSM. Como a qualidade do sono e a ansiedade podem afetar estudantes que desejam cursar medicina - uma avaliação objetiva. *Rev. Med.* 2021;100(2):96-101.
17. Vasconcelos TC de, Dias BRT, Andrade LR, Melo GF, Barbosa L, Souza E. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Rev bras educ med.* 2015; 39(1):135–42. Doi: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n1e00042014>