

Prevalência e avaliação de manifestações de sintomas de transtorno de depressão e relação com fatores sociodemográficos e antropométricos em acadêmicos da Universidade Federal de Rondônia, Porto Velho

Prevalence and assessment of depression symptoms and their relationship with sociodemographic and anthropometric factors among students at the Federal University of Rondônia, Porto Velho.

Glauciano Ferreira da Silva Junior¹
Luana Lacerda Balcevic¹
Almeida Andrade Casseb¹
Gleicilaine Aparecida Sena Casseb²

Resumo

Este estudo investigou a prevalência e fatores associados à depressão em acadêmicos da Universidade Federal de Rondônia (UNIR), por meio do inventário de Beck e variáveis clínicas, antropométricas e de estilo de vida. A amostra de 109 participantes apresentou alta prevalência de sintomas de transtorno de depressão. Em nossa amostra, 56,9% dos participantes apresentou escores altos de sintomas de depressão, 30,3% apresentou escores de sintomas entre leve a moderado, 9,2% apresentou escores no intervalo de moderado a severo e 3,7% dos participantes mostrou escore severo de sintomas. A prática regular de exercício físico teve efeito protetor significativo contra a manifestação de sintomas de depressão e reduziu em 89% a prevalência de sintomas moderados a severos ($p < 0,001$). O uso de

¹ Departamento de Arqueologia da Universidade Federal de Rondônia (UNIR)

² Departamento de medicina da Universidade Federal de Rondônia (UNIR)

ansiolíticos e a presença de inchaço abdominal associaram-se à maior gravidade de sintomas do transtorno de humor, embora esta última tenha perdido significância após correção para múltiplas comparações. Não houve associação estatística com sexo, tabagismo, etilismo, uso de drogas ou obesidade. Os achados reforçam o papel da atividade física na saúde mental e indicam possível relação entre sintomas gastrointestinais e depressão. Conclui-se que estratégias preventivas e terapêuticas voltadas à prática física e à saúde intestinal podem contribuir para a redução da prevalência e gravidade da depressão.

Palavras-chave: Depressão. Saúde Mental. Universitários. Prevalência.

Abstract

This study investigated the prevalence and factors associated with depression among students at the Federal University of Rondônia (UNIR), using the Beck Inventory and clinical, anthropometric, and lifestyle variables. The sample of 109 participants showed a high prevalence of depressive disorder symptoms. In our sample, 56.9% of participants presented high scores of depressive symptoms, 30.3% showed scores ranging from mild to moderate, 9.2% had scores in the moderate to severe range, and 3.7% of participants showed severe symptom scores. Regular physical exercise had a significant protective effect against the manifestation of depressive symptoms and reduced the prevalence of moderate to severe symptoms by 89% ($p < 0.001$). The use of anxiolytics and the presence of abdominal bloating were associated with greater severity of mood disorder symptoms, although the latter lost significance after correction for multiple comparisons. There was no statistical association with sex, smoking, alcohol consumption, drug use, or obesity. The findings reinforce the role of physical activity in mental health and indicate a possible relationship between gastrointestinal symptoms and depression. It is concluded that preventive and therapeutic strategies focused on physical activity and intestinal health may contribute to reducing the prevalence and severity of depression.

Keywords: Depression. Mental health. University students. Prevalence.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com o Ministério da Saúde em 2022, a depressão é um transtorno mental associado a incapacidade, desinteresse, distorção da realidade, inutilidade e dor física, podendo incluir cólicas, distúrbios digestivos, dores musculares e cefaleia. É multifatorial, impacta a qualidade de vida e pode levar ao suicídio (MS, 2022; Nardi *et al.*, 2021). O Brasil lidera a prevalência na América Latina e se manifesta predominante em mulheres (20%) em comparação aos homens (12%). A depressão é comum na 3ª década de vida mas pode ocorrer em qualquer faixa etária (MS, 2022). A OMS classifica a depressão como 4ª causa de ônus global e 1ª em tempo de incapacidade (MS, 2022). Cerca de 13% da população mundial (970 milhões) têm transtornos mentais; no Brasil, quase 19 milhões (17%), acima da média regional (12%) (Errazuriz *et al.*, 2023). Os gatilhos variam conforme condições individuais, influenciando gravidade e duração dos episódios (Nardi *et al.*, 2021).

O diagnóstico é clínico, seguindo CID-11 e DSM-5, com subtipos como disruptivo de desregulação do humor, depressivo maior, persistente (distímia), disfórico pré-menstrual, induzido por substâncias e devido a condições médicas (Nardi *et al.*, 2021). O CID-11 inclui episódios depressivos, recorrente e distímia (Nardi *et al.*, 2021). O tratamento combina psicotrópicos e psicoterapia, escolhidos segundo subtipo, histórico, resposta fisiológica, comorbidades e custo (Mariotti *et al.*, 2023; MS, 2022; Nadir *et al.*, 2021). Casos leves podem responder a exercício, conexão social e espiritualidade; casos moderados demandam uso de inibidores seletivos da recaptação de serotonina; episódios com sintomas psicóticos requerem antidepressivos e antipsicóticos (Nadir *et al.*, 2021). Cerca de 40% não respondem a qualquer dos tratamentos disponíveis (Armigliat, 2019).

A microbiota intestinal influencia o sistema nervoso central pelo eixo intestino-cérebro, afetando funções gastrointestinais, imunológicas e a produção de serotonina. A Disbiose pode alterar permeabilidade intestinal, induzir inflamação e reduzir serotonina, associando-se à depressão (Marese *et al.*, 2019). Metabólitos como ácidos graxos conjugados favorecem a população

de bactérias dos gênero *Bifidobacterium* e a saúde mental (França et al., 2021).

Acadêmicos do ensino superior enfrentam estresse e desgaste emocional, agravados por sedentarismo e dieta inadequada, elevando riscos psicossociais e uso de antidepressivos, psicoestimulantes ou drogas ilícitas (Lima et al., 2019; Dias et al., 2021). A má qualidade de vida, com apetite aumentado, isolamento e fadiga, favorece obesidade, que agrava quadros depressivos (Cachoeira et al., 2023). Lima et al. (2019) encontraram prevalência de 5,40% de prevalência de quadros depressivos entre alunos do curso de odontologia, 8,60% no curso de enfermagem e 3,60% em alunos do curso de medicina. Isara et al. (2022) identificaram 32% de prevalência em alunos do curso de medicina associado a problemas emocionais, financeiros e tabagismo. A comparação entre 2019 e 2022 indica aumento de casos, especialmente no meio acadêmico.

Ao passo que as questões psicopatológicas afetam os acadêmicos, também impactam na problemática relacionada à baixa qualidade de vida, repercutindo diretamente nos padrões antropométricos do indivíduo (Cachoeira et al., 2023). Isso ocorre em razão dos pacientes com depressão tenderem a ganhar peso, especialmente quando apresentam manifestações psicossomáticas como aumento do apetite, sedentarismo, isolamento social e fadiga (Cachoeira et al., 2023). Essas condições resultam em implicações biológicas ligadas à obesidade, causando prejuízos em diversos aspectos como psicológicos, mudanças gastrointestinais, neuro-hormonais e, por conseguinte, elevando os índices de depressão (Cachoeira et al., 2023).

Os dados fornecidos pela literatura científica até o momento, ressaltam a importância de programas de intervenção psicoterápica e disseminação informativa acerca da importância da saúde mental para estudantes universitários durante a graduação, destacando a necessidade de identificar agentes estressores que possam contribuir para a depressão, como o estilo de vida dos alunos e outros problemas de saúde.

2. METODOLOGIA

2.1 Desenho do estudo.

Trata-se de um estudo observacional, descritivo, com uma abordagem quantitativa. Foram utilizados dados extraídos de respostas dos participantes baseadas no Inventário de depressão de Beck. A coleta de dados foi realizada por meio de entrevistas presenciais com os voluntários. Medidas de IMC, relação cintura/quadril, % de gordura corporal e massa magra também foram obtidas na ocasião da entrevista.

2.2 Critérios de inclusão

Foram incluídos em nossa amostra de conveniência, todos os participantes que ficaram na faixa etária entre 19 e 60 anos que cursavam medicina, enfermagem, biologia e psicologia na Universidade Federal de Rondônia no período vigente da pesquisa.

2.3 Critérios de exclusão

Foram excluídos os participantes que apresentaram diagnóstico psiquiátrico para transtornos de humor e que já faziam uso de medicamentos antidepressivos, glicocorticoides ou anti-inflamatórios como uso crônico.

2.4 Metodologia População e Amostra:

A população-alvo será composta pelos acadêmicos que preencherem aos critérios de inclusão e que pertencerem aos cursos de medicina, enfermagem, psicologia e biologia da Universidade Federal de Rondônia (UNIR) - Porto Velho/ RO, cursando diversos períodos de curso, no período vigente ao desenvolvimento da pesquisa.

2.5 Instrumento para coleta de dados:

Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram obtidos por meio de formulários sociodemográficos e antropométricos. Com a utilização de fita métrica foi feita a obtenção das medidas do índice de massa corporal (IMC) e de balança de bioimpedância foram obtidas informações com relação às

medidas de cintura/quadril, % de gordura corporal e massa magra. Para determinação da presença de sintomas de depressão, foi aplicado o inventário de Beck. Os dados sociodemográficos foram úteis para obtenção de respostas relacionadas ao estado de saúde mental e variáveis como o sexo, idade, uso de tabaco, atividade física, tempo semanal de exposição a luz solar e informações auto-relatadas da escala de Bristol e de função intestinal. A coleta dessas informações foi feita a partir da assinatura do Termo de Compromisso Livre e Esclarecido - TCLE e o estudo foi realizado durante o período de setembro de 2024 e abril de 2025.



Figura 1. Diagrama do sistema de classificação da aparência das fezes – Escala de Bristol, com representações visuais de diversas apresentações fecais e suas respectivas descrições para facilidade de interpretação e associação com o aspecto fecal apresentado por cada um dos participantes da pesquisa.

2.6 Tratamento estatístico

Após a coleta dos dados, inicialmente os questionários terão suas questões fechadas codificadas. As respostas às perguntas abertas serão tabuladas e codificadas. O banco de dados será montado no pacote estatístico SPSS 21.0, no qual serão feitas as análises estatísticas. Nas análises univariadas foram

obtidas frequências simples de todas as variáveis. Para as análises quantitativas serão obtidas as medidas de tendência central e dispersão. As variáveis serão testadas para a normalidade de suas distribuições. Nas análises bivariadas será utilizado o teste do qui-quadrado para testar as diferenças entre proporções e para testar as diferenças entre médias será utilizado o teste t (duas médias) e o teste F (ANOVA), para mais de duas médias. Para observar o comportamento de duas variáveis quantitativas, será utilizado o coeficiente de correlação de Pearson. Para todos, será considerado o nível de significância de 5% ($p < 0,05$). Para estimar os efeitos independentes dos fatores estudados sobre os desfechos, serão utilizadas técnicas de análise multivariada, como a regressão linear..

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES OU ANÁLISE DOS DADOS

A amostra foi composta por 110 participantes, dos quais 109 apresentaram dados completos para a variável desfecho “Nível Score Depressão”, seguindo os critérios de elegibilidade para a participação da pesquisa.

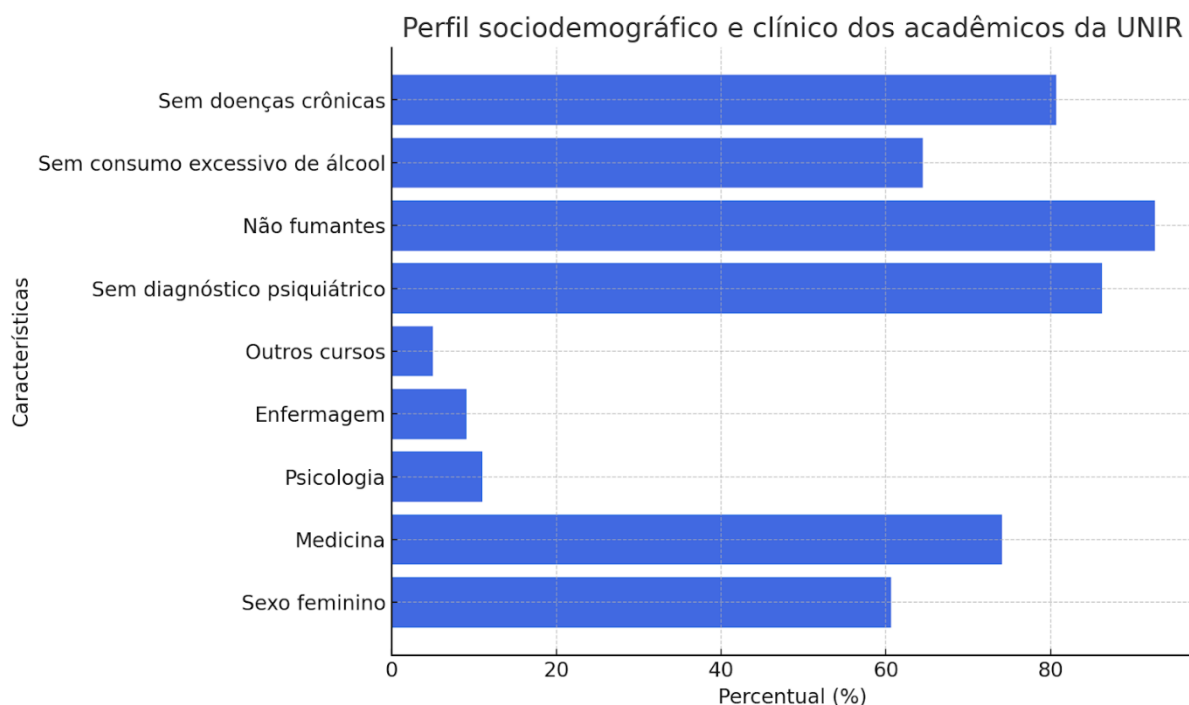


Gráfico 1. Percentual de participantes e relação ao perfil sociodemográfico relatado por eles

Observa-se predominância de estudantes do sexo feminino (60,6%) e do curso de Medicina (74,1%). A maioria não apresentava diagnóstico psiquiátrico (86,2%), não tabagista (92,7%), consumo social de álcool (64,5%) e não possuía diagnóstico de doenças crônicas (80,7%). Esses dados refletem um perfil majoritariamente saudável e não fumante.

Prevalência de Sintomas de Depressão Associado ao Sexo

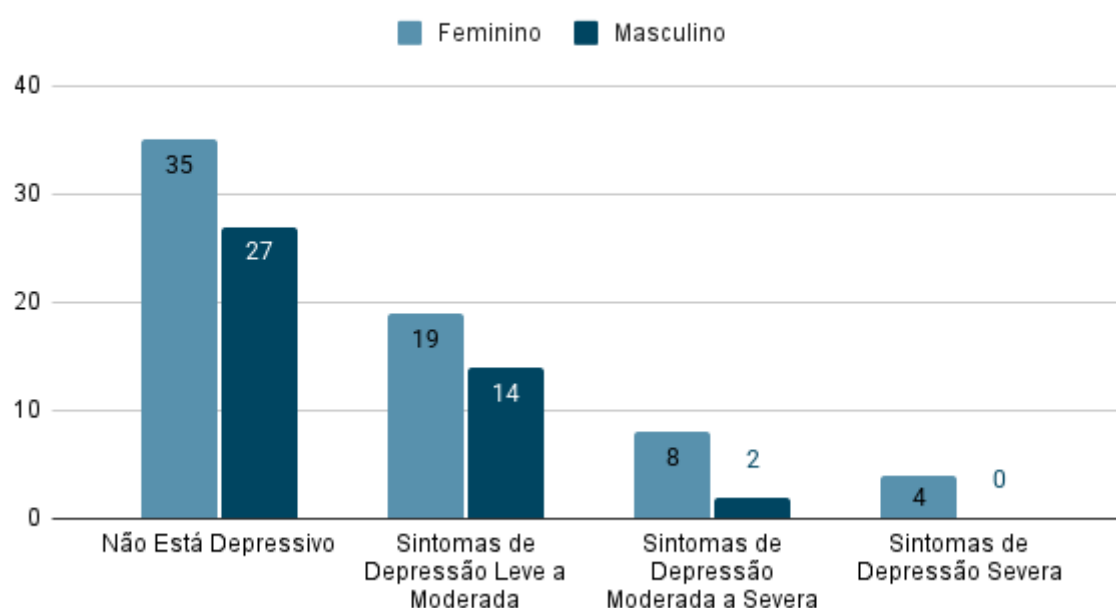


Gráfico 2. O gráfico mostra mais da metade dos estudantes avaliados (56,9%) com sintomas depressivos leves, enquanto 30,3% tiveram sintomas leves a moderados, 9,2% moderados a severos e 3,7% severos — indicando uma alta prevalência de sintomas depressivos na amostra.

Nossos resultados mostraram distribuição de sintomas de depressão com (n=62; 56,9%), sintomas leves a moderados (n=33; 30,3%), sintomas moderados a severos (n=10; 9,2%) e sintomas severos de depressão (n=4; 3,7%).

Depressão associada a Atividade Física e Alterações Gastrointestinais

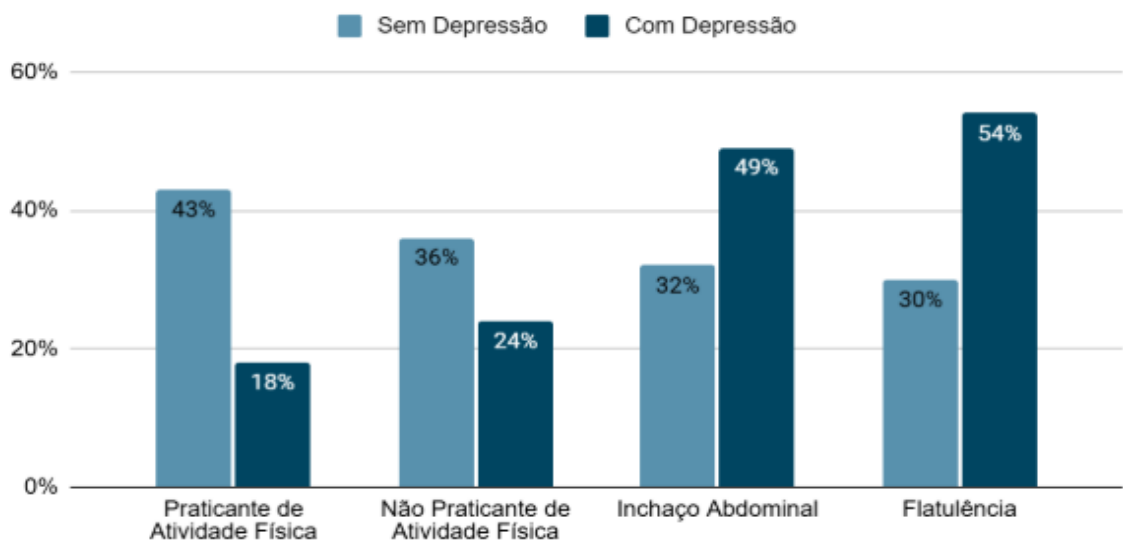


Gráfico 3. Distribuição da gravidade dos sintomas depressivos conforme a prática de exercício físico. Observa-se que indivíduos praticantes apresentam maior concentração nas categorias de menor gravidade, enquanto os não praticantes mostram maior frequência nas categorias de maior gravidade.

A análise das associações bivariadas, realizada por meio do teste do qui-quadrado, evidenciou relação estatisticamente significativa entre a gravidade de sintomas de depressão e três variáveis principais: prática regular de exercício físico, uso de ansiolíticos e ocorrência de inchaço abdominal no último mês que antecedeu a entrevista de cada participante. A prática de exercício físico apresentou associação protetora contra o estabelecimento de sintomas de depressão, com distribuição mais concentrada nas categorias de menor gravidade entre os praticantes (43 participantes - com sintomas graves de depressão, 18 participantes com sintomas que variavam de leve-moderados, 2 participantes com sintomas que variavam de moderado a severo e nenhum caso severo), em contraste com os não praticantes de exercícios físicos, que apresentaram maior frequência nas categorias de maior gravidade (16, 15, 8 e 4, respectivamente). Essa associação foi estatisticamente robusta ($\chi^2(3)=18,353$; $p<0,001$), com efeito médio (V de Cramér=0,41) e razão de prevalência (RP) para sintomas de depressão

moderada a severa de 0,11 (IC95% 0,03–0,41), indicando redução aproximada de 89% no risco relativo de manifestação de sintomas entre praticantes de exercícios físicos.

O uso de ansiolíticos esteve presente nas categorias de gravidade de sintomas de depressão, com usuários apresentando distribuição proporcionalmente mais elevada nas categorias de sintomas de depressão moderada e severa (3, 5, 5 e 1) em comparação com não usuários de ansiolíticos (58, 28, 5 e 3).

A presença de inchaço abdominal no último mês também se associou a maior gravidade de sintomas de depressão (19, 14, 8 e 2) em comparação à ausência de sintomas (43, 19, 2 e 2), com significância estatística inicial ($\chi^2(3)=9,205$; $p=0,027$), efeito pequeno a médio (V de Cramér=0,29) e RP de 3,86 (IC95% 1,26–11,50) para sintomas de depressão moderada a severa.

As demais variáveis analisadas, incluindo sexo, tabagismo, etilismo, uso de drogas lícitas ou ilícitas, obesidade, alterações do hábito intestinal, diarreia, flatulência, esforço evacuatório e diagnóstico psiquiátrico prévio, não apresentaram associações estatisticamente significativas ($p>0,05$) com a ocorrência de sintomas de depressão.

A análise de correlação de Pearson revelou associação com sintomas moderados de depressão e foi estatisticamente significativa entre os escores de sintomas de depressão e a prática de exercício físico ($r=0,406$; $p<0,001$).

Houve correlação negativa entre os escores de sintomas de depressão e a ocorrência de inchaço abdominal ($r=-0,242$; $p=0,011$) e entre escores de sintomas de depressão e o esforço evacuatório ($r=-0,193$; $p=0,045$). No âmbito das variáveis de sintomas gastrointestinais, observou-se correlações moderadas de desconforto intestinal e esforço evacuatório ($r=0,520$; $p<0,001$), desconforto intestinal e inchaço abdominal ($r=0,494$; $p<0,001$), e diarreia e flatulência ($r=0,368$; $p<0,001$), sugerindo possível colinearidade moderada entre esses sintomas.

4. CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

A associação entre escores mais elevados de sintomas depressivos e alterações na saúde intestinal corroboram evidências da literatura, segundo as quais indivíduos com disbiose e inflamação entérica apresentaram maior propensão a desenvolver transtornos de humor, como a depressão (Souza & Rocha, 2020; Valiengo & Chaud, 2022). A relação entre maior gravidade dos sintomas depressivos e alterações no funcionamento fisiológico do intestino e uso de ansiolíticos mostrou ser importante associação no manejo desses quadros de transtorno de humor.

A prática de atividade física — mesmo que em intensidade leve — é extremamente relevante na promoção da saúde mental e deve ser considerada na profilaxia de transtornos de humor. Constatamos que participantes fisicamente ativos apresentaram menores escores de sintomas de depressão e que existe forte associação entre transtorno de depressão e sedentarismo ou baixos níveis de atividade física.

Estes achados reforçam a importância de conduzir novas investigações que aprofundem a compreensão sobre os fatores socioeconômicos, demográficos e biológicos envolvidos na formação do perfil de sintomas de depressão em populações específicas, como a população de universitários de nossa amostra de estudo, bem como na população geral. Além disso, os resultados apontam para a necessidade de desenvolver estratégias preventivas e terapêuticas, não necessariamente medicamentosas na totalidade de casos, que possa capacitar melhoria na qualidade de vida dos acadêmicos e, consequentemente, contribuir para a redução da incidência da depressão no Brasil e globalmente.

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico E Estatístico De Transtornos Mentais: DSM-V. 5. Ed. São Paulo: Artmed, 2014. Acesso Em: 13/08/2025.

Aurélio, S.S.; Souza, F. Atividade Física No Combate A Incidência De Depressão E Ansiedade Na Pandemia Do Covid-19: Uma Revisão De Literatura. Unisul. 2020.

Disponível em:
<<https://Repositorio.Animaeducacao.Com.Br/Bitstream/Anima/17072/1/Tcc%20-%20suelen%20da%20silva%20aur%C3%89lio.Pdf>>. Acesso em 13/08/2025

Cachoeira, F.E.; Marcondes, I.L.; Santos, P.R.G.; Cervini, R.; Centa, A.; Dal-Pont, G.C. Correlações Da Obesidade Com Transtornos Depressivos. Seven Editora, [S. L.], P. 855–865, 2023. Disponível em: <https://Sevenpublicacoes.Com.Br/Index.Php/Editora/Article/View/1407>. Acesso Em: 13/08/2025.

Silva, F.; Ferreira, G.G. A Deficiência da Vitamina D e a Depressão em Idosos. 2018. 19. Trabalho De Conclusão De Curso (Graduação Em Nutrição) - Anhanguera, Campo Grande – Ms, 2018. Acesso em: 13/08/2025

Douglas K.S; Hart SD; Webster C.D; Belfrage H.; Guy L.S; Wilson C.M. Historical-Clinical-Risk Management-20, Version 3 (Hcr-20v3): Development And Overview. Int J Forensic Ment Health. 2014;13(2):93-108.

França, T.B.; Albuquerque, P.F.O.S.; Santos, N.F.; Matos, R.J.B. Efeitos De Probióticos Sobre O Eixo Microbiota-Intestino-Cérebro E O Transtorno De Ansiedade E Depressão / Efeitos Dos Probióticos No Eixo Microbiota-Intestino-Cérebro E No Transtorno De Ansiedade E Depressão. Revista Brasileira De Desenvolvimento , [S. L.] , V. 2, Pág. 16212–16225, 2021. Doi: 10.34117/Bjdv7n2-307. Disponível em: <https://Ojs.Brazilianjournals.Com.Br/Ojs/Index.Php/Brjd/Article/View/24802>. Acesso em: 13/08/2025.

Fava GA. May antidepressant drugs worsen the conditions they are supposed to treat? The clinical foundations of the oppositional model of tolerance. Ther Adv Psychopharmacol. 2020 Nov 2;10:2045125320970325. doi: 10.1177/2045125320970325. PMID: 33224471; PMCID: PMC7649913.

Lima, S.O. et al. Prevalência Da Depressão Nos Acadêmicos Da Área De Saúde. Psicologia: Ciência e Profissão [Online]. 2019, V. 39 [Acessado 1 Novembro 2023], E187530. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>>. Epub 20 Dez 2019. Issn 1982-3703. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>.

Ministério da Saúde. Depressão. Disponível Em:
<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>>. Acesso
Em: 13/08/2025.

Marese, A.; Ficagna, E.; Parizotto, R.; Linartevichi, V. Principais Mecanismos Que Correlacionam A Microbiota Intestinal Com A Patogênese Da Depressão. Fag Journal Of Health (Fjh), V. 1, N. 3, P. 232-239, 20 Out. 2019. Acesso em: 13/08/2025

Nardi, A.E; Silva, A.G; Quevedo, J. Tratado De Psiquiatria Da Associação Brasileira De Psiquiatria. Artmed Editora, 2021. Disponível Em:<<https://books.google.com.br/books?hl=pt-br&lr=&id=lgdheaaqbaj&oi=fnd&pg=pt5&dq=Nardi,+Antonio+Egidio%3b+Da+Silva,+Ant%C3%B4nio+Geraldo%3b+Quevedo,+Jo%C3%A3o.+Tratado+De+Psiquiatria+Da+Associa%C3%A7%C3%A3o+brasileira+De+Psiquiatria.+Artmed+Editora,+2021.+&ots=Uudvqtshp9&sig=Bkzysx92862icsn4gxpu2cag2fg>>. Acesso em: 13/08/2025

Brasil. Lei Nº 10.216, de 6 de abril de 2001. Disponível Em:
<https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/L10216.htm#:~:text=Lei%20n%C3%B0%2010.216%2C%20de>. Acesso em: 13/08/2025

Rocha, A.C.B.; Myva, L.M.M.; Almeida, S.G. O Papel Da Alimentação No Tratamento Dos Transtornos De Ansiedade E Depressão. Pesquisa, Sociedade E Desenvolvimento, [S. L.], V.9, Pág. E724997890, 2020. Doi: 10.33448/Rsd-V9i9.7890. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/index.php/Rsd/article/view/7890>. Acesso em: 13/08/2025.

Santos, L.B. et al. Prevalência, Severidade E Fatores Associados À Depressão Em Estudantes Universitários. Smad, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. Port.), Ribeirão Preto , V. 17, N. 1, P. 92-100, Mar. 2021 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762021000100013&lng=pt&nrm=iso>. Acessos Em 25 Mar. 2024. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.Smad.2021.167804>. Acesso Em: 13/08/2025

Ministério da Saúde (Gov.br). Saúde Mental. Disponível Em: <[https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental#:~:Text=A%20garantia%20do%20direito%20constitucional](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental#:~:text=A%20garantia%20do%20direito%20constitucional)>. Acesso Em: 13/08/2025

Instituto Nacional do Seguro Social (INSS - Gov.br). Transtornos Mentais Podem Garantir Estabilidade De 12 Meses No Emprego Após Alta Médica. Disponível Em: <<https://www.gov.br/inss/pt-br/assuntos/transtornos-mentais-podem-garantir-estabilidade-de-12-meses-no-emprego-apos-alta-medica-2>>. Acesso Em: 13/08/2025

Veloso, L.U.P.; Lima, C.L.S.; Sales, J.C.E.S.; Monteiro, C.F.S.; Gonçalves, A.M. D.S.; Silva, F.J.G.D. Ideação Suicida Em Universitários Da Área Da Saúde: Prevalência E Fatores Associados. *Revista Gaúcha De Enfermagem*, 40, E20180144. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180144>. Acesso Em: 13/08/2025

World Health Organization. World Mental Health Report: Transforming Mental Health For All. Disponível Em: <<https://www.who.int/publications/l/item/9789240049338>>. Acesso Em: 13/08/2025