

**Título:** Depressão, ansiedade e consumo de álcool em estudantes universitários.

**Miguel Nuno Pereira Silva Faria**,<sup>1</sup> **Isabel Margarida Pinto da Silva Ribeiro**,<sup>1</sup>  
**Mónica Alexandra de Oliveira Dias Teixeira**<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Núcleo de Investigação em Ciências e Tecnologias da Saúde – NICiTeS, Escola Superior de Saúde Ribeiro Sanches, Instituto Português da Lusofonia (IPLuso) Lisbon, Portuga;l <sup>2</sup>REQUIMTE – Rede de Química e Tecnologia, Instituto Politécnico do Porto.

\*Autor correspondente: miguel.faria@ipluso.pt

**Introdução:** Os transtornos depressivos e ansiosos são cada vez mais um problema de saúde pública, não só porque provocam consequências sérias na qualidade de vida do indivíduo, mas também estão base de várias patologias. Por outro lado, os indicadores mais recentes apontam para uma maior prevalência destes quadros em adolescentes e jovens adultos, o que tem vindo a ser acompanhado por um aumento significativo no consumo de várias substâncias, com destaque para o álcool. A transição e adaptação ao ensino superior caracteriza-se geralmente como um período de mudanças na vida académica e social dos jovens estudantes, que poderá afetar o seu bem-estar e desempenho académico.

**Objectivo:** Avaliar os níveis de depressão, ansiedade e consumo de álcool numa amostra de estudantes universitários.

**Métodos:** O instrumento de recolha de dados, colocado online, incluía um questionário de dados sociodemográficos, sendo a depressão, ansiedade e consumo de álcool avaliados através do PHQ-9, GAD-7 e AUDIT, respetivamente. Foram validados e tratados 340 inquéritos, maioritariamente respondidos por indivíduos do sexo feminino (78,6%) e com uma média de idades de 22,6 anos (DP=6,54).

**Resultados:** Uma parte relevante dos participantes, entre os 50 e os 70% evidenciou níveis elevados de depressão e de ansiedade, enquanto cerca de 20% apresentou consumos de álcool considerados de risco ou de pré-risco. A nível dos sexos observam-se diferenças significativas em todas as dimensões estudadas, com o sexo feminino a apresentar valores superiores de ansiedade e depressão, enquanto no sexo masculino o consumo de álcool foi significativamente superior. Por outro lado, considerando as áreas de estudo (Saúde, Educação e Artes e Engenharias e Gestão) não se verificaram diferenças significativas, com exceção do consumo de álcool, significativamente superior nos estudantes das áreas de Engenharias e Gestão.

**Considerações finais:** Os nossos resultados evidenciam um conjunto de indicadores preocupantes ao nível dos estudantes da academia, no que respeita aos níveis de depressão, ansiedade e consumo de álcool. Enquanto a maioria dos estudantes apresenta níveis elevados de ansiedade e depressão, com predominância para os estudantes do sexo feminino, foram os participantes do sexo masculino quem reportou níveis mais elevados de consumo de álcool. Dado que a maioria da população universitária é

constituída por indivíduos do sexo feminino, estes indicadores de ansiedade e depressão são alarmantes uma vez que o seu bem estar e rendimento académico são afetados. Quanto ao consumo de álcool, dada a faixa etária dos participantes, revela-se igualmente um fenómeno que merece ser acompanhado de perto no sentido de prevenir o agravamento futuro da situação.

**Palavra-chave:** Ansiedade; depressão; universitários