

SINTOMAS DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

SYMPTOMS OF DEPRESSION AND ANXIETY IN COLLEGE STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

Vinicius Lopes Marinho^{*1}, Jeann Bruno Ferreira da Silva², Tallita Laren Guarina da Silva³, Ítalo Brito Salera⁴, Aline Ribeiro Dias⁴

¹Psicólogo. Doutorando em Ensino pela Universidade do Vale do Taquari. Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Tocantins.

²Psicólogo. Doutorando em Desenvolvimento Regional e Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Tocantins.

³Psicóloga. Pós-Graduada em Nefrologia Multiprofissional pela Universidade Federal do Maranhão. Preceptora no curso de Psicologia da Universidade de Gurupi.

⁴Médico. Médico clínico da Prefeitura Municipal de Palmas - TO e Médico Militar - 22º Batalhão de Infantaria do Exército Brasileiro.

⁵Psicóloga. Pós-Graduada em Neuropsicopedagogia pela Faculdade de São Marcos – FACSM.

*Correspondência: Universidade de Gurupi/UnirG, Av. Rio de Janeiro n° 1585, Centro -77403-090, Gurupi-TO, Telefone: (63) 3612-7636, e-mail: vinicius.marinho22@gmail.com.

Artigo recebido em 19/12/2021 aprovado em 30/09/2022 publicado em 28/02/2023

RESUMO

Este estudo objetivou descrever a existência de sintomas de depressão e ansiedade em estudantes dos cursos de graduação de uma Universidade Pública do Sul do Tocantins durante o período da pandemia da COVID-19. A metodologia empregada foi pesquisa transversal quantitativa e descritiva, com entrevistas à 480 estudantes de uma universidade pública da região sul do Estado do Tocantins. Como instrumentos foram utilizados Inventários de Ansiedade e Depressão de Beck e um Questionário Sociodemográfico através de formulário eletrônico. Os resultados apontam que, dos 480 (quatrocentos e oitenta) discentes que participaram da pesquisa, os dados apontaram que 23% apresentavam nível mínimo de ansiedade, 36% nível leve, 17% nível moderado e 24% nível grave. Já sobre a sintomatologia depressiva, 6% dos entrevistados apresentaram nível de depressão considerado moderado a grave, 14% grave, 38% mínimo e 42% leve a moderado. Conclui-se que a população universitária estudada experimenta sintomas ansiosos e depressivos clinicamente significativos, podendo experimentar de transtornos mentais que, se não intervistos, podem se agravar.

Palavras-chave: Depressão; Ansiedade; Estudantes Universitários; COVID-19.

ABSTRACT

This study aimed to describe the existence of symptoms of depression and anxiety in undergraduate students of a Public University of Southern Tocantins during the covid-19 pandemic period. The methodology used was applied, quantitative and descriptive cross-sectional research, with interviews with 480 students of a public university in the southern region of the State of Tocantins. Beck Anxiety and Depression Inventories and a Sociodemographic Questionnaire were used as instruments through an electronic form. The results indicate that of the 480 (four hundred and eighty) students who participated in the research, the data showed that 23% had a minimum level of anxiety, 36% had a mild level, a moderate level and a severe 24% level. On depressive symptoms, 6% of the interviewees presented a level of depression considered moderate to severe, 14% severe, 38% minimal and 42% mild to moderate. It is concluded that the studied university population experiences clinically significant anxiety and depressive symptoms, and may experience mental disorders that, if not intervened, may worsen.

Keywords: *Depression; Anxiety; University Students; COVID-19.*

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo describir la existencia de síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes de pregrado de una Universidad Pública del Sur de Tocantins durante el periodo de la pandemia de covid-19. La metodología utilizada fue investigación aplicada, transversal cuantitativa y descriptiva, con entrevistas a 480 estudiantes de una universidad pública de la región sur del Estado de Tocantins. Como instrumentos se utilizaron los Inventarios de Ansiedad y Depresión de Beck y un Cuestionario Sociodemográfico a través de un formulario electrónico. Los resultados muestran que, de los 480 (cuatrocientos ochenta) estudiantes que participaron de la encuesta, los datos mostraron que el 23% tenía un nivel mínimo de ansiedad, el 36% nivel leve, el 17% nivel moderado y el 24% nivel severo. En cuanto a los síntomas depresivos, el 6% de los encuestados tenía un nivel de depresión considerado de moderado a severo, el 14% severo, el 38% mínimo y el 42% de leve a moderado. Se concluye que la población universitaria estudiada experimenta síntomas de ansiedad y depresión clínicamente significativos, pudiendo presentar trastornos mentales que, de no ser intervenidos, podrían agravarse.

Descriptores: *Depresión; Ansiedad; Estudiantes universitarios; COVID-19.*

INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais representam um relevante problema de saúde pública, em virtude de comprometer de forma significativa a qualidade de vida de um indivíduo, estando entre as maiores causas de incapacidade no mundo. Neste sentido, cabe considerar a

existência de fatores de risco para tais, dentre eles destaca-se o ensino superior (WHITEFORD *et al.*, 2010).

O ingresso no ensino superior é marcado por desafios a serem enfrentados pelos estudantes, visto que é um momento de transição de ordem psicológica, social e ambiental, que em grande parte é acompanhado pela saída da casa dos pais e conseqüente mudança de cidade e rotina.

Neste contexto esses estudantes tendem a enfrentar dificuldades em relação a adaptar-se à vida acadêmica, o que pode favorecer, o isolamento, surgindo assim sintomas depressivos e ansiosos diante dessa atual realidade. Cabe ressaltar a presença de outras variáveis, como a escassez de tempo para realização de avaliações e preocupação sobre avaliações, provas e atividades acadêmicas podem comprometer a saúde dessa população específica (CASIANO *et al.*, 2013).

Ainda segundo os referidos autores citados, também há outros fatores que se relacionam diretamente à saúde mental dos estudantes universitários, como a transição para o mercado de trabalho, que na maioria das vezes se dá diante de incertezas e dificuldades.

Atualmente a pandemia do novo coronavírus impactou a sociedade e todos os indivíduos em diversas esferas, entre elas o ensino superior. Em meio a esta realidade cada indivíduo reage e sente a situação de forma diferenciada e esse cenário representa uma carga emocional muito forte, principalmente para as pessoas que já possuem ou possuíram sintomas de depressão e ansiedade em algum momento de suas vidas (FARO *et al.*, 2020).

A depressão e a ansiedade possuem alta incidência, afetam o humor e os sentimentos das pessoas acometidas por estas, mudando a maneira como veem o mundo e realidade. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2015, 322 milhões de pessoas em todo o mundo vivenciou a depressão e 264 milhões a ansiedade. Transtornos de ansiedade e depressão podem estar associados à ideação suicida e à tentativas de suicídio, pois qualquer diagnóstico psiquiátrico é considerado um risco (VICTÓRIA *et al.*, 2013)

Em se tratando do cenário internacional, estudos como os de Beiter *et al.*, (2015); Bolsoni Silva, & Loureiro, (2015); Auerbach *et al.*, (2016); Eskin *et al.*, (2016) apontam um aumento na prevalência de sintomas de transtornos de ansiedade e depressão. Nos EUA, dados da *American College Health Association* indicam que mais da metade dos seus respectivos estudantes apresentam sintomas de ansiedade (AMERICAN COLLEGE HEALTH ASSOCIATION, 2018).

No Brasil, estudo como os de Victória et al., (2013); Castro, (2017); Maltoni et al., (2019) e Krefer e Vayego, (2019) constataram que aproximadamente 40% dessa população sofre de sintomas depressivos e sintomas ansiosos. A ansiedade e depressão são patologias psíquicas que afetam as diversas áreas da vida do indivíduo, não havendo distinção de gênero, idade ou classe social para suas respectivas manifestações.

Há estudos brasileiros avaliando presença de depressão e ansiedade em universitários que apresentam índices elevados para ambas as patologias, no entanto, conforme apontam Cerchiari et al. (2005) e Gama et al. (2008), os mesmos tendem a se concentrar em amostras oriundas de cursos de medicina ou da área da saúde em geral. Dessa forma, diversificar as amostras universitárias e realizar estudos em diferentes regiões do país para avaliar o impacto do contexto na manifestação dos sintomas é de fundamental, o que justifica a relevância do presente estudo para o campo da saúde pública.

Noutra perspectiva, até o momento, são recentes os estudos que exploraram os impactos da COVID-19 e da quarentena sobre a saúde mental de estudantes universitários, principalmente quanto aos níveis de depressão, ansiedade e stress. Logo, o presente estudo teve como objetivo, descrever a existência de sintomas de depressão e ansiedade em estudantes dos cursos de uma Universidade Pública do Sul do Tocantins no período pandêmico da COVID-19.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal de natureza quantitativa, do tipo descritiva, realizada com estudantes de uma Universidade do Sul do Estado do Tocantins, Brasil, entre os períodos de abril a julho do ano de 2021.

Por se tratar de uma população finita, com o objetivo de maximizar a representatividade da amostra, a fórmula proposta por Barbeta (2002) foi utilizada para o cálculo amostral, adotando um nível de confiança de 95% e margem de erro de até 5%, assim resultou-se no N de 358 estudantes como amostra. No entanto, o estudo obteve engajamento no meio acadêmico, resultando na participação de 480 estudantes. Os pesquisadores entraram em contato com os representantes de turma dos cursos e encaminharam por *e-mail* o link que direcionou aos formulários da pesquisa. De tal modo, os representantes também reproduziram aos demais estudantes do respectivo curso em que estavam matriculados.

Os critérios de inclusão para a participação do estudo foram: ser estudante e estar matriculado em um dos cursos de graduação de uma universidade pública municipal; ter e-mail válido; aceitar a participar da pesquisa; estar ciente, concordando e assinando digitalmente o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e; responder o questionário por completo. Foram excluídos da pesquisa os estudantes que não apresentaram endereço de e-mail válido e os que responderam parcialmente os formulários de pesquisa.

A coleta dos dados foi realizada por meio de formulário eletrônico do *Google Forms* no qual foi devidamente exposto os objetivos da pesquisa e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Por completo. Foi utilizado o Inventário de Ansiedade de Beck, bem como o Inventário de Depressão de Beck.

O primeiro, trata-se de uma escala de autorresposta com 21 itens indicativos da intensidade dos sintomas de ansiedade. Os itens foram avaliados pelo sujeito em uma escala de quatro pontos que refletem: 1-Absolutamente não; 2-levemente: não me incomodou muito; 3-moderadamente: foi muito desagradável, mas pude suportar e 4-gravemente: difícil de suportar. Para cada item atribui-se um escore individual que varia de 0 a 3 pontos. O escore total é feito pela soma total dos escores individuais e pode variar entre 0 e 63, que dará a classificação do nível de ansiedade. Já o segundo é um instrumento de autoaplicação composto por 21 itens, indicativos da presença dos sintomas de depressão em adultos e adolescentes a partir dos 13 anos - versão brasileira de Gorenstein et al. (2011).

Essa versão do IDB-II foi desenvolvida para avaliar os sintomas correspondentes aos critérios diagnósticos dos transtornos depressivos descritos no Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais – Quarta Edição (DSM – IV, 1994) da Associação Psiquiátrica Americana. Nela, os itens devem ser avaliados em uma escala de 4 pontos que varia de 0- 3 para cada item com pontuação máxima de 63.

As duas escalas foram corrigidas conforme os seus manuais e os dados foram analisados através do método quantitativo por meio de análise descritiva dos dados (frequência relativa/absoluta e porcentagem) através do software *SPSS – Statistical Package for the Social Sciences* versão 20.0 para Windows. O estudo seguiu o que prevê a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Assim foi submetido a um Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos e aprovado conforme CAAE: 43065821.1.0000.5518 e parecer nº 4.566.897

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente os resultados e discussão são apresentados a partir dos dados sociodemográficos. Na sequência são apresentados os resultados da avaliação dos escores dos Inventários de Ansiedade e de Depressão de Beck aplicados aos 480 estudantes. Para elaboração dos dados sociodemográficos foi necessário extrair e categorizar as informações contidas nos formulários eletrônicos. Os dados são representados a partir das seguintes variáveis: Sexo; Estado Civil; Renda Mensal; Situação Laboral; Com quem Reside; Atividades de Lazer; Se já fez/faz acompanhamento Psicológico; Se já fez/faz acompanhamento Psiquiátrico; e Grau de Satisfação com o Curso, conforme tabela abaixo:

Tabela 1. Perfil Sociodemográfico dos estudantes

Variáveis sociodemográficas (n=480)	Nº de estudantes	Percentual
<i>SEXO</i>		
Masculino	195	41%
Feminino	285	59%
<i>ESTADO CIVIL</i>		
Casado (a)	110	23%
União estável	80	17%
Solteiro(a)	235	49%
Divorciado(a)	55	11%
Viúvo(a)	-	-
<i>RENDA MENSAL</i>		
1 a 2 salários mínimos	65	14%
2 a 3 salários mínimos	130	26%
3 a 4 salários mínimos	105	22%
4 a 10 salários mínimos	100	21%
≥ 10 salários mínimos	80	17%
<i>SITUAÇÃO LABORAL</i>		
Apenas estuda	185	37%
Estuda e trabalha informalmente	100	21%
Estuda e trabalha formalmente	200	42%
<i>COM QUEM RESIDE</i>		
Sozinho	160	33%
Pais	150	31%
Outros familiares	20	5%
Amigos	50	10%
Companheiro(a)	100	21%
<i>PRÁTICA ATIVIDADES DE LAZER</i>		
Sempre	150	31%
Esporadicamente	200	42%
Raramente	130	27%
<i>JÁ FEZ TRATAMENTO PSICOLÓGICO</i>		

Sim	150	31%
Não	250	52%
Em andamento	80	17%
<i>JÁ FEZ TRATAMENTO PSQUIÁTRICO</i>		
Sim	95	20%
Não	315	66%
Em andamento	70	14%
<i>GRAU DE SATISFAÇÃO COM O CURSO</i>		
Péssimo	15	2%
Ruim	55	11%
Razoável	180	36%
Bom	190	39%
Excelente	60	12%

Fonte: dados da pesquisa

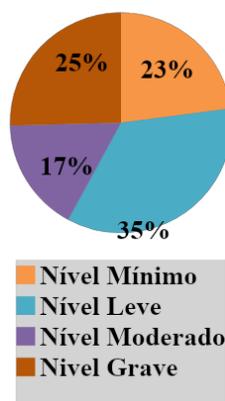
Dos estudantes entrevistados, 59% são do sexo feminino e 41% masculino; 49% são solteiros, 23% casados, 17% união estável e 11% divorciados.

Acerca da renda mensal, a maioria (26%) declarou receber entre 2 a 3 salários mínimos, enquanto a minoria (17%) possuem renda entre 1 a 2 salários mínimos. Ainda, os dados da pesquisa apontam que 42% estuda e trabalha formalmente, enquanto 37% apenas estuda e 21% estuda e trabalha informalmente. Ao serem questionados se realizam algum tipo de atividade de lazer, 42% relata que apenas esporadicamente, 31% sempre e 27% raramente.

Outrossim, 52% declararam que não realizam tratamento psicológico, 31% realizam e 17% estão em andamento. Já sobre tratamento psiquiátrico, 66% declararam que não, 20% que sim e 14% em andamento. Sobre o grau de satisfação com o curso superior, 39% declararam a opção Bom, 36% Razoável, 12% Excelente, 11% Ruim e 2% declararam a opção Péssimo.

Gráfico 1. Níveis de Ansiedade

NÍVEIS DE ANSIEDADE



Fonte: Inventário de Ansiedade de Beck

Dos 480 estudantes que participaram da pesquisa, 23% apresentavam nível mínimo de ansiedade, 24% nível leve, 17% nível moderado e 36% nível grave.

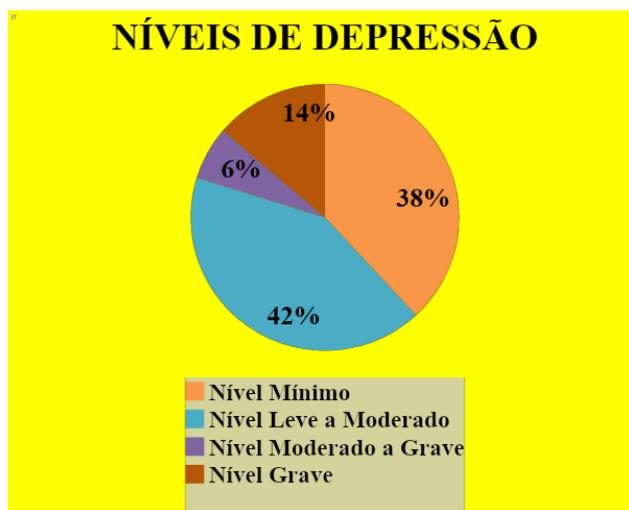
Os dados encontrados no estudo, reforçam uma publicação da Organização Mundial de Saúde (OMS) (WHO, 2020) apontou o aumento de 14,9% na taxa mundial dos transtornos de ansiedade entre os anos de 2005 e 2020, quando se atingiu a cifra de 264 milhões de pessoas que sofriam com essa doença mental no planeta. O mesmo documento apresenta um quadro comparativo no qual o Brasil é destacado como o país com a maior prevalência de ansiedade no mundo, atingindo 9,3% de sua população.

Outro estudo, realizado com 460 estudantes universitários em Portugal entre os períodos de 2018 à 2020, apontou um aumento significativo de perturbações psicológicas no último ano, especificamente no período pandêmico. Dentre as perturbações destaca-se o stress e a ansiedade (MAIA; DIAS, 2020).

Em estudo realizado por Wang et al. (2020), realizado com 1.210 participantes de 21 a 30 anos, em 194 cidades na China, 53,8% da amostra classificaram o impacto psicológico como moderado ou severo, relatando sintomas moderados ou severos de ansiedade (28,8%), depressão (16,5%) e estresse (8,1%), com diferenças significativas para o sexo feminino (WANG ET AL., 2020).

É salutar que se investigue os níveis dos impactos da COVID-19 na comunidade acadêmica, assim o presente estudo também objetivou investigar os escores de depressão na comunidade acadêmica. O Gráfico 2, abaixo, retrata as taxas obtidas.

Gráfico 2: Níveis de Depressão



Fonte: dados da pesquisa.

Em relação aos sintomas depressivos, os dados apontam que 6% dos entrevistados apresentaram nível considerado Moderado a grave, 14% Grave, 38% Mínimo e 42% Leve a Moderado.

Em estudo realizado por Dos Santos et al, (2021), em uma Instituição Privada de Ensino Superior no Distrito Federal, conduzido com 521 estudantes, observou-se o predomínio de sintomas depressivos no sexo feminino. A prevalência destes sintomas distribuiu-se em 31,3% com depressão suave, 23,4%, depressão mínima, 13,1% depressão moderadamente grave, 9,6% depressão grave e 9,2% depressão moderada (DOS SANTOS et al, 2021). Nesse estudo em questão, correlacionou-se variáveis e identificou-se que a renda familiar e o semestre cursado foram fatores associados para a severidade da depressão.

A pandemia e o fechamento das universidades afetaram intrinsecamente os quadros depressivos de estudantes, principalmente por estarem longe de casa, inseguros quanto ao futuro, com medo de infecção própria e de conhecidos (MARIN et al., 2021).

Em outros estudos, inferiu-se o predomínio de sintomas depressivos em estudantes do sexo feminino em diversas amostras, variando entre 54% até por volta de 70% dos universitários (KAPAROUNAKI; XIN, 2020).

Já acerca da gravidade, os casos em que sujeitos do sexo masculino apresentaram sintomas depressivos remeteu que estes eram mais elevados do que nas mulheres (ISLAM, 2020).

CONCLUSÃO

Conclui-se que a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão no ambiente universitário da universidade pesquisada proporcionam que se vislumbre a necessidade interventiva para que estes não se agravem.

Como já é sabido que o agravamento dos sintomas ansiosos e depressivos pode levar ao comportamento suicida, é crucial que se faça um rastreo continuamente a fim de que se adotem estratégias de manejo e intervenção nos casos mais severos e prevenção nos casos em que os sintomas são classificados como leves.

Mesmo não havendo correlacionado variáveis sociodemográficas aos resultados dos escores dos sintomas, a literatura consultada para fundamentar a discussão do estudo apontou que em outras regiões do Brasil e em outros países, o fator socioeconômico pode ter sido um agravante no contexto pandêmico.

Acredita-se que, ao divulgar os resultados deste estudo, tanto a comunidade interna quanto externa, poderão perceber a relevância de se ampliar a discussão sobre a temática saúde mental de estudantes universitários.

Todos os autores declararam não haver qualquer potencial conflito de interesses referente a este artigo.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE HEALTH ASSOCIATION. Associação de saúde universitária americana - avaliação de saúde universitária nacional II: análises de confiabilidade e validade Hanover, MD. 2018.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. DSM-3: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. Artmed Editora, 1980.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. Artmed Editora, 2014.

AUERBACH, Randy P. et al. Mental disorders among college students in the World Health Organization world mental health surveys. *Psychological medicine*, v. 46, n. 14, p. 2955-2970, 2016.

BECK, A. T. & Steer, R. A. Beck Depression Inventory. San Antonio: Psychological Corporation. 1993.

BECK, A. T., & Steer, R. A. Beck Anxiety Inventory. San Antonio: Psychological Corporation. 1990.

- BECK, J. S. BDI-II - Inventário de depressão de Beck. Ed. Pearson. Casa do Psicólogo, 2011.
- BEITER, Rebecca et al. The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*, v. 173, p. 90-96, 2015.
- BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; LOUREIRO, Sonia Regina. Anxiety and depression in brazilian undergraduate students: the role of sociodemographic variables, undergraduate course characteristics and social skills. *Current Journal of Applied Science and Technology*, p. 297-307, 2015.
- CASIANO, H. et al. Suicide and deliberate self-injurious behavior in juvenile correctional facilities: A review. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, v. 22, n. 2, p. 118-124, 2013.
- CASTRO, Vinícius Rennó. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista gestão em foco*, v. 9, n. 1, p. 380-401, 2017.
- CCMH, Center for Collegiate Mental Health. 2016 Annual Report. (2017, January). 2019 Annual Report (Publication No. STA 17-74)
- CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes; CAETANO, Dorgival; FACCENDA, Odival. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia (Natal)*, v. 10, n. 3, p. 413-420, 2005.
- DA SILVA, Ana Paula Bernardo et al. ANÁLISE DOS SINTOMAS DE ANSIEDADE E RISCO DE CARDIOPATIAS EM UNIVERSITÁRIOS. 2020.
- DOS SANTOS, Larissa Barreto et al. Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, v. 17, n. 1, p. 92-100, 2021.
- FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.
- GAMA, Marcel Magalhães Alves et al. Trait anxiety in Brazilian university students from Aracaju. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 30, n. 1, p. 19-24, 2008.
- ISLAM, Md Akhtarul et al. Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey. *PloS one*, v. 15, n. 8, p. e0238162, 2020.
- KAPAROUNAKI, Chrysi K. et al. University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. *Psychiatry research*, v. 290, p. 113111, 2020.

KREFER, Laressa; VAYEGO, Stela Adami. Prevalência de sintomas depressivos em estudantes universitários. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health*, v. 11, n. 28, p. 170-181, 2019

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.

MALDONATO M. O eclipse da esperança. *Mente & Cérebro*. São Paulo: Duetto; 2010; n.4.

MALTONI, Juliana; DE CAMARGO PALMA, Priscila; NEUFELD, Carmem Beatriz. Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. *Psico*, v. 50, n. 1, p. 29213, 2019.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. Técnica de pesquisa. 7.ed. São Paulo: Atlas, 2013.

MARIN, Gabrielli Algazal et al. Depressão e efeitos da COVID-19 em universitários. *InterAmerican Journal of Medicine and Health*, v. 4, 2021.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS). Estadísticas sanitarias mundiales 2011. Genebra: Organización Mundial de la Salud; 2011. Disponível em: http://www.who.int/entity/whosis/whostat/ES_WHS2011_Full.pdf.

PITTA, José Cássio do Nascimento. Transtornos de ansiedade. *RBM rev. bras. med*, 2011.

REYES, Amanda Neumann; FERMANN, Ilana Luiz. Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 13, n. 1, p. 49-54, 2017.

VICTORIA, Mara Sizino et al. Níveis de ansiedade e depressão em graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). *Encontro: Revista de Psicologia*, v. 16, n. 25, p. 163-175, 2013.

XIN, Meiqi et al. Negative cognitive and psychological correlates of mandatory quarantine during the initial COVID-19 outbreak in China. *American Psychologist*, v. 75, n. 5, p. 607, 2020.

WANG, Cuiyan et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, v. 17, n. 5, p. 1729, 2020.

WHITEFORD, Harvey A. et al. Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: findings from the Global Burden of Disease Study 2010. *The lancet*, v. 382, n. 9904, p. 1575-1586, 2013.