

INICIAÇÃO CIENTÍFICA - BOLSISTA DA FAPEMIG - ODONTOLOGIA

**ANSIEDADE E DEPRESSÃO, PADRÃO ALIMENTAR E MEDICAMENTOSO  
ENTRE ACADÊMICOS DE CURSOS DE GRADUAÇÃO DA UNIFENAS,  
DIVINÓPOLIS**

*Ana Luíza Nascimento Maia (ana.nluiza@aluno.unifenas.br)*

*Stéphanie Quadros Tonelli (stephanie.tonelli@unifenas.br)*

Ansiedade e depressão são transtornos que possuem relação entre si, mas apresentam causas, sintomas e tratamentos diferentes. Ambas fazem com que o indivíduo tenha comportamentos prejudiciais à sua rotina, acarretando diversos prejuízos no âmbito social, profissional e em relacionamentos de forma geral. A ansiedade pode se referir a um sentimento de inquietação, medo, nervosismo ou preocupação diante de alguma situação. Entretanto, em certas pessoas, esse sentimento se torna mais intenso e persistente. A depressão, por sua vez, pode ser desencadeada por fatores internos, que estão relacionados com a própria pessoa, ou externos, sobre os quais o indivíduo não tem controle. A má alimentação influencia nosso humor, o que dificulta o relacionamento com outras pessoas. Pode-se listar inúmeros benefícios da alimentação saudável. Dentre eles: saúde mental, disposição, bem-estar, qualidade de vida, melhoria da memória, fortalecimento do sistema imunológico, entre outros. Além disso, pode-se prevenir e tratar diversas doenças, como ansiedade, depressão, câncer, problemas cardiovasculares, colesterol, obesidade, gastrite, entre outros. Neste contexto, o objetivo desta pesquisa tem sido avaliar a ocorrência de ansiedade e depressão entre os acadêmicos de Odontologia da UNIFENAS, Divinópolis e conhecer o padrão de

consumo alimentar, além do uso de medicamentos por eles. Foi aplicado questionário voluntário aos alunos da graduação de Odontologia da Unifenas, Divinópolis, obtendo 92 respostas para avaliação da prevalência de ansiedade e depressão e conhecer o padrão de consumo alimentar e o uso de medicamentos através da coleta de dados. Tendo em vista o alto impacto da pandemia na ocorrência de ansiedade/depressão e na mudança de hábitos, padrões de consumo alimentar/medicamentoso na população em geral, torna-se necessária a investigação dessas ocorrências/padrão entre os universitários que, por sua vez, como evidenciado em estudos prévios, sofreram diretamente com o contexto pandêmico em sua saúde e qualidade de vida. De modo geral, observou-se através dos resultados parciais obtidos: humor triste ou deprimido às vezes 65%, dificuldade para se concentrar às vezes 63,7%, uso de medicamentos controlados 13,3%, aumento do consumo de carboidrato após ingressar na faculdade 48,3% sim, 15% talvez, 36,7% não. Logo, o estudo aponta a necessidade de apoio psicológico, especialmente para acadêmicos da área da saúde, devido à associação entre transtornos alimentares e depressão, que pode aumentar o risco de suicídio. Sugere-se investigar acadêmicos com esses transtornos para minimizar os riscos. Além disso, foi constatado um consumo significativo de medicamentos, incluindo automedicação e uso inadequado.

Palavras-chave: ansiedade; depressão; alunos.