

DETERMINANTES COMPORTAMENTAIS DA SAÚDE MENTAL: UM ESTUDO CORRELACIONAL SOBRE ESTILO DE VIDA E SINTOMAS PSÍQUICOS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Gustavo Campos Pereira¹; Ronald Luís da Silva Andrade¹; Marcelly Pessoa Goulart¹; Sérgio Henrique de Mattos Machado²; Stephano Picanço Damian Resende²; Cristiano Guilherme Alves de Oliveira²; Rondinelli de Carvalho Ladeira².

1. Discente do curso de Farmácia da Universidade Iguazu - Itaperuna, Campus V; 2. Docente do curso de Farmácia da Universidade Iguazu - Itaperuna, Campus V.

E-mail do autor principal: gustavaopere@gmail.com

Introdução e/ou Fundamento: A saúde mental de estudantes universitários é influenciada por fatores comportamentais, como sono, alimentação, atividade física, uso de substâncias e tempo de exposição a telas. Esses determinantes podem aumentar a vulnerabilidade a sintomas de ansiedade e depressão, tornando relevante investigar sua relação com o bem-estar psíquico nessa população. **Objetivo:** Investigar a relação entre determinantes comportamentais e sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários, considerando, entre os participantes em uso atual de psicofármacos, indicadores de adesão terapêutica. Parte-se da hipótese de que hábitos de vida desfavoráveis e, nesse subgrupo, menor adesão terapêutica estejam associados a maiores escores de sintomas ansiosos e depressivos. **Material e Métodos:** Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem quantitativa. A amostra será composta por estudantes universitários com 18 anos ou mais, regularmente matriculados em instituições de ensino superior. A coleta será realizada por questionário on-line via Google Forms, contendo ficha de caracterização sociodemográfica, acadêmica e comportamental, com variáveis relacionadas a sono, alimentação, atividade física, uso de substâncias, tempo de exposição a telas e adesão terapêutica entre os participantes em uso atual de psicofármacos. Para a avaliação dos sintomas psíquicos, serão utilizados instrumentos validados para rastreamento de ansiedade e depressão, o Beck Anxiety Inventory (BAI) e o Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Os dados serão submetidos à análise estatística descritiva e inferencial, com testes de correlação e comparação entre grupos, conforme a distribuição e a natureza das variáveis, adotando-se nível de significância de 5%. **Resultados:** Por se tratar de pesquisa em fase inicial, esperam-se associações entre hábitos de vida desfavoráveis e maiores escores de sintomas ansiosos e depressivos. **Conclusões:** Espera-se que o estudo contribua para identificar fatores comportamentais modificáveis associados à saúde mental de universitários, fornecendo subsídios para ações de prevenção, promoção da saúde e educação em saúde no contexto acadêmico.

Palavras-chave: Saúde Mental; Ansiedade; Depressão; Estilo de Vida; Tempo de Tela.