



## PERFIL DE UNIVERSITÁRIOS COM SINTOMAS SUBJETIVOS DE ANSIEDADE

Juliane Neves Fiorezi<sup>1</sup>; Diene da Silva Schlickmann<sup>2</sup>; Gabriela Uebel<sup>3</sup>; Patrícia Molz<sup>4</sup>, Silvia Isabel Rech Franke<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul

<sup>2</sup> Doutora pelo Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul

<sup>3</sup> Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul

<sup>4</sup> Bolsista de pós-doutorado no Laboratório de Fisiologia Comportamental e Metabólica da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre

<sup>5</sup> Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul

**Introdução:** a ansiedade em universitários é um tema importante, devido ao seu impacto na saúde mental e de qualidade de vida. A proporção de indivíduos com problemas de saúde mental vem aumentando, chegando a 50% em alguns países.

**Objetivo:** avaliar o perfil de universitários com sintomas subjetivos de ansiedade, segundo indicadores demográficos, hábitos de vida e ritmo intestinal. **Método:** estudo transversal com universitários que reportaram sintomas subjetivos de ansiedade, de ambos os sexos. Utilizou-se um questionário autopreenchido, contendo questões sobre dados demográficos, hábitos de vida e ritmo intestinal, avaliado pela Escala de Bristol.

**Resultados:** avaliou-se 50 indivíduos, com prevalência do sexo feminino (68,0%). A maioria dos indivíduos tinha nível superior incompleto (88,0%), eram solteiros (88,0%), trabalhavam (94,0%), ingeriam bebidas alcoólicas (78,0%) e não fumavam (96,0%). Em relação à saúde, 68,0% relataram bom estado de saúde, porém, 58,0% indicaram sentir-se às vezes estressados, vivendo razoavelmente bem, enquanto 28,0% relataram estar quase sempre estressados, enfrentando problemas com frequência. Quanto ao ritmo intestinal, 68,0% relataram ritmo adequado. **Considerações finais:** o estudo revelou que, embora a maioria dos universitários relatou bom estado de saúde, os níveis de estresse são expressivos, sendo necessário o desenvolvimento de estratégias e/ou intervenções não medicamentosas para o gerenciamento da ansiedade nesta população.

**Palavras-chave:** Ansiedade; Estresse; Promoção da Saúde.