



Fatores que Influenciam os Sintomas de Ansiedade de Estudantes da Universidade Federal de ouro Preto

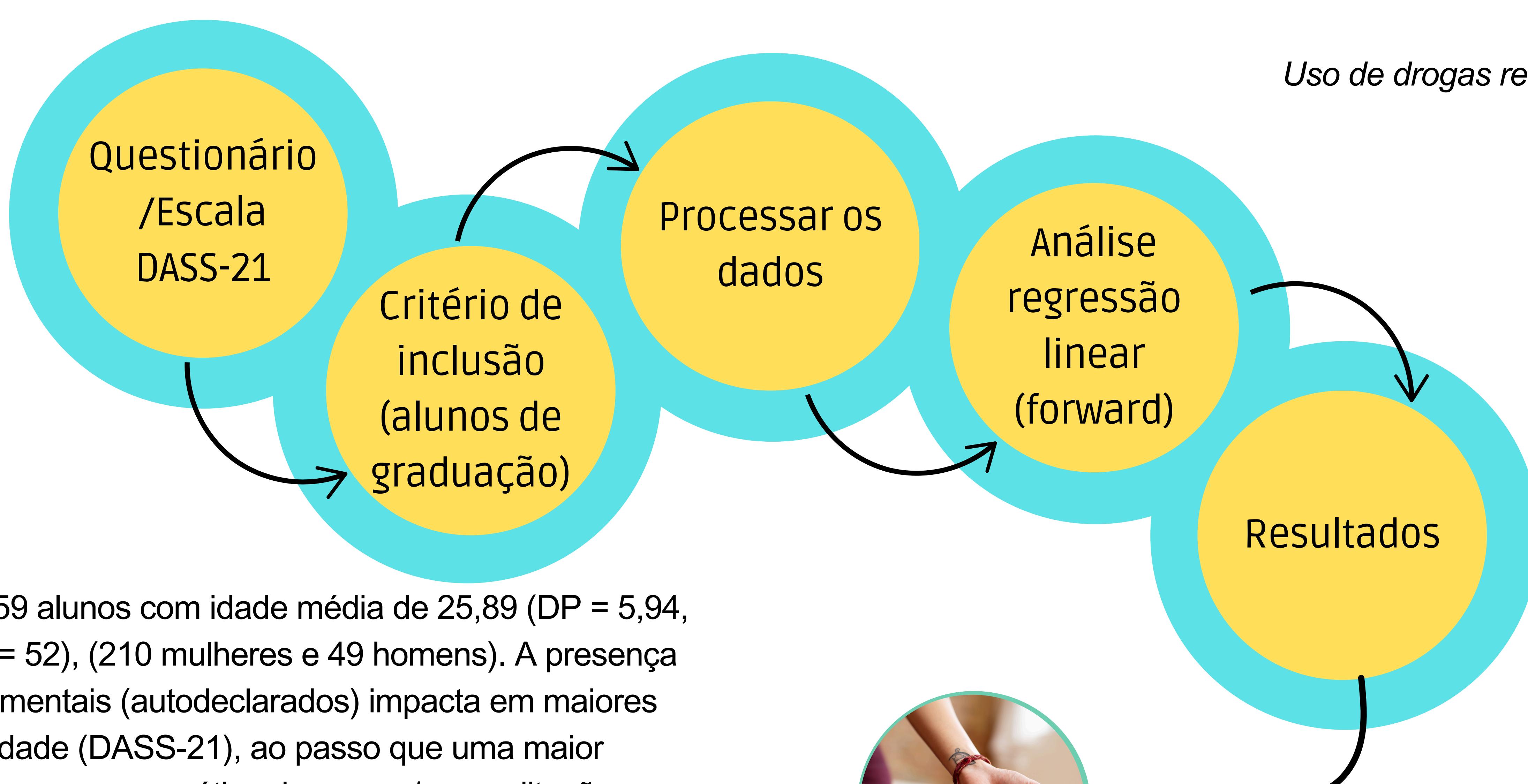
Pedro A. da Silva¹, Irisa S. Coelho¹, Beatriz P. Magalhães², Elisa P. Medina², Pedro V. Yokoo², Maria E. M. Gonçalves³, Frederico G. Pedrosa⁴(Coorientador), Gabriela G. L. de Souza⁵(Orientadora)

¹Mestrando em Ciências Biológicas (PPG-CBiol - UFOP); ²Graduando em Medicina (UFOP); ³Graduanda em Ciências Biológicas (UFOP); ⁴Professor da Escola de Música (UFMG); ⁵Professora do DECBI (UFOP)

Introdução

O Brasil ocupa o primeiro lugar no ranking de países com maior número de pessoas ansiosas. Os estudantes universitários são uma das populações mais vulneráveis para transtornos mentais. Diante deste cenário, é necessário um maior entendimento acerca dos motivos que levam ao aparecimento e desenvolvimento dos sintomas de ansiedade.

Buscamos entender quais variáveis impactam (ou predizem) a ansiedade. O presente projeto é parte de uma pesquisa que investiga os efeitos da musicoterapia nos sintomas de ansiedade.

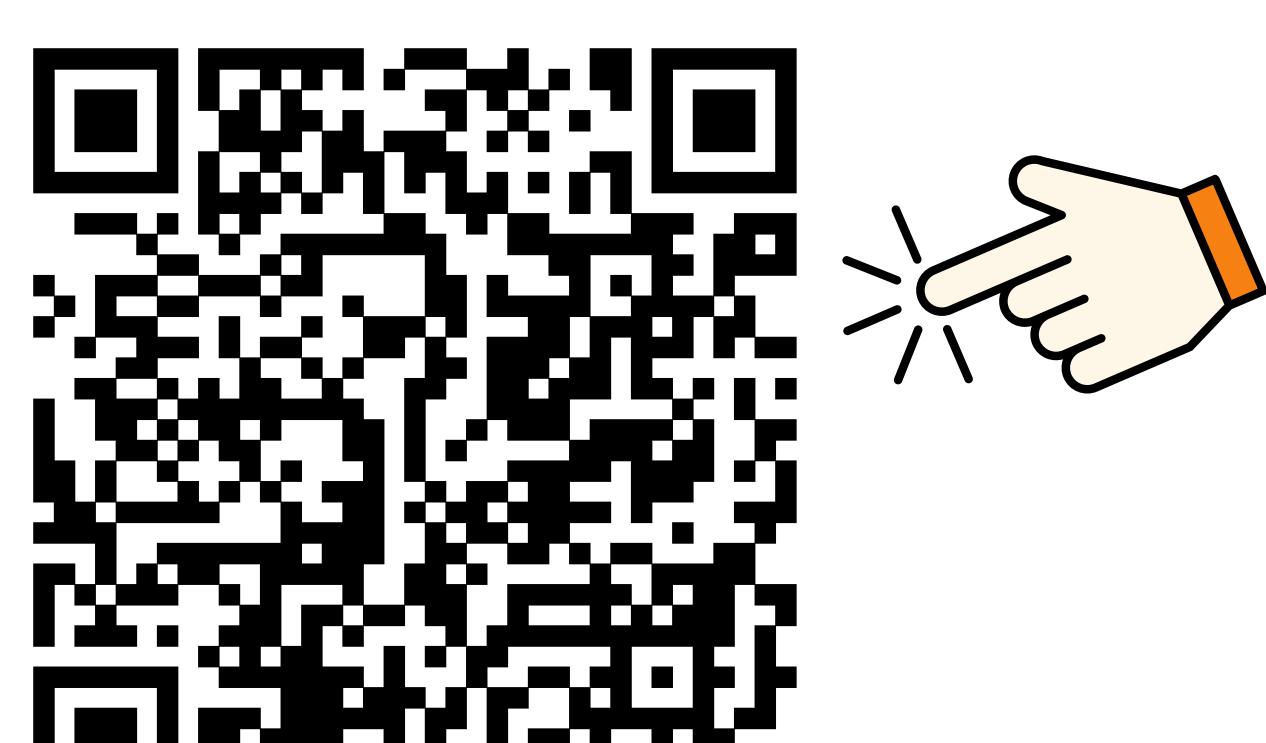


Resultados

Participaram 259 alunos com idade média de 25,89 ($DP = 5,94$, $min = 18$, $max = 52$), (210 mulheres e 49 homens). A presença de transtornos mentais (autodeclarados) impacta em maiores níveis de ansiedade (DASS-21), ao passo que uma maior satisfação com o sono e a prática de ioga e/ou meditação podem reduzir estes sintomas, para essa população. As demais variáveis avaliadas não apresentaram efeitos significativos.

Direcionamentos

Oferecemos sessões gratuitas de musicoterapia para a ansiedade para o público do perfil atendido pela pesquisa “Efeitos Agudos e Crônicos da Musicoterapia Receptiva com o Gongo Terapêutico em indivíduos com sintomas de Ansiedade”. As inscrições podem ser feitas pelo QR code abaixo.



Referências

- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995a). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995b). Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. Sydney, Australia: Psychology Foundation.
Costello, A. B., & Osborne, J. (2019). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical assessment, research, and evaluation*, 10(1), 7. Jitesh, S., & Mathew, M. G. (2019). Space maintainer-A review. *Drug Invention Today*, 11. Shri, R. (2010). Anxiety: causes and management. *The Journal of Behavioral Science*, 5(1), 100-118.
World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: global health estimates.

Transtornos mentais

Agrava os sintomas



Ansiedade

Satisfação com o sono

Alivia os sintomas



Alivia os sintomas

Ioga

Alivia os sintomas



Ioga

Alivia os sintomas

Ansiedade

Agrava os sintomas

