Gac Sanit. 2025;39(S2):599

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

825 - O IMPACTO DA DEPRESSÃO NAS EXPERIÊNCIAS POSITIVAS ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: SAVORING BELIEFS INVENTORY

A.A. de Carvalho Florindo, J. Araujo de Oliveira, T. Félix de Souza, M. Saavedra Lopes do Amaral, A. Kennedy Pereira de Souza, R. Pinto de Figueiredo, F. Augusto Polaro Araújo Filho, C. Santiago Silveira Polaro Araújo, J. Luiz Costa da Fonseca

Faculdade de Medicina Nova Esperança.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: O savoring é uma técnica da psicologia positiva que envolve a habilidade de intensificar, prolongar e apreciar experiências positivas. O presente estudo visa avaliar o impacto da depressão na vivência de experiências positivas entre estudantes universitários.

Métodos: Realizou-se um estudo transversal em 2024, com 161 estudantes do ensino superior em João Pessoa, Paraíba, Brasil. A coleta de dados ocorreu online, após Consentimento Livre e Esclarecido, por meio de um questionário composto pelo Savoring Beliefs Inventory (SBI), dados sociodemográficos, diagnóstico de depressão e autopercepção de felicidade. O SBI, composto por 24 itens em escala Likert de 7 pontos, avalia a capacidade de savoring nas categorias antecipatória, presente e rememorativa. Para a análise, utilizou-se o Teste G (não-paramétrico) para verificar associações entre o SBI e as demais variáveis. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa.

Resultados: Os participantes tinham entre 23 e 24 anos, sendo a maioria mulheres (69,6%) e solteiros (86,4%). Em relação à saúde mental, 59% não relataram diagnóstico de depressão; 13,7% estavam diagnosticados e em tratamento; 11,8% tinham diagnóstico sem tratamento e 15,5% relataram sintomas depressivos sem diagnóstico confirmado. Quanto à percepção de felicidade, 54% relataram sentirem-se felizes em ‘alguns momentos do dia’ e 45,4% na ‘maior parte do dia’. Além disso, 68% avaliaram sua saúde física como 'boa/excelente'. No SBI, 60,2% apresentaram alta capacidade de savoring, 33,5% capacidade moderada e 6,2% baixa capacidade. A análise revelou que a ausência de depressão esteve associada a uma maior capacidade de savoring, enquanto a depressão, especialmente sem tratamento, relacionou-se a uma capacidade reduzida. A percepção de saúde física 'boa/excelente' e felicidade 'na maior parte do tempo' também se associaram a uma maior capacidade de savoring, ao passo que a saúde física 'razoável/ruim' esteve associada a uma menor capacidade. Pessoas com felicidade 'em alguns momentos do dia' apresentaram uma distribuição mais uniforme entre as categorias do SBI.

Conclusões/Recomendações: Os resultados sublinham a forte conexão entre saúde física e mental, e a capacidade de apreciar experiências positivas entre universitários. Ressalta-se a importância de implementar estratégias que promovam o savoring como recurso clínico e preventivo em Saúde

Pública, favorecendo o bem-estar e a saúde mental, especialmente entre indivíduos vulneráveis à depressão.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados