

## CONSUMO DE CAFEÍNA E TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL, *CAMPUS* REALEZA.

Katharine Margaritha Satiro Braz<sup>1</sup>

Andressa Talita Nunes<sup>2</sup>

Glenda Mariana Cantoni Brock<sup>5</sup>

Letícia Viviane de Jesus<sup>4</sup>

Cristian Ferreira Corona<sup>2</sup>

Felipe Alves Alencar Lima<sup>2</sup>

Layane Lima Maia Taveira<sup>4</sup>

Izadora Fernanda Gomes Prates<sup>3</sup>

Karen Cristine Silva de Oliveira<sup>2</sup>

Letiére Cabreira Soares<sup>6</sup>

Fernanda Oliveira Lima<sup>7</sup>

Dalila Moter Benvegnú<sup>8</sup>

A cafeína é uma substância psicotrópica, cujo mecanismo de ação envolve o antagonismo de receptores de adenosina, especialmente do subtipo A<sub>2A</sub>, promovendo aumento do estado de vigília. Além disso, a cafeína atua no sistema colinérgico como inibidor da enzima acetilcolinesterase (AChE), presente nas junções musculares e nas sinapses cerebrais, cuja função envolve a hidrólise do neurotransmissor acetilcolina (ACh). Neste íterim, a inibição da AChE afeta diretamente a hidrólise da ACh, contribuindo para que suceda excesso desse neurotransmissor na fenda sináptica, despertando sinais e sintomas de estresse, depressão e ansiedade. Desta forma, o consumo excessivo de cafeína gera efeitos maléficos no sistema nervoso central, e essa problemática se torna maior no âmbito acadêmico, em que a cafeína é amplamente consumida. O objetivo deste estudo foi analisar o consumo de cafeína entre os discentes de uma Universidade Federal no Estado do Paraná e relacionar com o estado cognitivo e possíveis distúrbios mentais, identificando a presença de sinais e sintomas de ansiedade e depressão. O estudo em questão apresentou caráter exploratório, quantitativo e transversal. A pesquisa foi realizada nas dependências da Universidade Federal da Fronteira Sul –

---

<sup>1</sup> Graduanda em Licenciatura em Ciências Biológicas, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Realeza, contato: [katharine.braz@estudante.uffs.edu.br](mailto:katharine.braz@estudante.uffs.edu.br).

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Nutrição, UFFS, *campus* Realeza.

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, UFFS, *campus* Realeza.

<sup>4</sup> Graduando do Curso de Medicina Veterinária, UFFS, *campus* Realeza.

<sup>5</sup> Licenciada em Ciências Biológicas, UFFS, *campus* Realeza-PR.

<sup>6</sup> Doutor em Química Orgânica, UFFS.

<sup>7</sup> Doutor em Química Analítica, UFFS.

<sup>8</sup> Doutora em Farmacologia, UFFS, **Orientadora**.

UFFS/*Campus-Realeza* e contou com uma amostra de 157 indivíduos. A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação de questionários aos participantes da pesquisa, em uma abordagem sob a forma de entrevistas. Para análise do desempenho acadêmico foi realizada uma autoavaliação do entrevistado, bem como a média aritmética do histórico escolar. Já para a avaliação de sinais e sintomas de ansiedade e depressão, foi utilizada a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS), contendo perguntas sobre o estado psicológico do entrevistado, levando a uma série de questionamentos relacionados às variações de humor. Para a avaliação do consumo alimentar foi utilizado um Questionário quantitativo de frequência alimentar (QQFA) específico para alimentos contendo cafeína. Os dados foram tabulados no programa Excel e posteriormente avaliados utilizando o software SPSS. Foi adotado um valor de  $p < 0,05$  como nível de significância. O estudo contou com a presença de universitários de ambos os sexos, sendo 77,7% do sexo feminino e 22,3% do sexo masculino. Do total de estudantes, 51,6% apresentaram sinais e sintomas de ansiedade e 21% sinais e sintomas de depressão. O consumo médio de cafeína foi de  $199,37 \pm 197,47$  mg ao dia, sendo que 50% dos estudantes consomem entre 100 a 400 mg/dia, 38% consomem  $< 100$  mg, e por fim, 12% consomem acima de 400mg ao dia. Os resultados demonstraram não haver uma associação significativa entre consumo de cafeína e aparecimento de sinais e sintomas de ansiedade  $p=0,800$  e de depressão  $p=0,596$ . Diante o exposto, os acadêmicos demonstraram um consumo excessivo de cafeína. Outrossim, também foi observado a presença de ansiedade e depressão, mas a cafeína não demonstrou ser uma causa direta destes sinais e sintomas. Assim, sugere-se o delineamento de novos estudos.

Palavras chaves: Cafeína. Sintomas. Depressão. Ansiedade. Consumo.