

ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS

Herikeli Mendes¹, Breno Paiva², Matheus França³ e Salvador Pereira⁴

¹Universidade Federal de Minas Gerais/ICEX/Estatística, herikeli.juliana@gmail.com

²Universidade Federal de Minas Gerais/ICEX/Estatística, brenopvm@gmail.com

³Universidade Federal de Minas Gerais/ICEX/Estatística, matfrancabh@gmail.com

⁴Universidade Federal de Minas Gerais/ICEX/Estatística, salvador.pereira229@gmail.com

Resumo: O objetivo deste artigo é agrupar estudos referentes à saúde mental de estudantes universitários brasileiros. A partir da literatura disponível sobre esse tema, trabalharemos com os transtornos mentais mais presentes nessa população, ansiedade e depressão, fatores de riscos, consequências dessas patologias na vida pessoal e acadêmica dos alunos e medidas de prevenção e tratamento por parte das universidades. Além disso, serão apresentados resultados de testes sobre estes transtornos realizados com universitários.

Palavras-chave: Saúde Mental, Ensino Superior, Fatores de risco, Prevenção

1. Introdução

Ao iniciar o ensino superior, o estudante se depara com inúmeras questões da vida adulta, adicionadas à pressão trazida pela faculdade. Mudanças como a cidade, meio social e sistema de ensino fazem com que o corpo humano reaja de alguma forma. Assim, surgem os transtornos psicológicos, jovens e adultos ansiosos e depressivos aumentam a cada dia e talvez por desinformação ou impossibilidade não procuram ajuda. A ansiedade é caracterizada por um estado emocional de apreensão, é muito parecida com o medo, mas ela se diferencia por ser a expectativa de que algo ruim vai acontecer e não de um perigo real. Já a depressão é caracterizada pela apresentação de tristeza profunda e constante, além de sensação de inferioridade, inutilidade e falta de esperança. Estes são dois dos transtornos mentais mais conhecidos e serão abordados por serem um dos fatores que atrapalham o desempenho do universitário. O objetivo deste artigo é expor os sintomas iniciais, apresentar conceitos e fatores de risco que podem levar a essas condições, além disso, apresentaremos resultados de pesquisas com testes para



ansiedade e depressão feitos em universitários que buscaram verificar os índices de ocorrência de tais doenças no meio acadêmico.

2. Metodologia

Para a realização do artigo, foram realizadas pesquisas eletrônicas com os parâmetros: “Transtornos Psicológicos em estudantes universitários brasileiros” e “Ansiedade e depressão no contexto universitário”. Foram escolhidos artigos que apresentavam os fatores de risco para os transtornos mentais em universitários, estatísticas sobre o assunto e a forma como os estudantes reagem ao perceber que estão apresentando sintomas.

3. Dos Fatos

Diversos estudos coletados na realização deste artigo (BRANDTNER & BARDAGI, 2009; LEAO et al., 2018; MALTONI et al., 2019; VICTORIA et al., 2013) utilizaram os Inventários de Beck de Depressão e Ansiedade (BDI e BAI) como ferramenta de pesquisa e diagnóstico. Essas escalas, desenvolvidas por Aaron Beck e adaptadas para o Brasil por Cunha (2001, *apud* BRANDTNER, 2009), consistem em 21 questões referentes a sintomas físicos observados pelo participante na semana anterior à realização do questionário. A partir da severidade de cada sintoma, chega-se a um escore final, que permite a classificação do participante em uma de quatro categorias sobre o transtorno estudado: mínimo, leve, moderado ou grave. O uso recorrente desses testes facilita a comparação entre os resultados obtidos.

Os sintomas de depressão clinicamente significativos (isto é, faixas moderada ou grave no BDI ou resultado análogo em outras escalas) foram observados em 5 a 20% dos estudantes entrevistados em cada estudo. Para a ansiedade, tal proporção (baseada no BAI ou escalas análogas) é de 10 a 30%.

Dentre os estudantes brasileiros pesquisados, alguns grupos foram observados com



maiores índices de depressão e ansiedade. Em Barbosa (2020); Brandtner (2009); Leão (2018); Maltoni (2019); Victoria (2013), foi constatado repetidamente que mulheres apresentam estas patologias com maior frequência. Referente a áreas do conhecimento, observou-se que ansiedade e depressão são mais presentes em alunos de Humanas, e menos presentes em áreas Exatas (BRANDTNER, 2009; VICTORIA et al., 2013)

Um estudo publicado por Ibrahim, et al. (2013) aponta a prevalência da depressão em estudantes universitários devido à pressão do ambiente acadêmico. Arslan, et al. (2009) e Lucchese, et al. (2017) também associam essa prevalência a fatores como o uso de estimulantes, apontando maior incidência em indivíduos que abusavam de drogas. Morgan, et al. (2017) aponta que, em ambientes acadêmicos, a frequência e quantidade de uso de estimulantes é elevada, tendo prevalência de 52,3% e Zeferino, et al. (2015) mostra que jovens que convivem com usuários de drogas têm maiores chances de se envolverem com as substâncias.

Barry, et al. (2015) indica o álcool como a droga de maior uso e como porta de entrada para outras substâncias, como cannabis e tabaco. Segundo D'Souza, D.C., Sewell, R.A. & Ranganathan (2009), o uso da cannabis pode causar ou exacerbar sintomas de transtornos mentais, e Lucchese aponta também que pessoas em tratamento de abuso de drogas têm apontado sintomas de transtornos mentais.

4. Análise e Interpretação dos Dados

Generalizar os resultados obtidos para a população total de universitários brasileiros se prova difícil, devido a vários fatores. Primeiramente, muitos dos estudos disponíveis (BARBOSA, 2020; LEAO et al., 2018; VASCONCELOS, 2015) restringem sua amostra a alunos das áreas de Saúde e Psicologia. Outros incluem também alunos de Ciências Humanas (MALTONI, 2019), mas a representatividade de Ciências Exatas e Engenharias é com frequência negligenciada.

Além disso, em diversos estudos (LEAO, 2018; VICTORIA, 2013), a participação feminina foi mais prevalente que a masculina. Isso é particularmente preocupante, já que, nas palavras de Brandtner (2009, p. 89), é possível “que os homens sintam



algum tipo de receio em falar de sentimentos, de emoções, de patologias de fundo emocional e que estariam sofrendo delas”, o que implica a séria necessidade de mais pesquisas incluindo a população masculina.

A grande presença de drogas e estimulantes em ambiente universitário (MORGAN, et al. ,2017; ZEFERINO, et al. , 2015) pode estar fortemente relacionada à prevalência de transtornos psicológicos em estudantes. A evidência mostra que os usuários dessas substâncias se tornam mais vulneráveis aos transtornos (D’SOUZA, D.C., SEWELL, R.A. & RANGANATHAN ,2009; LUCCHESI, et al. 2017), que juntamente ao ambiente acadêmico e sua pressão nos alunos acarretam no desenvolvimento de depressão e ansiedade.

5. Conclusão

O conjunto de textos analisados mostrou que uma quantidade expressiva dos universitários apresentam sintomas de depressão e ansiedade. Alguns fatores de risco foram apontados, como a pressão do ambiente acadêmico e o uso de estimulantes que é muito difundido nesse meio. A participação feminina foi mais prevalente do que a masculina nesses estudos e é possível que a maioria dos homens sofram sem recorrer a apoio emocional, o que pode tornar ainda mais grave os transtornos mentais mais comuns no ambiente acadêmico. Além disso, foi observado que na maior parte dos estudos encontrados fala-se muito sobre alunos das áreas da saúde, da psicologia e pouco dos estudantes das áreas de ciências exatas e engenharias. Dessa forma, é sugerido que, especificamente, esses grupos de estudantes sejam pesquisados e também recebam a atenção devida por parte das instituições de ensino, como programas de assistência psicossocial já implementados em múltiplas faculdades brasileiras.

Referências

ARSLAN, G., AYRANCI, U., UNSAL, A., & ARSLANTAS, D. Prevalence of depression, its correlates among students, and its effect on health-related quality of life in a Turkish



university. **Upsala journal of medical sciences**, v. 114, n. 3, p. 170–177, set. 2009.

<https://doi.org/10.1080/03009730903174339>

BARBOSA, L.; ASFORA, G.; MOURA, M. Ansiedade e depressão e uso de substâncias psicoativas em jovens universitários. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 16, n. 1, p. 1-8, 27 fev. 2020.

BARRY, A. E., KING, J., SEARS, C., HARVILLE, C., BONDOC, I., & JOSEPH, K. Prioritizing Alcohol Prevention: Establishing Alcohol as the Gateway Drug and Linking Age of First Drink With Illicit Drug Use. **The Journal of school health**, v. 86, n. 1, p. 31–38, dez. 2015. <https://doi.org/10.1111/josh.12351>

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Juiz de fora , v. 2, n. 2, p. 81-91, dez. 2009.

D'SOUZA, D. C., SEWELL, R. A., & RANGANATHAN, M. Cannabis and psychosis/schizophrenia: human studies. **European archives of psychiatry and clinical neuroscience**, v. 259, n. 7, p. 413–431, jul. 2009. <https://doi.org/10.1007/s00406-009-0024-2>

IBRAHIM, A. K., KELLY, S. J., ADAMS, C. E., & GLAZEBROOK, C. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. **Journal of psychiatric research**, v. 47, n. 3, p. 391–400, mar. 2013.

<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.11.015>

LEAO, Andrea Mendes et al . Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Rev. bras. educ. med.**, Brasília , v. 42, n. 4, p. 55-65, dec. 2018 .

LUCCHESI, et al. Transtorno mental comum entre indivíduos que abusam de álcool e drogas: estudo transversal. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 26, n. 1, e4480015.

Epub February 06, 2017. <https://doi.org/10.1590/0104-07072017004480015>



MALTONI, J.; PALMA, P. DE C.; NEUFELD, C. B. Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. **Psico**, v. 50, n. 1, p. e29213, 8 maio 2019.

MORGAN, H. L., et al. Consumo de Estimulantes Cerebrais por Estudantes de Medicina de uma Universidade do Extremo Sul do Brasil: Prevalência, Motivação e Efeitos Percebidos. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 1, p. 102-109, jan. 2017. <https://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v41n1rb20160035>

VASCONCELOS, Tatheane Couto de et al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. 135-142, mar. 2015.

VICTORIA, Mara Sizino da et al. Níveis de ansiedade e depressão em graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 16, n. 25, p 163-175, 2013

ZEFERINO, M. T., et al. Consumo de drogas entre estudantes universitários: família, espiritualidade e entretenimento moderando a influência dos pares. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 24, n. spe, p. 125-135, 2015. <https://doi.org/10.1590/0104-07072015001150014>