

Ansiedade e depressão em universitários

Autores: Herikeli Mendes, Breno Paiva,
Matheus França e Salvador do Carmo




FATORES DE RISCO ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Os transtornos mentais são condições de saúde envolvendo mudanças na emoção, pensamento e comportamento, e são associados a problemas encontrados nos meios sociais.

Devido ao contexto mudanças sociais e psicológicas em que os universitários estão inseridos, eles estão mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos mentais, sendo considerados uma população vulnerável. As mudanças observadas nesse período, juntas a um aumento de estresse e cobranças, favorecem uma prevalência de até 44,9% de transtornos comuns, como ansiedade e depressão.

O método do estudo se trata de uma revisão de artigos coletados por meio da busca eletrônica no período de maio a junho de 2020, a partir da questão: “O que torna os universitários vulneráveis ao adoecimento mental?”

A cultura brasileira não tem uma distinção clara entre uma etapa de vida e outra. Esse período de transição entre adolescência e vida adulta é dedicado a projetos futuros, e é designado como “fase da instabilidade”. A construção da identidade se faz pela exploração e menos por reprodução de modelos, e se manter no sistema de ensino em busca de desenvolvimento no mercado está atrelado à essa construção.

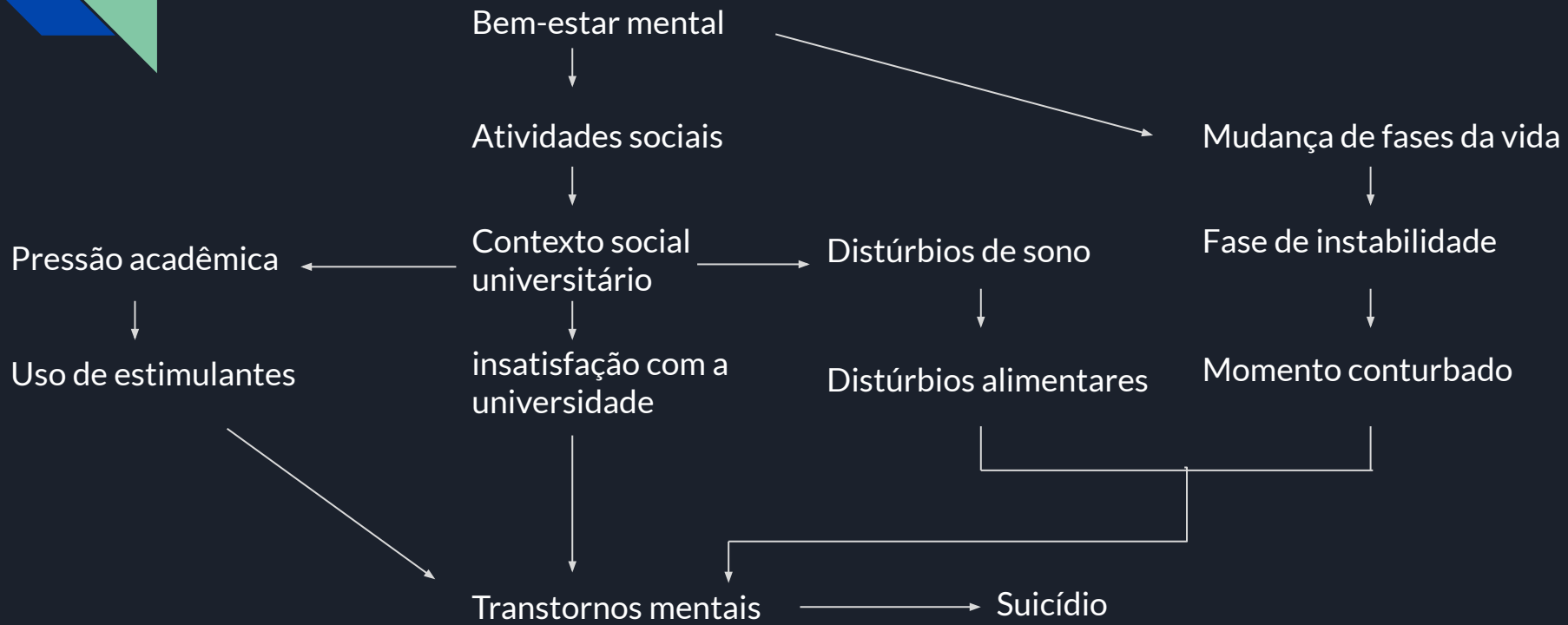


A inserção em universidades se apresenta como uma importante experiência dessa fase. Ela se trata, simultaneamente, de um período de incerteza e ansiedade mas também como uma fase de novas liberdades, um momento de mudanças críticas. O problema se estabelece quando são criadas expectativas positivas, que não podem sempre ser correspondidas. Sem uma adaptação à sua nova situação, o aluno fica mais suscetível a transtornos psicológicos.

Quanto à análise médica, há quatro fatores chave causam certa dificuldade de classificação dos transtornos psicológicos em relação a outras patologias: etiológico, pluralidade das patologias, dificuldade de impor limites no que diz respeito aos transtornos mentais e a comorbidade entre diferentes tipos de psicopatologias. Os métodos mais usados na catalogação desses transtornos são o CID-10 e o DSM-5.

Este estudo mostrou que alguns fatores de risco associados a transtornos mentais em estudantes universitários, como a pressão exercida pela atmosfera acadêmica, privação de sono, aumento do consumo de drogas, entre outras como importantes no adoecimento psíquicos dos estudantes.

Tendo em vista os prejuízo que esses transtornos podem causar na vida dos estudantes, é necessário que esses fatores de risco sejam percebidos e avaliados precocemente. Posto isso, a revisão chama a atenção para a necessidade de tratamento psicológico e estratégias de diminuição dos fatores de risco, são muito necessário dentro das universidades.






RESULTADOS CONHECIDOS NA LITERATURA SOBRE FREQUÊNCIA DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO

As escalas BAI e BDI, frequentemente utilizadas por sua facilidade de compreensão, foram repetidamente confirmadas como eficientes ferramentas diagnósticas. Esse uso quase universal facilita a comparação entre os vários estudos disponíveis na literatura psicológica.

Vários estudos têm sido realizados para melhor entender como a ansiedade e a depressão se apresentam na população universitária brasileira. Os números exatos divergem entre os autores, mas acredita-se que de 10 a 30% dos alunos apresentem quadro de ansiedade moderada ou grave, sendo esse valor de 5 a 20% para a depressão. Esses valores são preocupantes e comprovam a necessidade de medidas de prevenção e tratamento.

Alguns grupos demonstraram esses transtornos psicológicos com maior frequência, em especial mulheres e alunos de Humanidades. Ficou claro, entretanto, que os dados muitas vezes são insuficientes para esse tipo de análise, já que muitas pesquisas apresentam pouca participação de alunos de áreas Exatas e de Engenharia. Também é comum maior participação de estudantes do sexo feminino.



Contexto de estudo

↓
A universidade é um ambiente de desafios e estressores

↓
É necessário avaliar e manter a saúde mental dos alunos

↓
Ansiedade: sinal de alerta. Presente em 10 a 30% dos alunos

↓
Depressão: pensamento de fracasso pessoal. presente em 5 a 20% dos alunos

Métodos comuns

↓
Testes de 21 questões referentes a sintomas físicos

↓
Inventário Beck de Depressão (escala BDI)

↓
Inventário Beck de Ansiedade (escala BAI)

Resultados observados

↓
Patologias psicológicas são mais frequentes em mulheres

↓
Depressão é mais comum em alunos de áreas Humanas

↓
Alta correlação entre depressão e ansiedade

↓
Faltam informações referentes a alunos de certos cursos

Discussão

↓
Especulações e interpretações sobre os resultados obtidos


↓
Necessidade de novos estudos



ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS

Ao ingressar em uma universidade, o aluno enfrenta mudanças em todos os contextos da sua vida. A instabilidade é uma das principais causadoras de ansiedade e depressão nesta população. O intuito do artigo é apresentar fatores de risco, causas e incidência de tais distúrbios na população universitária. A ansiedade se caracteriza pela apreensão por causas não definidas e a depressão é uma tristeza profunda, sensação de inferioridade e inutilidade. Foram utilizados resultados de estudos que se embasaram no Inventário Beck de Ansiedade e no Inventário Beck de Depressão para analisar estatisticamente a ocorrência das mesmas em uma universidade do sul do Brasil e assim verificar a necessidade de ação por parte das universidades neste âmbito. O que se conclui é que taxas elevadas destes transtornos sinalizam alerta para a criação de projetos psicossociais a fim de dar amparo e tratamento aos alunos nestas condições.

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>