



O TRANSTORNO DEPRESSIVO NO HORIZONTE ACADÊMICO: PERSPECTIVAS E APLICAÇÕES

Juliane Gomes Moreno¹; Maria Jomara Almeida Rego²; Maria do Socorro Lacerda Rolim³; Renata Cavalcanti Cordeiro⁴

¹Graduanda em Ciências Biológicas, Universidade Estadual da Paraíba (UEPB);

² Graduada em Enfermagem, Faculdade de Ciências Médicas (FCM);

³ Graduanda em Ciências Biológicas, Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

E-mail: julianegomes_moreno@hotmail.com¹; jomararego2015@gmail.com²;

³socorrolaacerda@gmail.com²;

⁴Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba.

E-mail: renatacc@outlook.com

Resumo: No transtorno depressivo há significativa alteração de humor ou afeto e está frequentemente associada à incapacitação funcional e prejuízo na qualidade de vida em razão de sua sintomatologia sendo comumente desenvolvida durante a vida acadêmica, a qual exige do universitário equilíbrio emocional e habilidades interpessoais, momento em que existe a formação de identidade e a consolidação da personalidade, somado à necessidade de corresponder às expectativas dos outros, o que leva muitos indivíduos a buscarem nas drogas uma maneira de aliviar os sintomas depressivos. No presente trabalho foi realizada uma revisão bibliográfica de artigos científicos nas bases de dados SCIELO e NATURE, com combinações dos descritores abrangendo publicações com delineamento experimental e resultados satisfatórios. Como critério de escolha se optou por selecionar trabalhos que relatam os sintomas depressivos e a alta prevalência de ansiedade e distúrbios do sono na população universitária, causados na maioria das vezes pelas exigências profissionais cada vez mais elevadas, além de ter que lidar com a pressão externa de fazer tudo perfeito, como por exemplo: Melhores notas, passar por vários exames de qualificação, ter relatórios aprovados, artigos aceitos, assim como lidar com as próprias exigências e com o ingresso ao mercado de trabalho, o que acaba muitas vezes gerando frustrações e desgaste emocional, tornando-se necessário intervir nesse processo, visto que a depressão causa limitações que podem ser transpostas com o tratamento adequado.

PALAVRAS-CHAVE: Depressão; Saúde Mental; Estudantes.

1. INTRODUÇÃO

A Depressão consiste em transtorno mental no qual há significativa alteração de humor ou afeto e está frequentemente associada à incapacitação funcional e prejuízo na qualidade de vida, em razão de sua sintomatologia, caracterizada por tristeza, apatia, redução da energia, perda de interesse nas atividades, diminuição da capacidade de concentração, fadiga, alterações no apetite e no sono, culpabilidade, diminuição da autoestima e da autoconfiança.

Assim, a pessoa depressiva apresenta comportamentos de evitação e esquiva de estímulos aversivos, geralmente na forma de reclamar, de fazer pedidos, ocorrendo também à diminuição da frequência de comportamentos reforçados positivamente. Também, tornam-se evidentes episódios em que o indivíduo repetidamente pode, por exemplo, se engajar em dizer como está mal, chorar, falar de suicídio e reclamar de fadiga e doença. Portanto, esta patologia vem sendo comumente desenvolvida durante a vida acadêmica, desde o momento que ingressam na graduação até finalizá-la (VICTORIA, 2013; BOLSONI-SILVA; GUERRA, 2014).

A universidade é um local onde ocorrem muitas interações sociais e exigem do universitário equilíbrio emocional, habilidades interpessoais e acadêmicas como: lidar com autoridade – professores/coordenadores, falar em público - apresentar seminários, fazer novas amizades, viajar diariamente para ir à faculdade, cuidar de si mesmo e dos próprios pertences, ficar longe da família, amigos e namorado (a), administrar renda e trabalhar para se sustentar (RIBEIRO; BOLSONI-SILVA, 2011).

A graduação é o período em que o estudante consolida sua personalidade e ganha características do curso que escolheu. Desse modo, essa formação de identidade, somado à necessidade de corresponder às expectativas dos outros, tem o potencial de gerar o estado depressivo (SIMAS, 2012).

Além disso, estudos realizados com estudantes universitários revelam taxas de adoecimento para algum tipo de transtorno psiquiátrico durante a graduação em torno de 15% a 25% e os fatores intimamente relacionados à depressão são o abuso de drogas e o suicídio, muitos indivíduos buscam nas drogas uma maneira de aliviar sintomas de depressão (PAULA et al., 2014).

Entre os universitários, os alunos do curso de medicina tem sido alvo constante de

pesquisas relacionadas, que relatam, principalmente, a perda da liberdade pessoal, excesso de pressões acadêmicas e sentimentos de desumanização. Queixam-se, também, da falta de tempo para o lazer e da forte competição existente entre os colegas. Esses e outros fatores, como o contato com pacientes doentes, predispõem ao aparecimento de quadros depressivos, reações ansiosas, neurose obsessivo-compulsiva e hipocondria (MORO; VALE; LIMA, 2005).

Nesse sentido, além do oferecimento de serviços de apoio ao aluno, é importante avaliar as condições psicológicas dos mesmos, especialmente a presença de sintomas de ansiedade e depressão, considerados os mais comuns quando se avaliam transtornos específicos (BRANDTNER; BARDAGI, 2009).

Logo, esse trabalho tem como objetivo evidenciar por meio dos resultados de uma revisão bibliográfica sistemática, os principais aspectos desencadeadores da depressão em estudantes universitários, bem como sua relação entre o meio acadêmico.

2. METODOLOGIA

A revisão bibliográfica sistemática é uma forma de pesquisa, que utiliza a literatura como forma de obter dados sobre um determinado tema, sendo útil para a integração de informações de um conjunto de estudos realizados separadamente, que podem apresentar resultados conflitantes ou coincidentes para auxílio de investigações futuras (SAMPAIO; MANCINI, 2007).

A pesquisa buscou responder à seguinte pergunta condutora: Como os estudantes comportam-se frente às adversidades encontradas no horizonte acadêmico? As bases de dados utilizadas na revisão foram: SCIELO e NATURE, sendo esta escolha justificada pelo grande número de periódicos encontrados nas seguintes áreas: Psicologia do Desenvolvimento, Educação e Saúde Mental. Para a busca, foram utilizadas algumas combinações das palavras-chave: “*Depression at university*”, “*Pressures at the gym*”, “*Mental disorder*”; “*Depression at Graduation*”. Nesse contexto, optou-se por selecionar 14 trabalhos nos idiomas inglês e português, com delineamento experimental e resultados satisfatórios.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Principais fatores desencadeantes dos sintomas depressivos

Entre os vários estressores da vida cotidiana, o trabalho se destaca como principal fator devido às exigências profissionais cada vez mais elevadas, o que muitas vezes gera

frustrações e desgaste emocional. Nesse sentido, os profissionais da saúde, principalmente os da classe médica, vem sendo estudados por se mostrarem com elevados índices de transtornos psíquicos, devido seu modo de vida e de trabalho (OLIVEIRA et al., 2016).

O estudo de (Vieira, 2006) corrobora com esta ideia ao evidenciar que é necessário lidar com a pressão externa de fazer tudo perfeito, assim como lidar com as exigências pessoais em uma busca pelo perfeccionismo. Há uma busca exagerada e competitiva por melhores notas, passar por vários exames de qualificação, ter relatórios aprovados, artigos aceitos e ganhar bolsas nos projetos aprovadas. Além disso, existe também a pressão acerca do desenvolvimento de projetos de pesquisa, na medida em que se tem que transformar em fatos comprovados o que inicialmente era apenas um projeto (DIAS, 2017).

Diversos estudos revelam a alta prevalência de ansiedade e distúrbios de sono na população universitária (ELLER et al., 2006; CHADAVARKAR et al., 2007).

Além disso, alguns pesquisadores evidenciam que o jovem ao tentar ingressar no mercado de trabalho e se depara com estatísticas ameaçadoras em relação ao desemprego e às condições de vida nas grandes metrópoles, têm sido fonte de estresse e levado ao desenvolvimento de transtornos psíquicos (GAMA et al., 2008).

Desta forma, pode-se destacar que frente a situações de estresse, uma pessoa pode responder com alterações afetivas muito variadas. E as respostas afetivas mais comuns são as depressivas e ansiosas (MARGIS, 2003; VIEIRA et al., 2006; FOGAÇA et al., 2008; SOUZA, 2010).

3.2 Perspectivas de intervenções

Vários estudos desenvolveram modelos teóricos para avaliar a prevalência de problemas emocionais e desajustes profissionais no ambiente de trabalho e para identificar os fenômenos que são comparáveis em vários lugares de trabalho e entre diferentes grupos profissionais. Estes modelos incluem a avaliação da capacidade do profissional se adaptar ao estresse, o controle do trabalho, e as demandas psicológicas resultantes, além do equilíbrio entre esforço e recompensa no trabalho que permanentemente estimula reações emocionais e psicológicas (FOGAÇA et al., 2008).

Intervir nesse processo é mandatório, visto que a depressão causa limitações que podem ser transpostas com o tratamento adequado. No entanto, as formações acadêmicas na área da saúde não atentam para a aquisição do suporte psicológico e de habilidades para enfrentamento das atividades em ambientes hospitalares, sendo privilegiado em seu currículo o treinamento, a objetividade, o tecnicismo e a racionalidade (GOMES, 2015).

Por isso a hipótese é de que as forças que estão envolvidas na busca do objetivo também estarão presentes no adoecimento. A idealização, a identificação, juntamente com a determinação, a persistência e a competitividade serão fatores determinantes no adoecimento. Desta forma, no caso de estudantes de medicina, por exemplo, torna-se necessário superar a identificação do estudante de medicina com o ideal de “ser” médico é o trabalho a ser realizado (SOUZA, 2010).

4. CONCLUSÃO

As informações obtidas no presente estudo permitiram visualizar de forma geral que todas as exigências que são impostas ao universitário, sejam estas externas ou próprias dele acabam influenciando em grande parte de forma negativa em seu estado de saúde psicossocial advindo da sobrecarga emocional, visto que este começa a desenvolver sintomas de ansiedade e depressão, principalmente pela busca desenfreada acerca do perfeccionismo em tudo, desta forma, torna-se necessário que haja uma aquisição do suporte psicológico e de habilidades no acompanhamento do aluno na percepção dos sintomas mais comuns desses transtornos para que seja possível transpassá-los através do tratamento adequado.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; GUERRA, Bárbara Trevizan. O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p.429-452, 2014.

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul Sintomatologia de Depressão e Ansiedade. **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Porto Alegre, v. 2, n. 2, p.81-91, dez. 2009.

CHANDAVARKAR, U; AZZAM, A; MATHEWS, C. A. **Anxiety symptoms and perceived performance in medical students**; 2007; *Depression and Anxiety*, 24: 103-111.

DIAS, Amaldo Cheixas (Ed.). “Perdi o sentido da vida durante uma depressão na pós-graduação e dei a volta por cima com uma nova carreira”. 2017. Disponível em: <<http://vejasp.abril.com.br/blog/terapia/8220-perdi-o-sentido-da-vida-durante-uma-depressao-na-pos-graduacao-e-dei-a-volta-por-cima-com-uma-nova-carreira-8221/>>. Acesso em: 06 maio 2017.

ELLER, T; ALUOJA, A; VASAR, V; VELDI, M. **Symptoms of anxiety and depression in Estonian medical students with sleep problems**; 2006; *Depression and Anxiety*, 25: 250-56.

FOGAÇA, M. DE C; CARVALHO, W. B DE; CÍTERO, V. DE A; NOGUEIRA-MARTINS, L. A. **Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros**



em terapia intensiva pediátrica e neonatal: estudo de revisão bibliográfica; 2008; *Rev Bras Ter Intensiva*, 20(3): 261-66.

GAMA, M. M. A; MOURA, G. S; ARAÚJO, R. F; SILVA, F. T. **Ansiedade- traço em estudantes universitários de Aracaju (SE);** 2008; *Rev. Psiquiatr. RS* 30(1) 19-24.

MARGIS, R. **Comorbidade no transtorno de estresse pós-traumático: regra ou exceção?;** 2003; *Rev Bras Psiquiatr*; 25 (supl I): 17-20.

MORO, Adriana; VALLE, Juliana Barros do; LIMA, Leandro Patres de. Sintomas Depressivos nos Estudantes de Medicina da Universidade da Região de Joinville (SC). **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 2, p.97-102, ago. 2005.

OLIVEIRA, Gabriella Santos de et al. Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina da Universidade Federal do Amapá. **Revista de medicina e saúde de Brasília** , Brasília, v. 5, n. 3, p.186-199, out. 2016.

PAULA, Juliane dos Anjos de et al. PREVALENCE AND FACTORS ASSOCIATED WITH DEPRESSION IN MEDICAL STUDENTS. **Journal Of Human Growth And Development**, [s.l.], v. 24, n. 3, p.274-281, 16 dez. 2014.

SIMAS, Anna. **Depressão tem alta taxa entre os estudantes.** 2012. Disponível em: <<http://www.gazetadopovo.com.br/educacao/vida-na-universidade/depressao-tem-alta-taxa-entre-os-estudantes-2oyhrf8hrqh5aqwrfccac0ci6>>. Acesso em: 03 maio 2017.

SOUZA, Luciano. **Prevalência de sintomas depressivos, ansiosos e estresse em acadêmicos de medicina.** 2010. 233 f. Tese (Doutorado) - Curso de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

VIEIRA, I; RAMOS, A; MARTINS, D; BUCASIO, E; BENEVIDES-PEREIRA, A. M; FIGUEIRA, I; JARDIM, S. **Burnout na clínica psiquiátrica: relato de um caso;** 2006; *Rev Psiquiatr RS*, set/dez; 28(3): 352-6.