
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

Franciely Luiza De Luca Dias Dos Santos - 20000559

Jéssica Amanda da Silva Santos - 19001963

Livia Fagundes - 20001320

Mateus Donizete Chefer - 20001353

Nicolle Martins Teixeira - 20001451

Victória Cristina Espíndola Pozzer - 20000963

A Saúde Mental dos Estudantes Universitários na Pandemia

São João da Boa Vista

2022

I. Introdução

A mudança repentina da rotina acadêmica presencial para as adaptações para o ensino remoto devido à pandemia, podem ter agravado determinados problemas que já eram comuns no contexto universitário, como aumento significativo de perturbações psicológicas (ansiedade, depressão e estresse). Entre os estudantes universitários no período pandêmico comparativamente a períodos normais.” (WEISS; MURDOCH, 2020).

O ensino superior afeta cada um dos alunos de forma diversificada, já que cada indivíduo traz consigo uma bagagem única de experiências e de necessidades que o levaram até determinado ambiente.

Um dos fatores envolvidos é a ansiedade que causa inúmeros prejuízos ao ser humano, identificando-se como patológica caso as respostas ansiosas sejam desproporcionais aos estímulos (CASTILLOA et al, dez 2000), prejudicando assim, fisicamente e psicologicamente, é uma função natural do corpo que atua na tentativa de nos proteger, através de um sofrimento antecipado por determinado problema ou situação.

A depressão é também outro agravante que cada vez se torna mais permanente no contexto universitário e de acordo com a OPAS (Organização Pan-americana de saúde, 2020) pessoas que passam por mais adversidades durante a vida, como desemprego, estresse, luto, trauma e entre outras têm mais propensão a ter depressão. Sendo uma doença crônica, que engloba diversos sintomas físicos e comportamentais, como a alterações de humor, principalmente um forte sentimento de tristeza, perda de interesse, baixa autoestima, insônia, falta de apetite ou fome excessiva, e assim por diante.

Atividades reduzidas ou rotinas interrompidas rapidamente, influenciam negativamente nesse aspecto depressivo.

Os universitários em si, são afetados devidamente por essas mudanças repentinas e por toda pressão psicológica que a situação toda causa.

“O confinamento, o sedentarismo, a má alimentação, o aumento do uso de telas, principalmente pelo fato de terem que se adaptar de forma online, geram uma frustração ainda maior, todos esses fatores e outros

influenciam no aumento de quadros depressivos entre esses universitários.”
(InterAm J Med Health 2020; 125)

Sabemos que a vida acadêmica é complexa e requer tempo e paciência para lidar com inúmeras questões, como provas e trabalhos, às vezes até o fator de ir para o campus já gera um desconforto no estudante que precisa mudar a rotina para se adaptar a esse ambiente.

Em uma pesquisa realizada por Lewis et al (2020) foi constatado que os distúrbios como depressão e ansiedade são muito comuns nos universitários, pois o período de formação universitária proporciona várias situações de tensão e preocupação, podendo se tornar nocivos para o aprendizado e para a vida pessoal do estudante. Segundo investigações realizadas na literatura e conhecimentos adquiridos em nosso período de formação, existem diversos fatores associados ao estado de stress e depressão na faixa etária juvenil e adulta, no entanto, o contexto e as pressões do ambiente de formação profissional podem gerar maior ansiedade, devido às grandes cobranças, sejam elas sociais, e também familiares, e até do próprio individual que em muitas vezes não atingindo os resultados esperados tem suas expectativas frustradas, gerando sofrimento. A falta de tempo, pois muitos destes indivíduos combinam uma vida de estudos a uma rotina de trabalho, o que acaba sobrecarregando. Dados trazidos pelo artigo " Depression prevalence among university students", demonstram que de 15 a 25% dos estudantes universitários apresentam algum tipo/ou mais de uma patologia, ou transtorno psíquicos emocionais.

Estudos também realizados pela Faculdade de Medicina da UFMG, enfatizam a importância dos debates a respeito do seguinte assunto abordado, uma vez em que cresce os números de casos depressivos no meio acadêmico, também associados a substâncias psicoativas. Os cursos com maior ocorrência de queixas levantadas, por incrível que pareça, foram os cursos relacionados à saúde.

Assim notando-se a importância e a grande vigência de ocorrências em relação a casos de depressão, estresse e ansiedade nos estudantes acadêmicos o presente estudo terá como objetivo determinar e captar resultados de prevalência e todos os seus fatores associados.

II. OBJETIVOS

O presente estudo possui como objetivo geral caracterizar sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último ano dos cursos do curso de Engenharia Civil.

Objetivos específicos

- Comparando os variáveis sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último ano por cursos e respectivas áreas.
- Comparando os variáveis sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último ano por sexo e idade.

III. METODOLOGIA

O estudo está vinculado ao Projeto Integrador do módulo cinco, no curso de Psicologia, no qual a responsável pela pesquisa é a docente e responsável pela unidade de ensino que se encontra integrada às demais unidades do presente módulo.

A pesquisa foi realizada em um Centro Universitário privado em uma cidade do interior do leste paulista. Atualmente a instituição conta com 18 cursos nas áreas de biológicas, humanas e exatas. Atualmente a cidade conta com três instituições de ensino superior, sendo uma privada e duas públicas.

Para averiguar tais questões foi realizado um estudo quantitativo correspondente aos estudantes universitários do primeiro e último ano do curso de Engenharia Civil, em critério de recorte transversal no mês de abril. Ao término da pesquisa informativa utilizamos o método comparativo dos resultados e os descreveremos para fundamentar e responder os objetivos propostos. A abordagem foi através de um questionário, que nos auxiliou a perceber os estressores e em quem ele acomete, a faixa etária, gênero, dificuldades, facilidades e etc. Após a análise de

dados, foi proposta uma intervenção para melhor desenvolvimento desses indivíduos tanto no rendimento acadêmico quanto na preparação para o mercado de trabalho.

Contexto

O estudo está vinculado ao Projeto Integrador do módulo cinco, no curso de Psicologia, no qual a responsável pela pesquisa é a docente e responsável pela unidade de ensino que se encontra integrada às demais unidades do presente módulo. A pesquisa foi realizada em um Centro Universitário privado em uma cidade do interior do leste paulista. Atualmente a instituição conta com 18 cursos nas áreas de biológicas, humanas e exatas. Trata-se de uma cidade do interior do leste paulista com aproximadamente 89 mil habitantes, com IDH de 0,797. Atualmente a cidade conta com três instituições de ensino superior, sendo uma privada e duas públicas.

Participantes

Critérios de inclusão: Foram incluídas no estudo estudantes universitários que estejam matriculados no primeiro ou último ano do curso superior da instituição convidada e que aceitem participar assinando o termo de consentimento livre esclarecido (TCLE).

Critério de exclusão: Não foram parte do estudo, estudantes universitários que estejam em outros anos dos cursos superiores, que estejam matriculados em outras instituições de ensino superior e que não assinem o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Instrumentos

- Escala de depressão, ansiedade e estresse para adultos (DASS-21 – short form): refere-se a um instrumento desenvolvido por Lovibond e Lovibond (1995) que possui a finalidade de mensurar e diferenciar os sintomas de ansiedade, depressão e estresse em adultos. A escala possui 21 perguntas separadas em um modelo tripartite em que os sintomas de ansiedade, depressão e estresse se agrupam. Uma primeira, (a) definida pela presença de afeto negativo, como humor deprimido, insônia, desconforto e irritabilidade, que são sintomas inespecíficos e estão incluídos tanto na depressão como na ansiedade; a segunda engloba (b) fatores que constituem

estruturas que representam sintomas específicos para depressão (anedonia, ausência de afeto positivo); por fim, a última estrutura refere-se aos (c) sintomas específicos de ansiedade (tensão somática e hiperatividade) (PATIAS, et al., 2016). A DASS-21 é uma avaliação de autorrelato que contém três assinaturas pontuadas em uma escala de quatro pontos Likert (0, 1, 2 e 3), variando de 0 ("Discordo totalmente") a 3 ("Totalmente de acordo"). Em relação à validade interna o alfa de Cronbach foi 0,92 para a subescala de depressão, 0,90 para a subescala de stresse e 0,86 para a de ansiedade, indicando uma boa consistência interna do instrumento (VIRGNOLA; TUCCI, 2014). O instrumento foi disponibilizado no google forms para que os participantes respondessem remotamente.

O questionário compunha-se de perguntas referentes a informações pessoais que foi elaborado para o presente estudo, que investiga informações sobre idade, sexo, escolaridade dos pais, configuração familiar, entre outros.

Procedimento de coleta

Primeiramente o estudo foi submetido ao CEP da UNIFEQB e após aprovação foi divulgado para os alunos do curso. Para avisar os presentes alunos do questionário, foi realizada uma visita em suas respectivas salas de aula onde foi fornecido o documento para o embaixador do curso que foi o porta voz para com as turmas.

Procedimento de análise de dados

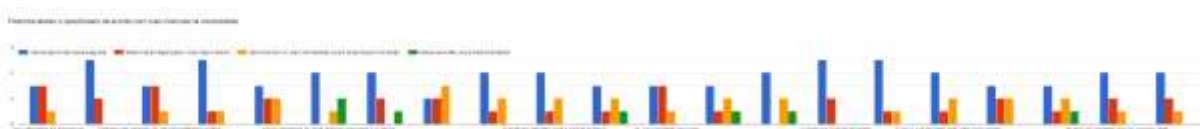
Os dados foram tabulados no excel e depois analisados por estatísticas descritivas. Foi utilizado também o recurso de análise de dados do google forms.

Considerações éticas

A identidade dos entrevistados será preservada, apenas as pessoas que concordaram e deram a sua autorização tiveram suas respostas analisadas. O presente estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UNIFEQB

seguindo todos os protocolos necessários. Foi ofertado apoio aos participantes, caso os mesmos sentissem desconforto em realizar a pesquisa. Todos assinaram o TCLE.

IV. RESULTADOS E DISCUSSÃO



Os resultados finais do DASS-21, stress teve uma média de 13 considerado grau leve; de depressão a média foi de 11 com o grau leve e os resultados de ansiedade foram em média 6,8 sendo considerado dentro da taxa de normalidade de acordo com os dados que nos foram passadas. Dos alunos que participaram da pesquisa, 03 eram do sexo feminino e 01 do sexo masculino que estavam no 9º modulo, um estudante de 21, 39 anos e dois estudantes de 22 anos. Sendo 02 solteiros, 01 casado e 01 namorando, apenas dois estudantes possuem filhos, todos os indivíduos matriculados no curso de engenharia civil. Todos os estudantes trabalham em áreas diversas, com uma média salarial de um salário mínimo a 2700,00. (dois mil e setecentos reais). Dos resultados obtidos, apenas 28,6 % trabalham na área em que estudam.

As queixas apresentadas como desafios enfrentados durante o período remoto de aulas na pandemia foram, as aulas online, falta de concentração para assistir as aulas, comprometimento, conseguir assistir a aula inteira sem ser interrompido pelo filho, dificuldade em assistir às aulas (sem especificar o motivo), também foi apresentada a fala de ter encontrado na pandemia uma oportunidade em que consegui um emprego. Os resultados foram considerados normais se colocarmos em base que os cursistas que estão começando não tiveram tanta exposição aos fatores estressantes enquanto os cursistas que estão terminando desenvolveram habilidades para se proteger dessas situações.

Porém mesmo com esses resultados não podemos descartar a importância da promoção uma intervenção preventiva e de promoção a saúde emocional dos estudantes, uma proposta seria fazer com que os professores do curso juntamente com os cursistas momentos de escuta a respeito de suas principais queixas e

dificuldades, possibilitando um diálogo mais aberto entre ambas as partes, consequentemente gerando a diminuição do estresse e da ansiedade.

V. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se então a partir das respostas dadas pelos entrevistados que a pandemia gerou sentimentos de stress, ansiedade e reações correlacionadas, no entanto os resultados não manifestaram prevalência de exagero das reações diante da situação.

Neste estudo não se observaram diferenças significativas entre os estudantes do primeiro ou último período de curso. Apesar de pesquisas e dados da literatura trazerem a relação, entre stress, estudos, pandemia e depressão, no dado levantamento não foi possível afirmar através da quantidade de entrevistados que o ensino superior e a relação com a pandemia possam estar correlacionados aos estados depressivos dos indivíduos universitários.

VI. REFERÊNCIAS

Rezende C, Abrão C, Coelho E, Passos L. Prevalence of depressive symptoms among medicine students of the University Federal of Uberlândia. Rev Bras Educ Med. 2008; 32.

Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. Estudos de Psicologia (Campinas), 37.

Allen AJ, Leonard H, Swedo SE. Current knowledge of medications for the treatment of childhood anxiety disorders. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry 1995;34:976-86.

Organização Mundial da Saúde (OMS). CID-10 – Classificação Internacional de Doenças, décima versão. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 1992.

Castillo, Ana Regina GL et al. Transtornos de ansiedade. Brazilian Journal of Psychiatry [online]. 2000, v. 22, suppl 2 [Acessado 23 Março 2022] , pp. 20-23. Organização Pan-Americana da Saúde. Depressão, Brasília (DF); 2020.

LELIS, Karen de Cássia Gomes et al . Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, Porto , n. 23, p. 9-14, jun. 2020.

Marin , Gabrielli Algazal et al. Depressão e efeitos da COVID-19 em universitários. Inter American journal of medicine and health, 2020.