

Prevalência de transtornos mentais comuns entre os acadêmicos de uma instituição de ensino superior do município de Trindade – GO

PREVALENCE OF COMMON MENTAL DISORDERS AMONG ACADEMICS OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTION IN THE MUNICIPALITY OF TRINDADE – GO

RESUMO: Introdução: Transtornos Mentais Comuns são considerados os transtornos psíquicos menores, representando os quadros menos graves, porém de maior frequência dos transtornos mentais. Objetivo: Este artigo teve por objetivo estimar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns na população de estudantes universitários. Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo exploratório. Resultados e Discussão: Foi constatado que 46% dos alunos do primeiro e segundo períodos obtiveram um resultado de alto nível de estresse, sendo que 31% tiveram um resultado de nível altíssimo e já 23% foi constatado um nível de pouco estresse. Ao avaliar os resultados das respostas dos alunos de oitavo, novo e décimo períodos, nota-se as significantes diferenças no índice de estresse, sendo constatados 44% de nível alto e 41% de nível altíssimo de estresse, 15% de pouco estresse. Conclusão: Como profissionais e conhecedores da saúde, devem saber identificar em si alterações características do estresse, ansiedade e depressão e procurar as intervenções necessárias. Devem ser estimuladas estratégias clínicas para orientação, programas educacionais e diagnósticos precoce para orientação desses problemas, com a finalidade de minimizar os efeitos sobre a saúde mental dos estudantes universitários.

Palavras-chave: Saúde Mental; Transtornos Mentais; Depressão; Ansiedade e estresse.

ABSTRACT: Introduction: Common Mental Disorders are considered to be minor mental disorders, representing less severe conditions, but with a higher frequency of mental disorders. Objective:

Osmar Pereira dos Santos¹
Iel Marciano de Moraes Filho²
Marcos Vinicius de Melo Sousa³
Josiane de Oliveira Ramos⁴
Ricardo Cesar Ramalho⁵
Leticia Xavier Faria⁶

¹ Enfermeiro. Mestre em Ciências Ambientais. Especialista em Enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva. Coordenador do curso de Enfermagem da Faculdade União de Goyazes, Trindade – GO, Brasil.

² Enfermeiro. Mestre em Ciências Ambientais e Saúde. Professor do departamento de enfermagem da Universidade Paulista – Unip- Campus Brasília. Brasília, DF – Brasil.

³ Enfermeiro graduado pela Faculdade União de Goyazes, Trindade – GO, Brasil.

⁴ Enfermeira graduada pela Faculdade União de Goyazes, Trindade – GO, Brasil.

⁵ Professor de Educação Física. Especialista em Docência do Ensino Superior. Secretaria Municipal de Educação de Goiânia, GO.

⁶ Enfermeira. Especialista em auditoria em Serviços de Saúde. Faculdade União de Goyazes e M&B Soluções Médicas Ltda

Correspondente

osmarenfi@gmail.com

Rodovia GO-060, 3184 - Laguna Park - Vila Emanuel, Trindade - GO, 75380-000



Recebido: 18.11.2019 | Aprovado: 27.12.2019

This article aimed to estimate the prevalence of Common Mental Disorders in the population of university students. Methodology: This is an exploratory descriptive study. Results and Discussion: It was found that 46% of students in the first and second periods obtained a result of a high level of stress, with 31% having a result of a very high level and already 23% a level of low stress. When evaluating the results of the responses of students in the eighth, new and tenth periods, it is possible to notice the significant differences in the stress index, with 44% high level and 41% very high level of stress, 15% low stress. Conclusion: As health professionals and experts, they must know how to identify characteristic changes in stress, anxiety and depression and seek the necessary interventions. Clinical strategies for guidance, educational programs and early diagnoses to guide these problems should be encouraged, in order to minimize the effects on the mental health of university students.

Keywords: *Mental health; Mental Disorders; Depression; Anxiety and stress.*

INTRODUÇÃO

Com o passar dos anos e com o processo de senescência, caracterizado pelo desenvolvimento das idades iniciais até a fase adulta, configurando principalmente a juventude, as responsabilidades aumentam na vida pessoal, social e profissional podendo ocasionar estresse¹.

Os fatores estressores caracterizam-se nesta fase, o estresse pode ser definido como a interação entre o meio externo e interno de um indivíduo, refletindo a tentativa do corpo de fazer ajustes as exigências do meio. O termo estresse pode ser utilizado em dois sentidos, tanto para definir as reações a fatores estressores, quanto para descrever uma situação de muita tensão, podendo ser descrito como “uma força, pressão, ou, ainda, como um estado psíquico ou físico “carregado de energia deformante”².

Em associação ao estresse a ansiedade e um fator predisponente e determinante que pode ser compreendido como uma sensação desagradável, um estado de tensão, apreensão e preocupação, que atua em função da previsão de eventos futuros ou em situações que são consideravelmente desagradáveis para o indivíduo, o paciente sofre de sintomas como dificuldade de concentração, perda de memória flash, tontura, síncope, tremores, sudorese e palpitações¹.

Esses fatores estressores podem levar a depressão o termo origina do latim que significa: enfraquecimento físico ou moral, desânimo, aumenta de intensidade ou duração de tristeza³.

Desta forma todos os fatores relacionados levam ao sofrimento psíquico manifestando em forma de tristeza e depressão que atingem o corpo e a alma⁴. De acordo com Broulby⁵ a depressão é decorrente de qualquer estado que desorganize os pensamentos, inclusive as perdas.

Assim os jovens se depararam com novas realidades e despede-se de hábitos que rematam costumes corriqueiros, o retirando da sua zona de conforto, trazendo a sobrecarga e a exigência da carreira profissional, o que gera conflitos e insegurança que podem comprometer sua saúde mental e física, podendo causar um elevado nível de ansiedade e estresse¹.

No processo de transição e adaptação para a vida acadêmica, destaca-se efeitos adversos sobre a saúde física e psicológica dos mesmos, sendo comumente este fator contribuinte para

o desenvolvimento de níveis elevados de transtornos mentais comuns (TMC), que são considerados os transtornos psíquicos menores, representando os quadros menos graves, porém de maior frequência no leque dos transtornos mentais⁶.

Ao decorrer do percurso acadêmico o estudante se depara com situações geradoras de pressões psicológicas, ansiedade e estresse podendo evoluir para a depressão. Estudos epidemiológicos psiquiátricos realizados nos países ocidentais indicam resultados de 90% de mortalidade psiquiátrica, referindo-se a TMC⁷.

Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria⁸ há um elo entre os transtornos mentais e o comportamento suicida. A literatura comprova que 90% dos casos de pessoas que cometerem tentativa de autoextermínio possuem alguns transtornos mentais⁹.

Suicídio é uma palavra de origem do latim “sui= mesmo e caedes= ação de matar. O termo suicídio pode ser definido como morte intencional, morte auto infligida ou voluntária¹⁰. Tanto o ato suicida como a tentativa em si são motivados por ideação suicida, ou seja, “pensamentos que faz com que o indivíduo planeje a sua própria morte”¹¹.

Desde que os profissionais de saúde de todos os níveis de atenção estejam aptos a reconhecerem os fatores de riscos presentes, é possível prevenir o suicídio, a fim de determinarem medidas para reduzir e evitar os riscos de suicídio¹².

Os TMC são manifestações únicas e desviantes dos comportamentos dito como normais e são diagnosticados pela presença de sintomas como insônia, irritabilidade, transtornos alimentares, dificuldade na concentração e em tomadas de decisões, esquecimento, cefaleia, transtornos psicológicos, entre outros; não incluindo transtornos psicóticos, transtornos de personalidade ou dependência química. Em portadores de TMC, implicam-se enormes custos em termos de sofrimento psíquico, qualidade de vida e relacionamentos interpessoais, afetando seu desenvolvimento nas atividades comuns diárias, prejuízos econômicos, potencial diminuído, entre outros; podendo ocorrer o desenvolvimento de transtornos mais graves⁶.

O objetivo deste estudo foi levantar indícios de estresse, ansiedade e depressão suscitadas no âmbito universitário dos alunos ingressante e concluintes visando à prevenção. O mesmo se justifica devido a relação do elevado aumento nos casos de problemas mentais comuns entre jovens e estudantes do nível superior após o ingresso na vida acadêmica.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo e exploratório. Realizada em uma Instituição de Ensino Superior de uma cidade da região metropolitana do Município de Goiânia – GO. A pesquisa contou com 293 acadêmicos dos períodos iniciais e finais dos cursos de graduação na área de saúde em: Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia e Nutrição. Com margem de segurança de 95%, tendo por base 1.226 alunos matriculados.

A coleta foi realizada nos meses de outubro e novembro de 2018, através de amostra aleatória nos turnos matutino e noturno, por meio de dois questionários: *A Escala HAD- Avaliação do nível de ansiedade e depressão e, Questionário ajuda a identificar nível e sintomas de Stress*; contendo um total de 26 questões com questões semiabertas.

O estudo seguiu os padrões do Conselho Nacional de saúde e da Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012, considerando o respeito pela dignidade humana e proteção. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição Faculdade União de Goyazes, com registro 33/2018-1 e todos os pesquisados assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), onde foram informados sobre a natureza e objetivos da pesquisa. A coleta ocorreu de forma individual e sigilosa.

Após conclusão da aplicação dos questionários, a correção, tabulação e análise de dados foram realizadas em aproximadamente sete dias, feita por tabelas no Excel, seguindo para a elaboração dos resultados, discussão e conclusão da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo Steve e Burns¹³, a maior parte dos indivíduos estão expostos a níveis altos de estresse, eles ainda dizem que para o corpo estresse está diretamente ligado a mudanças, independente se essas mudanças são positivas ou negativas. Qualquer coisa que é alterada na vida cotidiana gera o estresse.

Diante os resultados, a participação do público feminino comparado ao público masculino foi de 90% de predominância.

As figuras que se seguem são relacionadas às respostas dos níveis de Estresse, Ansiedade e Depressão entre os estudantes dos cursos da área da saúde, dentre eles: Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia e Nutrição.

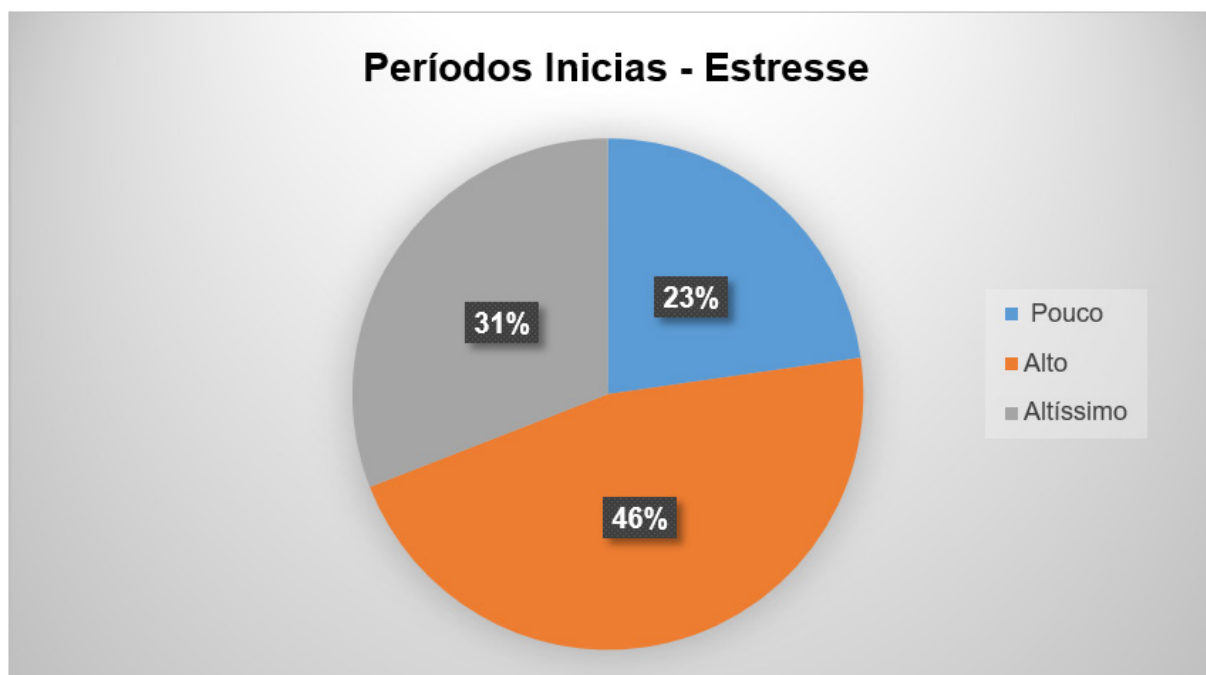


Figura 1 . Gráfico 1: Avaliação do Nível de Estresse dos alunos em períodos iniciais, de uma Instituição de Ensino Superior no Município de Trindade – GO, 2018.

Fonte: Os autores, 2018.

Foi constatado que 46% dos alunos do primeiro e segundo períodos obtiveram um resultado de alto nível de estresse, sendo que 31% tiveram um resultado de nível altíssimo e já 23% foi constatado um nível de pouco estresse.

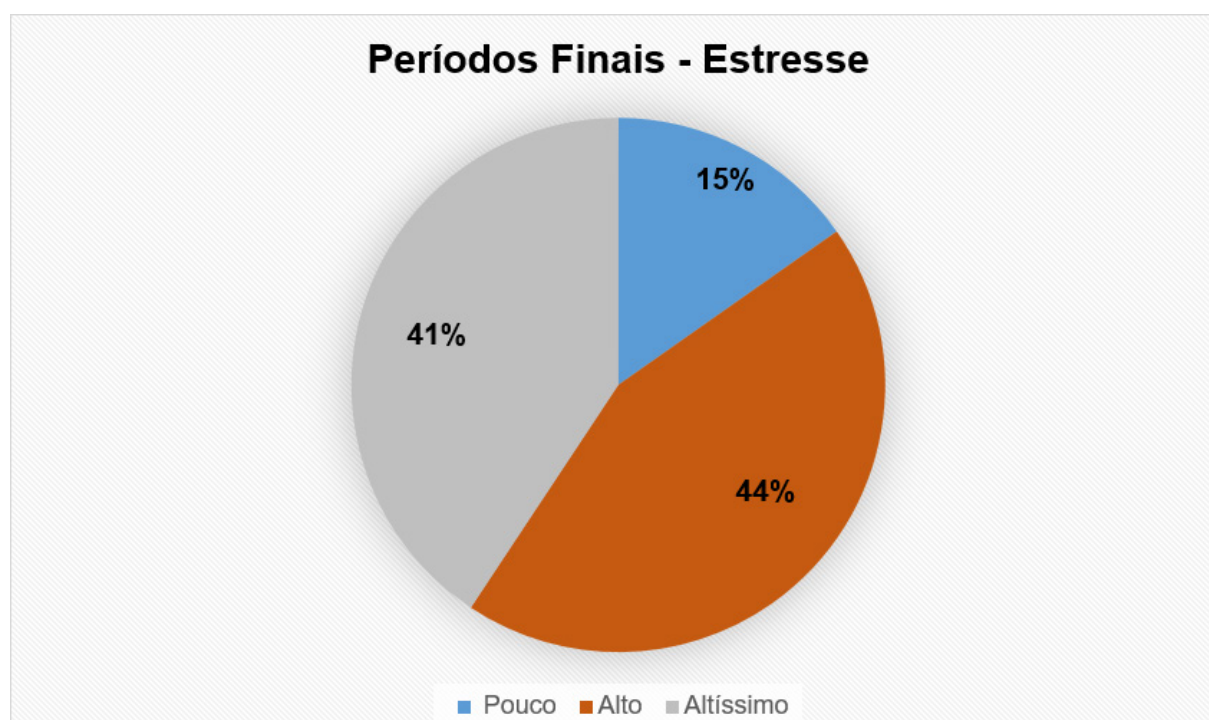


Figura 2. Gráfico 2: Avaliação do Nível de Estresse dos alunos em períodos finais, de uma Instituição de Ensino Superior no Município de Trindade – GO, 2018.

Fonte: Os autores, 2018.

Ao avaliar os resultados das respostas dos alunos de oitavo, novo e décimo períodos, notam-se as significantes diferenças no índice de estresse, sendo constatados 44% de nível alto e 41% de nível altíssimo de estresse e, 15% de pouco estresse.

Comparado os resultados das respostas dos níveis de estresse entre os alunos de primeiro e segundo períodos, com as respostas dos alunos do oitavo, nono, e décimo períodos, esses resultados podem ser decorrentes ao ingresso na faculdade, o experimento de novas experiências e responsabilidades, como a escolha de uma profissão, novas relacionamentos sociais, entre outros.

Deduz-se que o estresse era maior durante o período de preparo para o vestibular, sendo um estressor de grande porte para os jovens, levantando o questionamento da adequação de um sistema estressante e competitivo ao qual o jovem fica submetido entre conseguir o simples direito de estudar. A possibilidade de lidar com o estresse e a ansiedade levanta uma possibilidade que talvez este seja um elemento fundamental para o sucesso em um vestibular ou até mesmo na vida acadêmica e profissional¹⁴.

A necessidade de a unidade acadêmica monitorar, acompanhar e fornecer apoio a todos os seus componentes é visível e somente com sua realização é que muitos dos fatores que contribuem para o fracasso e a evasão escolar serão reduzidos. Campos¹⁵ já havia ressaltado a

importância da implantação de programas de apoio à pesquisa sobre estresse acadêmico, seja na pré-escola, universidade ou pós-graduação.

Corroborando com nosso estudo Eizirik, Kapczinski e Bassols¹⁶ afirmando que geralmente os alunos chegam ao meio acadêmico sob forte pressão e estresse, com uma série de desejos e expectativas, porém depara-se com uma realidade nem sempre de acordo com a esperada, diante de uma nova etapa de suas vidas, onde são chamados às responsabilidades de novas escolhas a serem feitas. Essas experiências influenciam nos sentimentos, ações e pensamentos dos alunos, porém nem sempre são levados em consideração, além disso, somam-se a esses eventos já mencionados, aqueles externos à Universidade. Há adaptação à nova realidade, o jovem sai do seu contexto familiar e entra em um novo contexto de vida, de grupo, elementos suficientes para a precipitação do estresse.

Além da avaliação do nível de estresse entre estudantes dos diversos períodos, merece destaque a avaliação dos níveis de ansiedade entre os mesmos estudantes que compõe este estudo. Visivelmente os transtornos de ansiedade têm aumentado. Estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS)¹², divulgada em fevereiro de 2017, revelam que os distúrbios relacionados à ansiedade afetam 9,3% (18.657.943) das pessoas que vivem no Brasil.

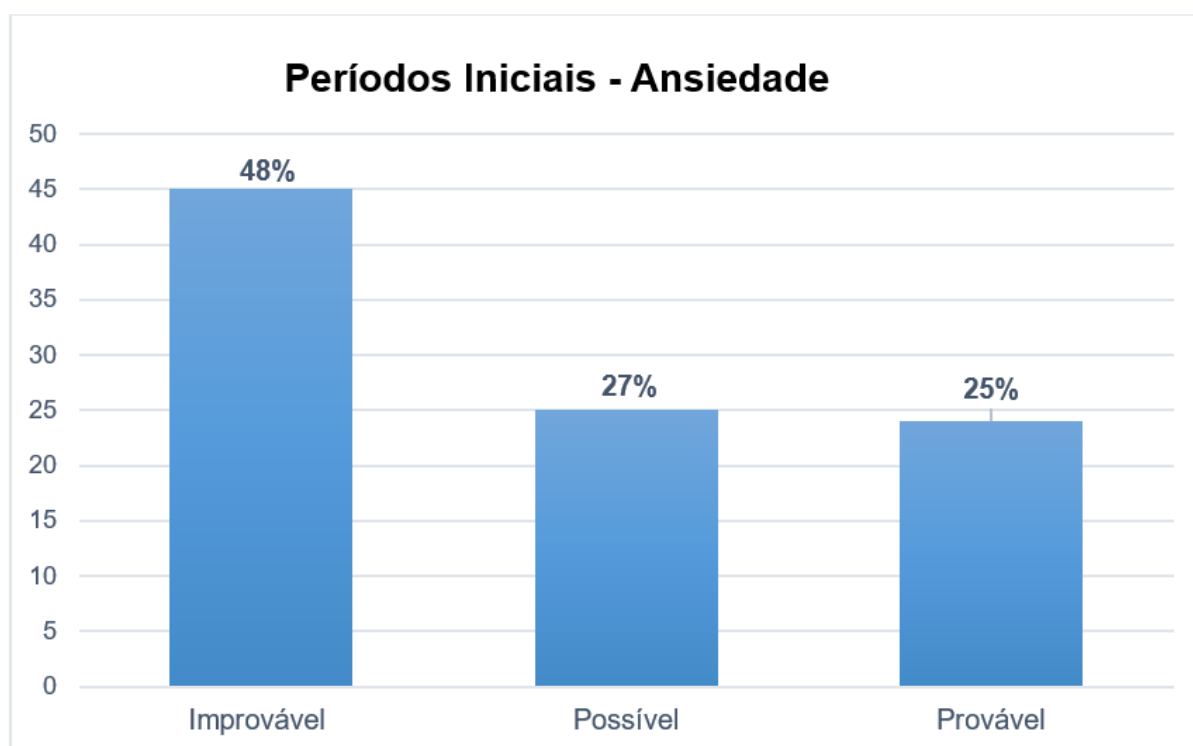


Figura 3. Gráfico 3: Avaliação do Nível de Ansiedade dos alunos em períodos iniciais, de uma Instituição de Ensino Superior no Município de Trindade – GO, 2018.

Fonte: Os autores, 2018.

É importante conhecer as crises do desenvolvimento, acompanhadas de incerteza, ansiedade e estresse, uma vez que estão dentro de uma expectativa normal. Os dados apontam que 48% dos alunos obteve um nível improvável de ansiedade, onde 27% teve um possível nível de ansiedade e 25% foi constatado para um provável nível de ansiedade.

Takei e Schivoletto¹⁷ definem a ansiedade como um estado caracterizado por sinais e sintomas inespecíficos que juntos trazem uma sensação desagradável de apreensão, medo e expectativas quanto ao futuro.

Um fator predominante que pode explicar o desenvolvimento da ansiedade e suas perturbações pode verificar que são conceitos vagos e que podem surgir de eventos internos e externos do indivíduo.

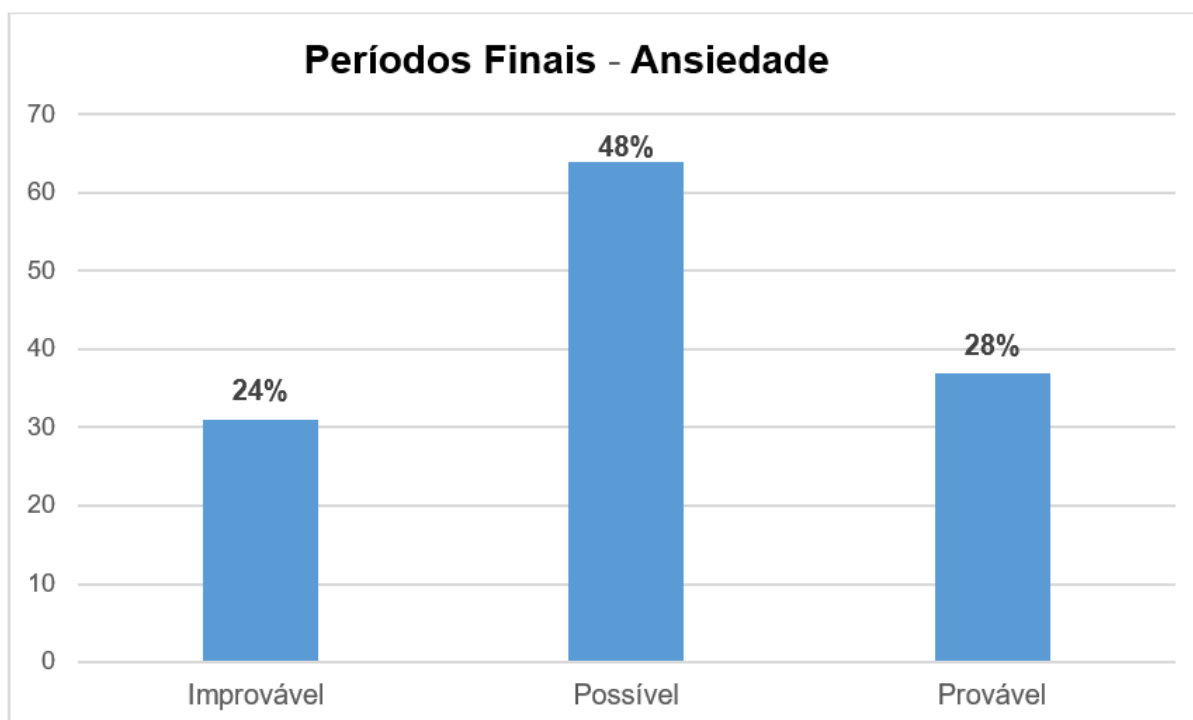


Figura 4. Gráfico 4: Avaliação do Nível de Ansiedade dos alunos em períodos finais, de uma Instituição de Ensino Superior no Município de Trindade – GO, 2018.

Fonte: Os autores, 2018

Mediante os resultados mensurados na figura 03, foi possível notar a diferença que 44% das pessoas que tiveram o resultado de nível de estresse alto, possivelmente 48% dessas pessoas foram as que obtiveram o possível nível de ansiedade elevada. E 28% desses alunos obtiveram provável nível de ansiedade, sendo que os outros 24% resultaram em um possivelmente improvável nível de ansiedade.

Segundo Santos¹⁸ devido às exigências feitas ao longo da formação, o universitário da área de saúde submete-se a uma grande carga de estresse, diante das cobranças pessoais, horas dedicadas aos estudos, avaliações, atividades, aumento da pressão psicológica, cansaço mental, tensão e expectativa com o mercado de trabalho, entre outros.

Recentemente, o Mini – *International Neuropsychiatric Interview* foi utilizado como instrumento diagnóstico em três estudos epidemiológicos. No Brasil teve uma taxa de 15,6% de transtornos depressivos entre estudantes da Faculdade de Medicina de Salvador¹⁹.

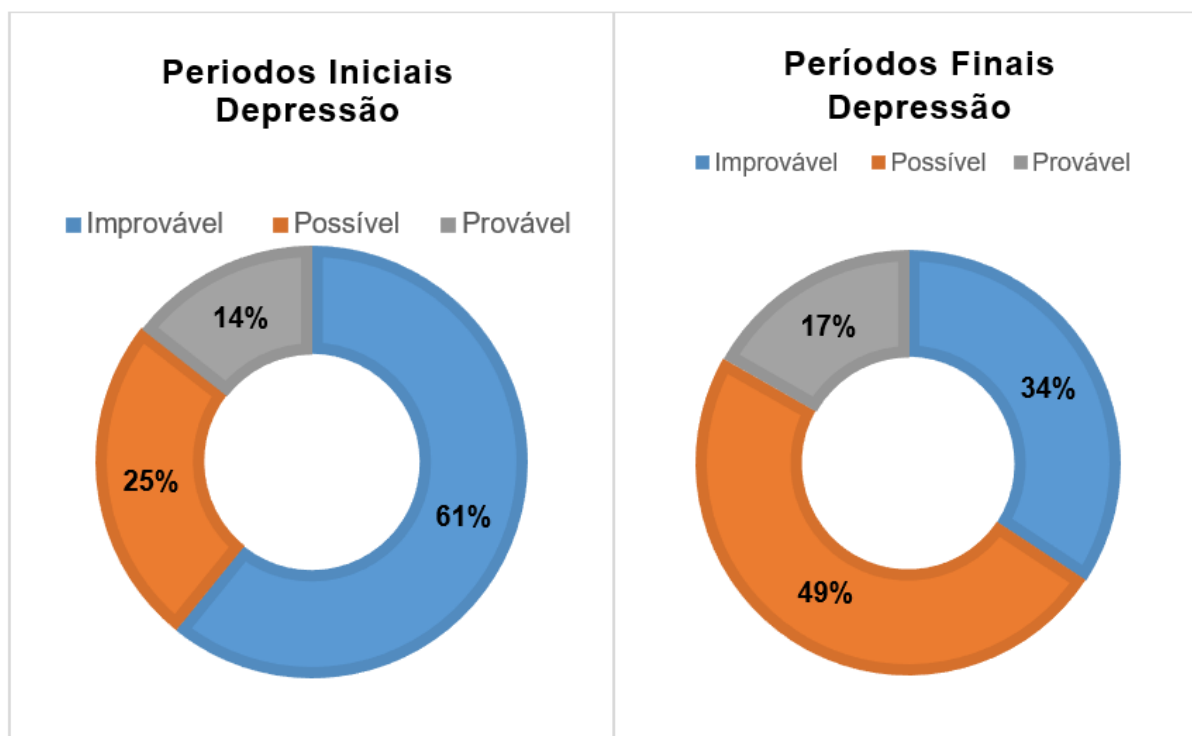


Figura 5. Gráfico 5: Avaliação do Nível de Depressão dos alunos entre os períodos iniciais e os períodos finais de uma Instituição de Ensino Superior no Município de Trindade – GO, 2018. Fonte: Os autores, 2018.

Com um comparativo entre os resultados, foi possível identificar a diferença entre os dados, sendo 61% para improvável nível de depressão nos períodos iniciais, enquanto que apenas 34% resultaram para um nível improvável de depressão nos períodos finais. Já para um possível nível de estresse, resultaram em 49% nos períodos finais, sendo 25% para os períodos iniciais. E 17% para um Provável nível de depressão nos períodos finais enquanto que para os iniciais foram de 14%.

CONCLUSÃO

A presença de sintomas de estresse, ansiedade e depressão nos estudantes dos cursos da saúde que estão prestes a inserir-se no mercado de trabalho competitivo e instável, pode prejudicar o desenvolvimento das atividades acadêmicas, pessoais e, conseqüentemente, o futuro profissional.

Os acadêmicos participantes da amostra são futuros profissionais da área da saúde e serão responsáveis pelo cuidado de muitas pessoas com diversas patologias, porém não deve esquecer-se da própria saúde, sendo necessários cuidados especiais. Como conhecedores da saúde, devem identificar em si alterações características do estresse, ansiedade e depressão e procurar as intervenções necessárias; elaborar estratégias clínicas para orientação, programas educacionais e diagnósticos precoces desses problemas com a finalidade de prevenir e minimizar os efeitos sobre a saúde mental dos estudantes universitários.

REFERÊNCIAS

1. Lacerda AN. Índícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários, 2015.
2. Martins MGT. Sintomas de *Stress* em Professores Brasileiros. *Revista Lusófona de Educação*, 2007, 10, 109-128.
3. Brandtner M, Bardag M. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Gerai. Rev. Interinst. Psicol.* vol.2 no.2 Juiz de fora dez. 2009.
4. Roudinesco E. (2000). *Por que a Psicanálise?* Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
5. Bowlby J. *Tristeza e Depressão. Apego e Perda.* 1993. Vol. 3. São Paulo: Martins Fontes.
6. Fiorotti KP, Rossoni RR, Borges LH, Miranda AE. *J Bras Psiquiatr.* 2010;59(1):17-23In: Lopes AC, organizador. *Tratado de clínica médica.* São Paulo: Roca; 2006, p. 2507.
7. Cerchiari EAN, Caetano D, Faccenda O. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estud. psicol. (Natal)* [online]. 2005, vol.10, n.3, pp.413-420.
8. Associação Brasileira de Psiquiatria - ABP. *Comportamento suicida: conhecer para prevenir.* 1. ed. Rio de Janeiro: ABP, 2009. Disponível em: http://www.proec.ufpr.br/download/extensao/2017/abr-suicidio/manual_cpto_suicida_conhecer_prevenir.pdf. Acesso em: 20 set. 2018.
9. MrGirr A, Paris J, Lesage A, Renaud J, Turecki G. (2007). Risk factors for suicide completion in borderline personality disorder: A case-control study of cluster B comorbidity and impulsive aggression. *Journal of Clinical Psychiatry*, 68(5), pp. 721-729.
10. Ferreira, REC. *O Suicídio.* Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, Coimbra, 2008.
11. Cardoso, HF. et. al. Suicídio no Brasil e América Latina: revisão bibliométrica na base de dados Redalycs. *Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul*, Rio Grande do Sul, v.12, n.2, p. 42-48, 2012.
12. Organização Mundial da Saúde - OMS. Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo. Disponível em: http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumentao-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839. Acesso em: 16 de nov. 2018.
13. Steve P, Burns S. How to Deal with OVERSTRESS. Disponível em: <http://www.teachhealth.com/dealwith.html>. Acesso em: 20 out.2018.
14. Calais SL, Andrade LMB, Lipp MEN. Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de *Stress* em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e Crítica.* 2003, 16(2), pp. 257-263.
15. Campos LFL. *Estresse na Universidade.* Em Pontifícia Universidade Católica de Campinas (Org.), *Anais do I Simpósio sobre Stress e suas Implicações*, (1996). (pp. 23-27). Campinas: PUC- Campinas.
16. Eizirik CL, Kapczinski F, Bassols AMS. *Noções Básicas sobre o Funcionamento Psíquico.* 2001. Disponível: http://srvd.grupoa.com.br/uploads/imagensExtra/legado/E/EIZIRIK_Claudio_Laks/O_Ciclo_Da_Vida_Humana_Uma_Perspectiva_Psicodinamica/Liberado/Cap_01.pdf. Acesso em: 22/10/18.
17. Takei EH, Schivoletto S. *Ansiedade.* *Revista Brasileira de Medicina*, 2000; 7, v.57.
18. Santos RMD. *Perfil de ansiedade em estudantes universitários de cursos da área da saúde.* Dissertação (Mestrado em saúde pública) - Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande - PB, 2014. Disponível em: <http://tede.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/tede/2269/2/PDF%20%20R%3b-4mulo%20Moreira%20dos%20Santos.pdf> Acesso: 12 de nov. 2018.
19. Azi L. *Transtornos mentais no estudante de medicina.* Dissertação. Salvador (BA): Universidade Federal de Bahia; 2003.