

## **ASSOCIAÇÃO ENTRE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E QUALIDADE DE VIDA EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO DA UNIVERSIDADE MOGI DAS CRUZES**

Priscila Fernandes de Abreu<sup>1</sup>; Fernando Biccocchi Canova<sup>2</sup>

1. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: priscila.fernandes0497@gmail.com
2. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: fernandocanova@umc.com

Área de Conhecimento: **Fisiologia Humana**

**Palavras-Chaves:** Qualidade de vida; Ansiedade; Depressão.

### **INTRODUÇÃO**

A avaliação como nos apresenta Cardoso (2017) entre ansiedade, depressão, e qualidade de vida nos alunos graduandos da Universidade de Mogi das Cruzes, já foi realizada anteriormente em outros cursos selecionados. Porém uma nova pesquisa relacionada com este tema é extremamente relevante, pois a ansiedade, depressão, e qualidade de vida são fatores que afetam diretamente o desempenho, a vida pessoal e social dos alunos graduandos. A partir disto, é importante ressaltar a conceituação de ambas as patologias. A ansiedade está conceituada como sendo a “aflição”, “angústia”, “ânsia”, e ainda como “impaciência” (MICHAELIS, 2004), sendo que de acordo com Freud (1920) afirma que o desenvolvimento da ansiedade se encontra relacionado com a reação do perigo e ao mesmo apresentando um sinal preparatório para a fuga, onde segundo ele pode-se significar em uma situação de perigo, decorrer-se a angústia, isto é, a ansiedade. Na literatura, podemos encontrar ainda a diferenciação de teorias que se apresentam em empregos diferentes de sua conceituação e significados, como à exemplo em que o que é apresentado por Freud, é percebida por Kierkegaard (1972) como ansiedade com “ambiguidade psicológica”. Já a depressão é considerada um distúrbio psicológico que atinge grande parte da população mundial de maneira que, estima-se afetar 322 milhões de pessoas atualmente segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2017). Isto é, 4,4% da população total do mundo sofrem com este distúrbio em que, de acordo com o Epidemiological Catchment Area (ECA) e o National Comorbidity Survey, estudos realizados sobre a depressão feito nos Estados Unidos, relatam que o transtorno depressivo com alto grau de prejuízo tenha uma variação entre 6% e 17%. Não existem muitos estudos que avaliem a prevalência deste distúrbio no Brasil, mas estima-se que os índices variem entre 3% e 10% (ALMEIDA FILHO et al., 1997; VILLANO, 1998; FRAGUAS & FERRAZ, 1992). Com relação ao conceito de qualidade de vida, Capela et al. (2009) e Orsel et al. (1995) definem-a como a autopercepção de um indivíduo sobre a sua vida em diferentes campos como trabalho, família, valores, e suas expectativas pessoais. Com que diz respeito ao correlato entre as patologias apresentadas e a qualidade de vida, é possível encontrar muitos estudos que relacionam esta à ansiedade e depressão, visto que, ao saber dos malefícios causados por estes dois transtornos, causam grande decréscimo na qualidade de vida.

### **OBJETIVO**

Avaliar a associação dos níveis de ansiedade, depressão e qualidade de vida dos alunos de graduação da Universidade de Mogi das Cruzes.

## MÉTODO

Participaram desta pesquisa 125 alunos sendo estes 39 alunos de Biologia, 42 alunos de Educação Física, 12 alunos de Estética, 25 alunos de enfermagem, um aluno de Farmácia, e seis alunos de Nutrição. Todos receberam uma pequena palestra ministrada para alunos de diversos cursos pré-selecionados da Universidade de Mogi das Cruzes, após isto, foram oferecidos os questionários referentes ao teste HADS - Hospital Anxiety and Depression Scale (Questionário sobre Ansiedade e Depressão); e o WHOQOL (Questionário referente a qualidade de vida). Com que diz respeito ao HADS (Questionário sobre Ansiedade e Depressão), este contém 14 questões de múltipla escolha, onde sete são referentes a ansiedade e sete referentes a depressão. O resultado deste questionário varia de 1 a 21, sendo que: de 1 a 7, ansiedade e depressão improvável, de 8 a 15, ansiedade e depressão possível, e de 16 a 21, ansiedade e depressão provável. Já em relação ao WHOQOL (Questionário sobre qualidade de vida,), este contém 26 questões de múltipla escolha, no qual o indivíduo avalia quatro domínios de sua vida pessoal (psicológico, social, ambiente e físico). O resultado deste questionário originalmente varia de 1 a 5, onde de 1 a 2,9: precisa melhorar, de 3 a 3,9: regular, de 4 a 4,9: boa e 5: muito boa. No entanto, estes resultados foram otimizados para o presente trabalho. Desta forma, os resultados são: de 0 a 51,1: precisa melhorar, de 52 a 71,9: regular, 72 a 98: boa e 99 e 100: muito boa. Após receber as respostas dos alunos, uma análise foi feita, podendo apontar a possível presença de ansiedade e depressão e de uma baixa qualidade de vida. Uma análise estatística também foi realizada, a fim de relacionar quais cursos e quais períodos estão mais propensos a sofrerem destes distúrbios.

## RESULTADOS/DISCUSSÃO

Com base nos resultados é possível observar que a média de ansiedade apresentada pelos participantes é de 9,36. Desta maneira em média, os participantes enquadram-se na categoria de “possível” sintoma de ansiedade; do mesmo modo analisou-se que a média de depressão geral é de 6,81, o que indica que em média os participantes apresentam-se na categoria de “improvável” quadro depressivo. Com que diz respeito aos resultados obtidos através do WHOCOL, pode-se observar que a média geral é de 60,29, indicando que em média, os indivíduos apresentam uma qualidade de vida regular. Já com relação à média por cursos, foi possível identificar uma melhor qualidade de vida no curso de Biologia, 60,20, indicando uma média de alunos deste curso como regular. É possível observar uma diferença mínima de 0,2 maior em homens, entre a média de homens e mulheres, sendo esta de 60,50, apontando novamente para uma média regular. Com base nestes dados, é apresentada a correlação sobre a maneira como a qualidade de vida dos participantes podem ser um indicador para a possibilidade de apresentação de sintomáticas como a depressão e ansiedade. A priori, podemos apontar que a média de vida pontuada como “regular” pode justificar a frequência “possível” no que diz respeito na média de ansiedade, pois de acordo com Lagame et. al (2016) alguns estudos afirmam que questões inerentes a formação acadêmica podem impactar negativamente na saúde mental dos indivíduos, pois a demanda acadêmica gera uma diminuição da qualidade de vida nos quatro domínios (avaliados no teste WHOQOL), estes aspectos, além de outros, contribuem para que o sujeito desenvolva ansiedade, depressão, privação de sono e estresse. Assim, pode-se compreender que há a possibilidade de sintomáticas diversas, em que de acordo com Antunes (2015) estes podem ser comumente como: nervosismo pré-aula; pânico; episódios de esquecimentos no momento da realização de provas; sentimento de impotência durante trabalhos ou falta de interesse em áreas mais difíceis dos estudos. Em relação aos níveis de ansiedade apresentados, diversas pesquisas puderam pontuar resultados semelhantes com que diz respeito aos níveis de ansiedade em estudantes universitários. Marchi et. al (2013) apresentaram, por meio da aplicação do Inventário de Ansiedade de Beck (Beck Anxiety Inventory - BAI), que foi aplicado em 308 alunos a que destes, 30% apresentaram um grau mínimo de ansiedade, 34%

poderiam ter ansiedade leve, 24% possuíam ansiedade moderada e 12% ansiedade grave. Já com que diz respeito aos resultados comparativos entre homens e mulheres, não foram observados uma diferença discrepante entre estes, tanto nos resultados médios de ansiedade quanto nos de depressão, sendo que a média de ansiedade 9,37 para o gênero feminino e 9,17 para o gênero masculino. Assim, é possível identificar uma diferença de 0,2 entre homens e mulheres, em que ambos se enquadram na categoria de “possível” quadro ansioso, sendo que este resultado contrasta com o obtido por Cardoso (2017) em pesquisa realizada no mesmo campo, no qual foram apresentados um nível de ansiedade maior entre o gênero feminino. Resultados semelhantes foram obtidos por Vasconcelos et. al (2014) em pesquisa que não evidenciou diferenças significantes relacionadas aos sintomas de ansiedade apresentados por gênero, pontuando apenas a utilização de substâncias psicoativas (sendo estas lícitas e ilícitas), como sendo correlatos a sintomas de ansiedade. De acordo com Carvalho et al (2015) há uma série de fatores que corroboram para a prevalência de níveis mais elevados de ansiedade no gênero feminino, podendo ser um destes fatores a pressão social em relação a cobranças relacionadas a papéis sociais, que empregam a mulher uma série de obstáculos a serem vencidas para que esta possa construir uma carreira e sua independência econômica e social, de maneira a enfrentar uma série de questões conflituosas que não são realidade para os homens, reagindo aos estímulos com um nível de ansiedade e pressão psicológica mais elevado, pois por exemplo, a mulher necessita realizar uma dupla jornada de trabalho - afazeres domésticos e carreira profissional à exemplo – maiores que oitos horas por dia, situação não exigida em grande escala para os homens. Em relação à média de depressão nesta mesma categoria, se apresentou como média de 6,8 para ambos os gêneros. Referente a isto, Cardoso (2017) levantou níveis semelhantes entre os gêneros, em que os resultados também divergem da pesquisa realizada por Claudino e Cordeiro (2016) que apontou sobre indivíduos do sexo feminino possuíam níveis mais elevados de depressão e ansiedade que indivíduos do sexo masculino. Também foi visto uma frequência maior de ansiedade nos alunos de Estética, sendo esta de 11,30 (resultado enquadrado como “possível” quadro ansioso), sendo que Leão (2018) observou em pesquisa que avaliava cursos da área da saúde a prevalência de ansiedade em 36,1% da amostra, alternando entre os cursos de fisioterapia (52,4%) e medicina (25,9%), sendo que destes, 62,2% poderiam apresentar a patologia em níveis leves, 27,9 % em níveis moderados e 9 9,9% em níveis graves. Nos resultados de depressão, a frequência apresentada por curso foi de 8,20, demonstrando semelhança para os cursos de Enfermagem e Educação Física, estes dados são condizentes, em parte, com a pesquisa realizada por Leão (2018) que levantou a prevalência de algum nível de depressão em 28,6% da amostra estudada, sendo que destes, este resultado divide-se entre os cursos de fisioterapia ( 35,7%) e enfermagem (15,0%), sendo os níveis considerados mais graves apresentados pelos estudantes de Biomedicina (5,9%).

## CONCLUSÕES

Os estudos relacionados a qualidade de vida e sua relação com níveis de ansiedade em alunos universitários de diversos períodos é de grande importância para que possamos compreender a maneira como o ambiente acadêmico estimula certos comportamentos e influência em diversas esferas da vida do indivíduo. Assim, pontua-se que seria viável considerar um instrumento qualitativo (questionário aberto, entrevista, dentre outros) para o levantamento de hipóteses que justifiquem e expliquem de forma mais aprofundada e específica as variáveis do meio acadêmico que podem corroborar para os resultados apresentados.

**REFERÊNCIAS**

CARDOSO, Natalia Carolina. Associação entre ansiedade, depressão e qualidade de vida em estudantes do curso de ciências biológicas da Universidade de Mogi das Cruzes (UMC) – SP. 2017.

CARVALHO, Eliane Alecrim; BERLOTINI, Sonia Maria Marques; MILANI, Rute Grossi; MARTINS, Mayra Costa. Índice de Ansiedade em Universitários Ingressantes e Concluintes de uma Instituição de Ensino Superior. Revista Ciência Cuidado e Saúde, v. 3, n. 14, Jul/Set, 2015.

CLAUDINO, João; CORDEIRO, Raul. Níveis de ansiedade e depressão nos alunos do curso de licenciatura em enfermagem: O caso particular dos alunos da Escola Superior de Saúde de Portalegre. Revista Millenium: Journal of Education Technologies, and Health, v. 32, n. 11, p. 197-210, 2006.

LANGAM, Angélica de Paula; NETO, José Antônio Chehuen; MELO, Luisa Normandia Baeta; CASTELANO, Mikaela Luana Castelano; CUNHA, Moarmed; FERREIRA, Renato Erothildes. Qualidade de vida do estudante universitário e o rendimento acadêmico. Revista Brasileira de Promoção à Saúde, Fortaleza-BH, n. 29, v.3, p. 313-325, Jul.-Set., 2016.

MARCHI, Katia Colombo; BARBARO, Alessandra Marino; MIASSO, Adriana Inocenti; TIRAPELLI, Carlos Renato. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. Revista Eletrônica de Enfermagem: Ribeirão Preto – SP, v. 15, n. 3, 2013.

LEÃO, Andrea Mendes; GOMES, Ileana Pitombeira; FERREIRA, Marcelo José Monteiro; CAVALCANTI, Luciano Pamplona de Góes. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA, v. 42, n.4, p.55-65, 2018.