

DEPRESSÃO, ANSIEDADE E MALEABILIDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DEPRESSION, ANXIETY AND MALEABILITY IN PHYSICAL EDUCATION COLLEGE STUDENTS

ARAÚJO JUNIOR, Claudionor Gonçalves¹

Graduado em Ciências Biológicas pelo Instituto Superior de Educação Ibituruna - ISEIB, Montes Claros, MG, Brasil.
Graduando em Educação Física Licenciatura pela Universidade Estadual de Montes Claros Unimontes, Montes Claros, MG, Brasil.

SOARES, Wellington Danilo²

Doutor em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, docente no curso de Educação Física na Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, Montes Claros, MG, Brasil.

RESUMO

Introdução: Números altos indicam a proporção de pessoas que são afetadas por patologias como ansiedade ou depressão nos últimos anos, a maioria deles especificamente são estudantes. **Objetivo:** Assim o presente estudo objetivou analisar a prevalência, de ansiedade, depressão e uso de medicamentos em universitários do curso de Educação Física na cidade de Montes Claros - MG. **Materiais e métodos:** Para tanto foi realizada uma pesquisa de natureza descritiva, com abordagem quantitativa, comparativa e transversal. A amostra foi constituída de 68 alunos, ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, selecionados de forma aleatória, universitários do curso de Educação Física de uma instituição pública de ensino superior. Na coleta dos dados foi utilizado um questionário sócio, o teste Morisky, Green e Levine, o inventário ansiedade Beck- BDI e o Inventário de Depressão Beck- IDB. **Resultados:** Os resultados apontaram que a média de idade dos avaliados foi de 24,6 anos ($\pm 4,6$, com predomínio do sexo masculino (69,1%). Foi verificado uma alta adesão a medicamentos por mais da metade dos avaliados. Também um número considerável (30,8%) possuem níveis moderados ou severos de ansiedade. Com relação a depressão foi mais prevalente a ausência entre os pesquisados, tendo um número menor (22,0%) de avaliados com níveis moderados ou avançados de desta patologia. Também foi encontrado correlação entre adesão medicamentosa com ansiedade e depressão, e entre ansiedade e depressão. Na diferença entre sexos, foram encontradas médias maiores de adesão a medicamentos para o sexo masculino, e em contrapartida médias de níveis de ansiedade e depressão apresentados pelo sexo feminino. **Conclusão:** Conclui-se que existe uma necessidade latente de inserir serviços de suporte psicológico dentro das instituições de ensino superior.

Palavras-chave: Ansiedade. Depressão. Adesão ao medicamento. Ensino superior. Educação Física.

ABSTRACT

Introduction: High numbers indicate the proportion of people who are affected by pathologies such as anxiety or depression in recent years; most of them specifically are students. **Objective:** Thus, the present study aimed to analyze the prevalence of anxiety, depression and medication use in Physical Education college students in the city of Montes Claros - MG. **Materials and me-**

thods: For this purpose, a descriptive research was carried out, with a quantitative, comparative and transversal approach. The sample consisted of 68 students, both genders, aged 18 years or over, randomly selected from the Physical Education course from a public higher education institution. On data collection, a partner questionnaire, the Morisky, Green and Levine test, the Beck anxiety inventory -BDI and the Beck Depression Inventory-IDB were used. **Results:** The results showed that the average age of those evaluated people was 24.6 years (± 4.6 , with a predominance of males (69.1%). It was verified a high adherence to medications by more than half of the evaluated people. Also a considerable number (30.8%) have moderate or severe levels of anxiety. Regarding depression, the absence was more prevalent among those surveyed, having a smaller number (22.0%) of those evaluated with moderate or advanced levels of this pathology. A correlation was also found between medication adherence with anxiety and depression, and between anxiety and depression. In the difference between genders, higher averages of medication adherence were found for males, and on the other hand, averages of levels of anxiety and depression presented by females. **Conclusion:** It is concluded that there is a latent need to insert psychological support services within higher education institutions.

Keywords: Anxiety. Depression. Adherence to the medication. Higher education. Physical education.

INTRODUÇÃO

Entre os transtornos que mais acometem a população destaca-se a depressão e ansiedade que é caracterizada a um sentimento ligado a preocupação e nervosismo além do intenso medo que é um sinal de alerta que gera reação natural do corpo, podendo atuar de forma positiva como negativa acarretando fator dominante na qualidade de vida das pessoas, já depressão é um distúrbio mental caracterizado por depressão persistente ou perda de interesse em atividades que prejudicam significativamente o dia a dia e a vida das pessoas caracterizada como uma das dez causas de incapacitação mundial (NASCIMENTO *et al.*, 2020).

Estudos demonstram que em média 450 milhões de pessoas no mundo sofrem ou já sofreram algum tipo de transtorno mental, se destacando também o transtorno depressivo maior (TDM) que representa cerca de 5,8% dos brasileiros transtorno considerado uma das principais causas de incapacidade no mundo (FRAGELLI, 2021).

Números altos indicam a proporção de pessoas que são afetadas por patologias como ansiedade ou depressão nos últimos anos, a maioria deles especificamente são estudantes por se depararem com problemas antes não vivenciados os mesmos ficam vulneráveis a desenvolver sobrecarga psicológica podendo assim influenciar no comportamento desencadeando transtornos que impeçam de executar a profissão escolhida (MEDEIROS; BITTENCOURT, 2017).

Os primeiros sinais de transtornos se iniciam no período da infância e adolescência, e pode agravar quando o jovem entra em processo de

formação pois o novo processo causa grande turbulência emocional e começa as suas responsabilidades da vida escolar (BENETON; SCHMITT; ANDRETTA, 2021). Por conta de algumas vivências os acadêmicos da área da saúde possuem maior tendência a desenvolver um nível de ansiedade não visto em outras áreas acadêmicas, pois vivenciam desde a graduação o contato direto com humano causando receio em cometer algo errado e o medo de não estar preparado para lidar com o momento (SOARES *et al.*, 2020).

A transição do ensino secundário para o ensino superior apresenta diversos desafios inclusive nos casos dos que saem de casa para encarar a vida acadêmica pois lidam com aumento da independência e as responsabilidades, alterações dos grupos sociais e em alguns casos o início e/ou aumento do consumo de álcool e drogas, muitos estudantes com estratégias de *Coping* menos adaptativas para lidar com as alterações em casos estressantes colocam em risco em desenvolverem má qualidade de sono e comportamentos no que diz respeito ao efeito do álcool (GALVÃO *et al.*, 2017).

Outros pontos que podem influenciar na vida e saúde emocional dos universitários são o suporte social e seus hábitos. O suporte social pode ser exposto como um processo interativo onde a pessoa pode conseguir ajuda de ordem financeira e principalmente emocional, ou seja, é a percepção subjetiva de ter alguém com quem contar em momentos de necessidade, já com relação aos hábitos, percebe-se uma alteração negativa nos mesmos (BARROSO; OLIVEIRA; ANDRADE, 2018).

Existe uma literatura que analisa as prevalências e motivos causais de patologias como

ansiedade e depressão durante o período de graduação e mostram que a insegurança causada pela incerteza de ofertas de emprego no que se refere ao futuro consiste no contexto da instabilidade emocional deixando claro que esse é um dos fatores que vem prejudicando o desempenho dos acadêmicos e desestimulando os mesmos em alguns casos (SILVA; CALDAS; ALBUQUERQUE, 2021).

Diante deste contexto o presente estudo teve como foco analisar prevalência, de ansiedade, depressão e uso de medicamentos em universitários do curso de Educação Física na cidade de Montes Claros - MG.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente projeto foi submetido ao comitê de ética e aprovado sob o parecer nº 3.779.140/2021. Trata-se de um estudo de natureza quantitativa, descritiva, comparativa e de corte transversal.

A amostra foi constituída de 68 alunos, ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, selecionados de forma aleatória, universitários do curso de Educação Física de uma instituição pública de ensino superior da cidade de Montes Claros - MG. Sendo incluídos todos os alunos devidamente matriculados e que aceitassem participar de forma voluntária, e excluídos aqueles que recusaram assinar o termo de consentimento livre e esclarecido e/ou responderam o questionário de forma parcial.

Para a obtenção das informações necessárias para esta pesquisa, foram utilizados 04 questionários sendo um sócio demográfico no intuito de caracteriza o grupo amostral, outro para avaliar adesão sobre o uso de medicamentos, teste Morisky, Green e Levine (1986), o terceiro questionário aplicado foi o inventário ansiedade Beck- BDI contendo 21 alternativas avaliativas sobre sentimento e sintomas da ansiedade. E o Inventário de Depressão Beck- IDB consistiu em 21 grupos de afirmações sobre sintomas e sentimentos de depressão.

Após autorização pela chefia de departamento do curso pesquisado, foi feito contato de forma *on-line*, por questões da Covid-19¹, com

os alunos na qual foi apresentada a proposta do estudo.

Todos que aceitaram participar de forma voluntária receberam de forma também *online* o termo de consentimento e questionários através do *google* formulário. Toda a coleta ocorreu nos meses de agosto e setembro de 2021.

Os dados obtidos foram planilhados e realizada uma análise descritiva com valores em frequência real e absoluta, através do software *StatisticalPackage for Social Science* (SPSS) versão 25.0 para *Windows*

RESULTADOS

A amostra final foi composta de 68 alunos, na faixa etária de 18 a 39 anos ($24,6 \pm 4,6$ anos), com predomínio do sexo masculino (69,1%).

Tabela 1- Apresenta os resultados encontrados com valores em frequência real e absoluta (n=68).

VARIÁVEL	OPÇÕES	N - %
Adesão medicamentosa	Alta	38 - 55,9
	Baixa	30 - 44,1
Ansiedade	Ausência	28 - 41,2
	Leve	19 - 27,9
	Moderada	9 - 13,2
	Severa	12 - 17,6
Depressão	Ausência	36 - 52,9
	Leve	17 - 25,0
	Moderada	9 - 13,2
	Severa	6 - 8,8

De acordo com a tabela 1 foi verificado uma alta adesão a medicamentos por mais da metade dos avaliados. Também a maioria dos investigados não apresentaram indícios de ansiedade, mas, fato digno de nota, foi observar que um número considerável (30,8%) possuem níveis entre moderados ou severos de ansiedade.

Com relação a depressão foi mais prevalente a ausência entre os pesquisados, tendo um número menor (22,0%) de avaliados com níveis moderados ou avançados de desta patologia.

¹ O Coronavírus faz parte de um grupo de vírus que tem formato de coroa, do latim, corona. A origem desse vírus ainda não é do conhecimento dos cientistas, a doença causada foi denominada Covid-19. Síndrome respiratória aguda grave por coronavírus (SARSCoV-2) em Wuhan, na China em Dezembro de 2019 (SILVA; SANTOS, 2022).

Tabela 2 - Comparação por sexo, média e desvio padrão das variáveis pesquisadas (n = 68).

SEXO	ADESÃO	ANSIEDADE	DEPRESSÃO
Masculino	1,75 (0,44)	1,45 (0,60)	1,45 (0,75)
Feminino	1,32 (0,47)	2,32 (0,12)	1,91 (0,16)
p-valor	0,001*	0,003*	0,004*

* *p-valor usando o teste t de Student para amostras independentes. $p \leq 0,05$.*

Foi possível identificar, conforme a tabela 2, que o sexo masculino apresenta uma adesão aos medicamentos significativamente superior ao sexo feminino. Em contrapartida médias de níveis de ansiedade e depressão apresentados pelo sexo feminino foi estatisticamente superiores quando comparados com o sexo masculino.

Também foi encontrado correlação entre adesão medicamentosa e ansiedade ($r = 0,47$; $p = 0,0001$) e depressão ($r = 0,41$; $p = 0,0004$), como também entre ansiedade e depressão ($r = 0,59$; $p = 0,0000$). Ou seja, quanto mais indícios de ansiedade e depressão, maior utilização de medicamentos, como também, pessoas com ansiedade tendem a ter depressão.

DISCUSSÃO

Este estudo teve como foco analisar prevalência, de ansiedade, depressão e uso de medicamentos em universitários do curso de Educação Física. Os resultados apontaram uma alta adesão do uso de medicamentos para amenizar os sintomas de ansiedade e depressão em universitários do curso de Educação física que fazem o uso com ou sem prescrição médica. Nota-se na presente pesquisa que o uso de medicamentos antidepressivos por jovens chega a 8,3% na população universitária.

Corroborando com nossos achados, um estudo realizado na Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG) foram analisados acadêmicos de vários cursos, identificou-se que esse número pode ser maior em acadêmicos de Medicina, uma vez que 29,15% dos acadêmicos pesquisados utilizam ou já utilizaram fármacos antidepressivos e 18,09% estavam administrando esses medicamentos no momento da pesquisa, sendo o Escitalopram o medicamento mais prevalente (CYBULSKI; MANSANI, 2017).

A maioria dos avaliados não apresentaram indícios de ansiedade, apesar que um número

considerável (30,8%) apresentaram níveis moderados ou severos de ansiedade. Diferente dos nossos resultados, uma pesquisa realizada em uma instituição privada de ensino superior do Nordeste do Brasil com acadêmicos do curso de medicina abrange que um dos motivos da ansiedade nos acadêmicos está relacionado a insônia que gera o sentimento de angústia no acadêmico este estudo apontou que 66,4% dos acadêmicos de medicina avaliados através do IDATE-T tinham nível considerado moderado de ansiedade. Também uma revisão sistemática e metanálise que analisou traços de ansiedade em universitários e mostrou aumento de escores de ansiedade nesta população (LEITE; VIEIRA; MOTA, 2020). Diverge dos resultados encontrados na nossa amostra.

Também, a maioria dos investigados não apresentaram níveis de depressão. Resultados diferentes foram encontrados um estudo aplicado em acadêmicos da área de saúde Universidade Tiradentes de Aracaju-Sergipe (Unit) realizado por Lima et al., (2019), no qual os resultados demonstraram que acadêmicos do curso de enfermagem lideraram a pesquisa comparando com acadêmicos dos cursos de medicina e odontologia representado por 33% (n=81) dos acadêmicos relataram depressão moderada a grave, estudo este baseado no inventário depressão de Back.

Na nossa pesquisa foi encontrada correlação entre adesão medicamentosa com ansiedade e depressão, como também entre ansiedade e depressão. Coadunando com nossos achados, Arino e Bardagi, (2018) em estudo feito na Universidade Federal de Santa Catarina, avaliou de forma aleatória 640 universitários brasileiros e também encontrou correlação nas três dimensões da vulnerabilidade psicológica, Depressão e Ansiedade.

O presente estudo apresenta limitação inerente aos estudos com desenho transversal, na impossibilidade de estabelecer uma relação de causa e efeito.

CONCLUSÃO

Os resultados da pesquisa evidenciam a necessidade de mais informações sobre a gravidade da automedicação em patologias que devem ser tratadas de forma específica e acompanhada pois devida a carga acadêmica os mesmos se dispõem em se auto medicarem para um bom desempenho acadêmico.

Contudo o estudo apresentou um grau satisfatório em relação a depressão no público avaliado, uma pequena porcentagem representou

gravidade com a patologia, e o mesmo se repetiu com os sintomas da ansiedade demonstrando assim a necessidade de novos estudos para avaliar se as patologias estão sendo amenizadas devido a automedicação precoce dos acadêmicos.

REFERÊNCIAS

- ARIÑO, D. O., BARDAGI, M. P. Relação entre fatores acadêmicos e a Saúde Mental de estudantes universitários. *Revista Psicologia Em Pesquisa*, v.12, n.3, p. 44-52. 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/23791>. Acesso em: 3 nov 2021.
- BARROSO, S.M.; DE OLIVERIA, N.R.; DE ANDRADE, V.S. Solidão e Depressão: Relações com características Pessoais e Hábitos de Vida em Universitários. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 35, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/gb-4WHV8F5XW7XmrjyC5gPfg/?lang=pt>. Acesso em: 07 out. 2021.
- BENETON, E. R.; SCHMITT, M.; ANDRETTA, I. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. *Revista da SPAGESP*, v. 22, n. 1, p. 145-159, 2021. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7816244>. Acesso em: 24/08/2021.
- CYBULSKI, C. A., MANSANI, F. P. Análise da Depressão, dos Fatores de Risco para Sintomas Depressivos e do Uso de Antidepressivos entre Acadêmicos do Curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v.41, n.1, p.92-101, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/qZQbVnkyfT9pPQP3qqSPQHw/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 out 2021.
- FRAGELLI, T. B. O.; FRAGELLI, R. R. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais. *Revista Docência do Ensino Superior*, Belo Horizonte, v. 11, p. 1-21, 2021. DOI: 10.35699/2237-5864.2021.29593. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rdes/article/view/29593>. Acesso em: 7 set. 2021.
- GALVÃO, A. et al. Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool em alunos do ensino superior. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental* (Spe. 5), 08-12. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpesm/nspe5/nspe5a02.pdf>. Acesso em 01/09/2021.
- LIMA, S. O., LIMA, A. M. S., BARROS, E. S., VARJÃO, R. L., SANTOS, V. F.; VARJÃO, L. L.; MENDONÇA, A. K. R. H., NOGUEIRA, M. S.; DEDA, A. V., JESUS, L. K. A. (2019). Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. *Revista Psicologia: Ciência e Profissão*, v.39, n.1, p. 1-14. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Qd5gjh8KPsf6kXVvQWFgmHp/abstract/?lang=pt>. Acesso em 29 set 2021.
- LEITE, B.R.; VIEIRA, T.F.S.; MOTA, M.L.; NASCIMENTO, E.C.; GOMES, I.C.P. Associação entre qualidade de sono e ansiedade em acadêmicos de medicina. *Brazilian Journal of Health Review*, v.3, n.3, p. 6528-6543, 2020. Disponível em: <https://www.brazilian-journals.com/index.php/BJHR/article/view/11848>. Acesso em: 20 out 2021.
- MEDEIROS, P. P.; BITTENCOURT, F. O. Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. *Rev. Psic.* v.10, n. 33, Janeiro/2017. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/594>. Acesso em: 01/09/2021.
- NASCIMENTO, J. R. P. et al. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, e562997533, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7533>. Acesso em: 06/09/2021.
- SOARES, W. D.; CACHOEIRA, B. T.; MATOS, H. C. G. Depressão, ansiedade e uso de medicamentos em acadêmicos de psicologia. *REVISTA UNINGÁ REVIEW*, [S.l.], v. 36, p. eURJ3608, mar. 2021. ISSN 2178-2571. Disponível em: <http://34.233.57.254/index.php/uningareviews/article/view/3608>. Acesso em: 05/09/2021.
- SILVA, PF; CALDAS JÚNIOR, A. de F. ; ALBUQUERQUE, DS Análise do Sentido de Coerência, ansiedade e depressão em estudantes de pós-graduação: Estudo de acompanhamento. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 10, n. 7, pág. e28610716473, 2021. DOI: 10.33448 / rsd-v10i7.16473. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16473>. Acesso em: 7 set. 2021.
- SILVA, M.P.P.; SANTOS, W.L. saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19: cuidados de enfermagem. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 3, n. 7, p. 214-223, 2020. DOI: 10.5281/zenodo.4118417.