

Avaliação psicológica dos estudantes de Educação Física e Ciências Biológicas da Universidade Estadual de Ponta Grossa

Psychological assessment of Physical Education and Biological Sciences students at Ponta Grossa State University

Laura Fasolo^{1*}, Fabiana Postiglione Mansani¹, Andrielle Cristina Chaikoski¹, Milena Sochodolak Praisner¹, Gabriela Tonon¹, Juliana Martins Andrade de Freitas¹

RESUMO

Ao entrar no Ensino Superior, o universitário é exposto a fatores que, durante o decorrer do curso, podem gerar danos à sua saúde tanto física, psicológica, e o seu desempenho acadêmico. Esses fatores podem ser externos ou internos ao indivíduo. Nessa fase, uma série de eventos estressores, como excesso de afazeres, falta de motivação, conflitos interpessoais (com professores e colegas), escassez de momentos destinados ao lazer e entre outros, podem levar ao desenvolvimento de transtornos mentais como a depressão. Os níveis de depressão entre alunos de diversas áreas são semelhantes em todos os períodos do curso, mas são maiores entre as mulheres. Portanto, a aplicação deste projeto poderá auxiliar no desenvolvimento de métodos para prevenir e auxiliar estudantes da área de Educação Física e de Ciências Biológicas com transtornos mentais como a depressão, através da coleta de dados sobre sua prevalência e análise prospectiva da carga de estudos e estresse dos mesmos.

Palavras-chave: Autoavaliação; Psiquiatria; Educação Física; Ciências Biológicas.

ABSTRACT

Upon entering Higher Education, the university student is exposed to factors that, during the course, can damage their physical and psychological health, as well as their academic performance. These factors can be external or internal to the individual. In this phase, a series of stressful events, such as excessive tasks, lack of motivation, interpersonal conflicts (with teachers and colleagues), lack of leisure time, among others, can lead to the development of mental disorders such as depression. The levels of depression among students from different areas are similar in all periods of the course, but they are higher among women. Therefore, the application of this project will be able to help in the development of methods to prevent and help students in the area of Physical Education and Biological Sciences with mental disorders such as depression, through the collection of data on its prevalence and prospective analysis of the load of studies and stress of the same.

Keywords: Self-evaluation; Psychiatry; Physical Education; Biological Sciences.

¹ Universidade Estadual de Ponta Grossa.
*E-mail: laurarottafasolo@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Ao ingressar no Ensino Superior, o universitário é exposto aos mais diversos fatores que, ao decorrer da graduação, podem gerar danos à sua saúde física, mental e ao seu desempenho universitário. Durante o período acadêmico, uma série de fatores como, o excesso de afazeres, a falta de motivação, os conflitos interpessoais (com professores e colegas) e entre outros, podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos mentais, como transtornos ansiosos e depressivos (CARLOTTO, NAKAMURA, CÂMARA, 2006).

O episódio depressivo maior, popularmente conhecido como depressão, é um transtorno mental caracterizado pelo DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) como um conjunto de sinais e sintomas, cuja base é centrada no humor deprimido e na perda de interesse ou prazer por um período de pelo menos duas semanas. O quadro pode estar associado a alterações de peso, distúrbios do sono, fadiga, incapacidade de concentração e até mesmo a pensamentos de morte recorrentes (FURTADO, FALCONE, CLARK, 2003).

Os transtornos ansiosos também são definidos pelo DSM-5 e compartilham entre si a ansiedade e a preocupação excessiva, ambas de difícil controle, e que promovem grande impacto no cotidiano, sendo capazes de gerar sofrimento clinicamente significativo ou incapacidade em atividades sociais, ocupacionais ou outras (LEÃO et al., 2018).

A depressão e a ansiedade constituem transtornos psiquiátricos comuns. De acordo com relatório da OMS de 2015, aproximadamente 4,4% da população global apresenta depressão e 3,6% transtornos de ansiedade, ambos com maior prevalência entre o sexo feminino (WORLD HEALTH ORGANIZATION GENEVA, 2017). No Brasil, as taxas apresentam-se acima da média global com prevalência estimada de 10,2% de depressão entre a população maior de 18 anos (PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE, 2019) e 9,3% de transtornos de ansiedade (WORLD HEALTH ORGANIZATION GENEVA, 2017).

Os estudos demonstram que os transtornos psiquiátricos apresentam prevalência superior entre os estudantes universitários em relação a população geral (DEB et al., 2016). Dentre os fatores que explicam a maior prevalência de ansiedade e depressão tem-se a inserção na vida acadêmica, que cursa com acentuada mudança na realidade dos

universitários, associada a intensidade da carga horária de estudo e a cobrança advinda dos professores, além de fatores associados a conclusão do curso, como insegurança a respeito da qualificação e sobre as exigências encontradas no mercado de trabalho (DA VICTORIA et al., 2013).

Outro estudo que avaliou acadêmicos dos cursos da área da saúde verificou um percentual de 28,6% de depressão e de 36,1% ansiedade, com predomínio no sexo feminino (71,6%), em estudantes com menos de 20 anos de idade (69,3%) e solteiros (92,0%). As variáveis estatisticamente associadas a presença de depressão foram o estabelecimento de um relacionamento insatisfatório com colegas do curso e com docentes, além de não cursar o curso escolhido como primeira opção e não praticar atividade física. Enquanto insônia, não fazer atividade física e maior preocupação com o futuro apresentaram associação significativa com a presença de ansiedade (LEÃO et al., 2018).

Diante disso, e devido à escassez de estudos que avaliam a presença de sintomas depressivos e ansiosos em estudantes dos cursos de Educação Física e Ciências Biológicas, é evidente que questionários autoaplicáveis auxiliarão na análise da qualidade da saúde mental dos estudantes e de sua relação com o meio universitário, assim como no desenvolvimento de métodos preventivos e de auxílio aos acadêmicos com transtornos mentais.

MATERIAL E MÉTODOS

A presente pesquisa científica trata-se de um estudo transversal, do tipo exploratório e de ordem quantitativa. A população amostral estudada foi formada pelos alunos da Graduação dos cursos de Ciências Biológicas Licenciatura e Bacharelado e de Educação Física Licenciatura e Bacharelado de uma Universidade Estadual do Sul do Brasil.

A coleta de dados foi realizada no período de janeiro a março de 2022, os questionários foram auto aplicados por meio de uma plataforma on-line pelos participantes, os quais assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para aferição de variáveis descritivas e caracterização da amostra, foi aplicado um questionário sociodemográfico e complementar, proposto pelos autores, contendo

variáveis como sexo, idade, frequência de realização de atividades de lazer, remédios de uso contínuo e entre outras.

Além disso, foram aplicados o inventário de depressão de Beck e o inventário de ansiedade de Beck, para avaliação de sintomas depressivos e ansiosos, respectivamente.

Os dados foram apresentados na forma de frequências absoluta e relativa. Calculou-se a razão de prevalência e o intervalo de confiança de 95% para presença ou não de sintomas de depressão e ansiedade. Os dados foram processados no programa Microsoft Office Excel® 2010 para Windows®. A análise estatística foi obtida com auxílio do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), versão 15.0. O nível de significância utilizado foi de 5%.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme avaliado por meio do Inventário de depressão e ansiedade de Beck, 47,3% dos estudantes de Educação Física Licenciatura (EFL) apresentam sintomas de depressão e 21,8% apresentaram sintomas de ansiedade, enquanto 45,2% demonstraram-se com sintomas de depressão e 41,9% demonstraram-se com sintomas de ansiedade no curso de Educação Física Bacharelado (EDB) (Tabela 1).

À medida que 81,1% dos acadêmicos apresentaram sintomas de depressão em Ciências Biológicas Licenciatura (CBL), de face para 73,3% dos estudantes de Ciências Biológicas Bacharelado (CBB). Ainda, 57,8% relataram sintomas de ansiedade no curso de Ciências Biológicas Licenciatura, contra 70,2% dos estudantes de Ciências Biológicas Bacharelado (Tabela 1).

Os dados estão de acordo com os achados verificados por Maximiano, que avaliou alunos do curso de Educação Física por meio da Escala de Beck para Depressão e Ansiedade, obteve resultados de 65,3% de prevalência para ansiedade moderada e 43,8% com sintomas depressivos leves e moderados (MAXIMIANO, et al. 2020), reiterando que universitários da área da saúde tem apresentado maiores prevalências em relação à população universitária em geral, tanto de ansiedade quanto de depressão (DE PAULA, et al. 2020).

Em outro estudo conduzido por Da Victoria et al., verificou-se os níveis de ansiedade e depressão apresentados por acadêmicos de diferentes cursos de uma

universidade pública do Rio de Janeiro por meio da utilização dos inventários de depressão e ansiedade de Beck. Nesse estudo, foram observados os maiores índices de ansiedade e depressão entre os estudantes categorizados na área de “Educação e Humanidades”, na qual foram inclusos os cursos de Pedagogia, Letras e Educação Física. Para os autores, uma série de fatores podem estar associados a tais resultados nessas categorias profissionais, dentre eles, a presença de responsabilidade no processo de formação de alunos, as condições de trabalho com baixa infraestrutura, perspectivas financeiras limitadas, associado a jornadas de trabalho extensas (DA VICTORIA, et al., 2013).

Um estudo realizado por Paola Alves, em estudantes do curso de Ciências Biológicas, averiguo que dos 113 indivíduos avaliados, 57% obteve resultados que indicaram sintomas de ansiedade moderados a graves, enquanto que 43% apresentou um quadro sintomático leve ou mínimo. A autora reitera que a alta incidência de ansiedade em níveis moderados e graves nos estudantes que participaram da pesquisa pode estar correlacionada fatores como qualidade de sono, a prática de exercícios, a redução ou não uso de substância psicoativas e o tempo para o lazer, variáveis avaliadas no estudo em questão (ALVES, 2019).

Em estudo realizado em uma universidade pública de São Paulo, através da aplicação da *Hospital Anxiety and Depression Scale* (HAD) entre os estudantes do curso de Ciências Biológicas, observou-se elevadas taxas de depressão e ansiedade, corroborando os resultados encontrados no atual estudo. A escala HAD classifica de acordo com a pontuação obtida em “provável”, “possível” e “improvável” presença do transtorno, nesse estudo, 50% dos entrevistados foram classificados com provável presença de ansiedade e 15,38% com depressão, na classificação possível as taxas foram de 34,61% para ansiedade e 46,15% para depressão e os classificados como improvável foram de 15,38% para ansiedade e 38,46% para depressão (OLIVEIRA, 2019).

Ademais, foi observada uma maior prevalência de sintomas de depressão nos estudantes de Ciências Biológicas Bacharelado (RP= 1,62; IC 95%= 1,22-2,16), em relação aos estudantes de Educação Física Bacharelado (Tabela 2). Ao passo que a prevalência de depressão em EFL foi de 26 (47,3%) contra 30 (81,1%) em CBL (RP=1,71, IC 95%=1,25-2,36) (Tabela 3). Enquanto a prevalência de ansiedade em EFL foi de 12 (21,8%) contra 26 (70,3%) em CCL (RP: 3,22; IC:1,87-5,54) (Tabela 4).

Já, a prevalência de ansiedade entre alunos de CBB foi de 26 (57,8%) comparado com 39 (41,9%) em EFB, porém sem significância estatística (Tabela 5).

O estudo realizado por Melo et al. demonstrou altos índices de atividade física no curso de Educação Física (Licenciatura e Bacharelado), 86% dos estudantes foram classificados em ativos ou muito ativos e apenas 14% como sedentários. A literatura aponta que indivíduos fisicamente ativos apresentam melhores indicadores de saúde mental, e, conseqüentemente menor sintomatologia ansiosa e depressiva (DA SILVA MAXIMIANO, et al., 2020). Nesse sentido, as maiores prevalências de depressão e ansiedade entre estudantes do curso de Ciências Biológicas em comparação com o curso de Educação Física encontradas no presente estudo poderiam estar associadas aos níveis de atividade física. No entanto, a variável “atividade física” não foi incluída no estudo, além disso, não se tem outros trabalhos realizando a comparação entre os cursos.

Tabela 1 - Prevalência de possível depressão e ansiedade entre alunos de Ciências Biológicas Licenciatura e Bacharelado e Educação Física Licenciatura e Bacharelado.

	Com sintomas de depressão	Com sintomas de ansiedade
	N (%)	N (%)
Educação Física		
Licenciatura	47,3%	21,8%
Educação Física		
Bacharelado	45,2%	41,9%
Ciências		
Biológicas	81,1%	57,8%
Licenciatura		
Ciências		
Biológicas	73,3%	70,2%
Bacharelado		

Fonte: FASOLO, et al. (2022)

Tabela 2 - Comparação entre a prevalência de possível depressão entre alunos de Ciências Biológicas Bacharelado e Educação Física Bacharelado

Com sintomas de depressão	Razão de Prevalência	Intervalo de confiança	p
N (%)			

Educação				
Física	42 (45,2)	1,00		
Bacharelado				<0,01
Ciências				
Biológicas	33 (73,3)	1,62	1,22 – 2,16	
Bacharelado				

Fonte: FASOLO, et al. (2022)

Tabela 3 - Comparação entre a prevalência de possível depressão entre alunos de Ciências Biológicas Licenciatura e Educação Física Licenciatura

	Com sintomas de			
	depressão N (%)	Razão de Prevalência	Intervalo de confiança	p
Educação Física				
Licenciatura	26 (47,3)	1,00		
Ciências				0,001
Biológicas	30 (81,1)	1,71	1,25 – 2,36	
Licenciatura				

Fonte: FASOLO, et al. (2022)

Tabela 4 - Comparação entre a prevalência de possível ansiedade entre alunos de Ciências Biológicas Licenciatura e Educação Física Licenciatura

	Com sintomas de			
	ansiedade N (%)	Razão de Prevalência	Intervalo de confiança	p
Educação Física				
Licenciatura	12 (21,8)	1,00		
Ciências				<0,001
Biológicas	26 (70,3)	3,22	1,87 – 5,54	
Licenciatura				

Fonte: FASOLO, et al. (2022)

Tabela 5 - Comparação entre a prevalência de possível ansiedade entre alunos de Ciências Biológicas Bacharelado e Educação Física Bacharelado

	Com sintomas de ansiedade N (%)	Razão de Prevalência	Intervalo de confiança	<i>p</i>
Educação Física Bacharelado	39 (41,9)	1,00		0,08
Ciências Biológicas Bacharelado	26 (57,8)	1,38	0,97 – 1,95	

Fonte: FASOLO, et al. (2022)

CONCLUSÃO

Foi constatado um número importante de estudantes com sintomas ansiosos e depressivos, sobretudo, no curso de Ciências Biológicas Bacharelado e Licenciatura, em comparação com os cursos de Educação Física Bacharelado e Licenciatura, sendo maiores que os encontrados na literatura para o mesmo perfil de estudantes. Acredita-se que as diferenças se estabeleçam em decorrência da realização de atividade física e do incentivo aos afazeres extracurriculares nos cursos de Educação Física, embora não foi averiguado a relação com essa variável no estudo.

As dificuldades encontradas foram referentes a adesão à pesquisa e conseqüentemente a realização do formulário, o que impediu a avaliação completa da amostra, associado ao significativo número de desistências dos cursos analisados, fato que diminui o tamanho amostral. Sendo assim, necessário mais estudos para avaliação integral dos parâmetros analisados.

REFERÊNCIAS

ALVES, P. **Ansiedade em acadêmicos de Ciências Biológicas-licenciatura da Universidade Tecnológica Federal do Paraná**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, 2019.

CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. **Revista de Psicologia da PUCRS (PSICO)**, v.37, n.1, p.57-62, 2006.

DA VICTORIA, M. S. et al. Níveis de ansiedade e depressão em graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). **Encontro: Revista de Psicologia**. v. 16, n. 25, p.163-175, 2013.

DEB, S. et al. Depression among Indian university students and its association with perceived university academic environment, living arrangements and personal issues. **Asian Journal of Psychiatry**, v. 23, p. 108–117, 2016.

DE PAULA, W.; BREGUEZ, G. S.; MACHADO, E. L.; & MEIRELES, A. L. Prevalence of anxiety, depression, and suicidal ideation symptoms among university students: a systematic review. **Brazilian Journal of Health Review**, v.3, n.4, p. 8739-8756, 2020.

FURTADO, E. S.; FALCONE, E. M. O.; CLARK, C. Avaliação do estresse e das habilidades sociais na experiência acadêmica de estudantes de medicina de uma universidade do Rio de Janeiro. **Revista Interação em Psicologia** [online], v.7, n. 2, p.43-51, 2003.

LEÃO, A. M.; GOMES, I. P.; FERREIRA, M. J. M.; CAVALCANTI, L. P. D. G. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil. **Rev. bras. educ. Med.**, v.42, n. 4, p. 55-65, 2018.

MAXIMIANO, V. S. et al. Nível de atividade física, depressão e ansiedade de estudantes de graduação em Educação Física. **Motricidade**, v. 16, n. S1, p.104-112, 2020.

MELO, A. B. et al. Nível de atividade física dos estudantes de graduação em educação física da Universidade Federal do Espírito Santo. **Journal of Physical education**, v. 27, 2016.

OLIVEIRA, P. A. L. **A problematização do transtorno de ansiedade generalizada (TAG) no curso de Ciências Biológicas**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Estadual Paulista.

PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE. **Percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal**. [S. l.: s. n.], 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION GENEVA. Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. **World Health Organization**, , p. 24, 2017.

Recebido em: 15/09/2022

Aprovado em: 21/10/ 2022

Publicado em: 26/10/2022