

DEPRESSÃO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: FATORES DE RISCO E PROTETIVOS E SUA RELAÇÃO NESSE CONTEXTO¹

DEPRESSION IN UNDERGRADUATE STUDENTS: THE CONNECTION OF RISK FACTORS AND PROTECTIVE MEASURES IN THE UNIVERSITY ENVIRONMENT

**Michele Alves Brondani², Marianna Didonet Hollerbach², Greice Poloniato Silva²,
Eliane Rodrigues Pinto² e Andriza Saraiva Corrêa³**

RESUMO

O presente estudo propõe como objetivo investigar quais fatores estariam relacionados ao desenvolvimento de transtornos depressivos em estudantes universitários, considerando-se, também, os fatores protetivos na prevenção da patologia, relacionando a depressão e o contexto universitário. Essa temática surge em razão da preocupação em relação ao ambiente universitário que promove o conhecimento científico, mas que, também, expõe o estudante a riscos que podem prejudicar a sua saúde mental, abrindo espaço para que patologias se desenvolvam, como a depressão que, atualmente, tem se apresentado em grandes proporções neste universo. Para o presente estudo, foi realizada uma revisão integrativa de literatura, utilizando-se a análise de conteúdo, permitindo, assim, selecionar e organizar a pesquisa em três categorias: 1) definições do transtorno depressivo, 2) fatores de risco e fatores protetivos nos casos de depressão em universitários e 3) relação entre depressão e estudantes universitários. Os principais resultados encontrados sugerem que o ambiente universitário exige do estudante muitas habilidades interpessoais e acadêmicas que podem aumentar a ocorrência de problemas de saúde mental já existentes ou suscitar novos casos. Por vezes, essas situações podem se apresentar tão extremas que os acadêmicos podem desenvolver transtornos psicológicos diante das inúmeras dificuldades que surgem, como no caso a depressão. Dessa forma, há que se considerar uma multiplicidade de fatores que expõem os estudantes ao desenvolvimento deste transtorno, que vão desde fatores genéticos como uma personalidade introvertida e pertencer ao gênero feminino, como estressores ambientais, que envolvem competições no meio acadêmico e experiências de fracasso na vida.

Palavras-chave: acadêmicos, saúde mental, transtorno depressivo.

ABSTRACT

The present study aims to investigate what factors are related to the development of depressive disorders in college students, as well as to consider protective factors in the prevention of this pathology in the university context. This theme arises from the concern about the university environment that promotes scientific knowledge but also exposes students to risks that can harm their mental health, which may produce pathologies such as depression. For the present study, an integrative literature review was performed using content analysis, which allowed us to select and organize the research in three categories: 1) definitions of depressive disorder, 2) risk factors and protective factors in cases of depression in college students, and 3) relationship between depression and college students. The main results suggest that the university environment demands from

¹ Trabalho de Iniciação Científica.

² Acadêmicas do curso de Psicologia - Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA). E-mails: michaabrondani@gmail.com; marianna.hollerbach@yahoo.com.br; greicepoloniato@gmail.com; elianerodriguesp@yahoo.com.br

³ Orientadora. Docente do curso de Psicologia - Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA). E-mail: andrizascorrea@gmail.com

the student many interpersonal and academic skills that may increase the occurrence of existing mental health problems or lead to new cases. Sometimes these situations can be so extreme that academics can develop psychological disorders in the face of numerous difficulties that arise, such as depression. Thus, it is necessary to consider a multiplicity of factors that expose students to the development of this disorder, ranging from genetic factors such as an introvert personality and belonging to the female gender, as environmental stressors, which involve competitions and experiences of failure in life.

Keywords: *undergraduate student, mental health, depressive disorder.*

INTRODUÇÃO

O ingresso no ensino superior é um acontecimento na vida de jovens que, tradicionalmente, coincide com um período do desenvolvimento psicossocial marcado por mudanças importantes. Vários estudos têm demonstrado uma grande influência das condições adversas que se apresentam no contexto universitário na saúde mental dos estudantes (BOLSONI-SILVA; GUERRA, 2014; VIZZOTTO; JESUS; MARTINS, 2017; CLETO; COSTA, 2000; RIOS, 2006; BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2016; BRANDTNER; BARDAGI, 2009; SOARES; BALDEZ; MELO, 2011; NOGUEIRA, 2013). Em decorrência dessas situações, muitos fatores podem estar associados com o desenvolvimento de transtornos depressivos em universitários frente às diversas exigências que o ambiente acadêmico demanda. A competição, a carga horária excessiva, as atividades tanto curriculares quanto não obrigatórias influenciam no equilíbrio emocional dos acadêmicos (PEREIRA *et al.*, 2015).

O ingresso na vida acadêmica faz com que não seja somente um breve período de transição, mas um período distinto da adolescência e do adulto. Importantes mudanças fisiológicas, cognitivas e sociais ocorrem ao mesmo tempo em que o jovem começa a tomar importantes decisões. Conseqüentemente, o ingresso na universidade nem sempre significa estabilidade, como seria desejável, pois os jovens podem manifestar algumas preocupações, dúvidas e ansiedade (ARNETT, 2000 *apud* OSSE; COSTA, 2011).

Dessa forma, ao aproximar os estudantes das demandas, muitas vezes, exigentes da sociedade quanto à atuação profissional e cidadã, a vida no meio acadêmico exige adaptação e eficácia diante das novas situações, bem como saber lidar com a pressão advinda do próprio meio (RIOS, 2006). Além de ter ficado mais competitiva e estressante, a graduação também pode exigir do aluno que este tenha que exercer uma atividade remunerada para custear os estudos ou, ainda, que oportunize escassos momentos de lazer entre a família ou amigos.

Conforme Batista *et al.* (1998) *apud* Rios (2006), a depressão e o estresse podem ter grande influência no desempenho universitário dos alunos, visto que reduzem a capacidade de memorização, raciocínio, motivação e interesse destes. Os sintomas físicos do transtorno depressivo (alterações no sono e apetite, redução da libido e da energia, fadiga e lentidão ou agitação psicomotora), associados

com os psíquicos (tristeza, baixa autoestima, desinteresse, desesperança, desejo de morte, falta de concentração) e sociais (retraimento, desinteresse pelo lazer e alteração na produtividade) demonstram o valor de se conhecer o ambiente acadêmico em sua realidade para que se possa realizar um atendimento mais qualificado ao estudante (RIOS, 2006).

O presente estudo surge da importância de se pesquisar a saúde mental dos estudantes universitários em um ambiente que proporciona conhecimento científico, mas que, ao mesmo tempo, requer novas adaptações e estratégias frente às exigências que se apresentam. Nessa situação de maior demanda, fatores estressantes comuns a esta fase da vida podem vir a ocasionar transtornos psicológicos aos graduandos como a depressão.

Sendo assim, esta pesquisa tem como objetivo investigar quais fatores de risco estariam relacionados ao desenvolvimento de transtornos depressivos em estudantes universitários, considerando-se, também, os fatores protetivos na prevenção da patologia, bem como as relações entre a depressão e o contexto universitário, ambiente favorável a diversas pressões psicológicas.

MATERIAL E MÉTODOS

PROCEDIMENTO

Para a realização deste estudo foi desenvolvida uma revisão integrativa da literatura constituída por seis fases no seu processo de elaboração: 1) Elaboração da pergunta norteadora; 2) Busca na literatura; 3) Coleta de dados; 4) Análise crítica dos estudos incluídos; 5) Discussão dos resultados; 6) Apresentação da Revisão Integrativa (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Foram elegidas as bases de dados SciELO, PepSIC e LILACS, utilizando-se os descritores *depressão* e *universitários*. Foram incluídos os estudos disponíveis na íntegra no idioma português e área temática das Ciências Humanas e da Saúde. Como critérios de exclusão, pesquisas que estivessem em outro idioma que não o português, que não abrangessem a área das Ciências Humanas e da Saúde, e estudos que disponibilizavam apenas o resumo foram descartadas para o presente estudo.

SELEÇÃO DOS ESTUDOS

Na plataforma SciELO, a busca resultou em 58 publicações, enquanto que na PePSIC foram encontrados 27 e na LILACS 128. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionadas 6 publicações na plataforma SciELO, 7 na base PePSIC e 1 na base LILACS, que estava duplicado na plataforma SciELO. Dessa forma, a amostra final foi constituída por 13 trabalhos que foram lidos na íntegra.

ANÁLISE DOS ESTUDOS

Foi realizada uma análise temática (BARDIN, 2010) para a categorização dos estudos com o objetivo de organizar e sumarizar as informações de maneira concisa, formando um banco de dados de fácil acesso e manejo. Neste sentido, a leitura dos artigos permitiu selecionar e organizar a pesquisa em 3 categorias: 1) definições do transtorno depressivo, 2) fatores de risco e fatores protetivos nos casos de depressão em universitários e 3) relação entre depressão e estudantes universitários, levando-se em conta aspectos relacionados à temática, objetivos e resultados das pesquisas analisadas.

RESULTADOS

Durante o período de revisão dos estudos selecionados, foram analisados os 13 artigos encontrados. Desses, 6 trabalhos trouxeram conceitos sobre o transtorno depressivo, enquanto 9 descreveram os fatores de risco ao desenvolvimento de depressão em alunos universitários e 6 fizeram relações entre a depressão e alunos universitários. Metade desses estudos abordaram mais de uma categoria selecionada na pesquisa, enquanto que a outra metade trouxe apenas uma categoria. Na tabela a seguir, encontram-se as pesquisas selecionadas para esse trabalho.

Tabela 1 - Título, autores e data dos artigos revisados sobre depressão em estudantes universitários.

Título	Autores
Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários.	Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005).
Representações sociais da depressão em jovens universitários com e sem sintomas para desenvolver a depressão.	Fonseca, Coutinho e Azevedo (2008).
Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul.	Brandtner e Bardagi (2009).
Escala de Depressão (EDEP) e Medidas de Atenção dividida e sustentada em universitários.	Gomes e Baptista (2010).
Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília.	Osse e Costa (2011).
Suporte familiar, crenças irracionais e sintomatologia depressiva em estudantes universitários.	Lemos, Baptista e Carneiro (2011).
Saúde geral e sintomas depressivos em universitários.	Carneiro e Baptista (2012).
Espiritualidade e sintomatologia depressiva em estudantes universitários brasileiros.	Carlotto (2013).
O teste de Pfister na avaliação de depressão e ansiedade em universitários: evidências preliminares.	Nogueira (2013).
O impacto da depressão para as interações sociais dos universitários.	Bolsoni-Silva e Guerra (2014).
Prevalência de síndromes funcionais em estudantes residentes e residentes de medicina.	Pereira <i>et al.</i> (2015).
O impacto das habilidades sociais para a depressão em estudantes universitários.	Bolsoni-Silva e Loureiro (2016).
Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários.	Vizzotto, Jesus e Martins (2017).

DISCUSSÃO

Durante o período de revisão dos artigos selecionados, foram analisados os 13 artigos encontrados. Desses, 6 trabalhos abordaram conceitos sobre o transtorno depressivo (FONSECA; COUTINHO; AZEVEDO, 2008; GOMES; BAPTISTA, 2010; CARNEIRO; BAPTISTA, 2012; CARLOTTO, 2013; BOLSONI-SILVA; GUERRA, 2014; BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2016), enquanto que 9 artigos descreveram os fatores de risco ao desenvolvimento de depressão em alunos universitários (PEREIRA *et al.*, 2016) e 6 estabeleceram relações entre a depressão e alunos universitários (BRANDTNER; BARDAGI, 2009; OSSE; COSTA, 2011; CARLOTTO, 2013; NOGUEIRA, 2013; BOLSONI-SILVA; GUERRA, 2014; VIZZOTTO; JESUS; MARTINS, 2017).

Destes estudos, uma parte abordou mais de uma categoria selecionada, ao passo que, a outra parte, abordou uma categoria. A seguir, serão discutidos, nas categorias, os principais conceitos e resultados encontrados nos artigos selecionados.

O TRANSTORNO DEPRESSIVO MAIOR

Ao longo do percurso da vida, as pessoas vivenciam inevitavelmente a tristeza frente às frustrações, decepções, conflitos, fracassos e perdas que se apresentam. Em determinadas situações, é comum sentir-se triste, porém, se esse sentimento se prolonga por um período muito maior de tempo, poderá surgir um sofrimento psíquico relacionado a transtornos de humor (FONSECA; COUTINHO; AZEVEDO, 2008).

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), a depressão é muito mais do que um acesso de melancolia. Trata-se de um transtorno mental no qual o indivíduo mostra uma tristeza permanente e uma perda de interesse pelas atividades que as pessoas costumam desfrutar e que antes desfrutava, acompanhada da incapacidade de realizar tarefas diárias, durante pelo menos duas semanas ou mais tempo. Surge como uma patologia que altera o sistema normal de regulação de humor, atingindo, também, as respostas emocionais do organismo (FONSECA; COUTINHO; AZEVEDO, 2008).

Ao contrário do que diz o senso comum, percebe-se que, entre os transtornos do humor, a depressão surge com mais frequência, sendo considerada como sinônimo de tristeza, caracterizando desde alterações psicológicas simples e perturbações psiquiátricas graves a alterações de humor ou de caráter (COUTINHO, 2005). Em episódios depressivos leves, moderados ou graves, o paciente tem um rebaixamento de humor e diminuição da energia, em que há, também, uma redução das capacidades de sentir prazer e interesse, sendo comum o cansaço após esforços mínimos (FONSECA; COUTINHO; AZEVEDO, 2008).

A depressão também pode provocar sentimento de culpa ou falta de autoestima, transtornos do sono ou alterações de apetite, sensação de cansaço e falta de concentração. Nos casos mais graves, pode levar ao suicídio. Ainda segundo a OMS, estima-se que a depressão no ano de 2020 será a segunda doença que mais afetará os países desenvolvidos e a primeira em países em desenvolvimento (COUTINHO *et al.*, 2003).

No entanto, no âmbito científico, a depressão tem como característica um significado psicológico geral e não uma simples tristeza, apresentando como principal sintoma um quadro clínico grave que é chamado doença depressiva. A patologia aparece como uma doença que altera o sistema normal de regulação do humor, interferindo, assim, nas respostas emocionais do organismo. Nesta situação, aparece a tristeza caracterizando esta reação patológica e, além disso, outros sintomas advindos dessas alterações fisiológicas provenientes da origem deste desregulamento (WILKINSON; MOORE; MOORE, 2003).

Nardi (2000) descreve que, durante os episódios depressivos, o sono é perturbado e a pessoa afetada por esse transtorno poderá despertar algumas horas mais cedo que o normal de seu cotidiano. Também ocorre a diminuição do apetite, déficit de peso e perda de libido. A vida do paciente poderá ser afetada em seu âmbito biopsicossocial, pois nos aspectos cognitivos alguns indivíduos apresentam intensos sentimentos de inadequação pessoal, baixa autoestima e autoconfiança reduzida, além de ideias de culpa e algumas vezes de morte (COUTINHO; SALDANHA, 2005).

Os sintomas deste transtorno se inter-relacionam com fatores psíquicos, orgânicos, hereditários, sociais, econômicos, religiosos, entre outros, resultando em uma qualidade de vida afetada por essas alterações (COUTINHO, 2005). A vida familiar acaba por ser prejudicada, resultando em situações de conflito, incompreensão e consequências econômicas, de forma individual ou até mesmo social (FONSECA *et al.*, 2008). Contudo, o indivíduo portador do transtorno acaba sendo o mais afetado e, em muitos casos, o desespero e o suicídio aparecem como consequência ou uma única alternativa de resolução (LIMA, 2004).

FATORES DE RISCO E PROTETIVOS RELACIONADOS COM A DEPRESSÃO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

A depressão vem sendo considerada como um dos transtornos que mais causa sofrimento à população em geral. Estudos realizados sobre o tema, relacionam a depressão à fatores genéticos e psicossociais, os quais estão interligados e podem até mesmo ser os mantenedores da patologia, como história familiar de casos semelhantes com perdas, lutos e estresse; personalidade introvertida, introspectiva e insegura; muitas experiências de fracasso na vida; pouco convívio social com relações desestruturadas e pertencer ao gênero feminino (em decorrência das constantes oscilações hormonais, gravidez e parto) (CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005). O risco de desenvolver transtorno

depressivo para a população de mulheres é de até três vezes maior em comparação a dos homens, segundo mostram estudos epidemiológicos observados em várias regiões do mundo (ANDRADE; VIANA; SILVEIRA, 2006). Assim, a prevalência de depressão em estudantes universitários, especialmente do gênero feminino, quando comparada à população em geral, tende a ser maior.

Através de pesquisas recentes, Evraire e Dozois (2011) verificaram que pessoas com depressão demonstram alguns comportamentos interpessoais como busca de reafirmação constantemente e *feedback* negativo, trazendo consequências também negativas, sendo que, nessas ocasiões, o indivíduo tende a procurar tranquilidade com pessoas próximas na tentativa de maximizar o efeito positivo e aliviar sua insegurança, podendo ocorrer de uma forma nem sempre satisfatória (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2016).

Conforme Bolsoni-Silva e Loureiro (2016), dentre os estressores presentes no ambiente universitário, pode-se destacar como fatores de risco: déficits de habilidades sociais, dificuldade em lidar com situações sociais aversivas, estressores ambientais, experiências negativas da vida adulta e circunstâncias sociais. Configuram-se, também, a falta de motivação para os estudos e a carreira escolhida, a apresentação de trabalhos e a dificuldade para adquirir os materiais e livros, bem como o excesso de atividades acadêmicas (BRANDTNER; BARDAGI, 2009). Soares, Baldez e Melo (2011) também trazem a competição imposta no ambiente acadêmico, a ampliação do grau de dificuldade das avaliações, a escassez de momentos de lazer, a diminuição da percepção de suporte familiar, a falta de tempo para a convivência com os amigos, entre outros fatores que podem alterar a qualidade de vida desses acadêmicos.

Em uma pesquisa realizada por Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005), verificou-se que os graduandos que possuíam uma atividade remunerada apresentavam melhores indicadores quanto à saúde mental, pois os entrevistados que exerciam uma atividade remunerada concomitante com os estudos obtiveram os menores escores no Questionário de Saúde Geral - QSG-60 (GOLDBERG, 1972 *apud* CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005), contrariando a suposição de que o trabalho poderia interferir no desempenho acadêmico dos alunos. Também a mesma pesquisa, mostrou que pertencer à maioria étnica e morar com a família podem ser fatores protetivos para a saúde do acadêmico. Os achados do estudo confirmam que o tipo de moradia pode influenciar a saúde mental dos acadêmicos, visto que morar com os familiares favorece o seu bem-estar psicológico, ao contrário de residir em repúblicas e pensionatos que oferecem riscos à saúde mental dos universitários.

Na mesma pesquisa, ainda, realizada por Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005), o estado civil dos estudantes também pode interferir em sua saúde mental, visto que 80% dos entrevistados que apresentavam o perfil sintomático para o desenvolvimento de transtornos depressivos eram solteiros. Assim sendo, as novas demandas que o ambiente acadêmico impõe aos estudantes, como a convivência com pessoas desconhecidas e autoridades, bem como a distância dos relacionamentos familiares que envolvem a família, namorados e amigos, podem ocasionar riscos

à sua saúde mental ao interagir com situações sociais aversivas e ao conviver com estressores (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2016).

Fatores de proteção contra a depressão podem ser considerados, como: ter altas habilidades de inteligência, boa capacidade de resolução de problemas e de enfrentamento, boa competência acadêmica e ter pais com boa saúde mental, com um bom suporte familiar e uma adequada capacidade de tolerância diante de situações negativas (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2016). Com relação ao suporte familiar, Lemos, Baptista e Carneiro (2011) observaram que, quando esse tipo de apoio é adequado, ele pode estar relacionado, inclusive, com a prevenção de transtornos mentais, como no caso da depressão.

Diversos autores orientam a se estudar a depressão em seu caráter multifatorial. Um único fator não possui força suficiente para ser desencadeador nem manter ou desenvolver sintomas. Assim, é importante destacar que nem sempre as manifestações de tristeza ou modificações no comportamento se configuram como uma patologia, pois a depressão vai muito além disso (BAPTISTA *et al.*, 2006; GOMES; BAPTISTA, 2010).

RELAÇÃO ENTRE DEPRESSÃO E UNIVERSIDADE

As transições para cada etapa da vida que se inicia configuram-se sempre como experiências significativas para qualquer pessoa, considerando os desenvolvimentos biológico, psicológico, social e cultural. Sendo assim, a vida universitária pode representar, para muitos desses estudantes, a saída de sua casa de origem, o distanciamento de sua família e a inclusão de atividades distintas daquelas da vida escolar secundária que, provavelmente, trarão mudanças no estilo de vida e no modelo acadêmico (VIZZOTTO; JESUS; MARTINS, 2017). A universidade se constitui em um ambiente de interações sociais diversas, exigindo do estudante muitas habilidades interpessoais e acadêmicas. Essas novas demandas podem aumentar a ocorrência de problemas de saúde mental já existentes ou suscitarem novos casos (BOLSONI-SILVA; GUERRA, 2014).

Frente a todas essas mudanças, esses universitários precisarão fazer novas adaptações em suas vidas, que poderão adquirir um nível eficaz ou não, segundo a conceituação de eficácia adaptativa apregoada por Simon (1989; 2006). Entretanto, essas mudanças na vida têm sido associadas ao estresse elevado e a outros sintomas de ordem emocional, conforme relataram Cleto e Costa (2000) em suas pesquisas com estudantes portugueses, e o alto nível de estresse em estudantes brasileiros também fora descrito por Rios (2006).

Em um estudo realizado por Nogueira (2013), a situação dos estudantes universitários no início de um curso, em que a ascensão social não é garantida, traz insegurança e vulnerabilidade, momentos em que as dúvidas sobre as possibilidades de mercado de trabalho são elevadas, especialmente em áreas das Ciências Sociais e Humanas.

Em outra pesquisa, realizada por Cavestro e Rocha (2006), estimou-se que 8 a 15% dos estudantes universitários apresentem algum transtorno psiquiátrico durante o seu percurso acadêmico, especialmente transtornos depressivos e de ansiedade. Em vários casos, os sintomas depressivos podem acarretar repercussões no âmbito cognitivo, social e emocional da vida do estudante, como dificuldades de aprendizagem, declínio do rendimento acadêmico, dificuldades de atenção e um aumento no consumo de medicações psiquiátricas, como os antidepressivos, podendo, assim, comprometer a qualidade de vida do graduando (CARLOTTO, 2013).

De acordo com Osse e Costa (2011), estudantes universitários que apresentam um histórico de depressão têm sido relacionados a comportamentos suicidas, sendo que, nas últimas décadas, várias pesquisas evidenciaram a existência de uma forte associação entre sintomas depressivos e tentativas ou ideias de suicídio. Esses dados revelam a insatisfação emocional entre acadêmicos, especialmente quando ligada a sintomas depressivos, favorecendo índices de pensamentos e comportamentos de risco para o suicídio.

Quanto maiores os sintomas de estresse, o desejo de morte, falta de confiança em si próprio, alterações no sono e sintomas psicossomáticos, igualmente maiores serão os sintomas depressivos (CARNEIRO; BAPTISTA, 2012). É muito importante estar alerta sobre esse transtorno, pois a depressão precisa ser diagnosticada e tratada corretamente, visando não apenas a redução dos danos, como, também, propiciar uma melhor qualidade de vida ao acadêmico que necessita de apoio emocional.

Brandtner e Bardagi (2009) afirmam que, além da oferta de serviços de apoio ao aluno, que muitas vezes encontra-se afastado de casa, não sabendo a quem requerer ajuda, torna-se importante avaliar as condições psicológicas dos estudantes durante a graduação, especialmente quanto ao surgimento de sintomas de ansiedade e de depressão, considerados os mais comuns neste ambiente em específico. Dessa forma, se os acadêmicos conseguirem buscar informações sobre os transtornos ou sintomas pelos quais estão passando e souberem da importância de um acompanhamento psicológico para isso, maiores as chances de evitar prejuízos mais graves.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo investigar quais fatores estariam relacionados ao desenvolvimento de transtornos depressivos em estudantes universitários e os fatores protetivos na prevenção dessa patologia, bem como as relações entre a depressão e o contexto universitário, ambiente favorável a diversas pressões psicológicas.

Dessa forma, foi possível concluir que existe uma gama de fatores estressantes que podem desencadear o desenvolvimento da depressão em graduandos. A demanda que surge no contexto universitário requer que o estudante necessite dar conta de diversas atividades, muitas vezes exaustivas e

metódicas. Por vezes, essas situações podem se apresentar tão extremas e exigentes que os acadêmicos podem desenvolver transtornos psicológicos diante das inúmeras dificuldades que surgem.

Desses transtornos, a depressão é uma das doenças que mais comumente acomete os estudantes, segundo o que foi possível verificar nas pesquisas de diferentes autores. Por essa questão, ressalta-se a importância de se estudar os fatores de risco que fragilizam e expõem os estudantes, bem como os fatores protetivos que promovem estratégias para o não desenvolvimento de patologias.

Embora existam diversas pesquisas sobre a depressão, quando se trata do contexto universitário, ainda são escassos os estudos sobre a temática. Neste sentido, surge a dificuldade de identificar se fatores como a insatisfação com o curso ou com a universidade escolhida também poderiam influenciar no desencadeamento de distúrbios de humor ou sintomas emocionais nos alunos, uma vez que estes poderiam criar expectativas nem sempre correspondidas da forma como imaginavam em relação ao meio acadêmico.

Assim, espera-se poder contribuir para a comunidade científica e para a atuação profissional, trazendo mais qualidade de vida aos acadêmicos. Para estudos futuros, sugere-se pesquisas que descrevam a importância de serviços de apoio ao estudante nas instituições com a finalidade de promover saúde mental para aqueles que necessitem de auxílio.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, L. H. S. G.; VIANA, M. C.; SILVEIRA, C. M. Epidemiologia dos Transtornos Psiquiátricos na mulher. **Psiquiatria Clínica**, v. 2, n. 33, p. 43-54, 2006. Disponível em: <https://bit.ly/2RYDXKQ>. Acesso em: nov. 2018.

BAPTISTA, M. N. *et al.* Sintomatologia Depressiva, Atenção sustentada e Desempenho Escolar em Estudantes do Ensino Médio. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 10, p. 99-108, 2006. Disponível em: <https://bit.ly/2LxG4Ed>. Acesso em: set. 2018.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Trabalho original publicado em 1977. Lisboa: Edições 70, 2010.

BOLSONI-SILVA, A. T.; GUERRA, B. T. O impacto da depressão para as interações sociais dos universitários. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 14, n. 2, p. 429-452, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/2JbSUX0>. Acesso em: set. 2018.

BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. O impacto das Habilidades Sociais para a Depressão em Estudantes Universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 32, n. 4, p. 1-8, 2016. Disponível em: <https://bit.ly/2LCuO9x>. Acesso em: set. 2018.

BRANDTNER, M.; BARDAGI, M. Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 2, n. 2, p. 81-91, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/2YwxOrx>. Acesso em: set. 2018.

CARLOTTO, R. C. Espiritualidade e sintomatologia depressiva em estudantes universitários brasileiros. **Revista de Psicologia da UNESP**, v. 12, n. 2, p. 50-60, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/2xsUbcj>. Acesso em: set. 2018.

CARNEIRO, A. M.; BAPTISTA, M. N. Saúde geral e sintomas depressivos em universitários. **Salud & Sociedade**, v. 3, n. 2, p. 166-178, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/2CZ9xTR>. Acesso em: set. 2018.

CAVESTRO, J. M.; ROCHA, F. L. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 55, n. 4, p. 264-267, 2006. Disponível em: <https://bit.ly/2xsJi3D>. Acesso em: set. 2018.

CERCHIARI, E. A. N.; CAETANO, D.; FACCENDA, O. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia**, v. 10, n. 3, p. 413-420, 2005. Disponível em: <https://bit.ly/2XkJU5H>. Acesso em: set. 2018.

CLETO, P.; COSTA, M. E. A mobilização de recursos sociais e de *coping* para lidar com a transição de escola no início da adolescência. **Inovação**, v. 13, p. 69-88, 2000.

COUTINHO, M. P. L. **Depressão infantil: uma abordagem psicossocial**. 2. ed. João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba, 2005.

COUTINHO, M. P. L.; GONTIÉS, B.; ARAÚJO, L. F.; SÁ, R. C. N. Depressão, um sofrimento sem fronteira: Representações sociais entre crianças e idosos. **Psico-USF (Bragança Paulista)**, v. 8, n. 2, p. 93-192, 2003.

COUTINHO, M. P. L.; SALDANHA, A. A. W. **Representações sociais e práticas em pesquisa**. João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba, 2005.

EVRAINE, L. E.; DOZOIS, D. J. A. A integrative model of excessive reassurance seeking and negative feedback seeking in the development and maintenance of depression. **Clinical Psychologic Review**, v. 31, n. 8, p. 1291-1303, 2011.

FONSECA, A. A.; COUTINHO, M. P. L.; AZEVEDO, R. L. W. Representações Sociais da Depressão em Jovens Universitários Com e Sem Sintomas para Desenvolver a Depressão. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 21, n. 3, p. 492-498, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/323UTUR>. Acesso em: set. 2018.

GOMES, J. O.; BAPTISTA, M. N. Escala de Depressão (EDEP) e Medidas de Atenção dividida e sustentada em universitários. **Boletim de Psicologia**, v. 60, n. 133, p. 191-204, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/2FSfB0m>. Acesso em: set. 2018.

LEMONS, V. A.; BAPTISTA, M. N.; CARNEIRO, A. M. Suporte familiar, crenças irracionais e sintomatologia depressiva em estudantes universitários. **Revista Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 31, n. 1, p. 20-29, 2011. Disponível em: <http://ref.scielo.org/fhd4j5>. Acesso em: set. 2018.

LIMA, D. Depressão e doença bipolar na infância e adolescência. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 2, p. 11-20, 2004. Disponível em: <https://bit.ly/309VAKl>. Acesso em: set. 2018.

NARDI, A. E. Depressão no ciclo da vida. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 22, n. 3, p. 149-152, 2000. Disponível em: <https://bit.ly/326UJfl>. Acesso em: set. 2018.

NOGUEIRA, T. G. O teste de Pfister na Avaliação de Depressão e Ansiedade em Universitários: Evidências Preliminares. **Boletim de Psicologia**, v. 63, n. 138, p. 11-21, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/30eELxN>. Acesso em: set. 2018.

OSSE, C. M. C.; COSTA, I. I. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. **Estudos de Psicologia**, v. 28, n. 1, p. 115-122, 2011. Disponível em: <https://bit.ly/2LyZit3>. Acesso em: set. 2018.

PEREIRA, G. A. *et al.* Prevalência de Síndromes Funcionais em Estudantes Residentes e Residentes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 3, p. 395-400, 2015.

RIOS, O. F. L. **Nível de estresse e depressão em estudantes universitários**. 2006. 197f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC), São Paulo, 2006.

SIMON, R. **Psicologia clínica preventiva**. São Paulo: Novos Fundamentos, E. P. U., 1989.

SIMON, R. **Psicoterapia breve operacionalizada: Teoria e Técnica**. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

SOARES, A. B.; BALDEZ, M. O. M.; MELLO, T. V. S. Vivências Acadêmicas em Estudantes Universitários do Estado do Rio de Janeiro. **Interação em Psicologia**, v. 15, n. 1, p. 59-69, 2011. Disponível em: <https://bit.ly/2xsUbCj>. Acesso em: set. 2018.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão Integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v. 8, p. 102-106, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/2IfNZHJ>. Acesso em: out. 2018.

VIZZOTTO, M. M.; JESUS, S.N.; MARTINS, A.C. Saudades de casa: Indicativos de Depressão, Ansiedade, Qualidade de Vida e Adaptação de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 9, n. 1, p. 59-73, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/2LHKCHU>. Acesso em: set. 2018.

WILKINSON, G.; MOORE, B.; MOORE, P. **Tratar a depressão**. Lisboa, Portugal: Climepsi, 2003.

