



**11ª Jornada Científica e
Tecnológica do IFSULDEMINAS**
& **8º Simpósio de
Pós-Graduação**

ANSIEDADE E DEPRESSÃO DOS ALUNOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO IFSULDEMINAS - CAMPUS MUZAMBINHO¹

**Alison C. dos R. ALFEU¹; Lilian de S. MARTINS²; Lana N. S. MAGALHÃES³; Paula H. DINIZ⁴;
Elisângela SILVA⁵**

RESUMO

O Brasil é o país com maior incidência de depressão e transtornos de ansiedade na América do Sul. O objetivo do presente estudo foi identificar o nível de ansiedade e depressão dos alunos do sexo feminino e masculino de um curso de Educação Física. A pesquisa foi realizada com 70 discentes matriculados no curso superior de Educação Física do IFSULDEMINAS - Campus Muzambinho. O primeiro instrumento de avaliação utilizado foi o Inventário de Beck para Avaliação de Ansiedade e o segundo foi o Inventário Beck de Avaliação da Depressão. Foi possível identificar um percentual de 2% de sujeitos do sexo masculino e 28% do sexo feminino que se enquadravam na classificação denominada como “grave” para os níveis de ansiedade. Em relação a depressão, o mesmo percentual foi observado para o sexo masculino, enquanto que 13% sexo feminino, apresentaram níveis considerados “grave”. Conclui-se que para amostra estudada, os homens apresentam um percentual de classificação consideradas como “moderados” e “graves” em relação a depressão e ansiedade quando comparado com as mulheres.

Palavras-chave: Transtornos ansiosos; Quadros depressivos; Discentes.

1. INTRODUÇÃO

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2015), cerca de 324 milhões de pessoas no mundo sofrem com depressão ou algum transtorno de ansiedade, sendo que dentro de 10 anos esse número aumentará em 18,4%, representando um total de 4,4% da população mundial. Ainda segundo dados da OMS (2015), o Brasil é o país com maior incidência dessas patologias na América do Sul, tendo aproximadamente 11,5 milhões de brasileiros que apresentam quadros de depressão e ansiedade.

Segundo Bastos, Mohallem e Farah (2007), as pessoas se defrontam com a ansiedade diariamente. Os termos “estresse” e “ansiedade” são muitas vezes usados intercambiavelmente, mas não são sinônimos. O estresse ou, mais corretamente, um fator de estresse, é uma pressão externa que é exercida sobre o indivíduo, enquanto que a ansiedade é a resposta subjetiva a esse fator de estresse.

A depressão é provavelmente a mais antiga e ainda uma das mais frequentemente doenças psiquiátricas diagnosticadas. A etimologia da depressão ainda não foi muito bem esclarecida e os

1 IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: alisoncris91@gmail.com.

2 IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: liliansouzamar@gmail.com

3 IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: lanansm23@gmail.com

4 IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: psi.pauladiniz@gmail.com

5 Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: prof.elisangelasilva@gmail.com

sintomas da doença podem ser descritos como alterações em quatro esferas do funcionamento humano: afetiva, comportamental, cognitiva e fisiológica. Já a ansiedade é um transtorno mental comum que é influenciado pelo meio onde a pessoa vive, podendo se tornar um transtorno patológico (BASTOS et al., 2008).

Segundo Fernandes et al. (2018), os transtornos mentais em universitários são um problema emergente, que gera extrema preocupação pois estão relacionados a diversos casos de suicídios entre esse grupo de pessoas. A prevalência de depressão em universitários, varia entre 63% e 92% (FERNANDES et al., 2018).

Diante destas informações o objetivo do presente estudo foi identificar o nível de ansiedade e depressão dos alunos do sexo feminino e masculino do curso de Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS), Campus Muzambinho.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi realizada com discentes matriculados no curso superior de Educação Física do IFSULDEMINAS - Campus Muzambinho, que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. No total 70 alunos responderam aos questionários, sendo 40 do sexo masculino e 30 alunos do sexo feminino.

O primeiro instrumento de avaliação utilizado foi o Inventário de Beck para Avaliação de Ansiedade (BAI), o qual é uma escala de auto avaliação do indivíduo. O inventário é constituído por 21 itens, que são afirmações descritivas de sintomas de ansiedade (BECK; STEER, 1993). Este deve ser avaliado pelo sujeito com referência a si mesmo, numa escala de 4 pontos que refletem níveis de gravidade crescente de cada sintoma: (1. Absolutamente não; 2. Levemente: não me incomodou muito; 3. Moderadamente: foi muito desagradável, mas pude suportar; 4. Gravemente: dificilmente pude suportar). O valor total é o resultado da soma dos valores dos itens individuais. Cunha (2001), diz que, a análise dos dados se dá por uma classificação entre mínimo, para valores entre 0 e 7, leve para valores de 8 a 15, moderado para valores de 16 a 25 e grave, entre 26 e 63.

O segundo instrumento utilizado foi o Inventário Beck de Avaliação da Depressão (BDI), onde cada item apresenta quatro alternativas de resposta, que indicam graus crescentes de gravidade de depressão. O valor total é resultado da soma dos valores individuais dos itens como no BAI, porém para o BDI os valores se alteram sendo, de 0 a 11 um nível de depressão mínimo, entre 12 e 19, um grau leve, para valores entre 20 e 35, um nível moderado e de 36 a 63 sendo grave. (CUNHA 2001).

A aplicação e análise dos resultados, foi totalmente supervisionada pela psicóloga Paula Helena Diniz (CRP: 04/53079).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após análise dos dados, pode-se observar de acordo com o BAI, os seguintes resultados para os níveis de ansiedade dos participantes do sexo masculino: 59% apresentaram “nível mínimo” de ansiedade, 29% encontravam-se com “índice leve”, 8% “moderado” e apenas 2% com níveis “graves”. Já na análise dos dados obtidos para as participantes do sexo feminino, somente 28% encontravam-se classificadas com “níveis mínimos” de ansiedade, enquanto que 25% apresentavam sintomas considerados “leves”, 17% “moderado” e 28% enquadravam-se na classificação denominada “grave”.

Para o BDI, que se refere a depressão, 82% alunos do sexo masculino foram diagnosticados com níveis de depressão “mínima”, 8% manifestaram níveis “leves” de depressão, 5% “moderado” e 2% apresentaram níveis de depressão considerados “graves”. Nos discentes do sexo feminino, foi observado que 62% apresentam um quadro de depressão classificada como “mínima”, 13% foram identificados com níveis de depressão classificados como “leve”, 10% dos casos, “moderados” e 13% diagnosticados com índices “graves”.

Sendo expressivo o crescimento da depressão nos dias atuais (OMS, 2015), a falta de informação e receio de se expor, pode influenciar no tratamento. Por muitas vezes autoafirmação, o medo e o medo de parecer fraco pode impedir principalmente os homens, de procurar ajuda ou até mesmo tratamento.

Corroborando com nossos resultados, Molina (2017), diz que as mulheres são mais suscetíveis a depressão, pelo fator biológico e hormonal. Também Justo (2006), relata que a depressão em mulheres pode ser duas vezes mais predominante do que em homens.

Kinrys e Wygant (2005), relatam que as mulheres têm probabilidade significativamente maior do que os homens de desenvolver transtornos ansiedade generalidade (6% x 3%) ao longo da vida. No entanto, ainda não se compreende a causa que leva as mulheres a terem um maior risco de desenvolverem um transtorno de ansiedade.

4. CONCLUSÕES

Ao final deste estudo pode-se concluir que para amostra estudada, os homens apresentam um percentual de classificação consideradas como “moderados” e “graves” em relação a depressão e ansiedade quando comparado com as mulheres.

Vale destacar que, quando unimos os participantes do sexo masculino e feminino deste estudo, a maioria apresentou uma classificação designada como “mínima” para o BAI e o BDI. No entanto, não podemos nos abster dos sujeitos que se encaixam na classificação denominada “grave”, levando

estas informações as instâncias superiores do IFSULDEMINAS, afim de seja instaurando um programa de prevenção de doenças como a depressão e transtornos de ansiedade.

REFERÊNCIAS

BASTOS, Juliana Cardozo Fernandes et al. Ansiedade e depressão em alunos de Enfermagem durante o estágio de Oncologia. **Einstein**, São Paulo, v. 1, n. 6, p.7-12, jan. 2008. Disponível em: <http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/594-Einstein%20v6n1%20port%20p7-12.pdf>. Acesso em: 09 ago. 2019.

BECK A.T; STEER R.A; **Beck Depression Inventory**. Manual San Antônio, TX: Psychological Corporation, 1993.

CUNHA, Jurema Alcides (Comp.). **Escalas Beck - Manual**. Porto Alegre: Pearson - Testes, 2011. 171 p.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [s.l.], v. 71, n. 5, p.2169-2175, 2018. FapUNIFESP (SciELO). http://www.scielo.br/pdf/reben/v71s5/pt_0034-7167-reben-71-s5-2169.pdf - Acesso em 05/06/2019

JUSTO, Luís Pereira; CALIL, Helena Maria. Depressão: o mesmo acometimento para homens e mulheres?. **Archives Of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, [s.l.], v. 33, n. 2, p.74-79, 2006. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0101-60832006000200007>. - http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832006000200007&lang=pt - Acessado em 08/06/2019

KINRYS, Gustavo; WYGANT, Lisa. Transtornos de ansiedade em mulheres: gênero influência o tratamento?. **Rev Bras Psiquiatr**, São Paulo, v. 01, n. 01, p.43-50, jan. 2005. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rbp/v27s2/pt_a03v27s2.pdf. Acesso em: 09 ago. 2019.

MOLINA, Mariane Ricardo Acosta Lopez et al. Depressive Symptoms and Relationship Between Genders: Differences in Young Adults in a Randomized Clinical Trial. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, [s.l.], v. 27, n. 67, p.3-9, ago. 2017. FapUNIFESP (SciELO). - http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2017000200003&lang=pt - Acessado em 07/06/2019

Organização Mundial da Saúde (OMS). 2015. Disponível em: <https://www.who.int/>. em: 09 ago. 2019.