

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

PSICOTERAPIA ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS COM TRANSTORNOS MENTAIS: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Bruna Lopes Antonucci; Maria Clara Silva dos Santos; Yohan Cancilheri Mazzini; Sthefany Brito Salomão; Kérlin Stancine Santos Rocha; Dyego Carlos Souza Anacleto de Araújo

Universidade Federal do Espírito Santo, Laboratório de Inovação em Cuidado Farmacêutico (Linc),
Avenida Av. Mal. Campos, 1468, Maruípe - 29047-105 - Vitória-ES, Brasil
bruna.antonucci@edu.ufes.br, maria.cs.santos@edu.ufes.br, yohan.mazzini@edu.ufes.br,
sthefany.salomao@edu.ufes.br, kerilin.rocha@ufes.br, dyego.araujo@ufes.br

Resumo

A abordagem psicoterapêutica visa promover mudanças de perspectiva e comportamento no indivíduo como forma de tratar ansiedade e/ou depressão. Este estudo objetivou explorar os fatores associados ao uso psicoterapia entre os estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) com diagnóstico de ansiedade e/ou depressão. Foi realizado um estudo transversal em 2022, abrangendo estudantes com diagnóstico de ansiedade e/ou depressão realizado por um profissional habilitado (psiquiatra ou psicólogo). A coleta de dados ocorreu por meio de um questionário *online* anônimo, com análise estatística descritiva e teste *qui-quadrado* para avaliar associações. Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos e todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Dos 1103 participantes, 37% possuíam diagnóstico prévio de transtornos e destes, 36,7% (n= 150) frequentavam psicoterapia. Notou-se uma associação significativa entre variáveis étnico-raciais, atividades remuneradas e uso da psicoterapia. Estes achados destacam desafios relacionados ao acesso desigual à terapia, ressaltando a necessidade de apoio psicológico acessível para estudantes universitários.

Palavras-chave: Psicoterapia. Estudantes Universitário. Ansiedade. Depressão.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde. **Subárea:** Farmácia.

Introdução

A saúde mental dos estudantes universitários é uma preocupação para as instituições de ensino, uma vez que esse grupo tem se mostrado mais vulnerável ao desenvolvimento de distúrbios psiquiátricos (ARINÔ; BARDAGI, 2018; EISENBERG; GOLVERSTEIN; GOLLUST, 2007). Nos últimos anos, pesquisas têm evidenciado uma alta prevalência de sintomas relacionados à ansiedade e/ou depressão entre esses estudantes, com uma prevalência até três vezes maior em comparação com a população não universitária (TABALIPA *et al.*, 2015; COSTA *et al.*, 2020). Estes índices foram acentuados de forma significativa durante o período da pandemia, decorrente da doença provocada pelo novo coronavírus (COVID-19) (BASHETI; MHAIDAT; MHAIDAT, 2021; RAHMAN *et al.*, 2021; ZHAN *et al.*, 2021).

A psicoterapia faz parte do tratamento para ansiedade e/ou depressão, onde o indivíduo é conduzido a mudanças de pensamentos e atitudes (PERCHES; ANTÚNEZ, 2021; RÓS; DE CARVALHO; GARCIA, 2020; SOLOMON, 2014). Por meio dessa abordagem, o indivíduo é capaz de produzir uma transformação de condutas, além de desenvolver maneiras para o enfrentamento das adversidades e dificuldades presenciadas no seu dia-a-dia (CUIJPERS *et al.*, 2014; JOBST *et al.*, 2016; MACHADO *et al.*, 2020). Embora os indivíduos possam reconhecer os benefícios da psicoterapia, certos fatores podem estar associados e até mesmo impedi-los de procurar ajuda profissional (VOGEL; WADE; HAAKE, 2006; PHILLIPS *et al.*, 2022). Diante disso, esse trabalho objetivou avaliar fatores associados à realização de psicoterapia entre estudantes universitários da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

Metodologia

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Desenho do estudo e aspectos éticos

Trata-se de um estudo transversal e quantitativo, realizado entre os meses de julho e agosto de 2022 na UFES. Os resultados deste artigo integram o projeto de pesquisa "Saúde Mental de estudantes de graduação de uma Universidade pública do Espírito Santo durante a pandemia de COVID-19". O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Espírito Santo (CAAE: 56870322.0.0000.5060, Nº parecer: 5.469.123).

Amostra

Foram incluídos estudantes universitários, maiores de 18 anos, matriculados em cursos de graduação da UFES, que relataram ter diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão. A amostragem foi realizada por conveniência.

Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada entre os meses de julho e agosto de 2022 por meio de um questionário *online*, anônimo, semiestruturado, desenvolvido pelos pesquisadores. O questionário foi implementado na plataforma *online SurveyMonkey*, cujo convite e link de acesso foi encaminhado para o e-mail de todos os estudantes por meio da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e Cidadania da UFES.

Para este estudo, foram utilizadas as seguintes variáveis: gênero (homem; mulher; ou pessoa não binária), faixa-etária, estado civil (solteiro; casado/ vive com companheiro; separado / desquitado/ divorciado, ou viúvo) raça e/ou etnia (preto; pardo; branco; amarelo; ou indígena), exercer ou não atividade remunerada, diagnóstico de ansiedade e/ou depressão e realização de psicoterapia.

Análise de dados

Para análise de dados foi utilizada estatística descritiva com frequência absoluta e relativa. O teste *qui-quadrado* foi utilizado para verificar associações entre as variáveis categóricas e o uso de psicoterapia para manejo dos sintomas de ansiedade e/ou depressão. O nível de significância admitido foi de $p < 0,05$. Para obter melhor representatividade e confiabilidade dos dados, os estudantes que se autodeclararam não-binários e aqueles que preferiram não responder o seu gênero foram excluídos da análise de *qui-quadrado*, devido ao tamanho limitado amostral.

Resultados

Dentre os 1103 estudantes universitários que participaram da pesquisa, 37% ($n= 409$) indicaram apresentar diagnóstico prévio de transtornos de ansiedade e/ou depressão, atendendo aos critérios de inclusão deste estudo. A maioria dos participantes era do sexo feminino ($n=301$; 73,6%), 88% ($n=360$) eram solteiros e 51,3% ($n=210$) se autodeclararam brancos. Foi observado que 41,8% ($n= 171$) dos estudantes precisaram trabalhar de forma presencial e desempenhar as atividades acadêmicas simultaneamente durante esse período. Dos estudantes com diagnóstico prévio, 36,7% ($n= 150$) afirmaram realizar psicoterapia.

O teste *qui-quadrado* indicou uma associação estatisticamente significativa entre a realização de psicoterapia e as seguintes variáveis: cor autodeclarada ($p<0,01$) e realização de atividade remunerada ($p=0,020$).

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Tabela 1 - Fatores associados ao tratamento de transtornos de ansiedade e/ou depressão entre estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo, 2022 (n=396)

Variáveis	Psicoterapia			Qui-quadrado p
	Não	Sim	X ²	
Sexo				
Masculino	64	31	0,66	0,420
Feminino	189	112		
Faixa-etária				
Até 21 anos	96	53	2,604	0,27
22-23 anos	52	39		
≥ 24 anos	105	51		
Estado civil				
Solteiro/Separado/Viúvo	224	129	0,264	0,610
Casado	29	14		
Raça e/ou etnia				
Branco(a)	121	82	12,65	< 0,01*
Pardo(a)	81	51		
Preto(a)	49	9		
Amarelo(a) (origem oriental)	2	1		
Exerce atividade remunerada				
Não	155	71	5,03	0,020*
Sim	98	72		

Legenda: * Associação estatisticamente significativa

Fonte: o autor

Discussão

Este estudo mostrou uma alta frequência de estudantes com diagnóstico prévio de ansiedade e/ou depressão, mas apresentou uma baixa frequência de uso da psicoterapia no manejo dessas condições de saúde. O baixo uso da psicoterapia por parte de estudantes universitários também foi observado em outras investigações acadêmicas (ROCHA *et al.*, 2020; SANTIAGO *et al.*, 2021). De acordo com a literatura o uso de intervenções farmacológicas tem sido preferido por proporcionarem uma resposta mais rápida ao sofrimento e restrições impostas pelas aflições mentais, além do seu custo financeiro ser menor quando comparado à psicoterapia (PELEGRINI, 2003).

Foi identificada uma relação significativa entre o uso da psicoterapia e as variáveis étnico-raciais dos estudantes e a participação em atividades remuneradas. Embora esse estudo não tenha investigado a variável renda, pesquisas indicam que a etnia pode ser um fator determinante de privilégios sociais para indivíduos de ascendência branca, assim como de desvantagens, discriminação e exclusão para aqueles de origens não-brancas (DE CASTRO; DITTRICH; MIZAE, 2021). Indivíduos não-brancos podem enfrentar maiores obstáculos para acessar serviços de saúde mental e têm menor probabilidade de receber cuidados adequados e de alta qualidade (CARTER, 2007). Paralelamente, a limitação financeira se apresenta como uma das principais barreiras para o acesso à psicoterapia tradicional (OLIVEIRA; LIMA, 2017; BORLOTI *et al.*, 2020; PASSARELLI *et al.*, 2022). Apesar do aumento das instituições de ensino em países de renda média e baixa e do consequente aumento de matrículas, a disponibilidade de suporte psicológico adequado para os alunos ainda é insuficiente (HAKIM *et al.*, 2018). Com efeito, muitos brasileiros não têm condições financeiras para se submeter a um tratamento psicoterapêutico, que frequentemente é considerado uma opção elitizada (GONÇALVES; SILVA, 2023).

Dentro desse contexto, ressalta-se a importância da universidade em fornecer serviços de apoio psicoterapêutico, especialmente visando atender os estudantes que não dispõem dos recursos financeiros necessários para arcar com as despesas associadas a esse tipo de intervenção. Uma opção

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

viável é a terapia em grupo, visto que a Universidade não consegue oferecer atendimento psicológico a todos devido à alta demanda.

Conclusão

Este estudo mostrou uma associação entre raça/cor, atividade remunerada e uso da psicoterapia entre os estudantes da UFES com diagnóstico de ansiedade e/ou depressão, sugerindo desigualdades socioeconômicas na busca por tratamento. Os achados ressaltam a importância de implementar serviços de apoio psicológico na universidade, visando garantir o acesso igualitário à psicoterapia.

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, 2018.
- BASHETI, I.A.; MHAIDAT, Q.N.; MHAIDAT, H.N. Prevalence of anxiety and depression during COVID-19 pandemic among healthcare students in Jordan and its effect on their learning process: A national survey. **PloS one**, v. 16, n. 4, p. e0249716, 2021.
- BORLOTI, E. et al. Saúde mental e intervenções psicológicas durante a pandemia da Covid-19: um panorama. **Revista Brasileira de Análise do Comportamento**, v. 16, n. 1, 2020.
- CARTER, R. T. Racism and psychological and emotional injury: Recognizing and assessing race-based traumatic stress. **The Counseling Psychologist**, v. 35, n. 1, p. 13- 105, 2007.
- CUIJPERS, et al. Adding psychotherapy to antidepressant medication in depression and anxiety disorders: a meta-analysis. **Focus**, v. 12, n. 3, p. 347-358, 2014.
- DE CASTRO, M. S. L. B; DITTRICH, A.; MIZAEL, T. Medrado. Uma interpretação analítico-comportamental do colorismo e de suas implicações clínicas. **Acta Comportamental: Revista Latina de Análisis de Comportamiento**, v. 29, n. 4, p. 65-81, 2021.
- EISENBERG, D.; GOLBERSTEIN, E.; GOLLUST, S. E. Help-seeking and access to mental health care in a university student population. **Medical care**, p. 594-601, 2007.
- GONÇALVES, S. P.; VIEIRA, S. J.; SILVA, I. Reflexos da COVID-19 na saúde mental de estudantes universitários. **PSICOLOGIA**, [S. l.], 2022.
- HAKIM, James G. et al. Medical education partnership initiative (MEPI) in Zimbabwe: outcomes and challenges. **Global Health: Science and Practice**, v. 6, n. 1, p. 82-92, 2018.
- JOBST A. et al. European psychiatric association guidance on psychotherapy in chronic depression across Europe. **Eur Psychiatry**. v. 33, p. 18-36, 2016.
- MACHADO, J. et al. Fatores associados aos níveis de estresse percebido em estudantes internos de um curso de medicina. **Revista Brasileira Militar de Ciências**. v. 6, n. 16, 2020.
- OLIVEIRA, R. M.; LIMA, J. N. S. Saúde mental e relações étnicas: formação do psicólogo para o SUS e o SUAS, colonização e currículo. **Odeere**, v. 2, n.4, p. 145-165, 2017.
- PASSARELLI, D. A. et al. Manejo da Ansiedade para Estudantes de Graduação no Contexto do Isolamento Social: Um Programa de Ensino à Distância. **Perspectivas em Análise do Comportamento**, v. 13, n. 1, p. 170-182, 2022.
- PELEGRINI, M. R. F. O abuso de medicamentos psicotrópicos na contemporaneidade. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 23, p. 38-41, 2003.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

PERCHES, T. H. P.; ANTÚNEZ, A. E. A. Estudo psicológico do processo diagnóstico e da psicoterapia na depressão e na ansiedade por meio da análise fenômeno-estrutural: estudos de caso. **Boletim- Academia Paulista de Psicologia**, v. 41, n. 100, p. 1-15, 2021.

PHILLIPS, Matthew S. et al. Mental health service utilization among medical students with a perceived need for care. **Academic Psychiatry**, v. 46, n. 2, p. 223-227, 2022.

RAHMAN, M. M. et al. Knowledge, attitude, and practices towards COVID-19 during the rapid rise period: a cross-sectional survey among public university students of Bangladesh. **SciMedicine Journal**, v. 3, n. 2, p. 116-128, 2021

ROCHA, A. M. C. et al. Tratamento psíquico prévio ao ingresso na universidade: experiência de um serviço de apoio ao estudante. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, 2020.

RÓS, I. A.; DE CARVALHO F. C. A.; GARCIA, C. S. Avaliação da psicoterapia de grupo em pacientes com ansiedade e depressão. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 12, n. 1, p. 75-86, 2020.

SANTIAGO, M. B. et al. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 10, n.1, p. 73-84, 2021.

SOLOMON, A. O demônio do meio-dia: uma anatomia da depressão. [S.l]: **Editora Companhia das Letras**, 2014.

VOGEL, David L.; WADE, Nathaniel G.; HAAKE, Shawn. Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. **Journal of counseling psychology**, v. 53, n. 3, p. 325, 2006.

Agradecimentos

Os autores agradecem à Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo (FAPES) e à Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).