



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

KAROLINY OLIVEIRA DA SILVA

**DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS DE ENFERMAGEM: FATORES QUE
CONTRIBUEM A DEPRESSÃO**

**ARIQUEMES / RO
2020**

KAROLINY OLIVEIRA DA SILVA

**DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS DE ENFERMAGEM: FATORES QUE
CONTRIBUEM A DEPRESSÃO**

Trabalho de conclusão de curso para obtenção do grau em enfermagem apresentado a Faculdade de Educação e Meio Ambiente- FAEMA.

Orientador (a): prof: (a): Fabíola de Souza Roncôni.

ARIQUEMES/ RO

2020

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
(CIP) Biblioteca Júlio Bordignon – FAEMA

SI586d SILVA , Karoliny Oliveira da.

Depressão em universitários de enfermagem: fatores que contribuem
à depressão
. / por Karoliny Oliveira da Silva . Ariquemes: FAEMA, 2020.

33 p.

TCC (Graduação) - Bacharelado em Enfermagem - Faculdade de Educação e Meio
Ambiente - FAEMA.

Orientador (a): Profa. Esp. Fabíola de Souza Ronconi.

1. Depressão . 2. Transtornos Depressivos. 3. Universitários . 4.
Enfermagem . 5. Depressão em acadêmicos. I Ronconi, Fabíola de Souza

CDD:610.73

. II. Título. III. FAEMA.

Bibliotecária Responsável
Herta Maria de Açucena do
N. Soeiro CRB 1114/11

KAROLINY OLIVEIRA DA SILVA

**DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS DE ENFERMAGEM: FATORES QUE
CONTRIBUEM À DEPRESSÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso
para obtenção do Grau em
Enfermagem apresentado a
Faculdade de Educação e Meio
Ambiente – FAEMA.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora Prof.Esp. Fabíola de Souza Roncôni
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA.

Prof. Ms. Juliana Barbosa Framil
Faculdade de Educação e Meio Ambiente-FAEMA.

Prof.Esp. Elis Milena Ferreira do Carmo Ramos
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA.

ARIQUEMES/RO

2020

Com gratidão, quero agradecer a Deus por me dar forças nessa jornada difícil que passamos durante esta etapa de nossas vidas. Obrigada por tudo.

AGRADECIMENTO

Agradecer primeiramente ao meu Deus por me guiar, ter me dado coragem em todo esse percurso, me dado saúde para seguir e vencer todas as dificuldades.

Agradecer todos aqueles que ficaram do meu lado que fizeram do meu sonho ser torna em realidade.

A minha Família que sempre esteve do me lado me apoiando, se preocupando comigo e passando muita energia positiva.

Aos meus pais Ernandes e Emiliana por me dado apoio, ajuda para poder continua e lutado pelo meu futuro.

Aos meus avos que me apoio para pode começar a estudar, e sempre me ajudando e compreendendo minha dificuldade.

Aos meus tios Antônio e Dona Marta que me estenderam a mão no momento mais difícil que tive na minha vida.

Ao meu orientador, Professora Fabíola, pela compreensão e paciência.

Aos colaboradores da FAEMA, por tanto apreço é dedicação para melhores ensinamentos aos discentes.

Agradecer aos meus colegas de Faculdade em especial aos meus parceiros, meu grupo Christhia, Larissa, Michel.

EPÍGRAFE

" Todo esforço terá uma
recompensa e cada vitória
sempre será um mérito"
Pri Ferraz

RESUMO

A depressão é considerada um grande problema de saúde mental, prejudicando o indivíduo na sua qualidade de vida, principalmente quando envolvem os universitários e profissionais da área da saúde, portanto afeta a saúde de 300 milhões de pessoas no mundo, constituem um problema de saúde pública. Esta pesquisa tem como objetivo geral de analisar quais fatos que podem ocasionar a depressão em acadêmicos do curso de enfermagem. O intuito do trabalho é identificar o quanto a depressão vem afetando universitários de enfermagem e destacar os fatores que podem levar a tal doença, contribuindo investigando os impactos que influência a depressão. Para realizar este trabalho foi utilizado o tipo de estudo exploratório a partir do criterioso levantamento bibliográfico realizado no período de 2013 a 2020 na literatura científica, a partir de trabalho publicados em título científico Scientific Eletrronic Library Online (SciElo), Acervo da organização Pan americana de Saúde (OPAS), BVS psicologia, Sistema de informações OMS (Organização Mundial de Saúde), GOOGLE Acadêmico e Literatura Latino-americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Dessa forma, foi possível concluir que existe uma gama de fatores estressantes que podem desencadear o desenvolvimento da depressão em graduandos. Embora existam diversas pesquisas sobre a depressão, quando se trata do contexto universitário, ainda são escassos os estudos sobre a temática.

Palavra-chave: Depressão. Transtornos Depressivos. Universitários. Enfermagem.

ABSTRACT

Depression is considered a major mental health problem, harming the individual in their quality of life, especially when they involve university students and health professionals, therefore affects the health of 300 million people worldwide, constitute a public health problem. This research has as general objective to analyze which facts can cause depression in undergraduate nursing students. The purpose of the work is to identify how much depression has been affecting nursing students and highlight the factors that can lead to this disease, contributing by investigating the impacts that influence depression. To carry out this work, we used the type of descriptive study from the careful bibliographic survey conducted in the period from 2013 to 2020 in the scientific literature, based on work published in scientific title Scientific Eletronic Library Oline (SciElo), Collection of the Pan American Health Organization (PAHO), VHL psychology, WHO Information System (World Health Organization), GOOGLE Academic and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS). Thus, it was possible to conclude that there is a range of stressful factors that can trigger the development of depression in undergraduates. Although there are several studies on depression, when it comes to the university context, there are still few studies on the subject.

Keyword: Depression. Depressive Disorders. University. Nursing.

Lista de ilustrações

Figura 1- Processo terapêutico, Psicoterapia psicodinâmica e a psicoterapia comportamental.

Lista de abreviações e siglas

Et al.	E outros
BVS	Biblioteca virtual em saúde
CAPS	Centro de Atenção Psicossocial
CDI-10	Classificação Internacional de doenças
CEPSICO	Centro de Psicologia Contextual
DSM-5	Manual de Diagnóstico
ISRN	Inibidor Seletivos de Recaptação de Noradrenalina.
ISRS	Inibidor Seletivos de Recaptação de Serotonina
LILACS	Literatura Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
N.	Número
OPAS	Organização Panamericana de Saúde
OMS	Organização Mundial de Saúde
ONU	Organizações das nações unidas
P.	Página
SOU	Serviço de Orientação aos Universitários
SciELO	Scientific Electronic Library Online
Vol.	Volume

Lista de símbolos

% Por cento

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	13
1. OBJETIVOS	15
1.1 OBJETIVO GERAL	15
1.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS	15
2. METODOLOGIA	16
3. REVISÃO DE LITERATURA	17
3.1 A HISTÓRIA DA DEPRESSÃO	17
3.2 Depressão	18
3.2.1 Causa	20
3.2.2 Diagnóstico	20
3.2.3 Sintomas	21
3.2.4 Tratamento	21
3.3 DEPRESSÕES E OS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM.....	24
3.4 MEDIDAS PREVENTIVAS DA DEPRESSÃO NO MEIO UNIVERSITÁRIO.....	25
CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS	29
ANEXO	32

INTRODUÇÃO

Calcula-se que entre 15% a 25% dos estudantes universitários do mundo apresentam ao longo de sua trajetória acadêmica algum transtorno mental, entre essas patologias pode-se destacar a depressão que está frequentemente crescendo em números alarmantes. Para Silva (2019), esse aumento de depressão em universitários da área da saúde especialmente os estudantes de enfermagem pode estar relacionados a sentimentos e emoções desenvolvidos no processo de ensino aprendizagem, por ser um curso em que os estudantes estão susceptíveis a dor do próximo.

Portanto Avancini (2019), ressalta em seus trabalhos que existe uma grande possibilidade dos profissionais de saúde comprometer sua saúde mental, pelo fato de estarem expostos a situações adversas do dia a dia, estes profissionais estão mais em contato com a dor humana, o que pode comprometer seu bem estar geral, considerando que certos fatores são próprios de sua formação acadêmica e a especificidade de seu trabalho.

A organização Panamericana da saúde (OPAS) cita que a melancolia “depressão” é a primeira causa de problema de saúde mental e incapacidade na sociedade mundial, estima-se, portanto que 300 milhões de pessoas no mundo são afetadas pela doença, constituindo desta forma um problema de saúde pública. Entre 2005 e 2015 a Organização Mundial da Saúde (OMS) em seus estudos apontou um aumento de 18% nos diagnósticos de depressão. Além disso, compreendida como alto fator de risco para a ideação suicida. Portanto pelo alto índice e pela elevada taxa de incidência e diagnósticos, estima-se que no ano de 2030 passando a ser a primeira causa de morbidade e mortalidade a nível mundial (BARROS, 2018).

Lima (2017), destaca em seus trabalhos que a depressão está classificada como um tipo de transtorno mental, sendo comumente conhecida como um transtorno de humor, que afeta o indivíduo em sua totalidade, mais se destaca especialmente no que diz respeito a sua autoestima, convivência familiar e social, trazendo consequência na sua vida profissional acadêmica, levando a pessoa com uma tristeza profunda, que é um dos sintomas mais conhecido. Os transtornos depressivos estabelecem um grave problema à saúde pública devido à alta quantidade de casos, gerando impacto psicossocial. Sendo mulheres que mais sofre

com esse transtorno devido os fatores genéticos como o estresse (GONÇALVES et al. 2018).

O período vivenciado pelos estudantes acadêmicos de enfermagem durante o curso configura-se um momento de muitas etapas, desafios, mudanças e problemas a serem superadas. É um momento bastante relevante na vida do indivíduo, pois costuma ser um período marcado por várias mudanças e grandes adaptações próprias da transição da adolescência para a vida adulta (COUTINHO, 2016).

A instituição de ensino pode preencher um papel importante em relação ao cuidado e, mais que isso, na prevenção dos problemas de saúde mental em universitários. As instituições precisam entender que o papel delas não é somente na formação de acadêmicos, mais sim na formação global.

Desse modo Avancini (2019), destaca que os professores devem ser preparados para auxiliar no desenvolvimento integral do jovem, e os programas e serviços incluir na educação atitudinal e emocional, por meio de conversas, orientações, discursão, acompanhamento com psicólogo, aconselhamento.

Deixar de lado essa problemática pode causar um colapso na realidade dos estudantes de enfermagem, a ausência de iniciativa e perda de interesse nos estudos, estresse diário, pressão psicológica, sobre cargas nas atividades, ocasionando fatores prejudiciais no âmbito acadêmico.

Compreender-se que o início da vida acadêmica, toma posse de suas responsabilidades pertinente o curso de graduação, onde é à saída da adolescência para fase adulta, podem gerar certos conflitos, situações comprometedoras. Diante disso, os acadêmicos tendem reagir de forma diferente com colegas, familiares, perde a iniciativa de interesse nos estudo, começa ter comportamentos estranhos de forma variados causando prejuízos que pode afetar diversas áreas, inclusive a saúde. O intuito do trabalho é identificar o quanto a depressão vem afetando universitários de enfermagem e destacar os fatores que podem levar a tal doença.

1. OBJETIVOS

1.1 OBJETIVO GERAL

- Apresentar quais fatores que podem ocasionar a depressão em acadêmicos do curso de enfermagem.

1.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Descrever sobre a história da depressão em um contexto amplo;
- Descrever qual relação da depressão com a vida acadêmica entre os estudantes do curso de enfermagem;
- Apontar quais medidas preventivas são tomadas pelas universidades para diminuir o índice de depressão em estudantes.

2. METODOLOGIA

Para realizar este trabalho foi utilizado o tipo de estudo Revisão Bibliográfica de formato exploratório realizado no período de 2019 a 2020 na literatura científica, a partir de trabalhos publicados em títulos científicos Scientific Eletrronic Library Online (SciELO), Acervo da organização Pan americana de Saúde (OPAS), BVS psicologia, Sistema de informações OMS (Organização Mundial de Saúde), GOOGLE Acadêmico e Literatura Latino-americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

Sendo utilizados os seguintes critérios de inclusão para revisão de literatura: artigo, trabalhos acadêmicos, revistas, monografias, sites no período de 2012 a 2020 que permitiram a elaboração das discussões dos resultados coerente ao tema da pesquisa. Obteve retorno de 52 artigos. Sendo excluídos os materiais que não abordavam a temática proposta ou não atendiam nos critérios de inclusão dos descritores anteriores, dessa forma foram utilizadas 32 obras e descartadas 20. Os descritores ciências da saúde (DeCS) utilizada são: Depressão, Transtorno Depressivos, Universitários, Enfermagem.

3. REVISÃO DE LITERATURA

3.1 A HISTÓRIA DA DEPRESSÃO

A Reforma Psiquiátrica foi iniciada no Brasil em meados dos anos setenta, e vem causando grandes transformações no campo da saúde mental e atenção psicossocial. Este método representa influência direta na assistência em saúde oferecida ao sujeito em sofrimento psíquico e colabora para a construção de um novo lugar social para o “sujeito louco”. O movimento pela Reforma Psiquiátrica no Brasil aparece em um contexto muito peculiar e importante da história política do país. Após vinte anos de ditadura militar, o país inicia um movimento de redemocratização dos espaços de decisão política, de ascensão dos movimentos sociais vinculados à luta da classe trabalhadora e ao ressurgimento da luta dos profissionais da saúde e usuários, por um Sistema de Saúde Único de Saúde (SUS) universal, gratuito, igualitário e de qualidade (MELO 2012).

O conceito depressão semelha ter origem no termo melancolia, empregado por Hipócrates, o autor atribui o estado melancólico ao excesso ou modificação de humores básicos. Outros autores nos séculos seguintes mostraram a melancolia e outros conceitos ligados em uma elaborada conceitualização, em meados do século XIX por Kraepelin, onde estabelece uma fronteira entre a psicose maníaco depressiva e a demência precoce, a partir dessa forma apareceu inúmeros modelos de conceitos de depressão (CHAISE et al., 2018).

A melancolia ou tristeza profunda foi descrita pelo conceituado monge lonnes Cassianus, sendo substituída posteriormente pela palavra de origem grega acídia, que significa “estado de descuido”, e tendo sua causa atribuída a um distanciamento de tudo o que era considerado de extrema importância e sagrado para a sociedade. Sendo considerado um estado demoníaco, e estes causavam preguiça, indolência, negligências, estados apáticos e enfraquecimento. Essa interpretação da palavra acídia estava ligada ao campo teológico e científico da era medieval, logo a pessoa melancólica tinha que pagar penitências, que eram por meio de multas, ou em diversos casos os pacientes eram, condenado ao aprisionamento, pois era considerado um mal sem cura (BARCELOS, 2017).

Segundo Avancini (2019) O termo depressão tem origem no latim depressus, sendo descrita como um tipo de transtorno mental, que por sua vez envolve uma complexa interação entre fatores diversos fatores bem como, orgânicos, psicológicos e ambientais. Sendo considerado como característico dessa doença, diversos sintomas bem como, a angústia, a perda de interesse, a apatia, o rebaixamento de humor, o choro persistente, perda de prazer, sentimento de impotência e força perante a vida.

De acordo com Barcelos (2017), a imaginação suicida é um sintoma característico da depressão. Estando classificada como um tipo de transtorno mental, sendo por sua vez considerada como um transtorno de humor.

Porém Andrade (2013), ressalta que são variadas as áreas da vida do indivíduo que são afetadas pela doença, destaca-se desse modo no que diz respeito ao convívio familiar e social, e principalmente a sua autoestima, trazendo serias consequências também na vida profissional, levando a pessoa que sofre com essa doença a um quadro de tristeza profunda, além da sensação constante de impotência e descrença de si própria.

A evolução da medicina e da filosofia, fez com que as doenças de saúde mentais sofressem modificações. Por muito tempo o termo loucura ou melancolia esteve associado com questões mística, resgatando tempos bíblicos e mitológicos onde a loucura e a melancolia designação antiga de depressão é estavam ligadas às superstições como: ser melancólico e louco era visto uma punição para as pessoas que deste mal sofria (SANTOS 2017).

Barcelos (2017) relata que no passado a percepção religiosa, sobre as patologias mentais ainda não são desamparadas desta forma, influências sobrenaturais persistem sendo deste modo consideradas causas da loucura e da melancolia, somente quando surgiram teorias que ressaltavam que a mente influenciava o corpo foi que essa crença começou a ser desmistificada. Entretanto após o iluminismo que as presunções religiosas começam a entrar em um estado de declínio, desta forma dando espaço a teorias racionalistas.

Por volta de 1860 a palavra entra nos dicionários médicos, e a loucos passa a ter um tratamento mais humanizado é igual a todos. Portanto no século 19, Philippe Pinel qualifica a melancolia “depressão” como doença o autor ainda ressalta a predisposição desses pacientes a cometerem suicídio, deste modo pela primeira vez, o termo “depressão” surge um sentindo mais próximo ao atual. (SANTOS 2017).

3.2 Depressão

Estudos recentes da Organização Mundial da Saúde (OMS), apontou que mais de 300 milhões de pessoas tem a depressão entre o ano de 2005 e 2015, por tanto, um crescimento de mais de 18%, estimando que menos da metade das pessoas diagnosticadas com depressão procuram um atendimento médico adequado sendo obrigadas a conviverem com diversos sintomas muitas vezes torturáveis que podem levar ao suicídio. Sendo considerados fatores relevantes que podem ocasionar a depressão, pois a sociedade ainda é muito dividida nessa questão, muitas pessoas não tem apoio, juntamente com medo do estigma, faz com que muitas pessoas não procurem o tratamento de que necessitam para viver com mais qualidade de vida e com mais produtividade em seus mais variados níveis de relacionamentos (BRASIL 2017).

As projeções indicam que a cada quatro pessoa uma procura tratamento para esse quadro pelo menos alguma vez na vida. Portanto em 2020 ela alcançará o 2º lugar nos países em desenvolvimento, inclusive, uma média de 30% dos acadêmicos universitários no mundo já é acometida com alguma enfermidade (LIMA et al., 2019).

A depressão pode se manifestar nas pessoas em qualquer fase da vida, sendo assim, mais alta na idade média, aumentando também durante a adolescência e no início da vida adulta. Esses transtornos variam de gravidade, de moderado até muito grave, ocorrendo muitas vezes aleatório ou raramente, mais podendo ser comum ou crônico e mulheres sendo mais vulneráveis aos estados depressivos. Depressão pode ser identificada como um transtorno de humor, sintomas emocionais, tristeza, perda de prazer, dificuldade para se concentrar, entre outros sintomas que pode apresentar (RUFINO et al., 2018).

Existem alguns tipos de depressão como a primária e secundária: primária pode ser desenvolver única sem a pessoa está acometida por outras enfermidades, secundária, portanto está ligada a outras doenças. Depressão neurótica e psicótica: neurótica a pessoa pode está doente, mais a pessoa sempre está em contato com a realidade, psicótico, portanto, é ao contrário da neurótica. Andrade (2013), ressalta que existe o transtorno afetivo unipolar e bipolar: unipolar significa uma doença depressiva que aconteceu em uma pessoa que experimenta tanto o humor normal como o deprimido, bipolar transtorno de humor (ANDRADE 2013).

No último relatório da Organização Mundial de saúde (OMS), que a incidência maior e mais frequente em mulheres, estimando-se uma prevalência de transtorno depressivo em 1,9% no sexo masculino e 3,2% no feminino. Sobre a prevalência, esse órgão da ONU registra 5,8% dos homens e 95% das mulheres tiveram um episódio depressivo em um período de 12 meses (SANTOS et al., 2016).

Ao comentar sobre a depressão, é importante inicialmente compreender que a depressão não é uma doença do século XXI. Embora que apenas no século XXI que se formou a depressão comum, ou seja, passou a ser abordada de forma rotineira. Antes a depressão era denominada como um estado de grande tristeza ou melancolia. Durante a história da melancolia, mas de dois milênios foi investigado o surgimento da depressão por diversas áreas de estudo como a biológica, filosóficas, sociológicas e poéticas (ASSUMPÇÃO, 2018).

Um dos sintomas mais comuns em casos de depressão é a tristeza profunda, o desinteresse de viver, a falta de vontade de viver, o medo, tristeza frequentemente, crises de choro, geralmente esses pensamentos frequentes pode levar o paciente a pensamentos suicidas. Gestos que antes ocasionava satisfação, alegria, vontade de viver quando a pessoa está com depressão, esses mesmos sentimentos trazem agora insatisfação e tristeza. A maioria dos pacientes/ pessoas que possuem um diagnóstico de depressão relatam que não, tem sensações/ emoção de felicidade com atividades que geralmente lhes ocasionavam prazer, relatando ainda que se tornam pessoas introspectivas, evitando o contato com outras pessoas de seu círculo familiar, ou de amigos coisas que antes lhes dava prazer de fazer (RUFINO et al., 2018).

3.2.1 Causa

O que ocasiona a depressão apesar de ser muito estudado ainda não é clara, mais considera-se uma série de fatores que pode tornar sua existência mais possível. Os fatores que pode causa depressão: Uma tendência familiar, ou seja, ser hereditário, perda de alguém próximo, eventos emocionantes, bem como certas doenças físicas, ou efeitos colaterais de certos medicamentos (BRASIL 2018).

3.2.2 Diagnóstico

O diagnóstico da depressão é identificado pelo meio da escuta atenta dificuldades e as queixas do paciente e da busca ativa por sintomas comuns da depressão que deve estar sendo negligenciado ou não verbalizado. Vale lembrar que a depressão é um efeito de grandeza física e multifacetado.

Dentro desses aspectos temos a classificação diagnóstica (Classificação internacional de doenças e problema relacionado à saúde CID-10) oferece critérios bem deliberados e amplamente adotados por profissionais da saúde no Brasil para diagnóstico da depressão é também o (DSM-5), que define a perturbações do funcionamento psicológico e fisiológico e desproporção em relação um fator desencadeante (BARCELLOS, 2017; CAMPOS, 2016).

O DSM-5, é a classificação mais atual publicada, estimula nove critérios para transtorno depressivo, dos quais cinco necessitam estar presentes. Para o fechamento de um diagnóstico, e necessário que os sintomas se persistam no mínimo duas semanas representam uma alteração em semelhança ao funcionamento sendo obrigatório humor deprimido, perda de interesse ou gozo, tristeza, pensamento recorrente de morte entre outros sintomas que podem está presente para possível diagnóstico (BARCELLOS, 2017).

3.2.3 Sintomas

De acordo com Santos (2016), os principais sinais e sintomas da depressão são ocasionados de varias formas em diferentes tipos de pessoas, os que acometem são como, humor ou irritabilidade, tristeza, ansiedade, angústia, isolamento social, cabeça baixa, baixo estima, perda de prazer, cansaço fácil, diminuição ou incapacidade de sentir alegre e prazer em atividade que antes era agradável, sentimento de medo, dificuldade de se concentra ou dificuldade de compreender, pensamento de suicídio, diminuição na perda sexual, perda do apetite e do peso, perda do sono.

Os sintomas de depressão, independente do diagnóstico de depressão, podem aparecer ainda associados a outros tipos de quadros clínicos ou patologias, tais como transtorno de estresse pós-traumático, alcoolismo, demência, esquizofrenia e outros, ou mesmo quando a pessoa se encontra em contextos específicos de estresse, como a perda de alguém especial, ou seja, o luto em si.

Assim ressalta (FACIOLI et al., 2018) que os sintomas, deste modo quando presentes de modo contundente, ainda que não seja configurado precisamente o diagnóstico de algum tipo de depressão, são indicativos de estresse, dificuldades de interação e adaptação social, baixo desempenho acadêmico e profissional, ou mesmo da presença de outros tipos de transtorno mental.

3.2.4 Tratamento

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são serviço de saúde que atende pessoas com transtornos mentais, constituídos por uma equipe multiprofissional que realiza o melhor atendimento às pessoas que necessitam de apoio, ou seja, nessa atenção secundária é oferecido atendimento de qualidade, conforto, lazer e melhor interação social a população.

O CAPS proporciona acompanhamento periódicos de indivíduos com algum problema grave de saúde mental, melancolia, tristeza profunda, de certa forma o centro também faz um acompanhamento das famílias dessas pessoas acometidas com esses quadros de transtornos. Esse trabalho de acompanhamento se dá, prioritariamente, dentro e fora do serviço, procurando sempre apontar a construção de novos espaços sociais com objetivo de garantir os direitos, de uma forma articulada entre os órgãos da rede básica de saúde. Para envolver os usuários suas famílias e contexto vivenciado, é realizado através de Projetos Terapêuticos Especiais, constantes mediações dos profissionais em abordagens territoriais, oferecendo desta forma um apoio matricial a outros pontos de atenção, ajudando a garantir uma manutenção qualificada aos projetos que ali são desenvolvidos, em acompanhamento periódico quanto com ações de urgência e emergência (MEDEIROS et al., 2016).

Os tratamentos mais utilizados para depressão são a Psicodinâmica, Psicoterapia e Psicoterapia Cognitiva Comportamental, Exercícios físicos se necessário juntamente com tratamento medicamentoso, sendo estes os quadros métodos mais usado por ser mais eficaz no tratamento (BARROS, 2018).

Figura 1- Processo terapêutico, psicoterapia psicodinâmica e a psicoterapia comportamental.



Fonte: Margarida (2017).

O tratamento da depressão o medicamentoso é essencial, nota-se dessa forma que em todo o mundo existe hoje em dia uma grande quantidade de antidepressivos disponíveis. Alguns pacientes necessitam de tratamento periódico sendo um tratamento mais como forma de prevenir a doença, que pode demora anos ou vida inteira, para manifestação de novos episódios de depressão. A psicoterapia e muito importante no tratamento, mais não e o suficiente para prevenir novos episódios, nem cura a depressão, essa técnica auxilia na reestruturação psicológica do indivíduo, ou seja, de compreender sobre a doença e na resolução de conflitos, o que pode diminuir o impacto provocado pelo estresse (SANTOS et al. 2016).

As medicações de psicofármacos, antidepressivos como ISRS ou ISRN são os que causam mais queixas de efeitos colaterais entre pacientes, os efeitos mais observados e que são frequentes são de ganho de peso, angústia, fobias, quedas da libido, confusão mental, episódios de tonteiras, agitação motora, taquicardia e até alucinações auditivas (SOUZA, 2017).

O tratamento cognitivo e sua aplicabilidade, evidenciar a influência dos pensamentos nas ações e emoções do paciente, ajuda desenvolver habilidades sociais, ajuda facilitar técnicas de confrontação de pensamentos negativistas, aplicar interação social, facilitando o enfrentamento e tomada de decisões. Em geral, as pesquisas realizadas demonstram uma eficácia na diminuição de sintomas e na prevenção de recaída e recorrência no tratamento de depressão leve moderada (CARNEIRO, 2016).

3.3 DEPRESSÕES E OS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

A depressão na sociedade contemporânea verificou se um aumento significativo de algum transtorno mental em universitários. Os problemas se encontram em impactos marcantes e duradouros na saúde e no bem-estar dos estudantes, afetando o desenvolvimento e maturidade cognitiva, psicossocial e vocacional, além de atrapalha no percurso acadêmico, diminuindo o interesse e aumentando a taxa de abandono (NOGUEIRA, 2017).

A mudança de transição do ensino médio para o ensino superior é complexa e pode envolver inúmeras mudanças para aqueles que iniciam a vida universitária, onde exigem de estudantes várias habilidades para lidar com desafios para que desta forma seja, sucedido no âmbito acadêmico. A adaptação ao novo contexto costuma ser desafiadora para grande maioria dos universitários em seu período inicial, pois muitos enfrentam tarefas complexas no meio acadêmico, com novos ritmos, novos padrões de relacionamento e sentimentos fortes de identidade (RAMOS et al. 2018).

O ingresso de universitários agregarem a um processo de transição que precisam ser bem firmado. Esta etapa pode se bem complicada, repleta de fatores que podem ocasionar a depressão, adaptações constantes, separação da família e amigos, novos relacionamentos (SILVA, 2019).

Algum estudo alcançar que o estresse, fadiga, qualidade de vida e questões sociais são um dos principais fatores clássicos para depressão. De acordo evidenciam a associação da fadiga com a depressão, visto que as duas têm fatores predispostos iguais e uma pode levar ao favorecimento da outra, tendo em vista, que a fadiga vai além do cansaço físico, é definida como aquele que não alivia mesmo com utilização de estratégias (SANTOS et al., 2018).

É possível presenciar que no transcorrer do curso os estudantes estão suscetíveis as situações geradoras de ansiedade, medo, angústia, conflitos e estresse, além da sobrecarga de atividades teóricas e práticas, o que pode desencadear aos sintomas depressivos. Também temos outros sintomas que pode está relacionado como às aulas práticas, pois é nesse instante em que o aluno fica frente a frente com os pacientes, podendo despertar medo e insegurança, fatores relevantes para o desenvolvimento dos sintomas, o que irá trazer resultados insatisfatórios ao indivíduo (SANTOS et al., 2018).

Outro motivo que gera desconforto psíquico ao acadêmico é o processo de conclusão do curso, que vem seguido pela produção da tese de conclusão de curso, causando outros episódios de insegurança, medo e preocupação. Pois o estudante é colocado em uma situação de estresse, tendo que revezar seu tempo com o estudo, trabalho, família e vida social (SANTOS et al., 2018).

A procura de ajuda especializada ainda pode ser algo afastado, mesmo que é necessário. Isso ocorre devido muitas vezes às finanças, a confiabilidade e por um medo que associa o estado de não estar bem com o de não se ter uma vida bem-sucedida, o que pode intervir ainda mais na vida do acadêmico e assim atrapalhar cada vez mais a sua procura (CHAISE et al. 2018).

A oferta de serviços de apoio ao aluno, que muitas vezes, encontra-se afastado de casa, onde muitos não sabem a quem recorrer, torna-se importante avaliar as condições psicológicas dos estudantes durante a graduação, especialmente quando começa surgir sintomas de depressão, ansiedade considerados os mais comuns neste ambiente específicos. Dessa forma, se os acadêmicos começar a procurar ajuda, buscando informações sobre a doença, para que desta forma possam entender os sintomas pelos quais estão passando e souberem a importância de um acompanhamento psicológico para isso, assim maiores as chances de evitar um caso mais grave (BRONDANI, 2019).

Nos últimos anos, a saúde mental em universitários vira foco de atenção dos especialistas, e da sociedade em geral. A associação entre estudar na área da saúde e estar em condição crônica de estresse é mundialmente conhecida.

A área de saúde exige algumas características e expõem suas posições, habilidades a numerosas situações de estresse que muitos não sabem enfrentar, por motivos pessoais, falta de preparo diante a situação, inclusive inerente ao próprio curso (LIMA et al. 2019).

3.4 MEDIDAS PREVENTIVAS DA DEPRESSÃO NO MEIO UNIVERSITÁRIO

Neste contexto, observar os fatores que se assemelham a presença de depressão nos estudantes universitários pode colaborar como uma Excelentíssima ferramenta para que deste modo às ações de proteção e prevenção sejam planejadas, tanto na parte dos gestores da universidade, como das equipes de saúde que assistem esses estudantes dentro e fora do campus (SANTOS et al., 2017).

Para evitar que jovem cheguem ao seu limite, escolas, faculdades e universidades podem melhorar a rotina, as suas metodologias de ensino e promoverem deste modo mais debates sobre o tema depressão, fazer roda com apoio psicológico tradicional, terapias alternativas com músicas e meditação para discursões e desabafos, na tentativa de reduzir a incidência de transtornos depressivos, quando as instituições deixam de falar deste problema que é bastante recorrente entre os estudantes e profissionais de saúde dá a impressão de que o problema não existe (CRUZ, 2018).

As universidades hoje vêm se empenhando no sentido de proporcionar novas atividades e também investigações que promovam a saúde mental e também intervenham quando necessário.

Com associação à saúde psicológica, o aconselhamento psicológico e a avaliação psicológica vêm como o principal serviço oferecido. Entretanto, enorme parte dos alunos, ainda acham esses serviços pontuais, ineficazes para suprir suas demandas. Os serviços principais oferecidos nas universidades são voltados à orientação vocacional, organização de horários e breves conversas que não chegam diretamente a ser uma terapia clínica (CHAISE et al. 2018).

Para minimizar os quadros que podem desencadear a depressão, o estudante deve impor estratégias de autocuidado na rotina, como práticas de atividades físicas, alimentação adequada e atividades relaxantes, onde pode variar para cada pessoa, mais deve ser iniciativa que trás satisfação. Quando essas estratégias não são suficientes para reverte seu quadro mais complexo, a pessoa deve procura suporte profissional especializado. Além disso, as universidades têm que atende os acadêmicos, ou seja, fazer sua parte. Propor uma conscientização apontando uma mudança cultural em todo aspecto produtivista retornando unicamente a resultados que envolvem o mundo acadêmico atual. Com isso devem ser adotados programas de saúde mental como o Serviço de Orientação aos Universitários (SOU) serviço de acolhimento e orientação psicopedagógico (GOUVÊA, 2018).

No contexto universitário o acompanhamento profissional é muito importante, não só de avaliar o risco, mas de proporcionar serviços de escuta qualificada, serviço de atendimento psicológico, coisas que cometam com que os universitários se sintam acolhidos dentro da universidade (BRITO 2018).

Neste contexto diversas situações ou fatores, podem estar ligados com desenvolvimento de transtorno depressivos em universitários diante ás diversas exigências que o ambiente acadêmico demanda, como a competição, a carga horária excessiva, as atividades tanto curriculares quanto não obrigatórias influenciam no

equilíbrio emocional dos universitários. Considerando-se, também, os fatores de proteção na prevenção da patologia, bem como as relações entre a depressão e o contexto universitários, ambiente aderente a diversas pressões psicológicas (BRONDANI et al., 2019).

É de fundamental importância que os estudantes optem por estilo de vida melhores com comportamento saudável para que, mais tarde, não gera problemas associados ao seu desenvolvimento pessoal ou outra natureza psicopatológica. Contudo as instituições tem um desafio que é, de aprimorar projetos que traz uma visão melhor aos acadêmicos que visem á proteção do ambiente, a promoção da sustentabilidade e a promoção da saúde no ensino. Deste modo as instituições podem sugerir programas de autoajuda, adaptados individualmente os estudantes universitários, como por exemplos programa baseados na internet que pode ser uma ajuda no âmbito de vários problemas psicológicos, para pode reduzir o estresse diário. Sendo assim, as novas tecnologias podem ser consideradas como um meio de aplicação de intervenções promovendo o bem-estar psicológico entre acadêmicos (OLIVEITA et al. 2016).

Portanto, é importante prevenir e remedir e em simultâneo aperfeiçoar as possibilidades de crescimento, onde o processo de desenvolvimento pode proporcionar uma maior qualidade de vida e deste modo beneficiar os estudantes que sofrem de algum transtorno mental/depressão. É muito importante estar alerta sobre esse transtorno, pois a depressão precisa ser diagnosticada e tratada corretamente, visando não apenas a redução dos danos, também, propiciar uma qualidade de vida melhor ao acadêmico que necessita de um apoio emocional (OLIVEIRA et al. 2016).

O curso de psicologia da UNICENTRO do Paraná há a clínica-Escola do departamento de psicologia CEPSICO, foi criada em 2006, onde objetivo é prestar assistências psicológicas para estudantes, aconselhamento, desenvolver atividades de ensino, pesquisa e extensão na área de Psicologia. Assim o aluno pode buscar ajuda nesse órgão para um acolhimento que a universidade oferece, juntamente com equipe de psicologia (RIBEIRO, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No decorrer do percurso da vida as pessoas vivenciam de maneira inevitável a tristeza frente às frustrações, decepções, conflitos, o medo do fracasso das perdas que se apresentam em seus caminhos. É comum sentir-se triste com determinadas situações, porém, o que não é normal é que esse sentimento se estenda por um período muito maior de tempo, ou seja, por logos dias, pois deste modo poderá surgir um sofrimento psíquico relacionado a transtornos de humor.

Dessa forma, foi possível concluir que existem variados fatores que podem desencadear o desenvolvimento da depressão em universitários do curso de enfermagem esses fatos muitas vezes estressantes como lidar com perdas, frustrações entre variadas coisas em se dia a dia. As questões que surgem durante o curso universitário, exigem que o estudante de conta de diversas atividades, muitas vezes atividades exaustivas e metódicas. São diversas, as situações que podem se apresentar tão extremas e exigentes as que pode levar os acadêmicos a desenvolverem transtornos psicológicos ao lidar com as inúmeras dificuldades que surgem.

Desses transtornos que afetam a saúde mental, a depressão ou tristeza profunda é uma das doenças que mais frequentemente acomete os estudantes de enfermagem, segundo o que foi possível observar no decorrer do trabalho ao fazer o levantamento bibliográfico dos autores citados durante o texto. Dentre esses motivos, pode-se ressaltar a importância de se estudar os fatores e acontecimentos que fragilizam e expõem os estudantes, bem como os fatores protetivos que promovem estratégias para o não desenvolvimento de patologias.

Apesar de se ter observado que existe uma gama de pesquisa que estudam a depressão e suas causas, quando se trata do contexto universitário, ainda são escassos os estudos sobre a temática. Neste sentido, surge à dificuldade de identificar se fatores como a insatisfação com o curso ou com a universidade escolhida também poderia 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.

REFERÊNCIAS

- ASSUMPÇÃO, G.L. S; OLIVEIRA, L.A; SOUZA, M.F.S. **Depressão e suicídio: uma correlação.** Janeiro 2018.
- ANDRADE, Liz Maria Almeida. **Depressão: o mal do século.** Psicologando. Março 2013.
- AVANCINI, Marta. **Alunos de ensino superior enfrentam ansiedade, depressão e outros problemas psicológicos.** Edição 237. Abril 2019.
- BARCELLOS, Mário Tregnago et., al. **Tele condutas depressão.** Porto Alegre, 2017.
- BRASIL. **Com depressão no topo da lista de causas de problema de saúde, OMS lança campanha “vamos conversar”.** Organização Mundial de Saúde. 2017.
- BRASIL. **Revista em foco.** Edição, 10, ano 2018.
- BRITO, Débora. **Casos de suicídio motivam debate sobre saúde mental nas universidades.** Brasília: 2018.
- BRONDONI, Alves Michele at., al. **Depressão em estudantes universitários: fatores de riscos protetivos e sua relação nesse contexto.** Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 20, n. 1, p. 137-149, 2019.
- BARROS, Bruno Gustavo; BRUN, Evanisa Helena maio. **Panorama atual da depressa: Prevalência, diagnóstico e tratamento.** Rio de janeiro, vol.7, no. 9. 2018.
- CAMPOS, F.A.A. C; FEITOSA, F.B. **Elaboração de um protocolo para diagnóstico de depressão.** Cuidados humanizados, vol.6, no. 2, outubro 2017.
- CARNEIRO, Adriana Munhoz; DOBSON, Keith S. **Tratamento cognitivo-comportamental para depressão maior.** Rio de janeiro, vol.12, no. 1, junho 2016.
- COUTINHO, Luiza Figueira Batista. **Avaliação e correlação dos níveis de estresse de depressão dos discentes de enfermagem.** Niterói, dezembro 2016.
- CRUZ, Fernanda. **Porque depressão e ansiedade afetam cada vez mais universitárias.** Desafios da educação, julho 2018.
- CHAISE, Milena Ribeiro et al. **Ansiedade e Depressão: Busca por Ajuda Especializada no Ensino Superior.** Repositório de artigos do curso de psicologia. Pato Branco-PR, 2018.
- FACIOLI, Adriano Machado et., al. **Depressão entre estudantes de enfermagem e sua associação com a vida acadêmica.** Rev Bras Enferm. 2018.
- GOUVÊA, Gustavo. **Graduação da depressão: quando o peso da vida acadêmica esgota emocionalmente os alunos.** Julho 2018.

LIMA, Vilne Jean Santos. **Cuidados de enfermagem á pessoas com depressão.** Revista científica, setembro 2017.

LIMA, Sonia Oliveira et al. **Prevalência da Depressão no Acadêmicos da Área de Saúde.** Psicol. Cienc. Prot. (online). 2019, vol. 39, 18/530. Epub Dec 20, 2019.

MARGARIDA, Andrea; DIAS, Colôa; VAZ, Mendes. **O processo terapêutico na psicoterapia psicodinâmica e psicoterapia cognitiva comportamental.** Psicologia, 2017.

MEDEIROS, Pollyanna Fausta Pimentel et al. **Rede de atenção psicossocial no sistema único de saúde (SUS).** Portal de formação à distância sujeito, sujeitos e drogas, 2016.

MELO, Anastásia Mariana Costa Melo. **Apontamentos sobre a reforma psiquiátrica no brasil.** Cadernos Brasileiros de Saúde Mental ISSN 1984-2147, Florianópolis, v. 8, n. 9, p. 84-95, 2012.

RAMOS, Fabiana Pinheiro et al. **Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante.** Revista. Bras. Orientac. Prof vol. 19 no. 2 Florianópolis, julho/dezembro 2018.

RIBEIRO, Renan Silva. **Um olhar jurídico da saúde mental do corpo discente na universidade federal do Ceará: perspectivas e projeções adotadas para minimizar a problemática na educação superior.** 2019. 37 f. Trabalho de conclusão de curso, Fortaleza, 2019.

RODRIGUES, Lisiane Maria Dias. **Depressão e sua relação com satisfação acadêmica: Construção de uma escala.** 2018. 31 f. trabalho de conclusão de curso, João Pessoa, 2018.

RUFINO, Sueli et., al. **Aspectos gerais, sintomas e diagnóstico da depressão.** 2018.

SANTOS, Tatiane da Silva et., al. **Análise ética e reflexões humanistas do portador de transtorno depressivo na contemporaneidade.** Rio de janeiro, maio de 2016.

SANTOS HGB, Marcon SR, Espinosa MM, Baptista MN, Paulo PMC. **Fatores associados á presença de ideação suicida entre universitários.** Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2017.

SANTOS, Caroline Martins. **Visão sobre depressão sofreu transformações ao longo da história,** São Paulo, 16, janeiro, 2017.

SANTOS, W.M.S.S et al. **Fatores Relacionados á Depressão em acadêmicos de Enfermagem: Uma revisão integrativa.** Ciências Biológicas e de Saúde Unit. Alagoas. v. 5. n. 1 p. 179-192. Novembro. 2018.

SILVA, Liliane santos et, al. **Depressão entre os acadêmicos de enfermagem e os fatores sociodemográficos associados.** Tangara da serra, MT, Brasil, vol.11, outubro de 2019.

Souza, Joelma Cecilia. **Depressão, a medicalização, o mercado de antidepressivo e a busca de uma nova ação terapêutica.** 2017. 39 f. trabalho de conclusão de curso, Rio de Janeiro, 2017.

OLIVEIRA, Carla et.,al. **Programas de intervenção para a ansiedade e depressão: Avaliação da percepção dos estudantes universitários.** NO. 42, PP. 96-111 2016

ANEXO

**RELATÓRIO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO**

DISCENTE: Karoliny Oliveira da Silva

CURSO: Enfermagem

DATA DE ANÁLISE: 24.08.2020

RESULTADO DA ANÁLISE**Estatísticas**

Suspeitas na Internet: 8,2%

Percentual do texto com expressões localizadas na internet

Suspeitas confirmadas: **6,97%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados

Texto analisado: **94,75%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.4.11 segunda-feira,
24 de agosto de 2020 19:37

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente **KAROLINY OLIVEIRA DA SILVA**, n. de matrícula **21330**, do curso de Enfermagem, foi **APROVADO** na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 8,2%. Devendo a aluna fazer as correções que se fizerem necessárias.

(assinado eletronicamente) HERTA MARIA DE AÇUCENA DO N. SOEIRO
Bibliotecária CRB 1114/11

Biblioteca Júlio Bordignon
Faculdade de Educação e Meio Ambiente

