

Revisão

FATORES ASSOCIADOS À DEPRESSÃO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE: uma revisão integrativa

PURL: <https://purl.org/27363/v3n2a8>

Silvana de Jesus Souza Soares Alves ^{a*}, Giselmo Pinheiro Lopes ^a, Jamilya Ferreira da Silva ^a, Clevane Cristina Lopes Pacheco Barros ^a, Lana D'lys Corrêa Fontes ^a, Silvia Maria Maia Silva ^a e Nicole Sane Rodrigues Dias ^a

^a Faculdade Supremo Redentor - FACSUR, Pinheiro, Maranhão, Brasil.

Resumo

A depressão no meio dos estudantes é um problema de saúde frequente por razões diversas. Assim, este trabalho teve como objetivo identificar os fatores associados à depressão em universitários da área da saúde através de uma revisão integrativa. Tratou-se de uma revisão integrativa que consistiu no levantamento de dados nos portais LILACS e SciELO de publicações investigadas entre anos de 2015 a 2020, sendo selecionados 12 artigos, que atenderam aos critérios estabelecidos "fatores associados", "depressão", "estudantes" "ciências da saúde". Os resultados evidenciaram que os estudantes da área da saúde são propensos a depressão em decorrência de condição socioeconômica, estilo de vida e sobrecarga acadêmica. A conclusão foi que as demandas do tipo de transtornos psíquicos exigem maior atenção e atendimento terapêutico local das instituições de ensino, para melhorarem o rendimento discente.

Palavras-chave: Fatores associados; Depressão; Estudantes; Ciências da Saúde.

FACTORS ASSOCIATED WITH DEPRESSION IN UNIVERSITY STUDENTS IN THE HEALTH AREA: an integrative review

Abstract

Depression among students is a frequent health problem for several reasons. Thus, this study aimed to identify the factors associated with depression in university students in the health area through an integrative review. This was an integrative review that consisted of collecting data on the LILACS and SciELO portals of publications investigated between 2015 and 2020, with 12 articles selected, which met the established criteria "associated factors", "depression", "students" "Health Sciences. The results showed that students in the health area are prone to depression due to socioeconomic status, lifestyle and academic overload. The conclusion was that the demands of the type of psychic disorders require greater attention and local therapeutic care from educational institutions, to improve student performance.

Keywords: Associated Factors; Depression; Students; Health Sciences.

FACTORES ASOCIADOS A LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL ÁREA DE LA SALUD: una revisión integradora

Resumen

La depresión entre los estudiantes es un problema de salud frecuente por varias razones. Así, este estudio tuvo como objetivo identificar los factores asociados a la depresión en estudiantes universitarios del área de la salud a través de una revisión integradora. Se trata de una revisión integradora que consistió en la recolección de datos en los portales LILACS y SciELO de publicaciones investigadas entre 2015 y 2020, con 12 artículos seleccionados, que cumplieron con los criterios establecidos "factores asociados", "depresión", "estudiantes" "Ciencias

* Autor para correspondência: Silvana.salves2022@gmail.com

de la Salud". Los resultados mostraron que los estudiantes en el área de la salud son propensos a la depresión debido al estatus socioeconómico, el estilo de vida y la sobrecarga académica. La conclusión fue que las demandas del tipo de trastornos psíquicos requieren una mayor atención y atención terapéutica local por parte de las instituciones educativas, para mejorar el rendimiento de los estudiantes.

Palabras clave: Factores asociados; Depresión; Estudiantes; Ciencias de la Salud.

1. Introdução

O acometimento de transtorno depressivo ou depressão tem enorme prevalência global, cujo conceito se expressa por perturbação mental, descrita pela presença de tristeza constante e ausência de desejo por práticas regularmente consideradas de prazer, juntamente a sensação de incapacidade de executar demandas corriqueiras, um estado que perdura por muitos dias, meses e até por alguns anos (OPAS, 2018).

No mundo, são 300 milhões que padecem desta doença, e no Brasil, até 2018, os números eram de 11,5 milhões de brasileiros portadores desse transtorno. Esta doença está inserida na classificação do CID-10 entre os transtornos afetivos, ao passo que o DSM.5, a denomina como uma das espécies de transtornos de humor (TUCHLINSK, 2018).

No contexto do ambiente das universidades, a vivência da trajetória acadêmica eleva a cobrança quanto aos estudos, práticas, propósitos e alvos de forma intensa. Além disso, os fatores socioeconômicos potencializam os episódios depressivos maiores (FLESH *et al.*, 2020). Entre alguns desencadeadores se encontram as dificuldades de interação social, relações conflitivas, isolamento, abuso de álcool e outras substâncias psicoativas, assim como comportamento sedentário (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Enormes dúvidas e frequente ansiedade acerca de condições de preparação e absorção do mercado destes futuros profissionais têm sido fatores de depressão, e isso porque as margens de empregabilidade na área vêm sendo reduzidas com as políticas de austeridade dos últimos governos. As precárias estruturas das instalações para estudos, que limitam as pesquisas em laboratórios compõem o quadro de frustrações, impotência e desânimo (SOARES *et al.*, 2018).

A relação do estudante com a vida universitária, permeada por diferentes fatores de risco e variáveis, pode resultar em dificuldades e conflitos relacionais na comunidade acadêmica, reprovações em disciplinas, e mesmo abandono do curso (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019). Por isso, o panorama delineado para o presente estudo se deparou com a seguinte questão: Quais os fatores de riscos associados ao aparecimento da depressão nos estudantes universitários da área da saúde.

Como se verifica, existem demandas conectadas à saúde mental no segmento dos estudos superiores, notadamente, nas ciências da saúde, e o conhecimento dos protocolos de prevenção e tratamento da depressão, no ambiente universitário, ainda aguardam maiores investigações.

Considera-se que por meio desse estudo haja uma contribuição na área de tratamento da depressão entre acadêmicos de graduação, viabilizando aspectos para discussão e promovendo novas perspectivas de abordagem, sejam tanto de interesse dos educadores quanto dos profissionais em saúde, em geral, pois o aumento do quadro depressivo em estudantes universitários da área da saúde tornou-se uma questão cada vez mais observada.

Desse modo, o presente estudo objetivou identificar os fatores de riscos associados à depressão em estudantes universitários da área da saúde.

2. Material e Métodos

Trata-se de revisão integrativa da literatura. Um método que possibilita sumarizar as pesquisas publicadas e obter conclusões a partir da pergunta norteadora. Essa revisão integrativa exigiu os mesmos padrões de rigor, clareza e replicação utilizada nos estudos primários, conforme preceitua Silva (2014). E a Revisão Integrativa da Literatura (RIL) é a mais ampla abordagem metodológica dentre as revisões, visto que permite a utilização de estudos experimentais e não-experimentais para uma compreensão mais completa do fenômeno analisado (TEIXEIRA *et al.*, 2013).

Foram utilizadas as bases de dados LILACS e a SciELO, com identificação de artigos acerca dos fatores associados à depressão em estudantes universitários da área da saúde, e usando-se como critério de inclusão aqueles publicados no período de 2015 a 2020, no idioma português, a busca ocorreu no período de junho a agosto de 2020, usando-se os descritores booleanos: “fatores associados” AND “depressão” AND “estudantes” AND “ciências da saúde”.

Em seguida, a partir de um amostral de 34 artigos da base de dados LILACS e SciELO, foram selecionados 12 artigos, acessados no período de julho a outubro de 2020. Portanto, após a filtragem, foram excluídos 22 artigos que não atenderam aos critérios de inclusão, aqueles que apresentaram duplicidade entre duas ou mais bases de dados e os artigos que após leitura não atenderam ao objetivo proposto nesta revisão.

A coleta de informações empregou uma síntese no formato de tabela, através do programa da *Microsoft Excel* versão 2010, alimentado com informações essenciais dos artigos selecionados, na forma de banco de dados, classificando os resultados de cada artigo para uma avaliação das evidências de acordo com o propósito fixado, com enfoque nos fatores de depressão do ambiente universitário.

3. Resultados e Discussão

Os 12 artigos analisados atenderam ao objetivo proposto e, num primeiro momento, foram categorizados dados correspondentes a autoria, tipo de estudo e título dos artigos, como mostra o Quadro 1.

Quadro 1 - Descrição das categorias base de dados, autores, tipo de estudo e título.

BASE	AUTORES	TIPO DE ESTUDO	TÍTULO
LILACS	BRESOLIN <i>et al.</i> , 2020	Estudo transversal.	Sintomas depressivos em estudantes universitários da área da saúde.
SciELO	AQUINO, CARDOSO & PINHO, 2019	Transversal, analítico quantitativo.	Sintomas de depressão em universitários de medicina.
SciELO	FONSECA <i>et al.</i> , 2019	Observacional, transversal, quantitativa.	Associação dos fatores de estresse e sintomas depressivos com o desempenho acadêmico de estudantes de enfermagem.
LILACS	GUEDES <i>et al.</i> , 2019	Descritivo, transversal com abordagem quantitativa.	Prevalência e correlatos da depressão com características de saúde e demográficas de estudantes de medicina.
SciELO	CHAVES <i>et al.</i> , 2015	Estudo transversal com abordagem quantitativa.	Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal.
SciELO	LEÃO <i>et al.</i> , 2018	Transversal analítico.	Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil.
LILACS	LELIS <i>et al.</i> , 2020	Transversal, descritivo, quantitativo.	Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários.

SciELO	LIMA <i>et al</i> , 2019	Quali-quantitativo.	Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde.
LILACS	MESQUITA <i>et al</i> , 2016	Transversal, descritivo com abordagem quantitativa.	Depressão entre estudantes de curso da área da saúde de uma universidade em Mato Grosso.
LILACS	NASCIMENTO <i>et al</i> , 2020	Corte transversal.	Associação entre transtornos alimentares, suicídio e sintomas depressivos, em universitários de cursos de saúde.
LILACS	ARIÑO; BARDAGI, 2015	Pesquisa correlacional, descritivo, com corte transversal.	Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários.
LILACS	VELOSO <i>et al</i> , 2019	Transversal quantitativo.	Ideação suicida em universitários da área da saúde: prevalência e fatores associados.

Fonte: Alves; Monteiro, 2020.

Quadro 2 – Descrição das categorias por sujeitos da pesquisa e os fatores de risco.

BASE	AUTORES	SUJEITOS DA PESQUISA	FATORES DE RISCO
LILACS	BRESOLIN <i>et al</i> , 2020	792 estudantes: enfermagem, farmácia, fisioterapia, fonoaudiologia, medicina, odontologia e terapia ocupacional.	Fatores genéticos, ambientais, sociais, econômicos, acadêmicos (alta carga horária e diversas atividades) os hábitos de saúde (falta de atividade física e lazer).
SciELO	AQUINO, CARDOSO & PINHO, 2019	121 estudantes do curso de medicina.	A imagem de si e autocrítica negativa; altas cargas de trabalho e privação de sono.
SciELO	FONSECA <i>et al</i> , 2019	212 estudantes do curso de enfermagem.	Fatores de estresse como ambiente acadêmico, de ensino, avaliação, exigências curriculares e falta de recursos.
LILACS	GUEDES <i>et al</i> , 2019	180 estudantes do curso de medicina.	Elevada carga horária e quantidade de informações, indisponibilidade de lazer e atividades sociais, frequente contato com a morte e sofrimento, período reduzido de sono, alimentação inadequada, expectativas quanto ao futuro e a própria competência.
SciELO	CHAVES <i>et al</i> , 2015	609 estudantes de enfermagem, fisioterapia, odontologia e farmácia.	Fatores biopsicossociais, que é composto pelos papéis sociais e estado fisiológico.
SciELO	LEÃO <i>et al</i> , 2018	649 estudantes de fisioterapia, odontologia, medicina, biomedicina e enfermagem.	A predominância de relacionamentos insatisfatórios com diferentes grupos (família, amigos, colegas de curso); insuficiente prática de exercícios físicos e baixa qualidade de sono.
LILACS	LELIS <i>et al</i> , 2020	292 estudantes de enfermagem, farmácia e fisioterapia.	Elevada carga curricular, descontrole de prazos na entrega de trabalhos, acúmulo de matéria e perspectiva negativa acerca do mercado de trabalho.
SciELO	LIMA <i>et al</i> , 2019	2.306 alunos de enfermagem, medicina e odontologia.	Decepções com as situações de prática no estágio supervisionado, sentimentos de abandono e impotência quando os preceptores não eram presentes e não davam oportunidades, fatores familiares e sociais.
LILACS	MESQUITA <i>et al</i> , 2016	251 estudantes de educação física, enfermagem e farmácia,	Eventos estressores como a pressão exercida por familiares e professores, apresentação de trabalhos, realização de provas, falta de lazer, privação de sono, expectativas em relação ao futuro.
LILACS	NASCIMENTO <i>et al</i> , 2020	271 alunos de educação física, enfermagem, nutrição e biologia.	Fatores genéticos, sociais, e transtornos alimentares.
LILACS	ARIÑO;	640 graduandos	Stress e ansiedade em certos períodos do curso.

	BARDAGI, 2015		
LILACS	VELOSO <i>et al</i> , 2019	142 estudantes de enfermagem, fisioterapia, medicina.	Uso de bebida alcoólica, do tabaco e de outras drogas, bem como não fazer o curso desejado.

Fonte: Alves; Monteiro, 2020.

No quadro 2, por sua vez, está contida à categorização dos sujeitos da pesquisa e os fatores de riscos, apresentando significativas diferenças. Quanto aos sujeitos da pesquisa, basicamente os artigos podem ser colocados em dois grandes grupos: estudos voltados para um curso apenas da área da saúde: enfermagem ou medicina; e outro grupo de estudos que investigou mais de um curso da área da saúde.

Observou-se que os fatores de risco podem ser categorizados em variadas perspectivas, pelo menos em quatro perspectivas de fatores: (1º) perspectiva socioeconômica – gênero, classe social e situação econômica; (2º) fatores sob a perspectiva acadêmica – sobrecarga de estudos, relações com colegas de curso, inadequação com o processo de ensino e baixo desempenho acadêmico; (3º) descontentamento com o curso escolhido e ansiedade quanto ao mercado de trabalho; (4º) fatores na perspectiva dos hábitos de saúde e habilidades sociais – alimentação, espiritualidade, autogestão (organização pessoal), atividade física, falta de lazer, privação de sono, uso de álcool e outras drogas, relacionamentos insatisfatórios e indisponibilidade de atividades sociais.

3.1 Fatores de risco - perspectiva socioeconômica

Considerado que todas as obras selecionadas tiveram como núcleo central os fatores de risco de depressão entre os acadêmicos da saúde, observou-se que metade do total de autores, secundariamente, se preocupou em adicionar aspectos socioeconômicos com acentuado destaque, ao passo que a outra metade das publicações acrescentou algum tipo de recomendação de serviço para diagnóstico e terapia, a partir das próprias instituições de ensino, e adoção de outras medidas nesse sentido.

O fator relacionado ao perfil socioeconômico revela que existe propensão depressiva entre os estudantes, cujo perfil socioeconômico se caracteriza pertencer às camadas inferiores, notadamente das classes C e D (SANTOS *et al.*, 2017). Nesse sentido, houve estudos que apontaram hipossuficiência econômica como fator de risco, no tocante as limitações frequentes acerca de transporte, material de estudo e alimentação. E no quesito do perfil de gênero e situação civil, as mulheres e os solteiros são o grupo de maior incidência de depressão.

3.2 Fatores de risco – desafios e conflitos na vivência acadêmica

Conforme o indicador da vivência acadêmica como fator de risco, um pouco mais de um terço das obras científicas selecionadas indicaram a sobrecarga curricular e o mau desempenho acadêmico. Porém, a seguinte distinção se faz necessária: estresse é tomado como fator positivo para elevação do desempenho acadêmico, e depressão não se confunde com esta porque suas causas são diversas, reduzindo a capacidade de resposta do estudante às demandas das disciplinas.

O estresse possui uma concepção saudável, porquanto signifique equação eficaz entre os compromissos assumidos e a satisfação da realização dos mesmos, a despeito da pressão em cobranças na entrega dos resultados. Este conceito apresenta estresse numa combinação de provocação de desafios e vontade de entregar resultados, seguida da sensação de prazer, apesar da quantidade maior de trabalho exigido. Já a depressão se caracteriza por privação de atitude resolutiva e abandono de tarefas (FONSECA *et al.*, 2019).

Na vertente do apoio da universidade, os estudantes com dificuldade de gestão dos estudos poderiam receber orientação extra de melhoria no desempenho acadêmico (; MESQUITA *et al.*, 2016; AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019). Em relação aos atrasos de entrega dos compromissos acadêmicos e reprovação de cadeiras curriculares, um estudo observou que o leque de disciplinas de férias, para redução de atrasos, deveria ser ofertado com maior variedade, oportunizando o realinhamento do histórico curricular individual do discente na direção do avanço regular de seu curso (BRESOLIN *et al.*, 2020).

Quanto ao estágio curricular, uma estatística apontou que o contato dos estudantes com enfermidades e óbitos se reflete como fator de risco de depressão. Nesse contexto, a depressão pode ser resultante do ambiente de sofrimento dos enfermos e seus familiares, para 8,60% dos estudantes de enfermagem, e 3,60% de medicina (LIMA *et al.*, 2019). Em face de problemas desse teor, a intervenção psicológica de apoio ao discente, disponibilizada pela universidade, se justifica por causa da frequente aproximação de situações como descrita acima, podendo desencadear reações de tristeza por longo período, decorrente de elevada empatia com o sofrimento alheio.

Por isso, na ótica de um atendimento local em saúde mental, oferecida pelas próprias instituições de ensino, alguns estudiosos aconselham a implantação de um sistema de conhecimento do panorama da saúde mental já no início do curso, assim como em certos períodos da graduação (MESQUITA *et al.*, 2016; MALTONI; PALMA; NEUFELD, 2019).

No interesse das instituições em intervir na recuperação do universitário depressivo, ao lado do levantamento de saúde do recém-ingresso, pois alguns antecedentes históricos podem auxiliar nas intervenções durante a graduação, faz-se recomendável um trabalho de adaptação do discente, que desconstrua eventuais percepções negativas frente à nova vivência acadêmica.

Tal providência, quanto logo possível no meio acadêmico, favorece a redução de casos de depressão, pois entre os estudos se comprovou que o percentual de estudantes da área da saúde com depressão, seja leve, moderada ou grave, constitui grande percentual, em torno de 50% (GUEDES *et al.*, 2019).

De fato, o conceito de bem-estar se coloca num plano mais geral, porquanto os sentimentos de intensa tristeza, apatia e descompasso podem não ter causalidade direta com a vivência universitária e suas demandas, porém quando a vida pessoal/emocional (extrauniversitária) não está indo bem os efeitos indesejáveis podem repercutir no andamento do curso superior. Artigos indicaram que muitos estudantes transferem suas limitações e problemas pessoais/familiares/sociais como decorrentes da sua vivência universitária, sendo que os dissabores e desafios enfrentados podem ter origem diversa do meio acadêmico (ARINÕ; BARDAGI, 2018).

Ocorre que dilemas de ordem particular podem gerar confusão e “paralisia” nas outras áreas de atividade pessoal, ou seja, a imobilidade por tristeza excessiva e recorrente se reflete em falta de proatividade, ausência de autoconfiança, baixa autoestima, pois se essas características não têm como fonte os desafios universitários da área da saúde, de qualquer maneira os problemas podem interferir no desempenho curricular do graduando.

Acresce-se que variável acerca da maneira de o estudante enxergar suas habilidades de apreensão de conteúdos curriculares tem probabilidade de repercussão na saúde mental. Acredita-se que algumas competências e técnicas de estudo podem ser adquiridas e adaptadas às múltiplas inteligências, acaso o estudante da área de saúde se encontre em descompasso com o resultado das avaliações, sendo possível, por meio de atendimento especializado, uma superação de deficiências nessa área, pois a elevada carga curricular, o descontrole de prazos na entrega de trabalhos e o tempo insuficiente de estudos são

potenciais para o desenvolvimento de quadro depressivo (LELIS *et al.*, 2020). Daí a importância do apoio acadêmico aos estudantes com inabilidade no uso de certas tecnologias e gestão do conhecimento.

Adicionem-se à questão da relação ensino-aprendizagem os conflitos oriundos da interação professores e alunos, sob o viés da eficiência didática e dos métodos de avaliação. Essa faceta do fator de risco acadêmico, como a sensação de alvo de injustiça diante de supostos ou reais equívocos, seja na interpretação e reação dos fatos da parte do discente ou docente, embora não seja incomum, recebeu pouca atenção das pesquisas coletadas nesta revisão, sendo suscitada por apenas um estudo (LIMA *et al.*, 2019).

3.3 Fatores de risco - perspectiva da escolha do curso e mercado de trabalho

Por outro lado, se o conflito psicológico relaciona-se diretamente com o curso escolhido pelo estudante e sua ansiedade quanto ao futuro no mercado de trabalho (SOARES, 2018), na medida em que este convive com um persistente sofrimento da dúvida vocacional, essa situação pode implicar num evidente fator de risco da depressão, por isso se torna importante analisar crenças danosas a respeito do curso, junto com o trabalho de desenvolver percepções realísticas e sobre suas vantagens, quase sempre ignoradas pelo discente: os estudantes intensificam apenas os aspectos dos percalços e sacrifícios, pois já foi demonstrada associação do curso não desejado com a ideação suicida (VELOSO *et al.*, 2019).

3.4 Fatores de risco - perspectiva dos hábitos de saúde e habilidades sociais

Os fatores de riscos pertinentes à esfera dos hábitos de saúde e habilidades sociais requerem enfoque maior porque combinam uma variedade de aspectos, por exemplo: atividades físicas, dependência química, tempo de lazer e vida social, relacionamento familiar e habilidades de comunicação (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2016).

No quesito do relacionamento familiar, se o estudante conserva uma autopercepção negativa no seio de sua convivência doméstica e de parentesco, surge inclinação depressiva, a depender de como consegue lidar com conflitos desta natureza. A insatisfação com suas relações familiares, através de pesquisa realizada com 649 estudantes de fisioterapia, odontologia, medicina, biomedicina e enfermagem, mostrou que esse fator responde por quase 10% dos casos de depressão entre os estudantes universitários da área da saúde (LEÃO *et al.*, 2018).

Prosseguindo na senda das dificuldades de comunicação e socialização, questão difícil por suas implicações de preconceito e liberdades individuais diz respeito à matéria da homossexualidade. Contemporaneamente, o tratamento preconceituoso na linha da ideologia de gênero ainda se manifesta como agravante ao sofrimento suportado por alguns estudantes universitários, que alimentam crise existencial e pensamento suicida nessa dimensão (VASCONCELOS-RAPOSO *et al.*, 2016). Portanto, a questão se mostra como quesito de abordagem no tratamento de casos que envolvam esse tipo de conflito.

No âmbito dos hábitos de saúde, a ingestão alcoólica em demasia e com alta frequência, foi considerada um elemento de causa de depressão em razoável número de estudantes. Somou-se a tendência depressiva entre os consumidores de álcool universitários o quesito da solidão (BARROSO; OLIVEIRA; ANDRADE, 2019). Houve correlação com outros fatores, a saber: a baixa prática de exercícios físicos e qualidade de sono insuficiente (LEÃO *et al.*, 2018).

Ainda pertinente ao segmento do fator social e de hábitos de saúde, dentre os estudos examinados, se verificou investigação acerca da depressão entre universitários sob o aspecto de espiritualidade. Como a vida humana também se expressa em linguagem transcendental, que se expressa por algum tipo de dimensão de culto e sentido existencial maior, tal

área repercute de alguma maneira na saúde mental dos estudantes. Mas as convicções de fé devem estar harmonizadas com as outras dimensões da vida humana, para que essa variável não se torne ela própria um problema.

De todo modo, os maiores níveis de ansiedade estiveram associados ao sexo feminino, à ausência de atividades de lazer e aos baixos níveis de otimismo da escala de espiritualidade. Os estudantes da área da saúde, que não conciliam satisfações no campo de lazer e espiritual, são propensos à depressão. Noutras palavras: as atividades no campo espiritual também colaboram no sentido do autoconhecimento e motivação (CHAVES *et al.*, 2015).

Diante das variadas evidências no campo das influências socioeconômicas, acadêmicas, sociais e de hábitos de saúde, deduz-se que algum tipo de adoção de medidas na direção de tratar a depressão de estudantes da graduação superior se faz recomendável. A pesquisa resulta em propostas no sentido de envolver os estudantes em programas de saúde e atividades esportivas, e/ou atividades sociais (extensão e comunidade). Tais mecanismos podem funcionar como solução parcial de pendências da graduação, sob a rubrica de uma compensação parcial de créditos curriculares. Paralelamente, a instituição ofertaria tratamento especializado ao seu corpo discente acometido de diferentes graus de depressão.

4. Considerações Finais

A depressão entre estudantes universitários da área da saúde tem causas múltiplas, por isso seu diagnóstico no início do curso ou durante a graduação se faz oportuno para saber qual a natureza de sua origem, se genética ou ambiental, oferecendo apoio de superação por meio de recursos e terapias voltadas para seu tratamento. Para o diagnóstico de habilidades sociais e intervenção terapêutica, por exemplo, se sugeriu levar em conta aspectos como conversação, e sentimentos envolvidos; expressão dos próprios sentimentos (negativos e positivos); emissão e recepção de críticas; e comunicação em público.

Em face dos fatores socioeconômicos desfavoráveis, as intervenções político-institucional, como bolsas de estudos (fator socioeconômico), funcionam como alternativa de desvencilhamento de obstáculos econômicos dos estudantes hipossuficientes.

Em que pese os diversos fatores de risco, ficou demonstrado que o apoio institucional aos estudantes em depressão, em se tratando de sobrecarga de estudos e dificuldades acadêmicas, na forma de oferta de disciplina de férias, em maior quantidade, por exemplo, funciona como motivação e regularização curricular do aluno, ao passo que a intervenção da saúde mental no sentido de prevenir e tratar de depressão de estudantes universitários da área da saúde se refere à disponibilização, por exemplo, de minicursos de planejamento e gestão pessoal, ao lado de terapias individuais ou de grupo.

Referências

- AQUINO, Daniele Ramos de; CARDOSO, Rodrigo Alves; PINHO, Lucinéia de. Sintomas de Depressão em Universitários de Medicina. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**. São Paulo, v. 39, n. 96, p 81-95, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v39n96/v39n96a09.pdf> . Acesso em 14 fev 2020.
- ARINÓ, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicol. pesq.** Juiz de Fora, vol.12 no.3, set./dez., 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v12n3/05.pdf> . Acesso em: 24 ago. 2020.
- BARROSO, Sabrina Martins; OLIVEIRA, Nadyara Regina de; ANDRADE, Valéria Sousa de. Solidão e depressão: relação com características pessoais e hábitos de vida em universitários. **Rev. Psicologia: Teoria e pesquisa**. Brasília, v 35, p 1-12, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722019000100527&script=sci_arttext. Acesso em 20 fev 2020.
- BOLSONI-SILVA, Alessandra **Turini**; LOUREIRO, Sonia Regina. O impacto das habilidades sociais para a depressão em estudantes universitários. **Psic.: Teor. e Pesq.** vol.32, nº 4, Brasília, 2016. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722016000400212&lang=pt . Acesso em: 07 jun. 2020.

- BRESOLIN, Julia Zancan. *et al.* Sintomas depressivos em estudantes de graduação em saúde. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, vol.28, 14-Fev-2020. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/pdf/rlae/v28/pt_0104-1169-rlae-28-e3239.pdf . Acesso em: 10 jun. 2020.
- CHAVES, Erika de Cássia Lopes. *et al.* Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. **Rev. Bras. Enferm.** Brasília, vol.68, no.3, Ma-jun, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672015000300504&lang=pt . Acesso em: 07 jun. 2020.
- FLESH, Betina Daniele. *et al.* Episódio depressivo maior entre universitários do sul do Brasil. **Rev. São Paulo** 54, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102020000100210&lang=pt . Acesso em: 10 jun. 2020.
- FONSECA, José Ricardo Ferreira da. *et al.* Associação dos fatores de estresse e sintomas depressivos com o desempenho acadêmico de estudantes de enfermagem. **Rev. Esc. Enferm.** São Paulo, vol.53, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v53/1980-220X-reeusp-53-e03530.pdf> . Acesso em: 24 ago. 2020.
- GUEDES, Anderson Ferreira. *et al.* Prevalência e correlatos da depressão com características de saúde e demográficas de universitários de medicina. **Archives of Health Sciences**, [s.l.], v.26, n. 1, p. 47-50, 2019. Disponível em: <http://www.cienciasdasaude.famerp.br/index.php/racs/article/view/1039/786> . Acesso em: 23 ago. 2020.
- LEÃO, Andréa Mendes. *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil. **Rev. Bras. educ. med.**, [s.l.], vol.42, no.4, out-dez. 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000400055&lang=pt . Acesso em 10 jun. 2020.
- LELIS, Karen de Cássia Gomes. *et al.* Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Rev. Port. de Enf de Saúde Mental**, no.23, Porto, jun. 2020. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpesm/n23/n23a02.pdf> . Acesso em: 24 ago 2020.
- LIMA, Sônia Oliveira. *et al.* Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde. **Psicol. Cienc. Prof.**, [s.l.], vol.39, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pcp/v39/> . Acesso em: 24 ago 2020.
- MESQUITA, Andressa Medrado. *et al.* Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de um Universidade de Mato Grosso. **Journal Health NPEPS**, [s.l.], v.1, n. 2, p. 218-230, Julho-Dezembro. 2016. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/viewFile/1433/1503> . Acesso em: 23 ago. 2020.
- MALTONI, Juliana; PALMA, Priscila de Camargo; NEUFELD, Carmem Beatriz. Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. **Psico**, Porto Alegre, v. 50, n. 1, 2019. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/29213/pdf> . Acesso em: 24 ago 2020.
- NASCIMENTO, Vanicleidson Silva do. *et al.* Associação entre transtornos alimentares, suicídio e sintomas depressivos em universitários de cursos de saúde. **Einstein**, São Paulo, vol.18, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082020000100222 . Acesso em: 23 ago 2020.
- OLIVEIRA, Ellaine Santana de. *et al.* Stresses e comportamentos de riscos à saúde entre estudantes universitários. **Rev. Bras. Enferm.**, [s.l.], vol.73, n.1 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672020000100162&lang=pt . Acesso em: 07 jun. 2020.
- OPAS – Organização Pan-Americana de Saúde – Depressão. Brasília. **OPAS**, 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095. Acesso: 21 fev 2020.
- SANTOS, Hugo Gedeon Barros dos. *et al.* Fatores associados a ideação suicida em estudantes universitários. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, [s.l.], vol.25, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/rlae/v25/pt_0104-1169-rlae-25-e2878.pdf . Acesso em: 10 jun. 2020.
- SILVA, Mariana Lobato dos Santos Ribeiro. O papel do profissional na atenção primária à saúde em cuidados paliativos. **Rev. Bras. Med. Fam.** Rio de Janeiro, v. 9, n. 30, p. 45-53, jan-mar, 2014. Disponível em: <https://rbmf.org.br/rbmfc/article/view/718/595> . Acesso em: 15 jun. 2020.
- SOARES, Adriana Benevides. *et al.* Expectativas acadêmicas de estudantes nos primeiros anos de ensino superior. **Arq. Bras. Psicol.** 2018, v. 70, n. 1, p. 206-223. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1809-52672018000100015&lng=pt&nrm=iso . Acesso em 18 fev. 2020.
- TEIXEIRA, E. *et al.* Revisão Integrativa da Literatura passo-a-passo e convergências com outros métodos de revisão. **Rev. Enferm. UFPI**, Teresina, v 2, n. spe, p. 3-7, 2013. Disponível em: <https://revistas.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/1457/pdf> . Acesso em: 07 jun. 2020.
- TUHLINSK, Camila. Depressão será a doença mais incapacitante do mundo até 2020. **Estadão**, 2018. Disponível em: <https://emais.estadao.com.br/noticias/bem-estar,depressao-sera-a-doenca-mental-mais-incapacitantes-do-mundo-ate-2020,70002542030> . Acesso em 02 de jun. 2020.
- VASCONCELOS-RAPOSO, José. *et al.* Níveis de ideação suicida em jovens adultos. **Rev. Estud. psicol.** Campinas, vol.33, no. 2, Campinas Apr./June, 2016. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2016000200345&lang=pt . Acesso em: 10 jun. 2020.
- VELOSO, Lorena Uchoa Portela. *et al.* Ideação suicida em universitários da área da saúde: prevalência e fatores associados. **Rev. Gaúcha de Enf**, Porto Alegre, nº 40, 2019. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/pdf/rgeuf/v40/1983-1447-rgeuf-40-e20180144.pdf> . Acesso em: 23 ago. 2020.