



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Nadyara Regina de Oliveira

Ansiedade, estresse e depressão em estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba

UBERLÂNDIA
2019



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Nadyara Regina de Oliveira

Ansiedade, estresse e depressão em estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto

Paranaíba

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado, do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

Área de Concentração: Psicologia Cognitiva

Orientador: Dr. Ederaldo José Lopes

Coorientadora: Dra. Sabrina Martins Barroso

UBERLÂNDIA
2019

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da UFU, MG, Brasil.

O48a
2019

Oliveira, Nadyara Regina de, 1994-
Ansiedade, estresse e depressão em estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba [recurso eletrônico] / Nadyara Regina de Oliveira. - 2019.

Orientador: Ederaldo José Lopes.
Coorientadora: Sabrina Martins Barroso.
Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia.
Modo de acesso: Internet.
Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14393/ufu.di.2019.16>
Inclui bibliografia.
Inclui ilustrações.

1. Psicologia. 2. Ansiedade. 3. Depressão. 4. Stress (Psicologia). 5. Estagiários. 6. Saúde mental. I. Lopes, Ederaldo José, 1967-, (Orient.). II. Barroso, Sabrina Martins, 1981-, (Coorient.). III. Universidade Federal de Uberlândia. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. IV. Título.

CDU: 159.9

Rejâne Maria da Silva – CRB6/1925



ATA DE DEFESA

Programa de Pós-Graduação em:	Psicologia		
Defesa de:	Mestrado Acadêmico, PPGPSI		
Data:	29 de março de 2019	Hora de início:	15:00
Matrícula do Discente:	11712PSI029		
Nome do Discente:	Nadyara Regina de Oliveira		
Título do Trabalho:	"Ansiedade, estresse e depressão em estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba"		
Área de concentração:	Psicologia		
Linha de pesquisa:	Processos Cognitivos		
Projeto de Pesquisa de vinculação:	Processos Cognitivos e Emocionais: Fundamentos e Medidas		

Reuniu-se na sala 46, Campus Umuarama, da Universidade Federal de Uberlândia, a Banca Examinadora, designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Psicologia, assim composta: Professores Doutores: **Prof. Dr. Ederaldo José Lopes (IP/UFU)** orientador da candidata; **Prof. Dr. Joaquim Carlos Rossini (IP/UFU)**; **Prof. Dr. André Luiz Moreno (INEPS)**.

Iniciando os trabalhos o presidente da mesa, Dr. Ederaldo José Lopes, apresentou a Comissão Examinadora e a candidata, agradeceu a presença do público, e concedeu ao Discente a palavra para a exposição do seu trabalho. A duração da apresentação da Discente e o tempo de arguição e resposta foram conforme as normas do Programa.

A seguir o senhor(a) presidente concedeu a palavra, pela ordem sucessivamente, aos(as) examinadores(as), que passaram a arguir o(a) candidato(a). Ultimada a arguição, que se desenvolveu dentro dos termos regimentais, a Banca, em sessão secreta, atribuiu o resultado final, considerando o(a) candidato(a):

Aprovada.

Esta defesa faz parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Mestre.

O competente diploma será expedido após cumprimento dos demais requisitos, conforme as normas do Programa, a legislação pertinente e a regulamentação interna da UFU.

Nada mais havendo a tratar foram encerrados os trabalhos. Foi lavrada a presente ata que após lida e achada conforme foi assinada pela Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Ederaldo José Lopes, Coordenador(a)**, em 29/03/2019, às 17:25, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **André Luiz Moreno da Silva, Usuário Externo**, em 29/03/2019, às 17:31, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Joaquim Carlos Rossini, Membro de Comissão**, em 03/04/2019, às 12:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **1102000** e o código CRC **DEAEE11F**.

Dedicatória

Dedico esse texto a todos aqueles que estiveram comigo nesse caminho até a pós-graduação. Aos que estão presentes, mas também àqueles que já estão ausentes na minha vida hoje, que podem comemorar comigo o fechamento de um ciclo, de aprendizagem acadêmica e humana que esses dois anos de mestrado me proporcionaram.

Agradecimentos

Passei por momentos únicos, difíceis e intensos nos anos que antecederam essa escrita e durante todo o processo da pós-graduação. Apesar de todo o apoio que tive durante toda a minha vida, aprendi recentemente a valorizar as minhas conquistas e esse trabalho é uma das maiores conquistas da minha vida. Sendo mérito meu, inicio este texto agradecendo a mim, por insistir tentando mesmo quando duvidei de mim mesma. Esse primeiro agradecimento talvez seja narcisista, mas sei que me servirá de lembrança futuramente para que me lembre dos tempos complicados que passei e superei.

Feito esse agradecimento, preciso então agradecer a todas as pessoas que passaram por mim nessa jornada. Aos amigos, colegas, presentes e ausentes nesse período. Ao calor que minha linda gata Effy me forneceu em todas as noites viradas ou mal dormidas e também ao apoio incondicional que recebi de tantos nesses anos.

Ao meu orientador, Profº. Dr. Ederaldo José Lopes e minha coorientadora Profª. Dr. Sabrina Martins Barroso agradeço a paciência e os ensinamentos que me foram passados, sei que no fundo não sou a aluna mais fácil de lidar e vocês fizeram isso de uma maneira maravilhosa. Agradeço ainda todos os demais mestres e doutores que me fizeram amar a pesquisa e ver nela um objetivo e sentido para viver. Àqueles que compartilharam comigo os bons e maus momentos da graduação e me fizeram enxergar o quanto importante a saúde mental universitária pode ser, me mostrando um tema que eu seguiria desde a graduação até aqui.

Aos meus familiares, agradeço a minha mãe Ronice, por todo o apoio emocional e financeiro desde a minha saída de casa, ainda com meus 17 anos, por todas as orações e desejos positivos que tanto ela como sua família fez nesses anos, apesar de não ser religiosa, acredito que todas as energias positivas desses desejos fizeram com que eu chegassem cheguei. Ao meu pai Ismael, pelo apoio financeiro e por junto a minha mãe terem me proporcionado

uma vida privilegiada de acesso ao ensino e as mais diversas realidades sociais. Ao meu namorado Julio, por todo carinho e amor compartilhados nesse tempo e principalmente pela paciência de aguentar o desespero e a irritabilidade que a escrita desse trabalho me gerou em diversos dias.

Nesses diversos anos fora de casa percebi que meus amigos se tornaram a minha família e eu não poderia deixar de agradecê-los por isso. Mirian, minha melhor amiga e confidente, foi essencial nesse processo, foi ela que me ajudou em diversos momentos a não perceber a cabeça, soube me acolher e me incentivar mais do que ninguém. Agradeço ainda a minha amiga Marina que também me auxiliou nessa caminhada, acolhendo minhas angústias pessoais e acadêmicas sempre que precisei. Ícaro e Bruno, que estiveram comigo e me permitiram manter ativa minha vida social. Arthur, que me deu a honra de ser sua avaliadora do TCC e compartilhou comigo momentos de pesquisa e discussão sobre a academia, a saúde mental dos estudantes e a nossa própria saúde mental. Gabriel Alcântara, Andressa Pimentel, Mariana Ghirardelli, Joyse Martins, Luana Vital, Piruca, Lúcio Andrade, Eduardo Gotti, Raquel Marin, Dennis Gabiatti e Fernanda Esteves, por mais que eu não tenha sido tão presente na vida de vocês e diretamente vocês não terem participado tanto desta caminhada, saibam que vocês sempre me ajudaram muito a crescer, seja me apoiando, me desafiando, estando ali por mim e me amando ou mesmo servindo de inspiração para mim.

Felizmente fui agraciada com a presença de muitos durante essa jornada, citei aqui aqueles que estiveram mais presentes ao longo desse tempo, mas deixo a todos aqueles que não estão citados o meu mais sincero agradecimento, por menor que tenha sido o abraço ou a troca de palavras durante esse percurso, sem isso eu não seria quem sou ou teria conquistado tudo que conquistei.

Pain is a gift. Without the capacity for pain we can't feel the hurt we inflict.
The 12th Doctor (*Death in Heaven*)

Resumo

A saúde mental dos universitários tem sido foco de diversos estudos na última década. Variáveis como a depressão, ansiedade e o estresse têm sido cada vez mais identificadas na população universitária de forma geral, não sendo diferente para os estudantes de Psicologia. Os estágios em Psicologia ocorrem no final da graduação, uma fase delicada e pouco investigada. Sendo assim, objetivou-se com este estudo a descrição do perfil sociodemográfico dos estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro, de seus hábitos de vida, sua vivência e satisfação acadêmica e de seus índices de sintomatologia da depressão, ansiedade e estresse; e também a compreensão da relação entre as variáveis e os hábitos e satisfação dos estudantes. Os instrumentos utilizados foram: questionário de dados socioeconômicos, de hábitos de vida e acadêmicos; Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21); Escala de Satisfação com Vivências Acadêmicas (ESVA). A coleta de dados foi realizada on-line, pela plataforma *SurveyMonkey*. Os estagiários tinham entre 20 e 53 anos, eram de instituições públicas (45,3%) e privadas (54,7%), em sua maioria mulheres (89,8%) e grande parte (60,2%) cursava o último ano do curso. Os resultados indicam os seguintes índices: 63% de depressão, 66,9% de estresse, 53,5% de ansiedade na amostra e 3,9% com baixa satisfação discente. As mulheres apresentaram índices maiores de ansiedade; ter diagnóstico psiquiátrico anterior teve efeito sobre os níveis de estresse, ansiedade e depressão; a insatisfação com a escolha do curso de Psicologia se relacionou com índices mais elevados de ansiedade e estresse; pior autoavaliação da saúde mental teve correlação com ansiedade, depressão e estresse; índices menores de satisfação discente se relacionaram a índices mais altos de depressão. Os estagiários apresentam índices altos das patologias avaliadas neste estudo, indicando a necessidade de investimento imediato em programas de prevenção e promoção de saúde mental voltados para essa população.

Palavras-chave: Estagiários; Psicologia; Depressão; Ansiedade; Estresse.

Abstract

In the last decade, several studies have focused on the mental health of university students. Conditions such as depression, anxiety and stress are present in university population in general, and this is not different among Psychology students. The internships in this area occur at the end of graduation. It is a delicate phase and not well enough investigated. Thus, the purpose of this study is to describe the sociodemographic profile of Psychology interns, their life habits, experience and academic satisfaction and the prevalence rates of depression, anxiety and stress, in Triângulo Mineiro. Also, the understanding of the relation between those conditions and habits and satisfaction of the students are analyzed. A questionnaire of socioeconomic data, life and academic habits were used to achieve that purpose, as well as the Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) and Scale of Satisfaction with Academic Experiences (ESVA). Data collection was performed through *SurveyMonkey* platform. The interns were between 20 and 53 years old, from public (45.3%) and private institutions (54.7%), mostly women (89.8%) and more than half (60.2%) in the last year of the course. The results indicated that 63% of them suffers from depression, 66.9% from stress, 53.5% has anxiety and 3.9% low student satisfaction. Women had higher rates of anxiety. Having a previous psychiatric diagnosis had effect on the levels of stress, anxiety and depression. Dissatisfaction with the choice of the course was related to higher rates of anxiety and stress. The worst mental health evaluation was related to anxiety, depression and stress. Lower rates of student satisfaction were related to higher rates of depression. The interns presented high indexes of the pathologies evaluated in this study, indicating the need for immediate investment in prevention programs and promotion of mental health to the said population.

Keywords: Interns; Psychology; Depression; Anxiety; Stress.

Lista de abreviações

Capes - Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

CFP – Conselho Federal de Psicologia

DASS-21 – Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse

DP – Desvio Padrão da Média

e-MEC - Sistema de Regulação do Ensino Superior

ENEM – Exame Nacional do Ensino Médio

ESVA – Escala de Satisfação com Vivências Acadêmicas

FIES – Fundo de Financiamento ao Estudante do Ensino Superior

FONAPRACE - Fórum Nacional dos Pró-Reitores de Assuntos Estudantis

OMS – Organização Mundial de Saúde

SISU – Sistema de Seleção Unificada

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UFTM – Universidade Federal do Triângulo Mineiro

UFU – Universidade Federal de Uberlândia

WHO - World Health Organization

TABELAS

ESTUDO 1.

Tabela 1. Número e porcentagem de acadêmicos de Psicologia em fase de estágio segundo variáveis de identificação	25
Tabela 2. Caracterização dos estagiários de Psicologia, hábitos, saúde, autopercepção, saúde e outros	26
Tabela 3. Número e porcentagem de acadêmicos de Psicologia em fase de estágio segundo variáveis relacionadas a vida acadêmica	28
Tabela 4. Depressão, ansiedade e estresse nos estagiários	29

ESTUDO 2.

Tabela 1. Caracterização da Amostra	51
Tabela 2. Correlação bivariável entre depressão, ansiedade, estresse, Satisfação discente e variáveis sociodemográficas e de hábitos de vida.....	52
Tabela 3. Diferenças de grupo quanto à classificação da ansiedade, depressão e estresse pelo teste Mann-Whitney	54
Tabela 4. Diferenças de grupo quanto à classificação da ansiedade, depressão e estresse pelo teste Kruskal-Wallis	56

Sumário

Apresentação da dissertação	11
ESTUDO 1	15
Resumo	15
Abstract.....	15
Introdução	17
Metodologia.....	23
Resultados.....	24
Discussão.....	30
Considerações finais	34
Referências	36
ESTUDO 2	44
Resumo	44
Abstract.....	45
Introdução	46
Metodologia.....	48
Resultados.....	50
Discussão	57
Considerações finais	60
Referências	62
Considerações finais da dissertação.....	67
Referências da dissertação.....	69
Apêndices	71
Anexos	76

Apresentação da dissertação

Este projeto de pesquisa foi desenvolvido na Universidade Federal de Uberlândia (UFU), vinculado à linha de pesquisa Psicologia Cognitiva e teve financiamento da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes). O objetivo deste projeto surgiu do interesse da pesquisadora de ampliar seu olhar sobre a saúde mental dos universitários. Viver em meio ao ambiente universitário o estudando por meio de uma Iniciação Científica, durante a graduação, forneceu uma percepção diferente sobre esse ambiente e suas consequências na vida dos estudantes, despertando o interesse e a urgência de estudar a saúde mental dos estudantes desde então, culminando nesta pesquisa.

A fase universitária, apesar de uma época de alegrias, descobertas, festas e aprendizagem, abriga também aspectos da vida não tão explícitos, como cobrança por um bom desempenho, a dificuldade de adaptação à nova turma, uma nova realidade financeira, ou cidade, ter que aprender a conviver com pessoas de outras realidades sociais e culturais (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014; Castro, 2017; Silveira, Norton, Bradão, Roma-Torres, & 2011; Vizzotto, Jesus, & Martins, 2017) e a criação de expectativas sobre si e sobre os outros (Lipp, 2013; Silveira et. al, 2011). Todas essas questões e tantas outras podem ser consideradas pequenos estressores quando vistas isoladamente, mas a sua ocorrência nem sempre é de forma isolada (Lipp, 2013).

É necessário aqui, fazer uma distinção entre os termos estressores e estresse. Os estressores são estímulos que provocam ou conduzem ao estresse, enquanto o estresse é um estado de tensão que rompe a homeostase, causando um desequilíbrio no compasso de funcionamento do corpo, o que pode acarretar desde reações mais simples, como taquicardia e insônia, a reações extremas, como enfartes ou derrames (Lipp, 2013). Essa reação do próprio corpo depende de fatores genéticos, da capacidade do indivíduo de criar estratégias, da fonte e do tempo exposto ao estresse. Outras reações que podem aparecer devido ao estresse são

sintomas de ansiedade e/ou de depressão, que podem até mesmo tornarem-se transtornos de ansiedade ou depressivo (Lipp, 2013; Margis, Picon, Cosner, & Silveira, 2003).

A ansiedade pode ser compreendida como a antecipação de uma ameaça futura, sendo caracterizada por sintomas físicos como tensão muscular, preocupação com não conseguir prever eventos potencialmente aversivos ou de perder o controle, e o desvio do foco atencional para esses eventos potencialmente aversivos ou às respostas afetivas eliciadas por eles. A ocorrência da ansiedade de forma desproporcional e desadaptativa é o que caracteriza os transtornos de ansiedade (Cardozo, Gomes, Fan, & Soratto, 2016; DeSousa, Moreno, Gauer, & Koller, 2013).

Conceptualmente, a ansiedade se distingue da depressão, apesar de muitas vezes suas manifestações clínicas se sobreponem (Lovibond & Lovibond, 1995). Indivíduos ansiosos percebem as situações ameaçadoras de forma superestimada e subestimam sua capacidade de lidar com elas, enquanto a pessoa deprimida apresenta esquemas desadaptativos negativos, se vê como inadequada, sem valor, em um mundo com obstáculos intransponíveis e com um futuro completamente sombrio e sem esperança (Beck & Clark, 1988).

A depressão é um dos transtornos mentais mais comuns no mundo. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS [*World Health Organization – WHO*]), ela atinge mais de 300 milhões de pessoas e é a principal causa de incapacidade no mundo, contribuindo de forma importante para a carga global de doenças. Acomete mais as mulheres e, no pior dos casos, pode levar ao suicídio (WHO, 2012).

Diversos estudos focados na população universitária têm sido realizados nos últimos anos, demonstrando grandes índices de sofrimento mental. As patologias como a ansiedade e depressão são as mais recorrentes nesses estudos e fatores como o estresse, solidão, baixo suporte social, insatisfação com o curso, entre outros, têm sido apontados como relacionados a elas. Outros fatores como o gênero, idade, uso de tabaco e álcool, também aparecem como

relacionados ou preditores de índices mais altos de depressão e ansiedade nessa população (Brandtner & Bardagi, 2009; Galvão, Pinheiro, Gomes, & Ala, 2017; Leão, Gomes, Ferreira, & Cavalcanti, 2018).

Partindo destes pressupostos, esta dissertação divide-se em dois estudos integrados, que contaram com a mesma amostra e procedimentos de coleta dos dados, mas possuíam objetivos diferentes e contaram com análises distintas. Participaram da investigação 127 estudantes universitários dos cursos de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba, em fase de estágios profissionalizantes. Os estudantes foram convidados a participar da pesquisa por e-mails compartilhados por suas coordenações de curso e também por meio de divulgação em redes sociais. As respostas foram dadas de forma individual e virtual, primeiro ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e, posteriormente, à pesquisa que foi composta de duas escalas: Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), e Escala de Satisfação com Vivências Acadêmicas (ESVA), além de um questionário complementar com dados sociodemográficos, sobre hábitos de vida e questões sobre a realidade acadêmica e o estágio cursado pelo estudante.

O primeiro estudo (Estudo 1), buscou caracterizar o perfil dos estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba, seus hábitos de vida, dados sociodemográficos e os indicadores de depressão, ansiedade e estresse. A análise foi de caráter descritivo, por meio de frequência absoluta, medidas de tendência central e dispersão. Este estudo se caracteriza como um trabalho descritivo, transversal, amparado na abordagem quantitativa de pesquisa.

No segundo estudo (Estudo 2) buscou-se correlacionar fatores sobre o perfil sociodemográfico e hábitos de vida e acadêmicos, a índices de sintomas de depressão, ansiedade e estresse, e também o nível de satisfação discente com as vivências acadêmicas dos estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba. A metodologia utilizada

manteve-se igual à apresentada no Estudo 1 para a coleta dos dados, mas a variável de satisfação discente foi acrescentada. Foram realizadas análises de normalidade (teste *Shapiro-Wilk*) para definição do tipo de teste inferencial a ser adotado. A análise de normalidade dos dados mostrou distribuição não-normal para depressão, ansiedade e estresse, portanto, as correlações e análises de diferenças de grupos foram calculadas utilizando testes não-paramétricos. Para a investigação das relações entre as variáveis adotou-se a correlação de *Spearman*. As análises de ambos os estudos foram realizadas por meio do programa SPSS, versão 21.0.

Os estudos permitiram concluir que existe índices altos dos indicadores de depressão, ansiedade e estresse, e que no geral há média ou alta satisfação discente com suas vivências acadêmicas. Foi possível observar uma alta relação entre níveis de ansiedade, depressão e estresse. As mulheres aparecem como mais propensas à ansiedade, a não satisfação com a escolha do curso tem relação com índices mais altos de estresse, e o não recebimento de auxílio financeiro da instituição (nas instituições públicas) se relaciona com índices mais altos de depressão. A presença anterior de transtorno mental diagnosticado teve relação com índices mais altos de estresse, ansiedade e depressão, e a autopercepção da saúde mental também teve relação com índices mais altos das três variáveis.

Ambos os estudos puderam auxiliar na ampliação do conhecimento sobre a realidade acadêmica e pessoal dos estagiários de Psicologia da região, além de indicarem a alta ocorrência de sofrimento emocional nesta população. Estratégias como programas de promoção de saúde e prevenção de doenças, ações que estimulem o crescimento da rede social dos estudantes, assim como uma melhor divulgação dos meios para buscar tratamento psicológico e ajuda devem ser pensadas e colocadas em ação de forma a contribuir com a melhora da saúde mental dos estudantes e também diminuir o impacto que esses transtornos podem vir a causar na sua formação acadêmica.

ESTUDO 1

Depressão, ansiedade e estresse: prevalência de sintomas e aspectos psicossociais em estagiários de Psicologia no Triângulo Mineiro

Depression, anxiety and stress: prevalence of symptoms and psychosocial aspects in interns of Psychology in the Triângulo Mineiro

Resumo

Os aspectos emocionais dos estagiários de Psicologia são ainda pouco explorados, num momento no qual os estudos sobre saúde mental universitária estão em expansão, investigar a situação emocional destes estagiários se mostra importante. Este estudo teve como objetivo a descrição do perfil sociodemográfico de estagiários do curso de Psicologia de cidades do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba, assim como avaliar a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse nessa população. Participaram da pesquisa 127 graduandos que responderam de forma individual e virtual aos instrumentos Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) e um questionário sobre hábitos de vida, aspectos sociais e acadêmicos dos estudantes, pela plataforma *SurveyMonkey*. A análise foi descritiva, por meio de frequência, porcentagem, média e desvio-padrão. Os resultados indicaram a presença de sofrimento psíquico neste público, variando entre moderado à extremamente severo, nas seguintes porcentagens: 55,1% apresentando sintomatologia de depressão, 48% de ansiedade e 46,4% de estresse. Concluiu-se que os estudantes de Psicologia em fase de estágio apresentam índices elevados das patologias estudadas mostrando a necessidade de investimento em programas de prevenção e promoção de saúde mental específicos para esse público.

Palavras-chave: Estagiários; Psicologia; Depressão; Ansiedade; Estresse.

Abstract

Although studies about university mental health are currently expanding, the emotional aspects of Psychology interns are yet little explored. It is extremely important to investigate the emotional

situation of those students. The purpose of this study is to describe the sociodemographic profile of Psychology interns in cities located in Triângulo Mineiro, as well as evaluate the prevalence of depression, anxiety and stress symptoms among them. In this research, a total of 127 undergraduate students answered individually to the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), and a questionnaire about their life habits and social and academic aspects through the online platform SurveyMonkey. The analysis was descriptive, by means of frequency, percentage, average and standard deviation. The results indicated the presence of psychic suffering in those people, ranging from moderate to extremely severe, in the following percentages: 55.1% experiencing symptomatology of depression, 48% anxiety and 46.4% stress. This study concluded that Psychology students who are also interns have high levels of depression, anxiety and stress. It is necessary to invest on prevention programs and promotion of mental health directed to this public. It is necessary to invest on prevention programs and promotion of mental health directed to this public.

Keywords: Interns; Psychology; Depression; Anxiety; Stress.

Introdução

Os estudos sobre a saúde mental dos estudantes universitários demonstram que o ingresso no ensino superior é complexo e multifacetado, sendo a forma como o estudante vivencia o processo de transição do ensino médio para o ensino superior dependente de aspectos pessoais e contextuais do estudante (Espírito-Santo, & Matreno, 2015; Igue, Bariani, & Milanesi, 2008; Silveira, Norton, Bradão, & Roma-Torres, 2011). Diversas são as dificuldades na transição da adolescência para a fase adulta, principalmente quando essa fase coincide com o ingresso no ensino superior. Entre essas dificuldades pode-se citar a saída de casa ou mudança de cidade, dificuldades nas relações interpessoais (como ao morar com outras pessoas, por vezes desconhecidas), distanciamento da família, a necessidade de cuidar de si e das suas próprias coisas sozinho, além das inúmeras cobranças acadêmicas e pressões por um rendimento adequado (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014; Castro, 2017; Silveira et al., 2011; Vizzotto, Jesus, & Martins, 2017).

Os fatores anteriormente citados, entre outros, são considerados estressores por diversos autores e também pelos próprios estudantes (Silveira et al., 2011). Os universitários com frequência se encontram na faixa etária de maior risco para as primeiras manifestações comportamentais de perturbações mentais graves. As demandas exigidas pelo contexto da universidade podem agravar problemas de saúde mental pré-existentes ou aumentar sua probabilidade da ocorrência (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014; Silveira et al., 2011).

É possível observar nessa população problemas psicossociais, tais como: ansiedade, baixa autoestima, depressão, dificuldades de relacionamento, estresse e preocupações excessivas com os estudos; a presença desses problemas contribui para aumentar o índice de evasão (Borine, Wanderley, & Bassitt, 2015) e pode influenciar o desempenho acadêmico do estudante ao longo da graduação (Silveira et al., 2011).

Nos últimos anos houve um aumento nas publicações sobre aspectos emocionais nos estudantes universitários brasileiros (Bardagi, & Hutz, 2011; Carlotto, 2013. Temas como a ansiedade (Cardozo, Gomes, Fan, & Soratto, 2016; Gama, Moura, Araújo, & Teixeira-Silva, 2008), depressão (Cáceres, Cascaes, & Büchele, 2010; Furegato, Santos, & Silva, 2010; Tabalipa et al., 2015) e estresse (Lameu, Salazar, & Souza, 2016; Milsted, Amorim, & Santos, 2009; Padovani et al., 2014) vem sendo estudados nos últimos anos na população universitária, seja identificando sua prevalência ou avaliando sua relação com outras variáveis, como a solidão, qualidade de vida e suporte social (Andrade, 2017; Souza, 2017). No entanto, ainda há grande concentração desses estudos nos cursos da área de saúde (Bardagi & Hutz, 2011)

Os dados sobre a ansiedade na população universitária variam bastante. Por exemplo, 19,7% dos estudantes de vários cursos poderiam ser diagnosticados com algum transtorno de ansiedade segundo Brandnet e Bardagi (2009). Outros estudos demonstraram índices moderados e altos de ansiedade entre os estudantes, 91,5% de ansiedade-traço nos cursos de saúde e 92,9% de ansiedade-estado, em uma universidade federal (Chaves et al., 2015); ao investigar a Universidade de Brasília, Neves (2015) verificou que 85,4% dos estudantes de seis cursos (enfermagem, farmácia, fisioterapia, fonoaudiologia, saúde coletiva e terapia ocupacional) relataram estar sobrecarregados pelas atividades acadêmicas, sendo a ansiedade relatada como um dos principais sintomas percebidos por 81,7% dos estudantes. Na Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Souza (2017) verificou a prevalência de 70,4% de ansiedade em estudantes de diversos cursos.

Há ainda outros estudos com amostra de um único curso, como o com estudantes de Biomedicina, onde Cardozo et al. (2016) observaram que todos os estudantes apresentaram algum nível de ansiedade, sendo 25% nível moderado e 10% intenso. Em outro estudo, sobre estudantes de Medicina, houve traço de ansiedade em toda a amostra, sendo que 79,9% dos

estudantes com ansiedade média e 20,1% com ansiedade alta (Baldassin, Martins, & Andrade, 2006).

A prevalência de depressão em estudantes universitários brasileiros também tem sido estudada e se observa sua relação com outros problemas de saúde mental, como a solidão (Barroso, Oliveira, & Andrade, 2018; Souza, 2017), ansiedade (Brandtner, & Bardagi, 2009; Fernandes, Vieira, Silva, Avelino, & Santos, 2018) estresse (Moreira & Furegato, 2013) e suicídio (Dantas, Almeida, Benedito, & Ferreira, 2017; Santos, Ulisses, Costa, Farias, & Moura, 2016). São frequentes os estudos sobre depressão em estudantes dos cursos de Medicina e Enfermagem (Badargi, & Hutz, 2011). A prevalência de depressão em estudantes de Enfermagem mostrou-se variável de acordo com o estudo, indo de índices mais baixos, como 5,7% entre estudantes de Enfermagem de Santa Catarina (Cáceres et al., 2010), 15,4% nos bacharéis em Enfermagem de uma cidade no interior de São Paulo e 28,6% nos estudantes de licenciatura em Enfermagem (Furegato et al., 2010). Já no curso de Medicina os resultados variaram menos. Paula et al. (2014) observaram prevalência de 28,8% de depressão em estudantes do Ceará, enquanto Serra, Dinato, Mattos, e Caseiro (2015) observaram 30% de prevalência de depressão nos estudantes de Santos-SP enquanto Tabalipa et al. (2015) observaram 32,8% entre os estudantes de Santa Catarina.

Considerando outros cursos da área de saúde os índices de depressão mostraram-se menores. Sakae, Padão, e Jornada (2010) observaram triagem para depressão de 3,1% nos estudantes de Educação Física, ficando os estudantes de Psicologia com a prevalência mais alta (13,3%). Em contraste a isso, dois estudos em uma mesma universidade pública do interior de Minas Gerais, com intervalo de dois anos entre as coletas, apresentam índices elevados, 38,8% de triagem positiva para depressão no estudo de Barroso, Oliveira, e Andrade (2018), dentre os quais os estudantes do curso de Psicologia apresentaram 46,7% de triagem positiva (Oliveira & Barroso, 2016); e 59,2% de sintomas depressivos no estudo de

Souza (2017) sobre a saúde mental dos universitários. Além desses trabalhos, Cremasco e Baptista (2017) encontraram 15% de prevalência de sintomatologia depressiva (leve e moderada) em estudantes de Psicologia em uma universidade privada no interior de Minas Gerais.

Outra variável bastante relatada nos estudos com universitários é o estresse. Lameu et al. (2016) avaliaram a prevalência de sintomas de estresse em uma amostra de 634 estudantes de diversos cursos da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, tendo encontrado prevalência de estresse em 50% nos estudantes, com predominância da fase de resistência. Os sintomas mais relatados foram cansaço constante, pensamento constante em um só assunto, sensação de desgaste físico e problemas de memórias. Dados de outros estudos também encontraram prevalência de estresse próxima a 50% na amostra. Padovani et al. (2014) investigaram a vulnerabilidade e bem-estar psicológico, observando sintomatologia de estresse de 52,8% em uma amostra com estudantes de cursos diversos de duas instituições de ensino. Enquanto Aguiar, Vieira, Aguiar, Vieira, e Nóbrega (2009) investigaram estudantes de Medicina da Universidade Federal do Ceará e encontrou 49,7% de estresse na amostra. Nesses dois estudos a fase de resistência também foi a mais frequente.

Castro (2017) em um estudo que avaliou o estresse em estudantes de Engenharia de uma universidade federal do sul de Minas Gerais encontrou prevalência de 62%, já Souza (2017) verificou 78,1% de estresse nos estudantes de diversos cursos de uma universidade federal do Triângulo Mineiro. Bubliz, Guido, Lopes e Freitas (2016), em estudo realizado com estudantes de Enfermagem da região sul e sudeste do país, observaram 15,7% de altos índices de estresse e 74,4% níveis médios.

Dois estudos com dados de estudantes de Psicologia também encontraram prevalências altas de estresse. Milsted et al. (2009) observaram estresse em 71,79% dos alunos do período noturno em duas universidades particulares de Curitiba; Vieira e

Schermann (2015) observaram que 63,3% dos estudantes de uma universidade particular tinham sintomatologia de estresse.

Novais (2013) traz contribuições importantes ao observar que o menor suporte social está relacionado com a maior percepção de estresse dos estudantes, podendo indicar que ele é um fator protetivo contra o estresse (Barroso, Oliveira, & Andrade, 2016; Chao, 2012; Ratanasiripong, 2012; Souza, 2017). O suporte social pode ser compreendido como a percepção de que existem pessoas na rede social do indivíduo com que ele pode contar em momentos de necessidade emocional ou material (Siqueira, 2008). Alguns outros estudos apontam que a prevalência de estresse pode ser elevada, também, quando algum evento típico da vida universitária ocorre. Chaves et al. (2015), avaliaram estudantes de cursos de saúde uma semana antes de realizarem uma avaliação e observaram prevalência de 57% de sintomatologia de estresse, sendo a fase de resistência a mais recorrente.

Os estudos sobre estudantes de psicologia parecem indicar prevalências de depressão (Oliveira & Barroso, 2016) e estresse (Milsted et al., 2009; Vieira & Schermann, 2015) mais altas do que as encontradas em outros cursos. Autores como Fogaça et al. (2012), indicam que o estudante de Psicologia pode viver momentos de ansiedade devido a carga emocional que o próprio curso em si desencadeia. Segundo Figueiredo, Fernandes, Martins e Ramalho (2007), o estágio, por exemplo, pode ser responsável por alguns desequilíbrios nas esferas física e psicossocial do estudante.

A primeira prática profissional que o estudante de Psicologia tem com sua área são os estágios, sejam eles básicos ou profissionalizantes. O estágio supervisionado é responsável pela preparação dos estudantes, por meio do desenvolvimento prático de competências necessárias à sua atividade profissional, para a sua inserção no mundo do trabalho (Silva Neto, Oliveira, & Guzzo, 2017). Deve-se, então, considerar que essa é uma fase importante de transição na vida do estudante, já que esse momento desperta a emergência de expectativas e apreensões no

estagiário, tornando o estágio um período rico do curso, mas ao mesmo tempo desafiador para o estudante (Figueiredo et al., 2007). A relação com o supervisor do estágio pode ainda ter um importante papel na formação do universitário, seja quando há uma boa relação, com confiança, respeito e apoio, havendo então suporte social e apoio emocional, ou mesmo quando a relação não é tão boa, e pode proporcionar sentimentos de insegurança, impotência, abandono e humilhação, o que pode aumentar o estresse (Figueiredo et al., 2007).

Novais (2013) aponta que para cuidar do outro o profissional ou estudante precisa cuidar de si mesmo, de forma a minimizar as consequências negativas de lidar com o sofrimento psicológico na prática clínica em sua competência e em sua vida privada. A ideia do cuidado com o outro pode nos remeter diretamente à clínica psicológica, mas devemos lembrar que essa não é a única modalidade de estágio em que os estudantes podem estar inseridos.

A fase dos estágios profissionalizantes ocorre junto à chegada do fim do curso, etapa que pode fazer surgir no estudante certa insegurança quanto a própria competência e angústias quanto ao seu futuro no mercado de trabalho (Carlotto, 2013). Estudos sugerem índices mais altos de sintomas depressivos (Pereira, Capanema, Silva, & Petroianu, 2015; Rezende, Abrão, Coelho, & Passos, 2008) e porcentagens mais altas de ansiedade (Baldassin et al., 2006) em estudantes concluintes. A investigação sobre a saúde mental do estagiário em Psicologia se mostra um aspecto importante a ser compreendido quando se considera o importante papel que ela pode ter sobre seu aprendizado, sua própria permanência no curso e também sobre sua prática de trabalho.

Considerando a relevância do tema, o objetivo desse estudo foi elaborar um perfil sociodemográfico e identificar a prevalência de sintomatologia de depressão, ansiedade e estresse em estagiários de graduação em Psicologia no Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba.

Metodologia

Participantes

A amostra desta pesquisa foi de conveniência. Participaram 127 estudantes. Responderam a esta pesquisa estagiários de nove, das onze instituições de ensino superior que possuem curso de Psicologia ativo no e-MEC (2017) na região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba, que já oferecem estágios profissionalizantes. Destas instituições, seis são privadas (representando 54,3% dos respondentes), duas são federais (40,2% dos respondentes) e uma é estadual (5,5%).

Instrumentos

Questionário complementar, com 41 questões elaboradas para esta pesquisa, continha itens referentes ao sexo, idade, estado civil, características da universidade e do ingresso no ensino superior, saúde, renda, moradia, hábitos dos estudantes e questões referentes aos estágios, supervisões e percepções dos próprios relacionamentos.

Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), validada para o Brasil por Vignólia e Tuci (2014), a escala conta com um total de 21 itens, divididos em três subescalas de sete itens cada, para avaliação de sintomatologia de depressão, ansiedade e estresse. Os dados da validação brasileira indicam boa consistência interna da escala, $\alpha = 0,92$ (depressão), $\alpha = 0,90$ (estresse) e $\alpha = 0,86$ (ansiedade). O ponto de corte da escala é aplicado após a multiplicação de cada fator por 2, classificando-se como depressão (0-9) normal, (10-13) leve, (14-20) moderada, (21-27) severa e (>28) extremamente severa; ansiedade – (0-7) normal, (8-9) leve, (10-14) moderada, (15-19) severa e (>20) extremamente severa; estresse (0-14) normal, (15-18) leve, (19-25) moderado, (25-33) severo e (>34) extremamente severo. A consistência interna da escala para esta amostra foi de $\alpha = 0,93$.

Procedimentos

A coleta de dados ocorreu entre junho e agosto de 2018, com a aplicação dos instrumentos online pela plataforma de questionários *SurveyMonkey*. Os convites para os participantes da pesquisa ocorreram por meio de e-mails enviados a coordenadores de curso e de divulgações em redes sociais com participação de universitários das instituições. Foram feitas cerca de 40 postagens no Facebook e foram enviados 22 e-mails. Nenhum dado de identificação dos respondentes foi coletado, sendo o acesso ao banco de dados gerado pela plataforma virtual restrito apenas aos pesquisadores.

Análise de Dados

Foram realizadas análises de frequência absoluta e relativa, medidas de tendência central e dispersão. Todas as análises foram feitas no programa estatístico SPSS, 21.0, versão para Windows.

Considerações éticas

A presente investigação integra um estudo intitulado “Ansiedade, depressão e estresse: Como estamos formando nossos futuros psicólogos?”. O projeto foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da UFU, sob o número CAAE 2.720.401.

Resultados

As informações de caracterização da amostra encontram-se apresentadas na Tabela 1. Os participantes possuíam idade entre 20 e 53 anos ($\bar{X}=24,63$; $DP \pm 5,83$), sendo a faixa etária dos 18 aos 25 anos a mais comum (78%). Desses, 89,8% se identificaram como mulheres. A situação de relacionamento mais frequente foi o namoro (49,2%) e 32,5% da população se declararam como solteiros. Quanto à renda, mais da metade dos estudantes (64,5%) declarou renda de até dois salários mínimos. Houve estudantes do 6º ao 10º períodos, estando mais da metade dos estudantes no último ano de curso no momento da coleta de dados (60,2%, somando 9º e 10º período).

Tabela 1

Número e porcentagem de acadêmicos de Psicologia em fase de estágio segundo variáveis de identificação (n=127)

	n	%
Identificação de gênero		
Mulher	114	89,8
Homem	13	10,2
Situação de relacionamento		
Solteiro	45	35,4
Namorando	63	49,6
Casado/união estável/morando juntos	17	13,4
Divorciado/separado	1	0,8
Viúvo	1	0,8
Período		
6º	6	4,7
7º	12	9,4
8º	29	22,8
9º	38	29,9
10º	40	31,5
Outro	2	1,6
Renda Familiar		
Menos de 1 salário mínimo	37	29,1
Entre 1 e 2 salários mínimo	45	35,4
Entre 3 e 4 salários mínimo	25	19,7
Entre 5 e 7 salários mínimo	11	8,7
8 salários mínimo ou mais	9	7,1

De modo geral, os estudantes percebiam sua saúde física como boa (41,7%) e sua saúde mental como regular (48,8%), 18,1% dos respondentes já receberam diagnóstico psiquiátrico anterior, sendo os transtornos de humor (Transtornos de Ansiedade e Depressão) os mais relatados pelos estagiários. Grande parte dos estudantes faz ou já fez psicoterapia (70,6%) e 40,2% faz uso de medicação contínua.

Mais da metade dos estudantes fazia uso de bebidas alcoólicas (66,1%), destes 58,3% bebiam apenas ocasionalmente A porcentagem de estudantes que fumavam foi de 15,7%. Dentre os fumantes, 40% fumavam acima de cinco dias na semana. Os dados sobre hábitos, saúde e autopercepção, e satisfação são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2

Caracterização dos estagiários de Psicologia, hábitos, saúde, autopercepção, saúde e outros (n=127)

	n	%
Informou diagnóstico de transtorno psiquiátrico		
Sim	23	18,1
Não	104	81,9
Autoavaliação saúde física		
Muito ruim	5	3,9
Ruim	20	15,7
Regular	46	36,2
Boa	53	41,7
Muito boa	3	2,4
Autoavaliação saúde mental		
Muito ruim	8	6,3
Ruim	14	11,0
Regular	62	48,8
Boa	41	32,3
Muito boa	2	1,6
Bebe		
Sim	84	66,1
Não	43	33,9
Fuma		
Sim	20	15,7
Não	107	84,3
Possui crença religiosa		
Sim	97	76,4
Não	30	23,6
Possui filhos		
Sim	15	11,8
Não	112	88,2
Trabalha		
Sim	54	57,5
Não	73	42,5
Faz uso de medicação contínua		
Sim	51	40,2
Não	76	59,8
Já fez psicoterapia		
Sim	90	70,9
Não	37	29,1
Relacionamento com supervisor de estágio		
Muito ruim	3	2,4
Ruim	2	1,6
Regular	13	10,2
Boa	45	35,4
Muito boa	64	50,4

(continua)

Continuação...

Tabela 2

Caracterização dos estagiários de Psicologia, hábitos, saúde, autopercepção, saúde e outros (n=127)

	n	%
Satisffeito com o estágio		
Sim	100	78,7
Não	27	21,3
Satisffeito com a escolha do curso		
Sim	116	91,3
Não	11	8,7

Os estagiários cursavam em média 5,51 disciplinas (DP: \pm 1,86) no atual período de estudos. A carga horária (em horas) semestral do estágio foi de 186,83 horas (DP: \pm 122,66). Entre os que trabalhavam, a média de horas de trabalho semanal era de 20,30 (DP: \pm 15,59). Dentre os estudantes das instituições privadas, 10,1% participava de algum programa de bolsas (governamental ou próprio da instituição) e 52,2% utilizava o programa FIES como forma principal de pagamento do curso. Dentre os de instituições públicas, 27,6% recebiam algum tipo de auxílio financeiro da universidade.

Os turnos de estudo mais frequentes foram o integral (48,4%) e o noturno (45,3%), sendo que o método de ingresso mais comum foi o vestibular tradicional (47,2%), seguido do ingresso pelo SISU (27,6%). A parcela mais significativa da amostra respondeu a pesquisa durante o último mês letivo (42,5%). Poucos estágios eram remunerados (4,7%), 44,9% dos estagiários cursavam estágio com ênfase Clínica, tinha menos de 10 horas de estágio semanal (71,6%), frequentavam supervisão semanal (93,7%). Cerca de 28,3% dos estagiários não puderam escolher a própria área de estágio. Mais dados sobre as questões específicas do estágio e da vivência acadêmica dos estudantes estão dispostos na Tabela 3.

Tabela 3

Número e porcentagem de acadêmicos de Psicologia em fase de estágio segundo variáveis relacionadas a vida acadêmica (n=127)

	n	%
Tipo de instituição		
Particular	69	54,3
Estadual	7	5,5
Federal	51	40,2
Horário de estudo		
Matutino	8	6,3
Noturno	57	44,9
Integral	62	48,8
Método de ingresso		
Vestibular agendado	16	12,6
Vestibular tradicional	60	47,2
Vestibular continuado ou seriado	5	3,9
SISU	35	27,6
Portador de diploma	1	0,8
Transferência	5	3,9
ENEM	4	3,1
Outro	1	0,8
Tempo médio diário na instituição		
Menos que 4hrs	11	8,7
Entre 4 e 8hrs	49	38,6
Entre 8 e 12hrs	37	29,1
Mais de 12hrs	30	23,6
Estágio remunerado		
Não	121	95,3
Sim	6	4,7
Escolheu a área do estágio		
Não	36	28,3
Sim	91	71,7
Ênfase do estágio		
Clínica	57	44,9
Jurídica	6	4,7
Organizacional e do trabalho	13	10,2
Hospitalar	5	3,9
Escolar	11	8,7
Social	9	7,1
Saúde Mental	7	5,5
Outro	19	15,0
Horas de práticas de estágio semanalmente		
Menos que 5hrs	44	34,6
Entre 5 e 10hrs	47	37,0
Entre 10 e 15hrs	20	15,7
Entre 15 e 20hrs	9	7,1
Mais de 20hrs	7	5,5

(continua)

Continuação...

Tabela 3

Número e porcentagem de acadêmicos de Psicologia em fase de estágio segundo variáveis relacionadas à vida acadêmica (n=127)

	n	%
Frequência da supervisão de estágio		
Semanal	119	93,7
Quinzenal	2	1,6
Mensal	1	0,8
Outro	5	3,9
Pretende atuar na mesma área do estágio após formar		
Sim	79	62,2
Não	48	37,8

A prevalência de sintomatologia de depressão foi observada em 63% da amostra, sendo 12,6% com classificação de depressão severa e 14,2% extremamente severa. A ansiedade foi observada em 53,5% dos estudantes, sendo que 7,9% dos estudantes apresentavam níveis severos e 16,5% extremamente severos. Quanto ao nível de estresse, 33,1% dos estagiários apresenta níveis normais, 22,8% níveis severos e 10,2% extremamente severos.

Tabela 4

Depressão, ansiedade e estresse nos estagiários (n=127)

Variável	n	%
Depressão		
Normal	47	37,0
Leve	10	7,9
Moderada	36	28,3
Severa	16	12,6
Extremamente severa	18	14,2
Ansiedade		
Normal	59	46,5
Leve	7	5,5
Moderada	30	23,6
Severa	10	7,9
Extremamente severa	21	16,5

(continua)

Continuação...

Tabela 4

Depressão, ansiedade e estresse nos estagiários (n=127)

Variável	n	%
Estresse		
Normal	42	33,1
Leve	26	20,5
Moderado	17	13,4
Severo	29	22,8
Extremamente severo	13	10,2

Discussão

O perfil dos estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba foi marcado por estudantes jovens e com predominância de mulheres. Esse perfil se assemelhou aos dados de outros estudos com estudantes e estagiários de Psicologia do país (Andrade et al., 2016, Fogaça et al., 2012; Kichler & Serralta, 2014) e mantém-se -se coerente com dados do Conselho Federal de Psicologia sobre a predominância de mulheres nessa profissão (CFP, 2019). Quase metade da amostra indicou ter precisado se mudar para realizar seu curso, o que corrobora os dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2014), que indica que 43,33% dos graduandos moravam em outra cidade antes de ingressarem na universidade, sendo que no sudeste, 87,46% informaram que o principal motivo para a mudança foi a própria universidade.

Sobre os hábitos de vida, o perfil observado na amostra também se assemelhou a outros levantamentos. A maior parte dos estudantes indicou possuir crença religiosa (76,4%), tal como observado no I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras (Andrade, Wagner, & Oliveira, 2010). Entre os estagiários, 66,1% afirmaram fazer uso de bebidas alcoólicas, e destes, 58,3% bebiam apenas ocasionalmente. Esses dados se assemelham aos encontrados por Andrade (2017), em uma amostra de estudantes de Medicina do Mato Grosso do Sul, em que 62,5%

dos alunos também faziam uso de bebida alcoólica e aos de Souza (2017). Em estudantes do Triângulo Mineiro, observou-se que 65,6% dos estudantes faziam uso de bebidas alcoólicas. Esses dados podem indicar que os estudantes fazem uso recreativo de álcool, o que já foi indicado como estratégia de *coping* para facilitar a interação social entre adultos (Galvão, Pinheiro, Gomes, & Ala, 2017).

A porcentagem de estudantes na amostra que fumava foi de 15,7%, dentre eles, 40% fumava acima de cinco dias na semana; o valor é elevado quando comparado com estudantes de outros cursos. Andrade (2017) observou apenas 3,4% de fumantes entre estudantes de Medicina enquanto Souza (2017) indicou que 9,7% de estudantes de diferentes cursos faziam uso de tabaco. Tem sido observada uma diminuição de consumo de tabaco na população geral nos últimos 20 anos, no entanto, fumantes possuem chances duas vezes maiores de apresentar ansiedade (Gouveia, 2018).

Dados do I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras (Brasil, 2010) mostram que 86% dos universitários já fizeram uso na vida de álcool e 47% de produtos de tabaco, sendo que 22% dos universitários estão sob risco de desenvolver dependência de álcool, e 21% para derivados. Os índices encontrados nesta pesquisa apontam para um perfil de uso de álcool mais recreativo, considerando que 58,3% dos estagiários afirmaram fazer uso ocasional de bebidas, no entanto, conforme aponta o levantamento nacional, os índices ainda são alarmantes, porque são superiores à população geral e de faixa etária correspondente não universitária. Porém ainda são poucas instituições que possuem ações específicas para o público universitário com a temática de álcool e outras drogas que visem à prevenção e/ou orientação e/ou assistência ao estudante. É necessário conhecer melhor o perfil do estagiário de Psicologia que faz uso de álcool e outras substâncias, no entanto, os índices encontrados

nesta pesquisa já demonstram uma necessidade de se pensar ações com essa temática para a população.

Uma particularidade dos estudantes de Psicologia precisa ser destacada. Na amostra, 70% dos estudantes afirmaram ter feito psicoterapia ao longo da vida, enquanto no relatório da FONAPRACE (2014) indicou que apenas 30,45% dos universitários afirmaram já ter procurado atendimento psicológico. Segundo dados do estudo de Kichler e Serralta (2014) quase a totalidade dos estagiários de psicologia veem a psicoterapia como muito importante ou extremamente importante para a formação em Psicologia, e 84,7% dos respondentes do estudo destas autoras respondeu já ter feito ou estarem realizando psicoterapia. A grande procura por terapia tem diversos motivos no curso de psicologia, entre elas o autoconhecimento e crescimento pessoal e a aprendizagem através da experiência, que pode ser incentivada por professores ou supervisores ao longo do curso (Kichler & Serralta, 2014).

Quanto aos achados sobre o estado emocional dos estudantes, os índices de depressão observados na amostra (63%) são bastante superiores aos encontrados em outros estudos que, embora variados, apresentam percentual inferior ou próximos a 30% (Barroso, Oliveira, & Andrade, 2018; Castro, 2017; Cremasco, & Baptista, 2017; Leão, Gomes, Ferreira, & Cavalcanti, 2018; Moreira & Furegato, 2013; Paula, et al., 2014; Serra, et. al, 2015; Tabalipa, et al., 2015), valores esses que são próximos à prevalência de depressão observada em universitários americanos, de 30,6% (Ibrahim, Kelly, Adams, & Glazebrook, 2013). O estudo de Souza (2017) é o que possui um percentual mais próximo ao encontrado neste estudo; nele 59,2% dos universitários apresentam sintomatologia depressiva. O estudo de Souza (2017) foi realizado em uma instituição da região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba, o que pode contribuir para a semelhança dos resultados e indicar uma tendência dos dados da região.

Os dados sobre os níveis de ansiedade indicam quase metade da amostra na faixa normal de ansiedade (46,5%), mas observou-se que 24,4% da amostra tinham nível de

ansiedade severo/extremamente severo. Índices altos de ansiedade na população universitária eram esperados, no entanto a maior parte dos estudos indica índices de prevalência acima de 70% para o fenômeno nessa população (Baldassin, Martins, & Andrade, 2006; Cardozo, et al., 2016; Chaves et al, 2015; Neves, 2015; Souza, 2017). No estudo de Cardozo et al. (2016) com estudantes de Biomedicina, por exemplo, não houve estudantes sem ansiedade, sendo 25% com nível moderado e 10% intenso. Estes estudantes estavam realizando o trabalho de conclusão de curso (TCC) (Cardoso et al., 2016), atividade que também marca a fase final do curso e pode justificar a alta carga de ansiedade. Apesar de o estágio estar na fase final do curso, aparentemente os índices encontrados, apesar de altos, estão dentro da realidade dos universitários brasileiros.

Os índices de estresse deste estudo foram de 66,9%, sendo superior ao encontrado em diversos estudos (Aguiar et al., 2009; Lameu et al., 2016; Galvão et al., 2017; Padovani et al., 2014) mas inferior aos 78,1% encontrados por Souza (2017) em uma universidade da região. Comparando a outros estudos com estudantes de Psicologia os níveis de estresse observados ficaram entre os identificados por Vieira e Schermann (2015), que foi de 63,3% da amostra e os 71,79% encontrados por Milsted et al. (2009) em estudantes de Psicologia do período noturno de Curitiba. É interessante lembrar que o curso de Psicologia possui a especificidade de lidar diretamente com as emoções, a subjetividade e o sofrimento do outro, o que pode acarretar em frustrações e uma sobrecarga emocional para os estudantes do curso em alguns momentos, principalmente aqueles que se encontram mais vulneráveis emocionalmente, o que poderia justificar os valores próximos entre os estudos com esse público.

Uma parcela significativa dos estudantes possuía diagnóstico de transtorno mental, 18,1%. É necessário então se considerar que o período do estágio e até mesmo o curso de Psicologia pode ser o moderador do sofrimento dos estudantes, mas também pode evidenciar sintomas de um adoecimento pré-existente. Silveira et al. (2011) cita que vários fatores estão

contribuindo para o aumento da gravidade e do número de problemas mentais nos universitários, entre eles o aumento do ingresso neste nível acadêmico, incluindo jovens com patologia psiquiátrica prévia. O curso de Psicologia pode fornecer apoio e escuta para a saúde emocional dos seus estudantes e estagiários, mas para isso é necessário que haja um foco sobre esse problema. A abertura para o diálogo, discussão do tema e a elaboração de programas de apoio pode ser melhor pensada se feita dentro dos próprios cursos para atender as necessidades e particularidades de cada curso ao invés de se pensar em soluções generalistas (Bardagi & Hutz, 2011).

Considerações finais

Os índices de ansiedade, estresse e depressão nos estagiários de Psicologia da região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba trazem importantes resultados para compreender melhor a saúde mental dos estagiários, mas se encontram próximos aos resultados encontrados em outros estudos com estudantes universitários. Alguns problemas metodológicos dificultam a comparação dos resultados, entre eles destaca-se a diversidade de instrumentos utilizados, a diversidade de referenciais teóricos e de termos utilizados para indicar os fenômenos psicológicos (Cavestro & Rocha, 2006). No entanto a alta incidência de problemas de saúde mental em universitários é consistente entre diferentes culturas, estando ainda em discussão se o ambiente universitário é gerador de patologias ou potencializador de patologias já existentes. As porcentagens de adoecimento mental nos estagiários são consistentes com os valores encontrados em outros estudos, mas também é superior a encontrada em alguns deles, sendo alarmante quando se considera que são estes estagiários que lidam diretamente com a subjetividade, o sofrimento e o auxílio ao sofrimento do outro, colocando em risco a qualidade do trabalho e da formação destes estudantes.

Ações voltadas a atender as demandas apresentadas neste estudo devem elaboradas internamente em cada curso para que as especificidades de cada contexto e as impressões dos próprios estagiários sejam levadas em consideração. No entanto sugere-se que ações de promoção de saúde mental sejam desenvolvidas para que os estagiários percebam os próprios sinais de sofrimento mental e sejam incentivados a buscar por atendimento psicológico o quanto antes estes forem percebidos. Uma melhor divulgação dos meios gratuitos de atendimento pelas instituições assim como a ampliação dos sistemas internos que já façam atendimento ao estudante, além de parcerias entre os profissionais da área e o Conselho Regional de Psicologia da região podem indicar caminhos para que as instituições mostrem sua atenção para este público. A existência de sofrimento psicológico nesta população deve ser vista com atenção, já que é importante que o estagiário, futuro profissional psicólogo, saiba também se cuidar e não só cuidar do outro.

. Futuros estudos, considerando outras questões de hábitos de vida, como ciclo de sono, padrões de alimentação e realização de atividades físicas nessa população poderão contribuir para uma melhor compreensão do perfil sociodemográfico dos estagiários de Psicologia do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba e estudos inferenciais poderão identificar postos-chave para intervenções que visem manter ou melhorar seu estado emocional.

Referências

- Aguiar, S. M., Vieira, A. P. G. F., Vieira, K. M. F., Aguiar, S. M., & Nóbrega, J. O. (2009). Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 58(1), 34-38. doi:10.1590/S0047-20852009000100005
- Andrade, A. G. D., Wagner, G. A. , & Oliveira, L. G. D. (2010. In). Dados sociodemográficos, socioeconômicos e perfil geral dos universitários pesquisados. I Levantamento Nacional Sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas Entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras. Recuperado de <http://www.grea.org.br/userfiles/GREA-ILevantamentoNacionalUniversitarios.pdf>
- Andrade, A. S., Antunes, N. A., Zanoto, P. A., Tiraboschi, G. A., Viana, P. V. B. A., & Curilla, R. T. (2016). Vivências acadêmicas e sofrimento psíquico de estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(4), 831-846. doi: 10.1590/1982-3703004142015
- Andrade, K. O. (2017). *Qualidade de vida geral e ansiedade de acadêmicos do curso de medicina da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul*. (Dissertação de Mestrado). Programa de Pós-Graduação em Saúde e Desenvolvimento na Região Centro-Oeste. Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, Campo Grande, MS, Brasil.
- Baldassin, S., Martins, L. C., & Andrade, A. G. (2006). Traços de ansiedade entre estudantes de medicina. *Arquivos Médicos do ABC*, 31(1), 27-31. Recuperado de <https://www.portalnepas.org.br/>
- Bargadi, M. P., & Hutz, C. S. (2011). Eventos estressores no contexto acadêmico: uma breve revisão da literatura brasileira. *Interação Psicologia*, 15(1), 111-119. doi: 10.5380/psi.v15i1.17085

- Barroso, S. M., Andrade, V. S., & Oliveira, N. R. (2016). Escala Brasileira de Solidão: Análises de Resposta ao Item e definição dos pontos de corte. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(1), 76-81. doi: 10.1590/0047-2085000000106
- Barroso, S. M., Oliveira, N. R. & Andrade, V. (2018). Solidão e depressão em estudantes de uma universidade do interior de Minas Gerais. *Psicologia, Teoria e Pesquisa*.
- Bolsoni-Silva, A. T., & Guerra, B. T. (2014). O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 14(2), 429-452. doi: 10.12957/epp.2014.12649
- Borine, R. C. C., Wanderley, K. S., & Bassitt, D. P. (2015). Relação entre a qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 6(1), 100-118. doi:10.5433/2236-6407.2015v6n1p100
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009). Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2(2), 81–91. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/gerais/v2n2/v2n2a04.pdf>
- Bublitz, S., Guido, L. A.; Lopes, L. F. D., & Freitas, E. O. (2016). Associação entre estresse e características sociodemográficas e acadêmicas de estudantes de enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, 25(4). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71447791027>
- Cáceres, A. P. B., Cascaes, A. M., & Büchele, F. (2010). Sintomas de disforia e depressão em estudantes de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, 15(4), 616-623. doi: 10.5380/ce.v15i4.20356
- Cardozo, M. Q., Gomes, K. M., Fan, L. G., & Soratto, M. T. (2016). Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina. *Revista Saúde e Pesquisa*, 9(2). doi:10.17765/1983-1870.2016v9n2p251-262

- Carlotto, R. C. (2013). Espiritualidade e sintomatologia depressiva em estudantes universitários brasileiros. *Revista de Psicologia da UNESP*, 12(2), 50-60. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/revpsico/v12n2/a04.pdf>
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. http://unifia.edu.br/revista_eletronica/revistas/gestao_foco/artigos/ano2017/043_saude_mental.pdf
- Cavestro, J. M. & Rocha, F. L. (2006). Prevalência de depressão em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 55(4), 264-267. doi:10.1590/S0047-20852006000400001
- Chao, R. C. (2012). Managing Perceived Stress Among College Students: The Roles of Social Support and Dysfunctional Coping. *Journal of College Counseling*, 15. doi: 10.1002/j.2161-1882.2012.00002.x
- Chaves, E. C. L., Iunes, D. H., Moura, C. C., Carvalho, L. C., Silva, A. M., & Carvalho, E. C. (2015). Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 68(3), 504-509. doi:0.1590/0034-7167.2015680318i
- Conselho Federal de Psicologia. *A Psicologia brasileira apresentada em números*. Brasil: CFP, 2018. Retirado de <http://www2.cfp.org.br/infografico/quantos-somos/>
- Cremasco, G. S. & Baptista, M. N. (2017). Depressão, motivos para viver e o significado do suicídio em graduandos do curso de Psicologia. *Estudos interdisciplinares em Psicologia*, 8(1), 22-37. doi:10.5433/2236-6407.2017v8n1p22
- Dantas, H. M., Almeida, S., Benedito, M. H. A., & Ferreira, S. B. (2017). Quebrando tabus: os fatores que levam o suicídio entre universitários. *Revista de Pesquisa Interdisciplinar*, 2(2). doi: 10.24219/rpi.v2i2.383

- Espírito-Santo, H. A., & Matreno, J. (2015). University students' psychopathology: correlate and the examiner's potential bias effect. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 1(1), 42-51. doi: 10.7342/ismt.rpics.2015.1.1.10
- Fernandes, M. A., Vieira, F. E. R., Silva, J. S., Avelino, F. V. S. D., &, Santos, J. D. M. (2018). Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. *Revista Brasileira de Enfermagem [Internet]*, 71(Suppl.5), 2169-75. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0752
- Figueiredo, A. C. M. R., Fernandes, S. M. G. C., Martins, C. C. E., & Ramalho, V. L. M. (2007). Supervisão: estilos, satisfação e sintomas depressivos em estagiários de psicologia. *PsicoUSF*, 12(2), 239-248. doi: 10.1590/s1413-82712007000200012
- Fogaça, M. C., et al. (2012). Burnout em estudantes de psicologia: diferenças entre alunos iniciantes e concluintes. *Aletheia*, (38-39), 124-131. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942012000200010&lng=pt.
- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. (2016). *Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior*. Brasília: FONAPRACE.
- Furegato, A. R. F., Santos, J. L. F., &, Silva, E. C. (2010). Depressão entre estudantes de dois cursos de enfermagem: Autoavaliação da saúde e fatores associados. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 63(4), 509-516. doi:10.1590/S0034-71672010000400002.
- Galvão, A., Pinheiro, M., Gomes, M. J., & Ala, S. (2017). Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (spe5), 8-12. doi: 10.19131/rpesm.0160

- Gama, M. M. A., Moura, G. S., Araújo, R. F., & Teixeira-Silva, F. (2008). Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 30(1), 19-24. doi: 10.1590/S0101-81082008000100007
- Gouveia, T. S. (2018). *Influência do tabagismo na ansiedade e depressão, marcadores inflamatórios e metabólicos, composição corporal, força e capacidade cardiorrespiratória* (Dissertação de Mestrado em Fisioterapia - Faculdade de Ciências e Tecnologia – FCT/UNESP, Presidente Prudente, SP: Brasil). Recuperado de <http://hdl.handle.net/11449/180279>
- Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 47(3), 391–400. doi:10.1016/j.jpsychires.2012.11.015
- Igue, E. A., Bariani, I. C. D., & Milanesi, P. V. B.. (2008). Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingressantes e concluintes. *Psico-USF*, 13(2), 155-164. doi:10.1590/S1413-82712008000200003
- Kichler, G. F., & Serralta, F. B. (2014). As implicações da psicoterapia pessoal na formação em psicologia. *Psico*, 45(1), 55-64. doi: 10.15448/1980-8623.2014.1.12531
- Lameu, J. N., Salazar, T. L., & Souza, W. F. (2016). Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicologia da Educação*, (42), 13-22. doi:10.5935/2175-3520.20150021
- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. G. (2018). Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65. doi: 10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092
- Milsted, J. G., Amorim, C. & Santos, M. (2009). Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. *IX Congresso Nacional de Educação/III Encontro Sul Brasileiro de*

- Psicopedagogia.* PUC/PR (online). Recuperado em 25 de agosto de 2017 de http://www.pucpr.br/eventos/educere/educere2009/anais/pdf/3289_1469.pdf
- Moreira, D. P., & Furegato, A. R. F. (2013). Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 21(spe), 155-162. doi: 10.1590/S0104-11692013000700020
- Neves, G. P. (2015). *Saúde dos Estudantes Universitários da Faculdade de Ceilândia – FCE/UnB.* Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Terapia Ocupacional) – Universidade de Brasília, Brasil. Recuperado de <http://bdm.unb.br/handle/10483/15515>
- Novais, D. H. R. Q. (2013). *Práticas de auto-cuidado e percepção de stress em estagiários de psicologia* (Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica - ISPA Instituto Universitário, Lisboa: Portugal). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10400.12/2814>
- Oliveira, N. R., & Barroso, S. M. (2016). *Solidão e Depressão em Estudantes de Psicologia.* Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto de Educação, Letras, Artes, Ciências Humanas e Sociais, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.
- Padovani, R. C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F., Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 02-10. doi:10.5935/1808-5687.20140002
- Paula, J. D. A. D., Borges, A. M. F. S., Bezerra, L. R. A., Parente, H. V., Paula, R. C. D. A. D., Wajnsztejn, R., ... & Abreu, L. C. D. (2014). Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina. *Journal of Human Growth and Development*, 24(3), 274-281. doi: /10.7322/jhdg.88911
- Pereira, G. A., Capanema, H. X. M., Silva, M. M. Q., Garcia, I. L., & Petroianu, A. (2015). Prevalência de Síndromes Funcionais em Estudantes e Residentes de Medicina. *Revista*

- Brasileira de Educação Médica*, 39(3), 395-400. doi:10.1590/1981-52712015v39n3e00022014
- Ratanasiripong, P. (2012). Mental health of Muslim nursing students in Thailand. International Scholarly Research Network. *Nursing Article*, (4), 1-7. doi: 10.5402/2012/463471
- Rezende, C. H. A., Abrão, C. B., Coelho, E. P., & Passos, L. B. S. (2008). Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 32(3), 315-323. doi:10.1590/S0100-55022008000300006
- Sakae, T. M., Padão, D. L., & Jornada, L. K. (2010). Sintomas depressivos em estudantes da área da saúde em uma Universidade no Sul de Santa Catarina – UNISUL. *Revista da AMRIGS*, 54(1), 38-43. Recuperado de http://amrigs.org.br/revista/54-01/11-473_sintomas_depressivos.pdf
- Santos, W. S., Ulisses, S. M., Costa, T. M., Farias, M. G., & Moura, D. P. F. (2016). A influência de fatores de risco e proteção frente à ideação suicida. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 17(3), 515-526. <https://dx.doi.org/10.15309/16psd170316>
- Serra, R. D., Dinato, S. L. M., & Caseiro, M. M. (2015). Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 64(3), 213-220. doi: 10.1590/0047-2085000000081
- Silva Neto, W. M. F., Oliveira, W. A. , & Guzzo, R. S. L. (2017). Discutindo a formação em Psicologia: a atividade de supervisão e suas diversidades. *Revista Psicologia Escolar e Educacional*, 21(3), 573-582. doi: 10.1590/2175-3539/2017/0213111111.
- Silveira, C., Norton, A., Brandão, I. , & Roma-Torres, A. (2011). Saúde mental em estudantes do ensino superior: experiência da consulta de psiquiatria do Centro Hospitalar São João. *Acta Médica Portuguesa*, 24(S2), 247-256.

- Sistema de Regulação do Ensino Superior (e-MEC). (2017). *Instituições de Educação Superior e Cursos Cadastrais*. Recuperado de <http://emeec.mec.gov.br/>.
- Siqueira, M. M. M. (2008). Construção e validação da escala de percepção de suporte social. *Psicologia em Estudo*, 13(2), 381-388. doi:10.1590/S1413-73722008000200021
- Souza, D. C. (2017). Condições emocionais de estudantes universitários: stress, depressão, ansiedade, solidão e suporte social. (Dissertação de mestrado). Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal do Triângulo Mineiro.
- Tabalipa, F. O., Souza, M. F. Pfützenreuter, G., Lima, V. C., Traebert, E., & Traebert, J. (2015). Prevalence of Anxiety and Depression among Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39(3), 388-394. doi: 10.1590/1981-52712015v39n3e02662014
- Vieira, L. N., & Schermann, L. B. (2015). Estresse e fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil. *Aletheia*, 46, 120-130. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115048330010>
- Vizzotto, M. M., Jesus, S. N., & Martins, A. C. (2017). Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, 9(1), 59-73. doi:10.20435/pssa.v9i1.469

ESTUDO 2

Depressão, ansiedade e estresse: Relações com características pessoais e hábitos de vida

em estagiários de psicologia

Depression, anxiety and stress: Relations with personal characteristics and life habits in

Psychology interns

Resumo

Estudos mostram presença de sintomas emocionais negativos em estudantes universitários, mas pouco se sabe a esse respeito sobre os estagiários do curso de Psicologia. Esse estudo teve por objetivo correlacionar o perfil e os hábitos de vida e vivências acadêmicas com os níveis de sintomas de depressão, ansiedade e estresse de estagiários de Psicologia da região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba. Participaram da pesquisa 127 graduandos que responderam aos instrumentos Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), Escala de Satisfação com Vivências Acadêmicas (ESVA) e um questionário complementar. Foram feitas correlações bivariáveis entre as variáveis do estudo e dados sobre hábitos de vida, aspectos sociais e acadêmicos. Os resultados indicaram relação entre depressão, ansiedade e estresse, além de relação baixa entre depressão e satisfação discente. Ser do gênero feminino teve relação com a ansiedade. Poder escolher a área de estágio, pretender atuar na área do estágio futuramente e um melhor relacionamento com o supervisor tiveram relação inversa com a depressão. A fim de melhorar a formação e a saúde mental dos estagiários em Psicologia percebe-se que a existência de programas que possam orientar, identificar e tratar essas demandas mais precocemente são necessárias.

Palavras-chave: Estagiários; Psicologia; Depressão; Ansiedade; Estresse.

Abstract

Studies indicate the presence of negative emotional symptoms in university students, however, there is a lack of research in this field directed to Psychology interns. The purpose of this study is to correlate the profile and the life habits and academic experience with the levels of depression, anxiety and stress symptoms in Psychology interns of Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba. A total of 127 undergraduate students, which answered to the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), Scale of Satisfaction with Academic Experiences (ESVA) and a questionnaire, participated in the study. Bivariate correlations were made between the study variables and data on life habits, social and academic aspects. The results indicated relation between depression, anxiety and stress, as well as low relation between depression and student satisfaction. Being a woman was related to anxiety. Being able to choose the area of the internship, want to work in the internship area in the future and a better relationship with the supervisor had an inverse relation with depression. In order to improve the formation and the mental health of Psychology interns, it is essential the creation of programs that can guide, identify and treat early said conditions.

Keywords: Interns; Psychology; Depression; Anxiety; Stress.

Introdução

O ingresso no ensino superior traz consigo alegrias e desafios. Entre os diversos desafios que essa fase pode ter, pode-se citar a transição da adolescência para a fase adulta, a saída de casa e/ou mudança de cidade, distanciamento da família, dificuldades que podem surgir ao morar com outras pessoas (por vezes desconhecidas), cuidar de si mesmo e administrar sua própria renda. Além das inúmeras cobranças que uma graduação pode ter, com seus prazos, provas, trabalhos em grupos, apresentações em público e pressões por um rendimento adequado (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014; Castro, 2017; Silveira, Norton, Bradão, & Roma-Torres, 2011; Vizzotto, Jesus, & Martins, 2017). Sabe-se que os problemas de saúde mental pré-existentes podem ainda ser agravados ou ter sua probabilidade de ocorrência aumentada com as demandas exigidas pelo contexto da universidade (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014).

De modo geral, a saúde mental dos universitários tem sido foco de mais estudos após o ano de 1999 (Bardagi & Hutz, 2011) sendo diversos os construtos estudados. Os construtos mais estudados no Brasil são a ansiedade, depressão e estresse nesta população (Guimarães, 2014; Silva, 2010; Souza, 2017).

Estudos sobre a ansiedade e depressão em universitários têm demonstrado índices mais elevados do que na população geral (Bonifácio, Silva, Montesano, & Padovani, 2011; Furegato, Santos, & Silva, 2010; Ibrahim, Kelly, & Glazebrook, 2013; Pereira, 2010). Além disso, a correlação entre ansiedade e depressão aparece citada em estudos nacionais voltados a essa população (Ariño & Bardagi, 2018; Brandtner & Bardagi, 2009; Lacerda, 2015; Souza, 2017). Estudos sobre a prevalência de depressão (Oliveira & Barroso, 2016) e estresse (Milsted, Amorim, & Santos, 2009; Vieira & Schermann, 2015) tem demonstrado prevalências mais altas nos estudantes de Psicologia do que as encontradas em outros cursos.

Os achados sobre a relação dessas variáveis com questões sociodemográficas indicam índices mais altos de depressão e ansiedade em mulheres universitárias (Brandtner & Bardagi, 2009; Leão, Gomes, Ferrreira, & Cavalcanti, 2018). O consumo de álcool e outras drogas também aparecem correlacionados com índices mais altos de sintomas emocionais em alguns estudos, mas essa relação não é unânime (Galvão, Pinheiro, Gomes, & Ala, 2017; Leão, et al., 2018).

Algumas pesquisas têm focado na relação entre a satisfação do estudante com seu curso de graduação e aspectos emocionais. Rezende, Abrão, Coelho e Passos (2008) observaram que estudantes mais satisfeitos com o curso tinham menores níveis de depressão. Vieira e Schermann (2015) não viram associação entre estresse e satisfação com o curso em estudantes de Psicologia enquanto que nos estudantes de enfermagem, Bublitz, Guido, Lopes e Freitas (2016) observaram associação entre satisfação com o curso e nível de estresse. Alguns estudos internacionais indicam que alunos mais satisfeitos com sua educação apresentaram índices menores de depressão, ansiedade e estresse do que aqueles não satisfeitos (Bayram & Bilgel, 2008; Iqbal, Gupta, & Venkataram, 2015).

A diferenciação de etapas do curso aparece no estudo de Igue et al. (2008) onde é possível observar uma diferença para os problemas enfrentados por estudantes ingressantes e concluintes. Nos primeiros semestres os estudantes estão passando por uma fase de transição entre o ensino médio e o ingresso no curso, sem contar as mudanças de rotina e a adaptação. Já nos últimos anos os estudantes lidam com a expectativa de conclusão do curso e o ingresso no mercado de trabalho (Igue et al., 2008).

O estudo sobre o impacto que as patologias ansiosas e depressivas podem causar na vida do universitário deve ser ampliado a fim de estudar a relação entre essas variáveis e os hábitos de vida e a satisfação dos graduandos visando elaborar ações de prevenção e promoção de saúde mental para universitários. Devido à escassez de estudos específicos sobre

a fase de estágios dos estudantes de Psicologia, o objetivo deste trabalho foi correlacionar o perfil e os hábitos de vida e vivências acadêmicas com os níveis de sintomas de depressão, ansiedade e estresse de estagiários de Psicologia da região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba.

A hipótese considerada foi a de que estudantes de Psicologia, em fase de estágios profissionalizantes, apresentariam indicadores de ansiedade, depressão e estresse mais altos do que os universitários, de modo geral.

Metodologia

Participantes

Participaram do estudo 127 estudantes de graduação em Psicologia, em fase de estágios da região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba, com idade entre 20 e 53 anos ($X=24,63$; $DP \pm 5,83$). Desses, 89,8% eram mulheres e 32,5% solteiros. Houve representantes de nove das 11 instituições da região. As informações de caracterização da amostra e hábitos de vida encontram-se apresentadas na Tabela 1 dos resultados.

Instrumentos

Questionário complementar - 41 questões foram elaboradas para esta pesquisa com itens referentes ao sexo, idade, estado civil, características do ingresso no ensino superior, saúde, renda, moradia, hábitos e questões referentes aos estágios, supervisões e percepções dos próprios relacionamentos.

Escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS-21) – versão reduzida da *Depression Anxious Stress Scales* (Lovibond, & Lovibond, 1993) que originalmente possuía 42 itens, foi validada para o Brasil por Vignólia e Tuci (2014), com um total de 21 itens, divididos em três subescalas de sete itens cada, para avaliação de sintomatologia de depressão, ansiedade e estresse. Os dados da validação brasileira indicam boa consistência interna da escala, $\alpha = 0,92$

(depressão), $\alpha = 0,90$ (estresse) e $\alpha = 0,86$ (ansiedade), o ponto de corte da escala é aplicado após a multiplicação de cada fator por 2, classificando-se como depressão (0-9) normal, (10-13) leve, (14-20) moderada, (21-27) severa e (>28) extremamente severa; ansiedade – (0-7) normal, (8-9) leve, (10-14) moderada, (15-19) severa e (>20) extremamente severa; estresse (0-14) normal, (15-18) leve, (19-25) moderado, (25-33) severo e (>34) extremamente severo. O índice de consistência interna da escala para esta amostra foi de $\alpha = 0,93$.

Escala de Satisfação com Vivências Acadêmicas (ESVA), instrumento validado por Martins e Gomide (2016), com 28 itens, avalia a satisfação dos estudantes sobre as vivências acadêmicas. Possui dois fatores, sendo eles “Desenvolvimento e envolvimento profissional e pessoal” e “Condições oferecidas pela instituição”; ambos os fatores possuem índices de confiabilidade adequados, $\alpha = 0,88$ e $\alpha = 0,81$, respectivamente. Devido à falta de ponto de corte desta escala e para facilitar a classificação quanto ao nível de satisfação com as vivências acadêmicas dos participantes optou-se por elaborar uma pontuação a partir dos valores da média. Foi feita então a soma e subtração do valor de desvio padrão e três faixas de satisfação foram criadas: satisfação baixa, média e alta.

Procedimentos

A coleta de dados ocorreu entre junho e agosto de 2018 com aplicação dos instrumentos online pela plataforma de questionários *SurveyMonkey*. Os convites para os participantes da pesquisa ocorreram por meio de divulgações em redes sociais com participação de universitários das instituições e-mails para os coordenadores de curso. Nenhum dado de identificação dos respondentes foi coletado, sendo o acesso ao banco de dados gerado pela plataforma virtual restrito apenas aos pesquisadores.

Análise de Dados

Foram feitas análises de frequência absoluta e relativa, medidas de tendência central e dispersão. Posteriormente foram conduzidas análises de normalidade (teste Shapiro-Wilk) para definição do tipo de teste inferencial a ser adotado. A análise de normalidade dos dados mostrou distribuição não-normal para depressão ($SW = 0,95$; $p < 0,001$), ansiedade ($SW = 0,88$; $p < 0,001$) e estresse ($SW = 0,97$; $p = 0,010$) e distribuição normal para satisfação discente ($SW = 0,99$; $p = 0,950$), devido a não normalidade de três das quatro variáveis principais, optou-se pela estatística inferencial não-paramétrica. Para a investigação das relações entre as variáveis adotou-se a correlação de Spearman e para as diferenças entre subgrupos, o teste de Mann-Whitney (comparação entre dois grupos independentes) e Kruskal-Wallis (comparação entre três ou mais grupos independentes). Todas as análises inferenciais foram conduzidas com intervalo de confiança de 95%, no programa SPSS, versão 21.0.

Considerações éticas

Trata-se de parte do estudo intitulado “Ansiedade, depressão e estresse: Como estamos formando nossos futuros psicólogos?”, aprovado pelo CEP-UFU, sob o número de parecer 2.720.401.

Resultados

Os participantes possuíam idade entre 20 e 53 anos ($X = 24,63$; $DP = 5,83$), 89,8% se identificaram como mulheres, o namoro foi o status de relacionamento mais frequente (49,2%), 64,5% dos estagiários declararam renda de até dois salários mínimos E mais da metade dos estudantes estava matriculado no último ano de curso (60,2%, somando 9º e 10º período). As informações de caracterização da amostra encontram-se apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1

Caracterização da Amostra (n= 127)

		n	%
Gênero	Feminino	114	89,8
	Masculino	13	10,2
Situação de relacionamento	Solteiro	45	35,4
	Namorando	63	49,6
	Casado/união estável/morando junto	17	13,4
	Divorciado/Separado	1	0,8
	Viúvo	1	0,8
Tipo de instituição	Particular	69	54,3
	Estadual	7	5,5
	Federal	51	40,2
Filhos	Possui	15	11,8
	Não Possui	112	88,2
Renda familiar	Menos de 1 salário mínimo	37	29,1
	Entre 1 e 2 salários mínimo	45	35,4
	Entre 3 e 4 salários mínimo	25	19,7
	Entre 5 e 7 salários mínimo	11	8,7
	8 salários mínimo ou mais	9	7,1
Trabalha	Sim	54	42,5
	Não	73	57,5
Possui diagnóstico psiquiátrico	Sim	23	18,1
	Não	104	81,9

A caracterização completa da amostra foi apresentada em um primeiro estudo, voltado para os dados descritivos. A prevalência de depressão foi observada em 63% da amostra, estando 26,8% dos estagiários classificados com índices severos e extremamente severos de sintomatologia depressiva; no caso da ansiedade 53,5% da amostra apresentava índices de ansiedade, sendo 24,4% classificados como ansiedade severa e extremamente severa; o índice de estresse foi de 66,9%, sendo 33% severo e extremamente severo.

Os índices de satisfação discente foram: 3,9% de satisfação baixa, 79,5% satisfação média e 16,5% satisfação alta. Os índices de satisfação discente baixa, separados pelos fatores - Desenvolvimento e envolvimento profissional e pessoal do aluno e Condições oferecidas pela instituição – foram respectivamente 16,5% e 13,4%.

As análises correlacionais (Tabela 2) mostraram correlação positiva entre os níveis de estresse e de ansiedade ($\rho = 0,64$), estresse e depressão ($\rho = 0,60$) e ansiedade e depressão ($\rho = 0,49$). Mostraram, ainda, correlação negativa entre níveis de depressão e de satisfação discente ($\rho = -0,19$).

Tabela 2

Correlação bivariável entre depressão, ansiedade, estresse, satisfação discente e variáveis sociodemográficas e de hábitos de vida

	Estresse	Ansiedade	Depressão	Satisfação discente
Nível de estresse	1,00	0,64**	0,60**	-0,12
Nível de ansiedade	0,64**	1,00	0,49**	-0,07
Nível de depressão	0,60**	0,49**	1,00	-0,19*
Nível de satisfação discente	-0,12	-0,07	-0,19*	1,00
Desenvolvimento e Envolvimento Profissional e pessoal do aluno (Fator 1 – ESVA)	-0,13	-0,04	-0,24**	0,79**
Condições oferecidas pela instituição (Fator 2 – ESVA)	-0,01	0,01	-0,04	0,64**
Idade	-0,05	-0,04	0,06	0,08
Gênero	0,11	0,19*	0,04	0,00
Bolsa governamental (Instituições privadas)	-0,039	0,034	0,046	0,120
Auxílio financeiro (Instituições públicas)	-0,123	-0,097	-0,307*	0,085
Período	0,028	0,007	0,025	-0,044
Mudança de cidade	0,168	0,019	0,069	-0,028
Filhos	0,044	0,092	0,108	0,127
Nº de filhos	0,034	0,086	0,097	0,130
Uso contínuo de medicação	0,080	0,154	0,049	-0,112
Saúde física	-0,153	-0,185*	-0,223*	0,112
Saúde mental	-0,433*	-0,285**	-0,436**	0,023
Psicoterapia	0,026	0,090	0,055	-0,060
Crença religiosa	0,107	-0,019	-0,053	0,161
Satisfeito com a escolha do curso	-0,176*	-0,079	-0,213*	0,097
Transtorno psiquiátrico	0,253**	0,310**	0,223*	-0,036
Bebidas	0,008	-0,055	0,056	-0,029
Fuma	0,122	0,065	0,080	-0,113
Trabalha	-0,102	-0,161	-0,113	0,111
Horas de trabalho semanal	-0,016	0,038	-0,055	0,142
Renda mensal	0,128	0,590	0,075	0,009
Dependentes da renda	0,067	0,145	0,102	0,112
Carga horária semestral do estágio	-0,041	-0,183*	0,008	-0,198*

(continua)

Continuação...

Tabela 2

Correlação bivariável entre depressão, ansiedade, estresse, satisfação discente e variáveis sociodemográficas e de hábitos de vida

	Estresse	Ansiedade	Depressão	Satisfação discente
Estágio remunerado	-0,020	-0,073	0,091	0,000
Quantidade de horas de prática de estágio semanal	-0,002	-0,001	-0,013	0,096
Frequência da supervisão de estágio	0,091	0,060	0,021	0,054
Satisfação com o supervisor	-0,049	-0,092	-0,067	0,185*
Escolha da área de estágio	-0,044	-0,067	-0,223*	0,030
Satisfação com o estágio	-0,123	-0,125	-0,141	0,067
Pretensão de atuação na área do estágio	-0,140	-0,072	-0,223*	0,141

** p < 0,001; * p < 0,05; Correlação de Spearman

Observou-se que os estagiários com maior nível de ansiedade avaliaram pior sua saúde física ($\rho = -0,18$) e mental ($\rho = -0,28$). No caso do estresse, os indivíduos que avaliaram pior sua saúde mental tiveram índices maiores de estresse ($\rho = -0,43$). Percebeu-se que os níveis mais elevados de ansiedade tinham uma relação baixa com a carga horária semestral do estágio ($\rho = -0,18$). Houve correlação positiva entre níveis mais altos de ansiedade e já ter recebido diagnóstico psiquiátrico ($\rho = 0,31$).

Índices mais elevados de depressão também correlacionaram com as condições de saúde dos estagiários. Aqueles que autoavaliaram sua saúde física ($\rho = -0,22$) e mental ($\rho = -0,43$) de pior forma possuíam índices mais altos de depressão. Houve correlação positiva baixa entre já ter recebido diagnóstico de transtorno psiquiátrico e índices maiores de depressão ($\rho = 0,22$). Níveis mais altos de depressão tiveram correlação negativa baixa com o nível de satisfação discente quanto ao desenvolvimento e envolvimento profissional e pessoal do aluno ($\rho = -0,24$), com a satisfação com a escolha do curso ($\rho = -0,21$) e a pretensão de atuação na área do estágio ($\rho = -0,22$). O não recebimento de auxílio financeiro esteve relacionado com índices maiores de depressão ($\rho = -0,31$). Em relação à classificação do estresse, níveis mais altos tiveram relação com uma pior autoavaliação da

saúde mental ($\rho = -0,44$), com menor satisfação com a escolha do curso ($\rho = -0,17$) e com já ter diagnóstico de transtorno psiquiátrico ($\rho = 0,25$).

Ao avaliar a influência do gênero no nível de ansiedade, observou-se que as mulheres possuíam maior nível de ansiedade quando comparados aos estagiários masculinos ($U = 993,00$; $p = 0,033$). A análise da influência de diagnóstico psiquiátrico anterior mostrou que ele possui efeito sobre os níveis de estresse ($U = 1636,00$; $p = 0,004$), ansiedade ($U = 1718,00$; $p < 0,001$) e depressão ($U = 1579,50$; $p = 0,012$) (Tabela 3).

Quanto aos índices de satisfação, estudantes menos satisfeitos possuíam uma maior carga horária semestral de estágio ($\rho = -0,20$). Enquanto estudantes com maior satisfação discente também estavam mais satisfeitos com o supervisor de estágio ($\rho = 0,185$). Os estudantes que não recebiam auxílio financeiro da universidade possuíam maior nível de depressão ($U = 208,00$; $p = 0,021$). A insatisfação com a escolha do curso ($U = 370,00$; $p = 0,017$) e a não pretensão de trabalhar na área de estágio após se formar ($U = 1412,50$; $p = 0,012$) apresentaram relação com níveis mais altos de depressão. Estar insatisfeito com a escolha do curso de Psicologia teve efeito sobre o nível de estresse ($U = 414,00$; $p = 0,048$), assim como não ter escolhido a própria área de estágio ($U = 1188,00$; $p = 0,012$).

Tabela 3

Diferenças de grupo quanto à classificação da ansiedade, depressão e estresse pelo teste Mann-Whitney

	Média postos Estresse	Média postos Ansiedade	Média postos Depressão
Sexo			
Homem	52,58	44,62	59,46
Mulher	65,30	66,21	64,52
	$U=889,50$	$U=993,00^*$	$U=800,00$
Auxílio financeiro			
Recebe	26,25	27,00	21,50
Não recebe	30,74	30,45	32,55
	$U=284,00$	$U=296,00$	$U=208,00^*$

(continua)

Continuação...

Tabela 3

Diferenças de grupo quanto à classificação da ansiedade, depressão e estresse pelo teste Mann-Whitney

	Média postos Estresse	Média postos Ansiedade	Média postos Depressão
Satisfação com escolha do curso			
Satisfeito	62,07	63,16	61,69
Não satisfeito	84,36	72,82	88,36
	U=414,00*	U=541,00	U=370,00*
Diagnóstico Psiquiátrico			
Com diagnóstico	83,13	86,70	80,67
Sem diagnóstico	59,77	58,98	60,31
	U=756,00**	U=674,00**	U=812,50*
Escolha da área do estágio			
Escolheu	63,02	62,55	59,05
Não escolheu	66,49	67,55	76,50
	U=1548,50	U=1506,50	U=1188,00*
Trabalhar na área do estágio			
Pretende	60,11	62,08	57,88
Não pretende	70,40	67,17	74,07
	U=1589,00	U=1744,00	U=1412,50*

** $p < 0,001$; * $p \leq 0,05$

Foi possível observar que há influência da autoavaliação da saúde mental sobre o nível de estresse ($\chi^2 = 26,12$; $p < 0,001$), ansiedade ($\chi^2 = 13,56$; $p = 0,009$) e depressão ($\chi^2 = 28,10$; $p < 0,001$). Há ainda efeito da classificação da relação com o(a) supervisor(a) de estágio sobre o nível de ansiedade ($\chi^2 = 8,74$; $p = 0,011$) e o efeito do nível de desenvolvimento e envolvimento profissional e pessoal do aluno (satisfação discente – fator 1) sobre o nível de depressão ($\chi^2 = 9,487$; $p = 0,009$) (Tabela 4).

As análises de comparação de média entre a satisfação discente e características específicas das instituições, como o tipo da instituição e até mesmo a instituição do estudante foram feitas pelo teste ANOVA, visto que a satisfação discente apresentou normalidade nos dados. No entanto as análises não demonstraram significância nesses aspectos.

Tabela 4

Diferenças de grupo quanto à classificação da ansiedade, depressão e estresse pelo teste Kruskal-Wallis

	Média postos Estresse	Média postos Ansiedade	Média postos Depressão
Relação com o supervisor			
Muito Ruim	107,00	117,00	90,83
Ruim	110,50	117,00	110,00
Regular	63,73	54,08	66,96
Boa	58,73	63,86	60,28
Muito boa	64,29	61,98	63,32
	H = 8,738	H = 13,055*	H = 5,736
Autoavaliação da Saúde Mental			
Muito Ruim	107,56	93,31	107,75
Ruim	82,00	74,68	89,89
Regular	66,44	65,82	63,26
Boa	46,38	51,02	48,44
Muito boa	49,25	81,50	49,75
	H = 26,117**	H = 13,560**	H = 28,098**
Desenvolvimento e envolvimento profissional e pessoal do aluno			
Satisfação baixa	66,33	60,60	71,33
Satisfação média	67,01	67,03	67,78
Satisfação alta	51,02	56,17	43,65
	H = 3,721	H = 2,022	H = 9,487**

** $p < 0,001$; * $p \leq 0,05$

Discussão

As correlações positivas moderadas encontradas neste estudo entre os níveis de ansiedade e os níveis de depressão vão ao encontro de outros estudos sobre a população universitária. O estudo de Brandtner e Bardagi (2009) indicou correlação moderada entre ansiedade e depressão nos universitários e estudos internacionais (Günes & Arslantas, 2017; Ratanasiripong, 2012), também com a população universitária, indicam que escores mais altos de ansiedade tem relação com escores mais altos de depressão. Sabe-se que a Os transtornos depressivos e os transtornos de ansiedade possuem alta relação de comorbidades em população clínica (American Psychological Association [APA], 2014) e também não clínica (Lopez et al, 2011) o que pode ser uma explicação da relação encontrada neste e em outros estudos.

A presença de índices mais altos de estresse aparece relacionada com índices mais altos de depressão neste estudo ($\rho = 0,60$; $p \leq 0,001$) e também em outros estudos com universitários, sejam eles nacionais ou internacionais (Gutiérrez et al, 2017; Ratanasiripong, 2012). O estresse também apresentou relação com a ansiedade neste estudo ($\rho = 0,64$; $p \leq 0,001$), indo ao encontro da literatura internacional (Ratanasiripong, 2012). O estresse pode contribuir para o surgimento de transtornos ou doenças psicológicas, isso significa que situações contínuas de estresse podem levar a ansiedade e depressão (Chaves, et al., 2015), o que pode justificar a relação positiva entre essas variáveis,

As mulheres aparecem como mais propensas à ansiedade, como em alguns outros estudos com universitários (Brandtner & Bardagi, 2009; Leão et al, 2018), no entanto, não houve correlação significativa entre depressão e sexo, fato que tem sido relatado na população de jovens adultos (Lopez, et al., 2011; Monte, Fonte, & Alves, 2015). Segundo Calais, Andrade e Lipp (2003), evolutivamente as mulheres, devido ao seu ciclo hormonal natural, possuem certa neuroproteção especial contra doenças psicóticas severas quando jovens,

porém se mostram mais vulneráveis do que os homens para depressão e ansiedade, o que pode justificar a presença de diferenças significativas entre mulheres e homens nos estudos.

Foi encontrada correlação negativa ($\rho = -0,19$; $p < 0,005$) entre níveis de depressão e insatisfação discente. Leão et al. (2018) apontam em seu estudo chances até quatro vezes maiores de estudantes insatisfeitos com o curso terem depressão, podendo sugerir uma relação de que quanto maior o nível de depressão, menor era a satisfação discente geral. Também houve relação significativa entre satisfação do estagiário com a escolha do curso de Psicologia e a depressão, níveis mais altos de depressão também apareceram em estudantes que não pretendiam atuar na área do estágio que realizavam no futuro e estudantes menos satisfeitos com sua relação com o supervisor de estágio.

O relacionamento insatisfatório do aluno com seus professores foi citado por Leão et al. (2018) como fator relacionado à depressão, os autores ressaltam que relações afetivas saudáveis são de extrema importância para a saúde mental dos estudantes. Bardagi e Hutz (2011) indicam que alunos mais satisfeitos com seu curso podem ser mais tolerantes a eventos negativos, enquanto os menos satisfeitos sentem mais o desgaste desses eventos e tem maior dificuldade de superá-los. A melhora da satisfação do estudante pode ser um caminho para que ele tenha mais chance de lidar com os estressores do dia-a-dia e consequentemente estar menos pré-disposto a patologias mais sérias, como a depressão.

A ESVA possui dois fatores, que quando correlacionados separadamente com a depressão indicaram que ocorre uma correlação negativa com o Desenvolvimento e Envolvimento Profissional e pessoal do aluno (Fator 1). Segundo Martins e Gomide (2016), este fator diz respeito à preocupação do estudante com a qualidade de sua formação e com a futura carreira profissional. A preocupação com terminar o curso e conseguir um emprego foi citada por Silveira et al. (2011), como um estressor em estudantes. A proximidade com o fim

do curso pode levar o estudante a se esgotar mais devido a estas insatisfações, podendo justificar o porque de estudantes menos satisfeitos terem índices mais altos de depressão.

A presença anterior de transtorno mental diagnosticado teve relação com índices mais altos de estresse, ansiedade e depressão. Lopez et al (2011) observaram, em uma amostra de jovens adultos no sul do país, que a presença de um transtorno de ansiedade aumentava em até quatro vezes a chance de depressão nos jovens, sendo que a presença de dois ou mais transtornos ansiosos pode elevar esse número para até dez vezes. Não foi questionado neste estudo o tipo de transtorno mental diagnosticado anteriormente, mas a depressão é comumente uma doença secundária, sendo os transtornos de ansiedade os transtornos primários mais comuns (Lopez et al, 2011). Silveira et al. (2011) comentam sobre o aumento de jovens no nível superior, mas que deve-se considerar a vulnerabilidade dos estudantes, já que pode estar havendo uma maior entrada de pessoas com patologia psiquiátrica prévia nas universidades. Esse apontamento pode indicar o porquê de haver relação entre diagnóstico de transtorno psiquiátrico e índices mais altos das patologias deste estudo.

A autopercepção da saúde mental teve relação negativa com todas as três patologias estudadas e os estudantes que autoavaliaram sua saúde mental como muito ruim se mostrando mais estressados, ansiosos e deprimidos. Ratanasiripong (2012) cita que tem ocorrido um aumento das publicações sobre a saúde mental universitária a partir da década de 2000 e um aumento no relato dos próprios estudantes sobre ansiedade e depressão. A discussão mais constante sobre essa temática e o fato dos estagiários estarem mais ao fim do curso, e com isso compreenderem melhor a manifestação das psicopatologias, poderia explicar porque aqueles que percebem sua saúde mental como pior de fato tem índices mais altos de ansiedade, estresse e depressão.

Não houve relação entre consumo de álcool, ansiedade e depressão. Leão et al. (2018) também observaram que não houve relação entre álcool e depressão em estudo recente,

assim como Galvão et al. (2017) também não encontraram tal relação. Também não houve relação entre a necessidade de mudar de cidade para os estudos e nenhuma das variáveis. A mudança e consequentemente distância de casa aparece indicada por Espírito-Santo e Matreno (2015) como um fator importante na saúde mental dos estudantes, fato que não ocorre nessa amostra de estagiários. O tipo de instituição, período do curso e até mesmo a carga horária de estudos não teve relação direta com nenhuma das variáveis do curso, sugerindo que os estressores sejam externos ao estágio.

Considerações finais

Observa-se que os índices de ansiedade, depressão e estresse se mostram altos nos estagiários do curso de Psicologia da região do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba. No entanto, as características gerais da amostra apontam que os dados sociodemográficos e de hábitos de vida indicam relações parecidas com as encontradas na população universitária geral, podendo sugerir que a fase específica do estágio e do final do curso não geram aumento nos níveis de sofrimento emocional.

O fato de a satisfação discente, a satisfação com a escolha do curso e os planos de atuar futuramente em uma área distinta a do estágio estarem relacionados com a depressão pode orientar a criação de programas de intervenção que visem acolher e melhorar os níveis de satisfação dos estudantes e dar a eles mais participação ativa na definição dos estágios do curso, visando melhorar os índices de depressão nessa população. O fato de índices maiores de ansiedade estarem relacionados a uma pior relação com o supervisor pode indicar a necessidade de criação de programas que atendam as demandas de alunos insatisfeitos e possam mediar a relação entre supervisor e estudante.

Os estagiários parecem ter uma autoavaliação da sua saúde mental distorcida, já que apenas 17,3% dos estudantes classificaram sua saúde mental como ruim ou muito ruim, e os

dados deste estudo indicaram índices altos das três patologias estudadas. Isso pode indicar que um caminho de ação seja aprimorar a autopercepção do sofrimento mental para que os estudantes possam procurar ajuda com seus pares ou ajuda profissional. Elaborar grupos de trabalho dentro das instituições ou formas de diálogo entre a instituição e alunos pode ser viável para atender especificamente as demandas de cada localidade. Também é necessário que os locais de atendimento aos alunos estejam preparados para identificar sinais dessas psicopatologias nos seus estágios iniciais, considerando que os sintomas nessa fase podem ser confundidos com a adaptação dos jovens ao contexto e as demandas do estágio e pode auxiliar no combate à evasão e o desengajamento dos estudantes (Bardagi & Hutz, 2011). Ressalta-se que a presença de transtornos mentais não tratados pode ter implicações significativas no sucesso acadêmico, afetando inclusive o índice de aprovações (Silveira et al., 2011), evasão e a qualidade da formação, o que a longo prazo pode trazer prejuízos sociais já que esses estagiários irão em breve para o mercado de trabalho.

O estudo possui alguns limites que devem ser considerados. A amostra foi limitada, com participantes dos estágios profissionalizantes e de uma região específica de Minas Gerais. É importante que a investigação seja ampliada, com números maiores de respondentes, atingindo os demais estados brasileiros, para que um perfil geral do estudante e estagiário de Psicologia seja elaborado e com isso possíveis intervenções possam ser pensadas.

Referências

- Ariño, D. O, & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 12(3), 44-52. doi: 10.24879/2018001200300544
- Associação Americana de Psicologia [APA]. (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais - DSM-5*. Porto Alegre: Artmed.
- Bayram, N. and & Bilgel, N. (2008). The Prevalence and Socio-Demographic Correlations of Depression, Anxiety and Stress among a Group of University Students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43, 667-672. doi:10.1007/s00127-008-0345-x
- Bolsoni-Silva, A. T., & Guerra, B. T. (2014). O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 14(2), 429-452. doi: 10.12957/epp.2014.12649
- Bonifácio, S. P., Silva, R. C. B., Montesano, F. T., & Padovani, R. C. (2011). Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de Psicologia. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 7(1), 15-20. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v7n1/v7n1a04.pdf>
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009) Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2(2), 81–91. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/gerais/v2n2/v2n2a04.pdf>
- Bublitz, S., Guido, L. A.; Lopes, L. F. D., & Freitas, E. O. (2016). Associação entre estresse e características sociodemográficas e acadêmicas de estudantes de enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, 25(4). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71447791027>

- Calais, S. L., Andrade, L. M. B., & Lipp, M. E. N. (2003). Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de *stress* em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(2), 257-263. doi: 10.1590/S0102-79722003000200005
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. http://unifia.edu.br/revista_eletronica/revistas/gestao_foco/artigos/ano2017/043_saude_mental.pdf
- Espírito-Santo, H. A., & Matreno, J. (2015). University students' psychopathology: correlate and the examiner's potential bias effect. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 1(1), 42-51. doi: 10.7342/ismt.rpics.2015.1.1.10
- Furegato, A. R. F., Santos, J. L. F., & Silva, E. C. (2010). Depressão entre estudantes de dois cursos de enfermagem: Autoavaliação da saúde e fatores associados. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 63(4), 509-516. doi:10.1590/S0034-71672010000400002.
- Galvão, A., Pinheiro, M., Gomes, M. J., & Ala, S. (2017). Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (spe5), 8-12. doi: 10.19131/rpesm.0160
- Guimarães, M. F. (2014). *Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada* (Dissertação de Mestrado em Psicologia da Saúde-Universidade Metodista de São Paulo, São Paulo: Brasil). Recuperado de <http://tede.metodista.br/jspui/handle/tede/1348>
- Güneş, Z., & Arslantaş, H. (2017). Insomnia in nursing students and related factors: A cross-sectional study. *International Journal of Nursing Practice*, 23(5), e12578. doi: 10.1111/ijn.12578

- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E., & Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24 (1), 7-17. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261119491001>
- Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., & Glazebrook, C. (2013). Socioeconomic status and the risk of depression among UK higher education students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(9), 1491–1501. doi: 10.1007/s00127-013-0663-5
- Iqbal, S., Gupta, S., & Venkatarao, E. (2015). Stress, anxiety and depression among medical undergraduate students and their socio-demographic correlates. *Indian Journal of Medical Research*, 141(3), 354-357. doi: 10.4103/0971-5916.156571
- Lacerda, A. N. (2015). *Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários*. (Monografia de conclusão de curso, Faculdade de Educação da Universidade de Brasília, DF, Brasil).
- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. G. (2018). Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65. doi: 10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092
- Lopez, M. R. A., Juliane, P. R., Ores, L. C., Jansen, K., Souza, L. D. M. S., Pinheiro, R. T., & Silva, R. A. (2011). Depressão e qualidade de vida em jovens de 19 a 24 anos no sul do Brasil. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 33(2), 103-108. doi: 10.1590/S0101-81082011005000001
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1993). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. doi: 10.1016/0005-7967(94)00075-U

- Martins, L. D., & Gomide, S. Jr. (2016). *Validação de instrumentos de medida para estudantes universitários sobre satisfação discente e percepção da importância de vivências acadêmicas*. Trabalho de conclusão de curso, Instituto de Psicologia – Universidade Federal de Uberlândia, MG, Brasil.
- Milsted, J. G., Amorim, C., & Santos, M. (2009). Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. *IX Congresso Nacional de Educação/III Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia*. PUC/PR (on-line). Recuperado em 25 de agosto de 2017 de http://www.pucpr.br/eventos/educere/educere2009/anais/pdf/3289_1469.pdf
- Monte, K., Fonte, C., & Alves, S. (2015). Saúde mental numa população não clínica de jovens adultos: da psicopatologia ao bem-estar. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (spe2), 83-87. doi: 10.19131/jpmhn.0013
- Oliveira, N. R., & Barroso, S. M. (2016). *Solidão e Depressão em Estudantes de Psicologia*. Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto de Educação, Letras, Artes, Ciências Humanas e Sociais, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.
- Pereira, M. (2010). *Sintomatologia depressiva em estudantes universitários: Prevalência e factores associados* (Dissertação de mestrado). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal.
- Ratanasiripong, P. (2012). Mental health of Muslim nursing students in Thailand. International Scholarly Research Network. *Nursing Article*, (4), 1-7. doi: 10.5402/2012/463471
- Rezende, C. H. A., Abrão, C. B., Coelho, E. P., & Passos, L. B. S. (2008). Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 32(3), 315-323. doi:10.1590/S0100-55022008000300006

- Silva, R. R. (2010). *O perfil de saúde dos estudantes universitários: um estudo sob o enfoque da Psicologia da Saúde* (Dissertação de mestrado). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Santa Maria, RS, Brasil.
- Silveira, C., Norton, A., Brandão, I., & Roma-Torres, A. (2011). Saúde mental em estudantes do ensino superior: experiência da consulta de psiquiatria do Centro Hospitalar São João. *Acta Médica Portuguesa*, 24(S2), 247-256.
- Souza, D. C. (2017). *Condições emocionais de estudantes universitários: stress, depressão, ansiedade, solidão e suporte social*. (Dissertação de mestrado). Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, MG, Brasil.
- Vieira, L. N., & Schermann, L. B. (2015). Estresse e fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil. *Aletheia*, 46, 120-130. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115048330010>
- Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of affective disorders*, 155, 104-109. doi: 10.1016/j.jad.2013.10.031
- Vizzotto, M. M., Jesus, S. N., & Martins, A. C. (2017). Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, 9(1), 59-73. doi:10.20435/pssa.v9i1.469

Considerações finais da dissertação

De modo geral este estudo conseguiu cumprir seu objetivo, apresentando os índices de prevalências, um perfil geral dos estagiários e de seus hábitos, e as relações entre ansiedade, depressão e estresse, a satisfação discente e também uma relação entre a rotina do estagiário e seus hábitos com os sintomas emocionais investigados. A prevalência de ansiedade, depressão e estresse encontradas neste estudo indicam que os estagiários do Triângulo Mineiro/Alto Paranaíba possuem alto índice de sintomatologia de depressão, ansiedade e estresse. As correlações encontradas indicam que uma pior autoavaliação da saúde mental se relaciona com índices mais altos destes sintomas, demonstrando que os estagiários estão cientes da qualidade da sua saúde mental, algo que pode ser importante para a elaboração de medidas de prevenção e ação específicas para essa população.

Estar satisfeito com o curso e a escolha do estágio, e ter uma boa relação com seu supervisor (a) de estágio também se mostram questões importantes. Compreende-se que nem sempre a instituição possui condições de ofertar um estágio aos moldes das expectativas do estudante, no entanto, aproximar a expectativa da realidade, com medidas que possam mediar possíveis insatisfações, pode ser uma importante forma de ação para melhorar o nível de satisfação discente de forma geral.

É importante indicar que houve certas limitações nesta pesquisa, tais como a adoção de amostra por conveniência, a perda amostral que ocorreu devido à desistência de participantes ao longo da pesquisa online e a regionalidade; estar questões devem ser consideradas em futuros estudos para que se possa ampliar a compreensão sobre essa população. Além disso, o presente estudo foi correlacional e de natureza descritiva, logo os achados não implicam explicações causais entre as variáveis.

Indica-se que os cursos de Psicologia da região aumentem o incentivo à busca por atendimento psicológico de qualidade por meio de ações de divulgação dos meios gratuitos de

atendimento pelas instituições e parcerias com profissionais da área e também do Conselho Regional de Psicologia da região. Foi possível observar que grande parte dos estagiários já procurou psicoterapia em algum momento de sua vida, o que é comum em estudantes de Psicologia, no entanto não foi investigado quais dos estagiários se encontram atualmente em psicoterapia e qual o foco do tratamento.

Uma possível abertura ao diálogo com os estagiários onde as demandas próprias desta fase sejam ouvidas pode nortear o caminho para soluções mais efetivas que busquem diminuir a prevalência de depressão, ansiedade e estresse. Apesar de não ter sido investigado nesta pesquisa, a literatura vem mostrando que atividades físicas, o suporte social e relações afetivas saudáveis podem servir de fator protetivo para o surgimento de transtornos mentais. O incentivo a busca por apoio psicológico e dentro da própria rede social dos estudantes podem ser um primeiro caminho para auxiliar no problema.

Ressalta-se que os estagiários de hoje são nossos profissionais de amanhã e o sofrimento psicológico nesta população deve ser visto com atenção. É importante que o psicólogo saiba também se cuidar e não só cuidar do outro.

Referências da dissertação

- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1988) Anxiety and depression: an information processing perspective. *Anxiety Research*, 1, 23-36. doi:10.1080/10615808808248218
- Bolsoni-Silva, A. T., & Guerra, B. T. (2014). O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 14(2), 429-452. doi: 10.12957/epp.2014.12649
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009) Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2(2), 81–91. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/gerais/v2n2/v2n2a04.pdf>
- Cardozo, M. Q., Gomes, K. M., Fan, L. G., & Soratto, M. T. (2016). Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina. *Revista Saúde e Pesquisa*, 9(2). doi:10.17765/1983-1870.2016v9n2p251-262
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. http://unifia.edu.br/revista_eletronica/revistas/gestao_foco/artigos/ano2017/043_saude_mental.pdf
- DeSousa, D. A., Moreno, A. L., Gauer, G., Manfro, G. G., & Koller, S. H. (2013). Revisão sistemática de instrumentos para avaliação de ansiedade na população brasileira. *Avaliação Psicológica*, 12(3), 397-410. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712013000300015&lng=pt&tlang=pt.

- Galvão, A., Pinheiro, M., Gomes, M. J., & Ala, S. (2017). Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (spe5), 8-12. doi: 10.19131/rpesm.0160
- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. G. (2018). Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65. doi: 10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092
- Lipp, M. E. N. *O stress está dentro de você*. 8. Ed. São Paulo: Contexto, 2013.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1993). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. doi: 10.1016/0005-7967(94)00075-U
- Margis, R., Picon, P., Cosner, A. F., & Silveira, R. O. (2003). Relação entre estressores, estresse e ansiedade. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 25(supl.1), 65-74. doi: 10.1590/s0101-81082003000400008
- Silveira, C., Norton, A., Brandão, I. , & Roma-Torres, A. (2011). Saúde mental em estudantes do ensino superior: experiência da consulta de psiquiatria do Centro Hospitalar São João. *Acta Médica Portuguesa*, 24(S2), 247-256.
- Vizzotto, M. M., Jesus, S. N., & Martins, A. C. (2017). Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, 9(1), 59-73. doi:10.20435/pssa.v9i1.469
- World Health Organization. *The World Health Report 2012. Depression*. Genebra: WHO, 2012. Retirado de: <http://www.who.int/topics/depression/en/>.

Apêndices

Questionário Sociodemográfico

Você é um aluno regularmente matriculado em um curso de Psicologia? (1) não (2) sim

1. Você faz algum estágio profissionalizante atualmente? (1) não (2) sim

2. Idade: _____ anos

3. Gênero: (1) masculino (2) feminino (3) outro: _____

4. Nome da universidade: _____

5. Cidade onde reside atualmente: _____

6. Sua faculdade é:

(1) Federal (2) Estadual (3) Particular

No caso dos alunos das universidades particulares:

Você é beneficiado com algum programa de bolsas (seja governamental ou da própria instituição)? (1) não (2) sim **Se sim:** Qual programa? _____

Se você respondeu NÃO na última questão:

Quanto à forma de pagamento do seu curso, a maior parte do pagamento é realizada com:

(1) Dinheiro próprio (2) Parcelamento/financiamento estudantil privado (3) FIES (4) Dinheiro da família (5) Outro: _____

No caso dos alunos das universidades públicas (estadual e federal):

Você recebe algum tipo de bolsa ou auxílio estudantil da sua universidade? (1) sim (2) não

Se sim: De qual tipo? (1) moradia (2) alimentação (3) transporte (4) permanência (5) Outro: _____

7. Em qual turno você estuda? (1) matutino (2) vespertino (3) noturno (4) integral

8. Qual o período em que você está atualmente matriculado?

(1) 6º período (2) 7º período (3) 8º período (4) 9º período (5) 10º período (6) Outro: _____

9. Quantas matérias você está cursando neste semestre? _____

Essas matérias correspondem a quantas horas de aula semanalmente (pode ser um valor aproximado)? _____ hrs

10. Além das aulas e do estágio profissionalizante, quais outras atividades você desenvolve na sua instituição? (1) Nenhuma outra (2) Monitoria (3) Extensão (4) Pesquisa/Iniciação Científica (5) Atividade voluntária (6) Outra:

Caso realize alguma: Essa atividade é remunerada? (1) sim (2) não

11. Quanto tempo você passa diariamente (considerando uma média, de segunda à sexta-feira) nas dependências da sua instituição de ensino?
 (1) Menos que 4hrs (2) Entre 4 e 8hrs (3) Entre 8 e 12hrs (4) Mais de 12hrs

12. Você precisou mudar de cidade para realizar seu curso (mesmo que apenas por um tempo)? (1) sim (2) não

Se sim: Em qual cidade e estado você nasceu? _____

13. Qual seu método de ingresso na universidade (que atualmente você estuda)?
 (1) Vestibular agendado (2) Vestibular tradicional (3) Vestibular continuado ou seriado (4) SISU (5) Portador de diploma (6) Outra:

14. Qual sua situação de relacionamento?

- (1) solteiro (2) namorando (3) casado/amigado/união estável (4) divorciado/separado (6) viúvo

15. Você tem filhos? (1) não (2) sim

Se sim: Quantos? _____

16. Você fuma? (1) não (2) sim

Se fuma: Quantos dias por semana você fuma?

- (1) 1 a 2 dias/semana (2) 3 a 4 dias/semana (3) 5 a 6 dias/semana (4) todos os dias

17. Você faz uso de bebida alcoólica? (1) não (2) sim

Se bebe: Quantos dias por semana você bebe?

(1) 1 a 2 dias/semana (2) 3 a 4 dias/semana (3) 5 a 6 dias/semana (4) todos os dias

18. Você já recebeu diagnóstico médico de transtorno psiquiátrico? (1) não (2) sim

Se sim: Qual(is)? _____

19. Faz uso contínuo (todo dia) de algum medicamento? (1) não (2) sim

Nome da medicação: _____

20. Como você avalia sua saúde física?

(1) Muito ruim (2) Ruim (3) Regular (4) Boa (5) Muito boa

21. Como você avalia sua saúde mental?

(1) Muito ruim (2) Ruim (3) Regular (4) Boa (5) Muito boa

22. Você já fez psicoterapia? (1) não (2) sim

23. Você trabalha? (1) não (2) sim

Se sim: Seu trabalho é: (1) fixo (2) esporádico/bico

Se sim: Quantas horas você trabalha semanalmente? _____ hrs

24. Qual a sua renda atual (considerando o salário mínimo como R\$937,00)?

(1) menos de 1 salário mínimo (2) entre 1 e 2 salários mínimos
 (3) entre 3 e 4 salários mínimos (4) 5 a 7 salários mínimos (5) 8 salários mínimos
 ou mais

25. Além de você, quantas pessoas dependem dessa renda? _____

26. Sua renda é:

(1) própria (2) dos pais/família (3) do cônjuge (4) de auxílios e bolsas estudantis
 (5) outro

27. Você tem alguma crença religiosa? (1) não (2) sim

28. Você se considera satisfeito com a escolha do curso de Psicologia? (1) não (2) sim

As perguntas a seguir são relativas ao seu estágio profissionalizante:

29. (Opcional) Qual o nome curricular do seu estágio? _____

30. Qual a carga horária (em horas) **semestral** do seu estágio? (Ex.: 240h) _____

31. Seu estágio é remunerado? (1) não (2) sim

Se sim: Essa é sua renda principal? (1) não (2) sim

32. Qual a ênfase do seu estágio?

- (1) Psicologia Clínica
- (2) Psicologia Jurídica
- (3) Psicologia Organizacional e do Trabalho
- (4) Psicologia Hospitalar
- (5) Psicologia do Esporte
- (6) Psicologia Escolar/Educacional
- (7) Psicologia Social
- (8) Psicomotricidade
- (9) Psicopedagogia
- (10) Neuropsicologia
- (11) Saúde Mental
- (12) Outros (especificar): _____

33. Quantas horas de prática do estágio você faz semanalmente?

- (1) Menos que 5hrs (2) entre 5 e 10 hrs (3) entre 10 e 15 hrs (4) entre 15 e 20hrs (5) mais de 20hrs

34. Sua supervisão é realizada por: (1) supervisor da universidade (2) supervisor do campo de estágio (3) por ambos (4) por outra pessoa: _____

35. Sua supervisão do estágio ocorre com que frequência (caso haja mais de um supervisor, considerar a mais frequente):

(1) Semanalmente (1) quinzenalmente (2) 1 vez ao mês (3) _____ Outra: _____

36. Como você classificaria sua relação com seu (sua) supervisor (a) de estágio?

(1) Muito ruim (1) ruim (2) regular (3) boa (4) muito boa

37. Como você classifica a qualidade da supervisão de estágio recebida?

(1) Muito ruim (1) ruim (2) regular (3) boa (4) muito boa

38. Você pode escolher sua área de estágio? (1) não (2) sim

39. Seu estágio é realizado seguindo uma abordagem teórica (Psicanálise, Fenomenologia, Cognitivo-Comportamental, entre outras) do seu interesse? (1) não (2) sim

40. Você se considera satisfeita com o seu estágio? (0) não (1) sim

41. Você pretende (após se formar) continuar trabalhando na mesma área de seu estágio? (1) não (2) sim

Anexos

I. DASS-21

As questões a seguir se referem a como você pode ter se sentido ou agido na última semana, responda com sinceridade e, por gentileza, não deixe nenhum item sem resposta.

INSTRUÇÕES: Por favor, leia cuidadosamente cada uma das afirmações abaixo e circule o número apropriado **0, 1, 2 ou 3** que indique o quanto ela se aplicou a você durante a última semana, conforme a indicação a seguir:

0 - Não se aplicou de maneira alguma

1- Aplicou-se em algum grau, ou por pouco de tempo

2- Aplicou-se em um grau considerável, ou por uma boa parte do tempo

3- Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo

Itens	Aplicação a você			
1- Achei difícil me acalmar	0	1	2	3
2- Senti minha boca seca	0	1	2	3
3- Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo	0	1	2	3
4- Tive dificuldade em respirar em alguns momentos (ex. respiração ofegante, falta de ar, sem ter feito nenhum esforço físico)	0	1	2	3
5- Achei difícil ter iniciativa para fazer as coisas	0	1	2	3
6- Tive a tendência de reagir de forma exagerada às situações	0	1	2	3
7- Senti tremores (ex. nas mãos)	0	1	2	3
8- Senti que estava sempre nervoso	0	1	2	3
9- Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo (a)	0	1	2	3
10- Senti que não tinha nada a desejar	0	1	2	3
11- Senti-me agitado	0	1	2	3
12- Achei difícil relaxar	0	1	2	3
13- Senti-me depressivo (a) e sem ânimo	0	1	2	3
14- Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo	0	1	2	3
15- Senti que ia entrar em pânico	0	1	2	3
16- Não consegui me entusiasmar com nada	0	1	2	3
17- Senti que não tinha valor como pessoa	0	1	2	3
18- Senti que estava um pouco emotivo/sensível demais	0	1	2	3
19- Sabia que meu coração estava alterado mesmo não tendo feito nenhum esforço físico (ex. aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca)	0	1	2	3
20- Senti medo sem motivo	0	1	2	3
21- Senti que a vida não tinha sentido	0	1	2	3

II. ESVA

As próximas perguntas se referem a como os alunos de cursos de graduação avaliam o grau de satisfação de algumas experiências acadêmicas. Responda com sinceridade e, por gentileza, não deixe nenhum item sem resposta.

Por favor, indique o quanto satisfeito você está com o item marcando o número que melhor reflete sua opinião.

INSTRUÇÕES: Leia cada um dos itens sobre satisfação com as experiências acadêmicas e avalie o quanto satisfeito você está com esses itens, utilizando os códigos abaixo:

1 = Totalmente insatisfeito

2 = Insatisfeito

3 = Nem satisfeito nem insatisfeito

4 = Satisfeito

5 = Totalmente Satisfeito

Itens	Satisfação				
	1	2	3	4	5
01- Adequação do conteúdo para formação.	1	2	3	4	5
02- Adequação entre o envolvimento pessoal no curso e o desempenho acadêmico obtido.	1	2	3	4	5
03- Adequação entre o meu investimento financeiro para custear os estudos e a formação recebida.	1	2	3	4	5
04- Avaliação proposta pelos professores.	1	2	3	4	5
05- Compromisso da instituição com a qualidade de formação.	1	2	3	4	5
06- Condições oferecidas para o meu desenvolvimento profissional.	1	2	3	4	5
07- Condições para ingresso na área profissional de formação.	1	2	3	4	5
08- Conhecimento dos professores sobre o conteúdo das disciplinas que ministram.	1	2	3	4	5
09 - Currículo do curso.	1	2	3	4	5
10- Diversidade das atividades extracurriculares oferecidas pela instituição.	1	2	3	4	5
11- Envolvimento pessoal nas atividades do curso.	1	2	3	4	5
12 -Estratégia de aula utilizada pelos professores.	1	2	3	4	5
13- Interesse dos professores em atender os estudantes durante as aulas.	1	2	3	4	5

14- Oportunidade de desenvolvimento pessoal oferecida pela instituição.	1	2	3	4	5
15- Reconhecimento por parte dos professores do meu envolvimento com minha formação.	1	2	3	4	5
16- Relacionamento com os colegas de curso.	1	2	3	4	5
17- Relacionamento com os professores.	1	2	3	4	5
18- Relevância do conteúdo das disciplinas.	1	2	3	4	5
19- Adequação das instalações da instituição.	1	2	3	4	5
20- Eventos sociais oferecidos pela instituição.	1	2	3	4	5
21- Infraestrutura física da instituição.	1	2	3	4	5
22- Infraestrutura física das salas de aula.	1	2	3	4	5
23- Limpeza da instituição.	1	2	3	4	5
24- Localização dos diferentes setores que compõem a instituição.	1	2	3	4	5
25- Programa de apoio financeiro oferecido pela instituição.	1	2	3	4	5
26- Programas ou serviços de apoio aos estudantes oferecidos pela instituição.	1	2	3	4	5
27- Recursos e equipamentos audiovisuais disponíveis na instituição.	1	2	3	4	5
28- Segurança oferecida pela instituição.	1	2	3	4	5

III - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada “Ansiedade, estresse e depressão: como estamos formando nossos futuros psicólogos?”, sob a responsabilidade dos pesquisadores Profº. Dr. Ederaldo José Lopes e da mestrandona Nadyara Regina de Oliveira. Nesta pesquisa nós estamos buscando identificar, verificar a prevalência de depressão, ansiedade e estresse, e o índice de satisfação discente nos estagiários dos cursos de graduação de Psicologia do Triângulo Mineiro. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será obtido pela pesquisadora Nadyara Regina de Oliveira através da plataforma de questionários SurveyMonkey®. Os instrumentos da pesquisa só poderão ser acessados depois da assinatura eletrônica do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O convite para a participação do estudo será disponibilizado em redes sociais, juntamente com o link de acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e posteriormente aos instrumentos de pesquisa. Primeiramente, você deverá assinar o TCLE e, logo após, iniciar o preenchimento dos instrumentos.

Na sua participação, você responderá a um questionário e duas escalas de respostas fechadas de múltipla escolha, e também de respostas abertas de preenchimento. O preenchimento de todos os itens deve demorar em média 15 minutos.

Em nenhum momento você será identificado. Os resultados da pesquisa serão publicados e ainda assim a sua identidade será preservada. Você não terá nenhum gasto nem ganho financeiro por participar na pesquisa.

Os riscos consistem em possível cansaço ao responder às questões, desconforto ao responder às escalas ou de ser identificado, algo que será minimizado pelo fato da plataforma SurveyMonkey® não identificar o respondente. Os benefícios serão a identificação de um perfil geral dos estagiários do Triângulo Mineiro, bem como o levantamento da prevalência da depressão, ansiedade e estresse nessa população; esses dados podem contribuir para a elaboração de programas específicos para essa população, sejam eles de caráter preventivo ou de intervenção. Você é livre para deixar de participar da pesquisa a qualquer momento sem qualquer prejuízo ou coação. Uma via original deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido poderá ser impresso por você*.

Em caso de qualquer dúvida ou reclamação a respeito da pesquisa, você poderá entrar em contato com: Profº. Dr. Ederaldo José Lopes e mestrandona Nadyara Regina de Oliveira. Telefone profissional (34) 3225-8512; Endereço da Instituição: Av. Pará, 1720 - Bairro Umuarama, Uberlândia - MG - CEP 38400-90, Instituto de Psicologia, Bloco C, Sala 48. Você

poderá também entrar em contato com o CEP - Comitê de Ética na Pesquisa com Seres Humanos na Universidade Federal de Uberlândia, localizado na Av. João Naves de Ávila, nº 2121, bloco A, sala 224, *campus* Santa Mônica – Uberlândia/MG, 38408-100; telefone: 34-3239-4131. O CEP é um colegiado independente criado para defender os interesses dos participantes das pesquisas em sua integridade e dignidade e para contribuir para o desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos conforme resoluções do Conselho Nacional de Saúde.

Uberlândia, de de 20.....

*A assinatura do participante será retirada com a impressão do TCLE juntamente ao aceite eletrônico dos termos, com a resposta SIM para a pergunta sobre concordância em participar do estudo.

Nadyara Regina de Oliveira (Mestranda)

Dr. Ederaldo José Lopes (Orientador).