

Depressão em universitários: interface Educação e Saúde

Izabel Cristina Taceli*

Introdução

Se num passado recente a depressão era considerada como a doença do século, hoje, com a situação da pandemia decorrente do novo coronavírus (SARS-CoV-2) que toda a humanidade vivencia, a depressão passou a ser um problema de saúde mental mundial. Por se tratar de uma doença silenciosa, que acomete as pessoas indistintamente de faixa etária ou classe social, porém, indícios apontam para maior prevalência na população feminina.

Nesse sentido esse artigo surgiu a partir de um trabalho de atendimento em orientação psicológica com alunos da UEMG - Universidade do Estado de Minas Gerais, da qual fui professora e psicóloga por dez anos, do qual também realizava orientação profissional com estudantes internos e externos, ou seja, um trabalho de extensão com estudantes tanto do ensino médio, quanto de graduação.

Nesse contexto universitário, dentre as inúmeras demandas, a questão da depressão se apresentava como uns dos assuntos recorrentes entre os universitários. E por esse motivo selecionei essa experiência com ênfase em educação, especificamente no ensino superior, pelo fato de que a depressão se acentuou devido ao momento pandemia que a humanidade está atravessando.

A ideia da escolha do tema sobre depressão no ambiente universitário se deu devido ao fato de que a doença, a cada dia, está se tornando mais incapacitante e atinge cerca de 322 milhões de pessoas no mundo - vem se disseminando de forma particularmente intensa entre estudantes universitários, por razões que serão examinadas ao longo do texto. Desse modo, existe uma preocupação considerável de como as pessoas tem enfrentado o impacto causado pela Covid-19, ao se deparar com situações relacionadas à doença, à morte e à dificuldade de as pessoas não

* Mestre em Psicologia pela Universidade Católica de Brasília (UCB). Pesquisa sobre interface Brasil/Alemanha. Atualmente é professora de Cursos - concursos. Coordenadora do Curso de Psicologia do Colégio Técnico e Faculdade (UNITERP) e professora do Curso de Enfermagem. Foi professora em 10 cursos pela Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG).
E-mail: izabeltaceli@uniterp.com.br

vivenciarem o luto, tanto de pessoas próximas como familiares, quanto de parentes distantes ou amigos. A dor em torno desse dilema leva a possíveis casos de suicídio, de mortes súbitas e outras doenças em torno do sofrimento psíquico do indivíduo.

No Brasil a depressão, doença que atinge cerca de dois milhões de pessoas por ano no país, não acomete somente determinada classe social ou raça, mas, de acordo com o Relatório da Organização Mundial da Saúde, ela pode ocorrer em qualquer pessoa e nas mais variadas circunstâncias. Este tema tem sido estudado e tratado com mais afinco nos últimos tempos, isto porque, de acordo com a OMS (2019), entre 2005 e 2015, aumentou em 18,4% o número de casos da doença no mundo, com causas e sintomas bem distintos.

Parte-se do pressuposto que os desafios no contexto universitário combinados com as novas experiências de se adaptarem a uma nova realidade, podem levar à depressão, ou problemas psicológicos, onde, muitas vezes, muda-se de ambiente, cidade, deixando para trás a família, amigos e lugares já conhecidos. A partir de pesquisas sobre o contexto universitário, as facilidades e dificuldades que permeiam esse universo podem favorecer a transtornos mentais. O fato de o estudante não procurar ajuda, pode aumentar o risco de suicídio ocasionado pela depressão? A falta de afeto e atenção podem ser fatores que acarretam a depressão? O estudante universitário apresenta maior probabilidade em desenvolver problemas psicológicos e depressão? (CALEIRO; SOUSA, 2017).

Tais questionamentos acontecem a partir do ingresso do estudante na universidade, ou seja, quais são os principais fatores que os levam a desencadear a depressão. O presente estudo traz à luz a importância de se debruçar sobre a temática da depressão, debater, e buscar possíveis alternativas de enfrentamento da depressão em universitários. Visto que, apesar de haver muitos trabalhos acadêmicos relacionados ao tema, existem poucos trabalhos e reportagens diretas de fácil entendimento contando histórias de como pode ser percebida e tratada a depressão – como apontado em literaturas pertinentes ao tema (ANDRADE, 2003; PORTO, 1999 apud CALEIRO; SOUSA, 2017).

Ademais alguns autores (GUHUR; ALBERTO; CARNIATTO, 2010 apud CALEIRO; SOUSA, 2017) apontam para outras situações, além do exame vestibular, pois a questão da escolha profissional passa a ter importância na constituição da identidade pessoal do indivíduo. Sendo assim a depressão pode iniciar antes mesmo do ingresso à universidade, em decorrência da pressão pré-vestibular, jornadas de estudo muito prolongadas, alta competitividade ao disputar vagas para determinados cursos.

Assim, de outro modo, os conflitos de identidade são recorrentes, interferindo nas relações interpessoais derivadas de dificuldades de adaptação. Supõe-se, então, que a adaptação seja um dos maiores problemas que o acadêmico enfrenta ao ingressar numa universidade: moradias, hábitos e costumes, alimentação, vida financeira, enfim toda uma nova rotina que o leva ao estresse, exigindo maior responsabilidade e independência. Assim, a fase de transição, entre a adolescência e a vida adulta, concomitantemente marcam esse período de turbulências, mudanças físicas e emocionais, dentre outras.

E a responsabilidade da vida adulta pode acarretar vários transtornos psicológicos, dentre eles, a depressão, sentimentos de melancolia, isolamento social ou até mesmo transtornos de pânico e problemas psicossomáticos. Nesse sentido, observa-se que a tristeza contínua pode levar os universitários a desenvolverem a depressão, tendo em vista a dificuldade em lidar com as adversidades e adaptações dentro do contexto da universidade.

Muitas universidades contam, hoje, com o apoio de profissionais da área de psicologia para acompanhar o aluno nesse período de adaptação, minimizando os impactos da depressão em estudantes, como também atendem outras necessidades estudantis. Nesse sentido, delimitaremos a presente pesquisa para o campo da depressão e seus sintomas.

Depressão na universidade

A Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições de Ensino Superior (ANDIFES) levantou, em 2018, o perfil socioeconômico dos universitários, incluindo nesse levantamento questões sobre saúde mental dos estudantes. Os resultados mostraram que oito em cada dez estudantes de graduação relataram problemas como tristeza, ansiedade e sensação de desesperança; mais de 6% apontaram ideias de morte e cerca de 4% já tiveram pensamento suicida (ANDIFES, 2019).

Nota-se que em universitários a recorrência de casos de depressão apresenta-se mais acentuada, pelo motivo de que a maioria deles deixam as suas próprias casas, na companhia dos pais ou responsáveis e migram para outras cidades, às vezes distantes, em outros estados, passando a conviver com pessoas diferentes no contexto da universidade, ou fora dela. A possibilidade de conhecer novos colegas e professores, faz-se necessária com a finalidade de construir novas amizades e, possibilitar relacionamentos de estudo, de convivência em grupos – abrir-se a novas conquistas pessoais e profissionais, estreitando os laços interpessoais.

A referida experiência na educação de vanguarda é parte da minha experiência enquanto docente e de formação em psicologia, como mencionado inicialmente. Todavia, busquei retratar a realidade no contexto de uma universidade pública, porém, preservando a identidade dos alunos, mesmo sendo autorizada por parte deles. Atentei para evitar relatar situações que causassem qualquer tipo de danos à pessoa do aluno, bem como, abalizando nas normas acordadas pelo código de ética do profissional da psicologia. Por conseguinte, como psicóloga e docente, se faz necessário cotidianamente manter sigilo, cuidando e preservando a identidade dos universitários - participantes na ocasião do atendimento em psicologia.

Inclusive, fui procurada, no mesmo ano de 2017, por uma aluna como profissional de psicologia da instituição, para obter ajuda em situações depressivas e de ansiedade e, ela foi acolhida por mim na universidade, sendo orientada a fazer um tratamento específico para sua necessidade, precisando provavelmente de uma ajuda medicamentosa com profissional da área. Ao vivenciar a situação de depressão enquanto período de estudante a referida aluna, tornou público seu dilema em relação à depressão e decidiu conta-la em seu trabalho de conclusão de curso, fez, ainda, diversos vídeos institucionais com alunos que também tinham depressão, com a finalidade de sensibilizar a comunidade acadêmica como um todo, no sentido de superar a depressão.

Por outro lado, enquanto estudante do curso de jornalismo buscou alertar sobre a problemática da depressão e mostrar como ela se apresenta de maneira silenciosa. De forma resiliente se aprofundou em conhecer melhor a doença, encontrando alternativas para aprender a cuidar de si e dar voz aos estudantes que atravessam pela mesma situação.

Em outras situações de atendimento institucional, voltadas para a questão de orientação profissional externa e interna, surgiam conflitos com alunos que procuravam ajuda pelo fato de ter o desejo de migrar para outro curso da própria universidade, pois se sentiam insatisfeitos com a escolha inicial, logo, tal mudança se encaixaria ao perfil do aluno. A insatisfação com a escolha errada de um curso pode gerar frustração, desapontamento, tristeza e até mesmo abandono e, evasão escolar, sendo que “essa falta de maturidade irá influenciar, mais tarde, na decisão do estudante de abandonar o curso no qual se matriculou” (CUNHA; MOROSINI, 2013, p. 84).

Importa salientar que este estudo mencionado da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (CUNHA; MOROSINI, 2013, p. 84) foi realizado do tipo “estado do conhecimento” e levantou teses e dissertações produzidas entre o período

de 2005 a 2010, que foram disponibilizados no banco da CAPES e revelou o que dizem essas produções sobre a evasão escolar ou abandono na educação do ensino superior.

Em outra perspectiva, a ansiedade em ser alguém assertivo e de fato desempenhar satisfatoriamente a profissão no futuro, alcançar retorno financeiro e êxito profissional, leva muitos deles a se reorganizarem enquanto estudantes universitários. Percebe-se a busca por estágios, formação, cursos, participação em projetos de extensão – alguns estudantes do curso de Direito, inclusive, prestam exames da OAB (Ordem dos Advogados do Brasil) antes mesmo de concluírem o curso, se dividem entre estudar para o exame e fazer o trabalho de conclusão do curso.

Assim, conciliar trabalho e estudos, diversos trabalhos acadêmicos diariamente, prazos curtos para a entrega de trabalhos, dificuldades para pagar as mensalidades (caso a universidade seja privada e o estudante não tenha nenhum tipo de auxílio da faculdade ou governo), ou até mesmo, insatisfação com o curso escolhido, são alguns dos muitos fatores que desencadeiam a apatia, o desânimo e um possível quadro depressivo.

A Universidade Federal de Minas Gerais, por exemplo, conta com uma ex-aluna e atual psicóloga que atende em seu consultório particular alunos e grupos da universidade que estão passando por períodos difíceis (UFMG DIVERSA, 2004). Caso o aluno venha a desenvolver um quadro depressivo, a maior parte das universidades conta com núcleos psicológicos de apoio ao universitário.

Nas seções com a psicóloga é feito um aconselhamento sobre a fase em que o estudante está passando. E, caso julgue necessário, poderá encaminhar o aluno para obter ajuda de outros profissionais, como um psiquiatra, responsável por tratar de forma diferenciada os diferentes tipos de transtornos mentais. Circunstancialmente, o psiquiatra poderá indicar um tratamento medicamentoso, se for necessário, evitando assim momentos de crises mais agudas.

Algumas universidades, como a Universidade de São Paulo e a Universidade do Estado de Mato Grosso, dentre outras, oferecem moradias gratuitas para os estudantes e os quartos variam, podem ser individuais ou para várias pessoas. As universidades não costumam dar a possibilidade de escolha sobre com quem cada um gostaria de dividir a moradia, isto minimiza as dificuldades enfrentadas em se morar com pessoas estranhas, de condutas e comportamentos muito distintos, que muitas vezes não possuem afinidade, isto ajuda a melhorar a interação, mas principalmente minimiza os fatores estressores, tristeza, por às vezes estar distante de pessoas que ama.

Mesmo os que moram em cidades mais próximas e têm a possibilidade de rever os familiares, amigos, podem ter períodos depressivos durante o curso, isso, como já citado anteriormente. Ademais, a ausência de carinho e afeto dos pais, enquanto se vive distante também são situações que potencializam quando se trata de depressão.

Percebe-se que o fato de os pais não serem presentes no cotidiano dos filhos universitários pode ocasionar transtornos depressivos, e porventura, os estudantes podem não saber lidar com a vida de adultos sozinhos. A partir do momento em que o estudante passa a ter responsabilidade em relação a aprender a administrar a própria vida, se torna necessário um maior comprometimento consigo mesmo e necessidades do dia a dia.

Outro aspecto a ser pensado é saber conciliar trabalho e estudo, que não é tarefa fácil, principalmente quando não se passou por essa experiência anteriormente. E conseqüentemente não sobra muito tempo para estudar, o que pode resultar em notas baixas, ou mesmo, a pressão que o trabalho supostamente causa, influenciando nos rendimentos escolares do aluno.

Portanto, a partir dos indícios analisados até aqui, nos perguntamos se o tema é tratado com a devida atenção pelos profissionais relacionados à saúde mental dos universitários, como um todo. Dessa forma, pretendemos lançar um olhar no que tange a minha experiência profissional, com intuito de discutir, aprimorar conhecimentos e modestamente buscar alternativas possíveis que melhor tratem as pessoas com depressão.

Definindo Depressão

Nota-se se que as primeiras conceituações sobre depressão e seus sintomas foram datadas em séculos passados e até o momento a evolução da doença continua presente em diferentes classes da população em geral, inclusive em estudos com estudantes, não ficando restrita a área da saúde, mas sim abrangendo a esfera educacional, dentre outras.

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde, mais de 300 milhões de pessoas sofrem de Transtornos Depressivos no mundo. Tais quadros relacionam-se com o aumento de casos de suicídio, sendo essa problemática considerada um desafio significativo para a saúde pública do nosso país, por ser a segunda causa de morte evitável de adolescentes e jovens adultos na faixa etária entre 15 e 24 anos (OMS, 2019).

Em estudo que trata sobre a depressão em jovens do ponto de vista psicanalítico Legnani e Almeida versam sobre Freud:

Na dobra desse conceito, chega-se à ideia de excesso pulsional, que comparece como intensamente ameaçador para o sujeito por aludir à destrutividade e aos riscos à sua sobrevivência. Quanto maior o medo de aniquilamento, mais servilismo frente às injunções sociais, na expectativa de uma suposta proteção e ordenamento subjetivo. O sujeito paga, desse modo, um preço alto, que é o da imutabilidade na relação consigo próprio e com o outro. Incorporando o masoquismo moral (FREUD, 1974c), entrega-se à neurose de destino, sem se responsabilizar pelo seu desejo (LEGNANI; ALMEIDA, 2020, p. 47).

Sendo assim, a depressão na contemporaneidade sob o ponto de vista da Psicanálise traz à luz a premissa de que o jovem ao enfrentar a realidade, está diante dos seus medos, angústias e desconhecimento do novo e do futuro.

O sofrimento do jovem se instala na impotência, pelo fato de ele não perceber o distanciamento entre o seu eu e ideal de eu, em outras palavras, “não obstante, não se pode perder de vista, ao considerar a alta incidência dos estados depressivos, que, para Freud (1974a), o ideal é impossível de ser atingido, ninguém jamais tendo encarnado essa posição” (LEGNANI; ALMEIDA, 2020, p. 47).

Além do sofrimento por idealizar um estado psíquico não alcançável, inerente à condição humana e isto não é percebido pelo adolescente, torna-se um processo de retroalimentação do estado depressivo, impedindo-o de realizar novos investimentos e concretizar seus desejos, mas o inverso permanece no ciclo de tristeza, se culpando por não sair do lugar e se deprimindo cada vez mais. Nessa perspectiva que

Do ponto de vista clínico, como sabemos desde Freud (1974b), a melancolia enoda as dificuldades do processo de luto ao fazer uma junção da perda constitutiva do objeto (experiência da perda da Coisa – das ding) com o luto relativo a outras perdas nos campos do trabalho e/ou amoroso. Desse processo resulta um derramamento libidinal sobre o eu, impedindo o investimento em novos objetos. Oriundo do narcisismo funda-se, então, um “complexo de inferioridade” e o sujeito “portador da bilis negra” retira seu investimento do mundo por não se sentir a altura de estar no laço social (LEGNANI; ALMEIDA, 2020, p. 47).

Assim, diante do luto pelas constantes perdas que o jovem enfrenta, ele passa a não acreditar mais em si, desenvolvendo sentimentos negativos por não se sentir

merecedor da felicidade no contexto em que se encontra. Por outro vértice, ao definir a depressão os autores a seguir versam sob a perspectiva de que

A depressão é caracterizada por desânimo e perda de interesse. Este transtorno de origem multifatorial impossibilita o sujeito de desempenhar as atividades habituais com impacto direto nas relações intersubjetivas. É possível encontrar crianças e adultos de todas as classes sociais e econômicas vivendo com a patologia, ou seja, não há restrição de público. A literatura infere que o conceito da depressão presente na contemporaneidade teve seu início no século XVII, contudo a expressão pautada na perda de energia foi utilizada pela primeira vez em 1680, mas apenas em 1780 foi integrada ao dicionário por Samuel Johnson (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019, p. 82).

Em continuidade este mesmo estudo menciona que

No Brasil a prevalência de depressão na população adulta é de 7,6%, com maior recaimento nas mulheres (Stopa, Malta, Oliveira, Lopes, Menezes, Kinoshita, 2015). A população jovem acadêmica, quando comparada à população geral, apresenta incidência maior aos quadros depressivos. Estudos realçam que 15 a 29% dos acadêmicos universitários, apresentarão algum transtorno psiquiátrico durante a formação e apontam que 28% da população brasileira com idades entre 18 e 24 anos possuem sintomas depressivos (Üstün & Kessler, 2002), (Suominen, Isometa, Henriksson, Ostamo, Lonnqvist, 1998). O início da vida acadêmica superior de ensino coincide com um período psicossocial de grandes mudanças, que são de extrema relevância para o desenvolvimento humano, sendo essas mudanças de ordem social, psicológica e biológica. A depressão e a ansiedade são patologias encontradas em cerca de 25% dos universitários de maneira geral. Os estudos da depressão realizados em universitários de medicina, atribui uma prevalência para essa população que oscila entre 8 e 17% (Rossetto, Skawinski, Coelho, Rossetto Júnior, Boll, 2000) (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019, p. 82).

Percebe-se que, no contexto educacional do ensino superior, enfatiza-se que os universitários são uma classe essencialmente atingida por quadros depressivos, se acentuando em universitários oriundos da área da saúde, como medicina e enfermagem. As exigências acadêmicas e jornadas de trabalho, estágios, pouco descanso, desencadeiam muitos estressores que levam ao desenvolvimento das doenças de ordem mental. Já para os estudantes do setor de comunicação lidar com novas informações, estar atento entre o que é verdadeiro ou *Fake News*, se tornou também exigência ética imprescindível no dia a dia da profissão. Denota-se a importância que se dá a doença, acrescida ao momento pandêmico atual vivenciado pela maioria dos estudantes brasileiros. Por esses motivos que

O transtorno depressivo é uma doença com altos níveis de suicídio exigindo cada vez mais um rastreamento precoce. O manual Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) caracteriza o transtorno depressivo como uma patologia multideterminada composta dos seguintes sintomas: alteração do humor, do apetite, do sono, anedonia, letargia, sentimento de culpa e baixa autoestima, dificuldade de concentração, agitação e ideação suicida. Para o rastreamento da depressão é necessário considerar um período de duas semanas, com a vivência de ao menos quatro sintomas mencionados, entre os quais o humor deprimido ou a perda de interesse ou prazer, ou apenas mais três sintomas, caso os dois cardinais e pelo menos um deve estar presente para o diagnóstico (Dalgalarondo, 2008). A patologia resulta de uma interação complexa de muitos fatores (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019, p. 82).

Quando se trata de depressão em universitários, se faz necessário um diagnóstico precoce, evitando assim que a doença se agrave para graus que levem a ideações suicidas, no entanto este estudo busca delimitar sobre o assunto da depressão. Em estudo realizado por Taceli (2014), com estudantes do ensino médio, aponta-se para algumas questões relativas a doenças mentais, sendo que

A grande maioria dos jovens, sete, discorda radicalmente da concepção de que estas seriam consequências de castigo de Deus (nada), dois alegaram que às vezes e um razoável. Quanto a considerarem as doenças mentais como decorrência de influência de entidades do mal, sete responderam nada, um razoável, um às vezes e um pouco. Quanto a ser esta causada por fatores biológicos, sete responderam concordar em muito e três razoáveis. Sobre a ideia de serem os doentes mentais pessoas escolhidas por Deus, quatro responderam que concordam em nada, três responderam que às vezes, três, um razoável, um muito e um pouco.

Quanto às experiências difíceis de adolescentes e o quanto isto os afetou, eles ponderaram as seguintes situações: uma estudante mencionou que a doença do pai e o falecimento dos avós maternos foi uma experiência difícil e isto a afetou muito. Já outro disse que a sua mãe passou por uma cirurgia e que este fato o afetou medianamente. Outro ainda comenta que teve uma experiência difícil quando seus pais se separaram e diz que isso o afetou de forma mediana. Ainda outra relatou uma experiência difícil que aconteceu na infância, o câncer que teve aos dois anos de idade e que a afetou de forma mediana. Os demais adolescentes não mencionaram experiências difíceis vivenciadas na infância (TACELI, 2014).

O estudo acima, embora trate a respeito da problemática do adolescente e sua religiosidade, enfatiza sobre os dilemas enfrentados pelos jovens mesmo antes de ingressar na faculdade, como mencionado inicialmente nessa pesquisa.

Perspectivas e tratamentos da Depressão

Hoje discutir a problemática da depressão se tornou cada vez mais necessária. Pela situação de pandemia da Covid-19 os estudantes em sua maioria são ensinados pelo ensino remoto, às vezes híbrido, sendo alternando entre presencial e remoto, isto gera dificuldades pelo uso da internet, pela falta dela, pois alguns deles não a possuem e precisam de acesso para assistirem às aulas, outras vezes contam com a ajuda de parentes, vizinhos ou amigos.

Já outros cursos que necessitam da prática, os alunos são prejudicados pela obrigatoriedade do fechamento das faculdades ou universidades, cidades em lockdown, outras com medidas emergenciais. No entanto, o professor continua se equilibrando com o objetivo de motivar os alunos com as aulas à distância, ambos, professor e aluno na mesma expectativa de quando retomar as atividades normais e, ainda sem conhecer o aluno.

Recentemente um estudo realizado pelo Dr. Niculescu e colaboradores da Escola de Medicina da Universidade de Indiana (EUA) trouxe à tona: “a base biológica dos transtornos de humor, com direito a um novo exame de sangue destinado a distinguir a gravidade da depressão de um paciente e o risco de desenvolver casos severos ou transtorno bipolar no futuro” (NICULESCU, 2021, p. 01-29). Trata-se de uma importante descoberta para as ciências da saúde, a psicologia, como marco para o tratamento da depressão, doença da qual mencionamos, assola a humanidade, essencialmente nos dias de hoje com o momento pandêmico que todos vivenciam, devido a COVID-19 doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2).

Todavia a depressão dispõe atualmente de diagnóstico tradicional, como avaliações clínicas de médicos, psicólogos e psiquiatras. Os exames de sangue podem informar tais avaliações de saúde, e tem por objetivo verificar se os sintomas da depressão podem estar relacionados a outros fatores.

Até o momento não se dispõe de medidas consideradas concretas, observa-se que os tratamentos existentes não funcionam para todos. O desenvolvimento de exames de sangue, que correspondam com cada caso, ou seja, tratamentos personalizados, preventivos, poderiam contribuir nos níveis: individual e social.

O estudo mencionado (NICULESCU, 2021) dispõe de uma ênfase baseada em estudos com interface da pesquisa pré-clínica e clínica, incluindo ainda estudos nos níveis celular, molecular, integrativo, clínico, imagiológico e psicofarmacológico.

O estudo (NICULESCU, 2021) buscou ainda a fundamentação em pesquisas anteriores com biomarcadores sanguíneos que rastreiam o transtorno de estresse pós-traumático e o Alzheimer. Que se estendeu ao longo de quatro anos e teve a uma amostra com mais de 300 participantes, sendo observados em estados de alto e baixo humor, onde se verificou os registros, o que mudou no sangue dos pacientes, contabilizando condições (em termos de biomarcadores). Recentemente outros estudos se expandiram com assuntos relacionados à dor, estresse, memória e doença de Alzheimer.

A ideia central do estudo mencionado é de identificar biomarcadores sanguíneos que levam ao desenvolvimento de estudos voltados para a área de neuropsiquiatria que explorou essa abordagem por vários anos, desenvolvendo testes semelhantes baseados em biomarcadores sanguíneos para ajudar a prever o suicídio em pacientes, diagnosticar dor severa e medir níveis de TEPT (transtorno de estresse pós-traumático).

Essa descoberta com os biomacadores poderá garantir maior precisão de não apenas identificar a propensão à depressão, mas sim diagnosticar outros transtornos relacionados ao humor, ressaltando para a importância com a bioinformática, medicamentos específicos para cada sujeito e suas condições de saúde.

Niculescu (2021) define que “os transtornos do humor (depressão, transtornos bipolares) são prevalentes e incapacitantes. Eles também são altamente co-mórbidos com outros transtornos psiquiátricos” (p. 1-29). Para isso realizou um estudo-piloto para se chegar à descoberta descobrir dos biomarcadores sanguíneos, objetivando alcançar estado de humor foram promissores. Identificou ainda:

Biomarcadores de expressão de genes no sangue que rastreiam o suicídio, um desfecho comportamental trágico dos transtornos de humor, usando poderosos designs longitudinais dentro do sujeito, validou-os em pessoas que concluíram o suicídio e os testou em coortes independentes quanto à capacidade de avaliar o estado (ideação suicida), e capacidade de prever traço (futuras hospitalizações por suicídio) [3, 4, 5, 6]. Esses estudos mostraram boa reprodutibilidade com estudos genéticos independentes subsequentes [7] (NICULESCU, 2021, p. 1-29).

Tal descoberta abre um leque de possibilidades no campo científico nas áreas da saúde, psiquiatria, psicologia, dentre outras. Em especial para a saúde mental, pois possibilita afinar o que os pesquisadores chamam de transdiagnósticos, para detectar os transtornos de humor, com maior objetividade. Para tanto o estudo seguiu algumas etapas importantes que são:

1. Usamos um design longitudinal dentro do sujeito e abordagem de expressão de gene de todo o genoma para descobrir biomarcadores que rastreiam o estado de humor em indivíduos que tiveram mudanças diamétricas no estado de humor de baixo para alto, de visita a visita, conforme medido por um análogo visual escala que havíamos desenvolvido anteriormente (SMS-7).

2. Priorizamos esses biomarcadores usando uma abordagem de genômica funcional convergente (CFG) abrangendo evidências publicadas anteriormente no campo.

3. Validamos os biomarcadores em uma coorte independente de indivíduos com depressão clinicamente grave, conforme medido pela Escala de Depressão de Hamilton, (HAMD); e com mania clinicamente grave, conforme medido pela Young Mania Rating Scale (YMRS). Adicionando as pontuações das três primeiras etapas em uma pontuação de evidência funcional convergente geral (CFE), terminamos com 26 biomarcadores de expressão de genes no sangue de principais candidatos que tinham uma pontuação de CFE tão boa ou melhor do que SLC6A4, um achado empírico que usamos como um controle positivo de fato e corte. Notavelmente, havia entre eles um enriquecimento em genes envolvidos em mecanismos circadianos. Analisamos ainda as vias e redes biológicas para os principais biomarcadores candidatos, mostrando que as funções circadianas, neurotróficas e de diferenciação celular estão envolvidas, juntamente com a sinalização serotoninérgica e glutamatérgica, apoiando uma visão do humor como reflexo de energia, atividade e crescimento.

4. Testamos em cortes independentes de pacientes psiquiátricos a capacidade de cada um desses 26 principais candidatos a biomarcadores para avaliar o estado: humor (SMS-7), depressão (HAMD), mania (YMRS); e prever o curso clínico (futuras hospitalizações por depressão, futuras hospitalizações por mania).

5. Realizamos nossas análises em todos os pacientes, bem como personalizadas por sexo e diagnóstico, mostrando maior precisão com a abordagem personalizada, principalmente em mulheres.

6. Novamente, usando SLC6A4 como ponto de corte, doze biomarcadores principais tiveram a evidência geral mais forte para rastrear e prever depressão após todas as quatro etapas: NRG1, DOCK10, GLS, PRPS1, TMEM161B, GLO1, FANCF, HNRNPDL, CD47, OLFM1, SMAD7 e SLC6A4.

7. Destes, seis tinham as evidências gerais mais fortes para rastrear e prever tanto a depressão quanto a mania, portanto, os transtornos bipolares do humor. Havia também dois biomarcadores (RLP3 e SLC6A4) com a evidência geral mais forte de

mania. Esses painéis de biomarcadores têm implicações práticas para distinguir entre depressão e transtorno bipolar.

8. Em seguida, avaliamos a evidência de que nossos principais biomarcadores são alvos de drogas psiquiátricas existentes, o que permite combinar pacientes a medicamentos de maneira direcionada e medir a resposta ao tratamento. Também usamos as assinaturas de biomarcadores para identificar bioinformaticamente drogas novas/reaproveitadas. Os principais medicamentos de interesse como novos antidepressivos em potencial foram pindolol, ciprofibrato, pioglitazona e adifenina, bem como os compostos naturais asiaticosídeo e ácido clorogênico. Os últimos 3 também foram identificados por nossos estudos anteriores sobre suicídio.

Finalmente, tem-se um exemplo de como um relatório pode ser disponibilizado aos médicos, a um paciente com depressão, com base no painel dos principais biomarcadores (12 para depressão e bipolar, um para mania), com uma pontuação de depressão objetiva, risco de depressão futura e risco para troca bipolar, bem como listas personalizadas de medicamentos psiquiátricos já existentes e de novos em potenciais (NICULESCU, 2021).

De modo geral, as pesquisas fornecem avaliações objetivas, terapêutica direcionada e monitoramento da resposta ao tratamento dos transtornos de humor que afetam até 1 em cada 4 pessoas ao longo da vida. O estudo apontou que a depressão, especificamente, “é a principal causa de deficiência nas idades de 15 a 44 anos, uma idade produtiva e reprodutiva primordial” (NICULESCU, 2021, p. 1-29). Ainda se observa que a partir da testagem, o humor possui picos altos e baixos, que oscilam entre diferentes sujeitos, masculino e feminino.

Análise da Depressão com biomarcadores

E para compor o referido estudo foram compilados 1.600 artigos que estavam presentes nos bancos de dados no momento da CFG para análises de transtornos do humor (junho de 2018), bem como um laboratório, um CFG Wizard computadorizado para automatizar e pontuar em grandes listas de genes integrando evidências desses grandes bancos de dados. “E as análises de caminho para os 26 biomarcadores (23 genes únicos) que eram os principais candidatos a biomarcadores após a descoberta, priorização e validação” (NICULESCU, 2021). Quanto à saúde mental a análise prevenia-se para futuras hospitalizações psiquiátricas, observando a depressão como sintoma.

Posteriormente Niculescu, (2021, p. 1-29) analisou outros

seis biomarcadores (DOCK10, GLS, NRG1, PRPS1, TMEM161B, SLC6A4) podem ser direcionados para tratar a depressão de forma rápida/poderosa, mas podem induzir mania, portanto, precisam ser acoplados a um estabilizador de humor ou antipsicótico.

Tomando o cuidado de usar em monoterapia para tratar a depressão, e os médicos devem ter um baixo limiar no sentido de adicionar estabilizadores referentes ao humor. Também verificou a capacidade dos 26 principais biomarcadores candidatos para avaliar estados de alto humor/mania e prever futuras hospitalizações por mania. Portanto:

Esses biomarcadores também abrem uma janela para a compreensão da biologia dos transtornos do humor em geral, e da depressão e dos transtornos bipolares em particular, além de indicar abordagens terapêuticas novas e mais precisas. Oferecemos suporte para a visão de que, embora o humor seja um continuum do baixo ao alto humor, com alguns dos melhores biomarcadores preditivos para baixo humor/depressão e alto humor/mania sendo compartilhados (com mudanças na direção oposta), alguns biomarcadores são mais fortes preditores para depressão clínica e outros para mania clínica, o que não é surpreendente, dadas as diferentes comorbidades associadas a essas condições (NICULESCU, 2021, p. 1-29).

A abrangência do estudo enfatiza a depressão dispondo de dados mais complexos, envolvendo outras comorbidades, porém em paralelo, avalia aspectos clínicos até então desconhecidos no contexto científico em especial da psicologia, ou seja, má convergência de métodos que avaliam os sentimentos e pensamentos subjetivos internos das pessoas, junto com avaliações externas mais objetivas de ações e comportamentos. É usado de fato na prática clínica para avaliar o humor e diagnosticar transtornos clínicos do humor, como depressão e transtornos bipolares apontados por Niculescu (2021).

Portanto, observa-se que 1 em cada 4 pessoas em algum momento poderá sofrer um episódio clínico de transtorno do humor ao longo de toda sua vida, o que afetará gravemente a qualidade de vida e, às vezes levará ao suicídio, e que nem todos os pacientes respondem favoravelmente aos tratamentos atuais.

Aspectos metodológicos

Utilizou-se uma base teórica metodológica com literaturas específicas no campo das ciências da Psicologia, Psicanálise, Saúde para a definição dos sintomas e tratamentos dos vários tipos de depressão; da Sociologia da Educação, para se

compreender as condições e transformações vivenciadas pelos universitários. Empregaram-se as técnicas aplicadas a partir de entrevistas e relatos no setting do atendimento em psicologia com os universitários e também no dia a dia da docência.

O propósito deste trabalho é contextualizar o tema, alertar e conscientizar sobre essa doença que, segundo a OMS (2019), não escolhe pessoas, por faixa etária e tampouco poder aquisitivo, mas que pode ocorrer em diferentes contextos socioeconômicos e culturais.

Na UEMG Frutal os casos de depressão e outros transtornos similarmente podem acontecer. Em pesquisa aplicada previamente em 2016-2017, na referida universidade (CALEIRO; SOUZA, 2017), foi constatado que, pelo menos um aluno em cada turma já sofreu ou ainda sofre por problemas psicológicos, dentre eles, a depressão. Isto pode ser motivado por problemas externos (família e afins), mas em grande parte, por problemas internos (mudanças e transição para a fase adulta).

Os profissionais de psicologia da referida universidade afirmam que atendem inúmeros casos de universitários que não estão satisfeitos com o curso que escolheram, e, com o passar do tempo, percebem que não estão cursando o que desejavam, gerando insatisfação em relação ao curso escolhido. Existem as transferências internas e externas entre universidades UEMG, localizadas no Estado de Minas Gerais, e podem ser disputadas em todos os cursos desejados, porém, a transferência depende de critérios como: vaga para o período desejado e, caso haja troca de curso, a permutação só é possível caso o outro curso seja da mesma área do conhecimento.

A UEMG possui 1.100 alunos atualmente, o estudo em pauta teve a participação ao longo de 10 anos, em atendimento psicológico e orientações de aproximadamente 1% dos estudantes internos e 5% da população externa, haja vista, a quantidade de oito escolas públicas e privadas de ensino médio atendidas em Frutal e região.

A população interna do presente estudo foi composta por universitários dos cursos existentes na UEMG – Frutal, que inicialmente teve 100 alunos no curso de administração, hoje abarca em torno de 50 alunos por turma, aproximadamente e dispõe (13) dos seguintes cursos: Administração, Engenharia Agrônômica, Comunicação Social/Publicidade e Propaganda, Direito, Engenharia Agrônômica, Engenharia de Alimentos, Engenharia de Produção, Geografia, Jornalismo, Sistema de Informação, Tecnologia em Alimentos, Tecnologia em Produção Sucroalcooleira. Sendo esse o universo da presente investigação, realizada na cidade de Frutal – MG – Triângulo Mineiro (UEMG, 2019).

De caráter transversal, analítico com abordagem qualitativa, foram incluídos os estudantes que aceitaram participar da pesquisa de forma voluntária e que estivessem matriculados nos referidos cursos. Os critérios de exclusão foram não aceitar participar e não estar matriculado.

Quanto aos instrumentos do estudo, foi feita uma avaliação dos sintomas depressivos e considerada a vivência da sintomatologia durante a última sessão: humor triste ou deprimido, culpa, irritação, isolamento, realização de tarefas cotidianas, visão de si mesmo como inútil, dificuldade de concentração, dificuldade em realizar tarefas cotidianas, diminuição do desejo sexual, tomada de decisões, ideações suicidas e de morte, baixa autoestima, desesperança, autocrítica, cansaço ou falta de energia, perda de peso, apetite e sono.

Referente aos cuidados éticos, o presente estudo foi fundamentado a partir da orientação ética regulada pelas Diretrizes e Normas de Pesquisa em Seres Humanos, através da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019).

Resultados e discussões

Segundo o estudo de Taceli (2014) a relação existente entre causas de deficiência e doenças mentais é vista dentre a grande maioria dos jovens participantes como: sete discordam radicalmente da concepção de que estas seriam consequências de castigo de Deus (nada), dois alegaram que “às vezes” e um respondeu “razoável”. Quanto a considerarem as doenças mentais como decorrência de influência de entidades do mal, sete responderam nada, um “razoável”, um “às vezes” e um “pouco”. Com relação a serem causadas por fatores biológicos, sete responderam concordar em muito e três razoáveis.

Sobre as doenças mentais serem uma espécie de obsessão espiritual, sete responderam que concordam em nada, dois “pouco” e apenas um “razoável”. Quanto à ideia de serem tais doenças uma consequência da lei de causa e efeito, seis responderam concordarem em nada, três “às vezes” e um “muito”. As informações concernem ao grau de similaridade nos valores pessoais (em comparação com os outros garotos).

Já o presente estudo com universitários, diferentemente da pesquisa realizada com estudantes do Ensino Médio, se concentra nos problemas enfrentados, antes mesmo de se ingressar na universidade. Percebe-se que os problemas psicossociais se

intensificam a partir do momento que assumem maior responsabilidade diante da vida, seja nas esferas – pessoal ou profissional.

Vale ressaltar que o estresse e sintomas depressivos se acentuam em universitários da área da saúde (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019) provavelmente por lidarem com vidas humanas, acrescidas pelo contexto da pandemia.

Considerações finais

A ideia central desse artigo foi abordar uma experiência em educação com ênfase na saúde, buscou-se reafirmar que embora a depressão pareça um assunto muito discutido entre os autores da área, ela infelizmente continua assolando a humanidade e atingindo inúmeras pessoas, em específico estudantes universitários.

E quando surge uma luz na escuridão se faz necessário analisar, buscar possibilidades de tratamento e um diagnóstico mais preciso da doença, caso do estudo realizado por pesquisadores da Escola de Medicina da Universidade de Indiana (EUA) liderada pelo Dr. Le-Niculescu (2009) que identificou em biomarcadores sanguíneos o diagnóstico de transtornos de humor usando genômica funcional convergente. Em exames de sangue se obteve informações de avaliações, verificando que os sintomas da depressão podem estar relacionados a outros fatores, mesmo que no momento não se disponha de medidas consideradas “objetivas”, mas sim um ponto de partida que indique a continuidade de pesquisas sobre a depressão e seus sintomas.

Todavia ainda pode ser um avanço em direção à melhor compreensão da saúde mental, diagnóstico e tratamento da depressão, dos transtornos de humor. Em outras palavras, espera-se que os biomarcadores de traço se tornem medidas preventivas para os sintomas depressivos, antes mesmo de se manifestarem ou reincidirem. Importa salientar que a prevenção em relação à problemática da depressão favorece as intervenções para os profissionais das esferas biológicas, sociais, psicológicas e o tratamento medicamentoso individualizado, personalizado, ou seja, avaliando caso a caso.

Portanto, no campo científico vale ressaltar que se abrem possibilidades para se rediscutir a depressão e inovações científicas diversas, visto que nenhuma pesquisa se encerra, mas é um processo gradativo e contínuo para o conhecimento.

Referências

ANDIFES. **Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior**. 2019. Disponível em: <https://www.andifes.org.br/>. Acesso em: 05 abr. 2021.

AQUINO, D. R. de; CARDOSO, R. A.; PINHO, L. de. Sintomas de depressão em universitários de medicina. **Boletim - Academia Paulista de Psicologia**, São Paulo, v. 39, n. 96, p. 81-95, jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2019000100009. Acesso em: 20 abr. 2021.

CALEIRO, M. M.; SOUSA, T. S. de. **Depressão na universidade**: um olhar investigativo. Trabalho de Conclusão de Curso (Jornalismo). Frutal: UEMG, 2017.

CUNHA, E. R.; MOROSINI, M. C. Evasão na educação superior: uma temática em discussão. **Revista Cocar**, Belém, v. 7, n. 14, p. 82-89, ago.-dez., 2013. Disponível em: https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/8775/2/Evasao_na_educacao_superior_uma_tematica_em_discussao.pdf. Acesso em: 27 abr. 2021.

LEGNANI, V.; ALMEIDA, S. F. Reflexões sobre a “epidemia” de depressão em adolescentes e jovens adultos à luz da relação entre a psicanálise e a política. **Revista da FAEEBA - Educação e Contemporaneidade**, Salvador, v. 29, n. 60, p. 42-53, dez. 2020.

NICULESCU, H. L.E. et al. Identificação de biomarcadores sanguíneos para transtornos de humor usando genômica funcional convergente. **Molecular Psychiatry**, [S.l.], v. 14, p. 156-74, 2009. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41380-021-01061-w>. Acesso em: 22 abr. 2021.

OAB. Ordem dos Advogados do Brasil. **Exame de Ordem**. Disponível em: <https://examedeorde.oab.org.br/>. Acesso em: 12 abr. 2021.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Relatório Mundial da Saúde – Saúde Mental**: nova concepção, nova esperança. Lisboa. abr., 2002. Disponível em: http://www.who.int/whr/2001/en/whr01_po.pdf. Acesso em: 11 set. 2017.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Perfil do país**. 2019. Disponível em: <https://www.who.int/countries/bra/>. Acesso em: 10 abr. 2021.

TACELI, C. I. **Religiosidade e Valores em adolescentes do interior de Minas Gerais**. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Brasília: Universidade Católica de Brasília, 2014.

UEMG. Universidade do Estado de Minas Gerais. **Graduação**. 2019. Disponível em: <https://www.uemg.br/unidades-2019/159-frutal>. Acesso em: 20 abr. 2021.

UFMG Diversa. **Revista da Universidade Federal de Minas Gerais**. v. 2, n. 5, jun. 2004. (Edição Vestibular). Disponível em: <https://www.ufmg.br/diversa/5/psicologia.htm>. Acesso em: 20 abr. 2021.