AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E BURNOUT EM PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO

Luiz Gustavo Rachid Fernandes (PIBIC/FA), Guilherme Lourenço de Macedo, Andrielle Chaikoski, Romario Schermak de Barros, Ana Cláudia Garabeli Cavalli Kluthcovsky, Fabiana Postiglione Mansani (Orientadora), e-mail:fpmansani@gmail.com

Universidade Estadual de Ponta Grossa/ Departamento de Medicina

Área e subárea do conhecimento: Ciências da saúde - medicina.

Palavras-chave: Depressão, Ansiedade, Esgotamento Profissional.

Resumo

Níveis alarmantes de transtornos psiquiátricos em programas de pós-graduação vem sendo divulgados por pesquisas nos últimos tempos. Fatores como: extensa carga horária, a grande quantidade de atividades, falta de convívio social, condições e hábitos de vida inadequados, dentre outros vem sendo relacionados aos altos índices de depressão, ansiedade e esgotamento físico e mental. O trabalho em questão tem como principal objetivo a realização de um levantamento acerca da saúde mental dos pós-graduandos em ciências da saúde da Universidade Estadual de Ponta Grossa (PPGCS-UEPG) e do programa de Odontologia (mestrado e doutorado). Para isso foi aplicado os seguintes questionário: Depressão - Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), Transtornos de ansiedade - Generalized Anxiety Disorder 7-item (GAD-7) e para avaliação da Síndrome de Burnout a aplicação do Maslach Burnout Inventory. Com este estudo, propomos descobrir as relações estabelecidas entre depressão, ansiedade e burnout entre a amostra analisada bem como os fatores sociodemográficos associados e os níveis de intensidade moderado a grave e leve dos Transtornos de Ansiedade Generalizada e Depressivo Maior.

INTRODUÇÃO

Alunos de programas de pós-graduação de diversas instituições de ensino superior são diariamente expostos aos mais diversos fatores estressores, e, relacionados a este contexto podem estar sujeitos a apresentar e/ou o desenvolver diferentes níveis de determinados transtornos psicológicos, como Ansiedade e Depressão (GEWIN, 2012; EVANS et al., 2018).

Relatórios de 2014 sobre saúde mental e bem-estar elaborados pela Universidade de Berkeley, Califórnia - USA, apontam que entre 43% a 46% dos estudantes de pós-graduação de biociências se apresentavam com sinais de depressão (UC Berkeley Graduate Assembly, 2014). A Universidade de Alberta, Edmonton - CAN, publicou em 2018 uma análise referente ao mesmo tema, onde revela que dos pós-graduandos estudados, 34,3% estavam deprimidos e 59,6% intensamente ansiosos. Outro estudo analisou mais de 2.000 alunos de pós-graduação e concluiu que existe alta prevalência de ansiedade e depressão neste perfil de amostra, atingindo valores de 41% para ansiedade e 39% para depressão (EVANS et al., 2018).

Dentre os fatores envolvidos no meio acadêmico capazes de desencadear transtornos psicológicos, estão principalmente aqueles relacionados à quantidade de atividades e até mesmo a falta de tempo hábil para realizá-las, expectativas elevadas de rendimento e desempenho, privação de sono, rotina de estudos do dia-

a-dia, e competições existentes neste meio. Alguns autores também sugerem que existem condições relacionadas ao equilíbrio entre os estudos e vida-social fora do meio acadêmico, como a questão de gênero, a não realização de atividades de lazer, falta de atividade física regular, isolamento social, condições de moradias, e até mesmo condições financeiras (GEWIN, 2012; EVANS et al., 2018).
Diante deste panorama o objetivo do presente trabalho é verificar a prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada, Burnout e Transtorno Depressivo Maior, sua associação com variáveis sociodemográficas, bem como comparações entre os alunos dos programas de pós-graduação em Ciências da Saúde e Odontologia de uma Universidade Estadual do sul do Brasil e os níveis de intensidade moderado a grave e leve dos Transtornos de Ansiedade Generalizada e Depressivo Maior.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo do tipo transversal do tipo exploratório e de natureza quantitativa. A população estudada é dos programas de pós-graduação em ciências da saúde (mestrado) e odontologia (mestrado e doutorado).
Trabalho submetido e aprovado pela Comissão de ética em pesquisa sob número 65726217.0.000.0105.
No intuito de avaliar a prevalência de distúrbios depressivos foi utilizado o Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Para transtornos de ansiedade, o questionário aplicado foi o Generalized Anxiety Disorder 7-item (GAD-7). Para avaliação da Síndrome de Burnout foi aplicado o Maslach Burnout Inventory (MBI).
Os questionários foram autoaplicados por alunos da pós-graduação em Ciências da saúde e de Odontologia. Os resultados obtidos pelas escalas avaliadas foram coletados e tabulados pelos pesquisadores e foram efetuadas análises estatísticas para comparação entre os diferentes cursos deste programa, gênero, idade, uso de medicamentos, entre outros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A idade entre todos os participantes variou de 22 a 56 anos, sendo 25 (36,2%) com idade até 29 anos e 44 (63,8%) acima de 30 anos, onde 20 (29%) eram homens e 49 (71%) eram mulheres. Dentre todos apenas 13 (18,8%) moravam sozinhos e 56 (81,2%) com outra(s) pessoa(s), desses últimos 53 (76,8%) tinham parceiro fixo e 16 (23,2%) não tinham. Em relação a renda mensal, 17 (24,6%) reportaram renda familiar de até R$3.000,00 e 52 (75,4%) renda acima de R$ 3.000,00.
A presença de tabagistas entre os participantes estudados foi de apenas 1,4%, e ingestão de bebidas alcoólicas para mais de uma vez por mês foi relatado por 66,7% dos respondentes. Quando questionados se em algum momento haviam feito uso de drogas ilícitas, 7,2% responderam que sim, e na descrição de qual seria a droga 5,8% do total de participantes, incluindo os que não faziam uso, a caracterizaram como maconha (Cannabis sativa). Quanto ao fato de terem utilizado alguma vez na vida estimulantes do Sistema Nervoso Central (SNC) como a Ritalina (Metilfenidato), Venvanse (Lisdexanfetamina) e Stavigile (Modafinila), apenas 4,3% afirmaram que sim. Quanto ao uso atual de psicotrópicos, substâncias definidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como atuantes no sistema nervoso central incluindo antidepressivos, 14,5% dos entrevistados o faziam. Entre os psicotrópicos utilizados estavam presentes os antidepressivos succinato de desvenlafaxina monoidratado, cloridratos de paroxetina, de duloxetina, de sertralina, de venlafaxina, mirtazapina e oxalato de escitalopram, os estabilizadores de humor e anticonvulsivantes

divalproato de sódio e carbolitium, e os benzodiazepínicos clonazepam e alprazolam.

Do total de alunos de pós-graduação que participaram do presente estudo a utilização atual ou pregressa de medicamentos para tratamento de TAG e TDM, bem como a procura de tratamento com médico (psiquiatra, neurologista ou clínico geral), forma relatados em percentuais que variaram de 34,8% e 27,5%, respectivamente. O uso atual de psicotrópicos fora evidenciado em 14,5%, e, comorbidades psiquiátricas diagnosticadas em 8,7% dos entrevistados.

A satisfação positiva com o próprio rendimento acadêmico em suas tarefas diárias foi observada em 31 dos 69 entrevistados, revelando um valor de 45%. Esta satisfação não estava presente em 38 dos participantes, o que representa mais da metade deles (55%).

Em análise quanto ao total de participantes de ambos os programas de pós-graduação constatou-se uma prevalência de 49,3% dos participantes para Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), e de 43,5% para Transtorno Depressivo Maior (TDM).

Tabela 1. Prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) e Transtorno Depressivo Maior (TDM) moderados a graves entre estudantes de Pós-Graduação Mestrado em Ciências da Saúde, Mestrado e Doutorado em Odontologia, 2019.

	TAG (%)	TDM (%)
Mestrado em Ciências da Saúde	56,0	44,0
Mestrado em Odontologia	47,4	26,3
Doutorado em Odontologia	44,0	56,0
Mestrado e Doutorado em Odontologia	45,4	43,2
Mestrados em Ciências da Saúde e Odontologia	52,3	36,4
Total	49,3	43,5

Nos dados expostos na tabela 1, que comparou as prevalências do TAG com as de TDM, percebe-se que as taxas de TAG são maiores em todos os seus respectivos grupos, exceto para o grupo Doutorado em Odontologia.

Em relação ao percentual total de TAG, 49,3%, quando comparado com os valores obtidos para cada grupo específico de Programa de pós-Graduação, apenas observa-se valores mais altos nos grupos do Mestrado em Ciências da Saúde e Mestrados em Ciências da Saúde e Odontologia. O mesmo raciocínio pode ser aplicado para TDM, com prevalência total de 43,5% dos entrevistados, e quando comparados com os grupos específicos, observa-se valores maiores para Doutorado em Odontologia e Mestrado em Ciências da Saúde.

Na análise da comparação dos estudantes de acordo com a ocorrência do TAG estratificados perante seus respectivos programas de pós-graduação e o nível de intensidade (moderado a grave e leve) do transtorno observa- se que nenhum dos valores obtidos foi significativo, ou seja, não há diferenças entre os grupos de estudantes, com relação à prevalência dos níveis de intensidade TAG. Em relação ao TDM também se analisou a comparação dos estudantes e os níveis de intensidade do transtorno, e mais uma vez não houve nenhuma significância, portanto, sem diferenças entre os grupos de estudantes em relação à prevalência dos níveis de intensidade TDM.

Na busca de possíveis associações entre o TAG e as diversas variáveis estudadas na presente pesquisa, para os dados dos 69 participantes, observou-se que houve associação significativa entre o Transtorno Depressivo Maior moderado a grave com

o Transtorno de Ansiedade Generalizada moderado a grave. Onde a proporção de 70,6% para TDM Moderado e Grave é maior do que 17,1% para TDM leve, com valor de $p < 0,001$, através de Teste de Qui- Quadrado, e Odds ratio (com intervalo de confiança 95%) de 11,6, ou seja, estudantes com TDM moderado a grave têm 11,6 vezes mais chance de ter TAG moderado a grave. Outra associação significativa notada é o fato dos estudantes não estarem satisfeitos com seu desempenho acadêmico (70,6%) em comparação com a presença de TAG moderado a grave, onde o valor de $p < 0,01$ e Odds ratio (com intervalo de confiança 95%) de 3,6, significa que os estudantes não satisfeitos com o desempenho acadêmico têm 3,6 mais chances de ter TAG moderado a grave. Demais variáveis não apresentaram associações significativas.
Comparando os resultados entre o TDM e as diversas variáveis estudadas na presente pesquisa observa-se que nenhuma variável apresentou associação significativa.
Em relação ao Burnout houve associação significativa entre o lazer e Burnout DP e realizar sempre o lazer foi associado a maior proporção de baixo nível de Burnout DP (66,7%).
Observa-se também que houve associação significativa entre o uso de psicotrópico e Burnout EE. Usar psicotrópico foi associado a maior proporção de baixo nível de Burnout EE (33,3%).

CONCLUSÕES

O presente estudo constatou prevalências elevadas tanto de Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) e Transtorno Depressivo Maior (TDM) entre os alunos de Programas de Pós-Graduação em nível de Mestrado e Doutorado na área da saúde, sendo maiores que as encontradas na população global e brasileira.
Observou-se também que estudantes de pós-graduação identificados com TDM moderado a grave tem maior probabilidade de apresentar TAG moderado a grave.
Em relação ao Burnout observou-se que o uso psicotrópico foi associado a maior proporção de baixo nível de Burnout EE.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Fundação Araucária e aos programas de Pós-graduação de Ciências da Saúde e Odontologia por contribuirem para o desenvolvimento desse estudo bem como aos alunos que disponibilizaram seu tempo respondendo essa pesquisa.

REFERÊNCIAS

DUQUE, J. C.; BRONDANI, J. T.; LUNA, S. P. Estresse e pós-graduação em Medicina Veterinária. Revista Brasileira de Pós-Graduação, Brasília, v. 2 (3) páginas 134-48, 2005.
EVANS, TM; BIRA, L; GASTELUM, JB et al. Evidence for a mental health crisis in graduate education. Nat Biotechnol. 2018 Mar 6;36(3):282-284.
GEWIN, V. Mental health: Under a cloud. Nature, v. 490, n. 7419, p. 299-301, 2012.
LÖWE, B. et al. Validation and standardization of the Generalized Anxiety Disorder Screener (GAD-7) in the general population. Med Care. 2008 Mar;46(3):266-74.
UC Berkeley Graduate Assembly 2014. Graduate Student Happiness and Well-being Report. http://ga.berkeley.edu/wellbeingreport (2014).