



# A RELAÇÃO ENTRE O USO DE INTERNET E SINTOMAS DEPRESSIVOS EM UNIVERSITÁRIOS

*Gabriela Pereira Baptista Silva<sup>1</sup>, Catherine Menegaldi Silva<sup>2</sup>, Camila Cortellete Pereira da Silva<sup>3</sup>, Rute Grossi Milani<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de psicologia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. gabriela.pbsilva@gmail.com

<sup>2</sup>Doutoranda em Promoção da Saúde, Universidade Unicesumar, Campus Maringá-PR. acadêmica do Curso de Pedagogia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. catherinemenegaldi@gmail.com

<sup>3</sup>Doutoranda em Promoção da Saúde, Universidade Unicesumar, Campus Maringá-PR. acadêmica do Curso de Pedagogia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. camila.cortellete@unicesumar.edu.br

<sup>4</sup>Orientadora, Doutora, Programas de Pós-graduação em Promoção da Saúde e Tecnologias Limpas, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI). Bolsista Produtividade em Pesquisa do ICETI. Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UniCesumar. rute.milani@unicesumar.edu.br

## RESUMO

Ao iniciar a jornada acadêmica, o jovem se depara com mudanças, competitividade e pressões sociais e institucionais, em decorrência disso, pode haver consequências em sua saúde mental e o agravamento de estresse, ansiedade e sintomas depressivos. Conjunto a isso, a sociedade globalizada vivencia um momento no qual a tecnologia e as mídias sociais estão presentes diariamente na vida das pessoas, esse acesso às mídias causam impactos na vida do jovem. Dessa forma, é necessário que haja novas pesquisas sobre esse contexto da atualidade e o entendimento dos impactos da tecnologia e das mídias na saúde mental. A pesquisa pretende analisar a relação entre sintomas depressivos e o uso das tecnologias digitais em universitários, e trata-se de um estudo descritivo, correlacional, do tipo transversal. Serão convidados a participar da pesquisa estudantes universitários com idade de 18 a 29 anos, matriculados em uma instituição de ensino superior da cidade de Maringá. Como instrumento, será utilizado um questionário semi-estruturado, denominado Questionário Saúde e Vivência Acadêmica, para avaliar o perfil sociodemográfico e de uso das mídias sociais, e o Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), para avaliar a presença de sintomas depressivos. Será realizada uma análise descritiva e correlacional dos dados obtidos. Espera-se encontrar níveis elevados de sintomas depressivos na amostra composta por universitários. Assim como, espera-se traçar um perfil do uso das redes sociais entre os jovens com níveis elevados de sintomas depressivos. Estes resultados podem informar futuras intervenções de promoção da saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Depressão; Estudantes universitários; Mídias sociais.

## 1 INTRODUÇÃO

No Brasil, há uma crescente preocupação com a saúde mental dos acadêmicos, pois os universitários vivenciam situações como cobranças, prazos e competitividade, que podem desencadear sofrimento psíquico. Ao ingressar no ambiente universitário, o acadêmico passa por mudanças biológicas, psicológicas e sociais, resultando no aumento de fatores estressores (GRANER; CERQUEIRA, 2019). Enfatiza-se também que o sofrimento psíquico observado nesse público está associado com a percepção negativa desse ambiente acadêmico e com uma queda na qualidade de vida após o ingresso nesse meio. À vista disso, o impacto na saúde mental dos acadêmicos manifesta a importância de investimentos em promoção da saúde e mostra-se como uma questão de saúde pública, tal impacto pode acarretar transtornos e sintomas depressivos.

Há universitários de diferentes faixas etárias e a depressão pode afetar o indivíduo em qualquer fase da vida, entretanto, Barroso; Oliveira e Andrade (2019) afirmam que a faixa etária que predomina entre os estudantes universitários são dos 18 aos 29 anos e essa fase é marcada por pressões sociais, mudanças e tomada de decisões importantes, além dessas demandas naturais, as exigências institucionais podem agravar estresse, gatilhos emocionais e sintomas depressivos. De acordo com Lelis et al. (2020), a depressão



provoca grandes consequências, e tem potencial para afetar a saúde física e mental, para os autores “os sintomas mais comuns são alteração do humor, profunda tristeza, perda de sono, sentimento de dor e de culpa e perda ou aumento do apetite” (LELIS et al., 2020, p.2).

Além das condições citadas, a contemporaneidade é marcada pelo acesso às mídias sociais e veículos digitais, a inserção da tecnologia ocorreu em todos os setores e atingiu todas as gerações, sendo assim, novos estudos são necessários para compreender os impactos na saúde mental dos acadêmicos. De acordo com Rosa et al. (2016), “Com o surgimento das tecnologias observou-se que os comportamentos agora giram em torno da inovação, do aprendizado, da mudança e da competitividade”. Os autores ressaltam a importância das tecnologias digitais, como aparelhos celulares e computadores, como forma de comunicação e inserção do indivíduo no contexto atual, além disso, o acesso a informações através dos veículos de pesquisa é um grande aliado aos universitários. Entretanto, também existe o impacto na saúde mental do acadêmico, Rosa et al. (2016) indicam que a tecnologia impacta a maneira do universitário agir com o ambiente e pode acarretar ansiedade, sedentarismo, perda da memória, distúrbios do sono, sintomas depressivos, cansaço, irritabilidade e prejudicar aspectos sociais, físicos e psíquicos.

Diante disso, a pesquisa pretende averiguar quais são esses impactos psicológicos e como o uso da tecnologia e das mídias se relaciona com a saúde mental e transtornos depressivos de universitários alunos de 18 a 29 anos da instituição de ensino superior de Maringá.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, correlacional, do tipo transversal. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética, conforme o parecer nº 3.280.711.

Para a realização da pesquisa, inicialmente serão realizadas consultas em portais de periódicos científicos, como o SciELO (Scientific Electronic Library Online), para teorização da temática saúde mental em acadêmicos, sintomas depressivos e o uso de tecnologia e mídias sociais em universitários. Em seguida, os dados serão coletados em uma instituição de ensino particular.

Serão convidados a participar da pesquisa estudantes universitários com idade de 18 a 29 anos, matriculados em uma instituição de ensino superior da cidade de Maringá.

Como instrumento, será utilizado um questionário semi-estruturado, denominado Questionário Saúde e Vivência Acadêmica (SILVA, 2020). Com relação ao Questionário de Vivência Acadêmica, será utilizada a Parte 1, que contém perguntas sobre o perfil sociodemográfico dos participantes como o sexo, orientação sexual, raça, estado civil, religião e com quem mora. A parte 3 e 3.1 que possui perguntas sobre a relação do universitário com a internet e o uso das mídias sociais e a Parte 4 que possui questões sobre a busca por conteúdos como depressão e ansiedade na internet.

Também será utilizado o Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), um instrumento de rápida aplicação que contém 9 itens baseados em conceitos descritos no Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSMIV), o instrumento avalia sintomas de depressão maior. Para cada item, a pessoa indica a frequência no qual vivenciou aquele sintoma, podendo variar de 0 a 3, através da Escala Likert, representando “nenhuma vez”, “vários dias”, “mais da metade dos dias” e “quase todos os dias”, respectivamente. Além disso, o instrumento possui uma pergunta que indica qual é a interferência dos sintomas no desempenho diário do indivíduo.

Será realizada uma análise descritiva dos resultados para a obtenção de gráficos e tabelas de frequência, com o intuito de caracterizar os participantes da pesquisa. Para



descrição dos resultados serão utilizadas a frequência absoluta e a porcentagem para as variáveis categóricas. Posteriormente, será realizada análise de correlação das variáveis da pesquisa.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Baseado em estudos anteriores com universitários, espera-se encontrar níveis elevados de sintomas depressivos na amostra composta por universitários. Assim como, espera-se traçar um perfil do uso das redes sociais entre os jovens com níveis elevados de sintomas depressivos. Estes resultados podem informar futuras intervenções de promoção da saúde.

### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados obtidos através da pesquisa, será concluído a relação entre o uso de internet e sintomas depressivos e os impactos do uso da tecnologia na saúde mental em jovens universitários. Em vista disso, os estudos sobre esse contexto contemporâneo das vivências universitárias é de extrema importância para promoção da saúde.

### REFERÊNCIAS

BARROSO, Sabrina Martins; OLIVEIRA, Nadyara Regina de; ANDRADE, Valéria Sousa de. Solidão e depressão: Relações com características pessoais e hábitos de vida em universitários. **Psicologia: Teoria e pesquisa**, v. 35, 2019.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1327-1346, 2019.

LELIS, Karen de Cássia Gomes et al. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. 23, p. 9-14, 2020.

ROSA, A. L. M., DE ARRUDA, E. C., MARTINS, A. B. T., & MILANI, R. G. O uso de tecnologias digitais em uma instituição de ensino superior: apontamentos sobre a saúde do jovem. **Saúde e Pesquisa**, v. 9, n. 3, p. 537-545, 2016.

SILVA, Camila Cortellete Pereira da. Promoção da saúde mental do jovem na vida acadêmica e recursos salutogênicos. **Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde**. Maringá-PR: UNICESUMAR, 2020.