

AUTO PERCEPÇÃO E DEPRESSÃO EM ACADÊMICOS DO CURSO DE PEDAGOGIA

AUTO PERCEPTION AND DEPRESSION IN STUDENTS OF PEDAGOGY COURSE

Danielle Ferreira Oliva¹
Priscilla Kálisy Duarte Soares²
Fernando Bryan Duarte Soares³
Leonardo Augusto Couto Finelli^{1,3}
Wellington Danilo Soares^{1,3,4}

RESUMO

O presente estudo teve como foco analisar a auto percepção da imagem corporal e depressão entre acadêmicos de Pedagogia de uma instituição privada de ensino superior da cidade de Montes Claros-MG. Para tanto foi realizada uma pesquisa descritiva, com abordagem quantitativa e de corte transversal. A amostra foi constituída de 92 acadêmicos, ambos os sexos, selecionados aleatoriamente, matriculados e frequentes no curso de Pedagogia. A avaliação da imagem corporal foi avaliada por meio de *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e, o nível de depressão através do questionário de Beck. Com relação à autoimagem os resultados mostraram que os avaliados apresentaram uma boa auto percepção de sua imagem corporal, inclusive nos dois sexos. Foram detectados níveis mínimos de depressão nos pesquisados. Conclui-se ser importante a adoção de medidas de prevenção com relação a depressão afim de evitar um aumento dessa preocupante patologia, apesar da frequência de auto percepção e depressão serem em níveis satisfatórios.

Palavras Chave: Auto percepção. Depressão. Medicamentos. Acadêmicos. Pedagogia.

ABSTRACT

This study focused on analyzing the self-perception of body image and depression among academics of Pedagogy Course of a private higher education institution in the city of Montes Claros-MG. For this purpose a descriptive research was conducted with a quantitative approach and cross-sectional. The sample consisted of 92 students, both genders, randomly selected, registered and frequent in the Faculty of Pedagogy. The evaluation of body image was evaluated by Body Shape Questionnaire (BSQ) and the level of depression using the Beck questionnaire. Regarding the self-image results showed that the subjects showed good self-perception of their body image, including in both sexes. Minimum levels of depression in subjects were detected. We conclude be important to adopt preventive measures in relation to depression in order to avoid an increase in this troubling condition, despite the frequency of self-perception and depression are at satisfactory levels.

Keywords: Self-perception. Depression. Medications. Academics. Pedagogy.

INTRODUÇÃO

Percepção de imagem corporal caracteriza-se pela forma como o indivíduo se vê, e como ele se sente em relação ao seu corpo e sua forma física (BRACHT *et al.*, 2013).

¹ Faculdades Integradas do Norte de Minas – FUNORTE

² Centro Universitário Serra dos Órgãos – UNIFESO

³ Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES

⁴ Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde – PPGCS/UNIMONTES

Sendo assim, a insatisfação com a imagem corporal surge quando a pessoa passa a ter sentimentos de negação pelo seu próprio corpo ao realizar comparações com de outras pessoas, insatisfação essa que se caracteriza pela busca excessiva pelo corpo ideal (MARQUES *et al.*, 2013; MIRANDA *et al.*, 2012).

A depressão é um transtorno de humor crônico recorrente, segundo estudos, é o quarto maior causador de inaptidão social, com perspectivas de tornar-se a segunda maior causa nos próximos anos. Caracteriza-se por quadros de pessimismo, culpa, tristeza, inapetência, dificuldade de concentração, diminuição do apetite sexual e maior irritabilidade, podendo seu agravo levar a tentativas de suicídio (RIBEIRO *et al.*, 2014).

Assis *et al.* (2013) em estudo com ambos os sexos, observaram entre as mulheres que 9,8% consideravam-se magras e pouco abaixo do peso ideal e 47,5% consideravam-se acima do peso ideal, sendo que 42,7% achavam-se com o peso ideal e 57,3% estavam insatisfeitos com seu peso corporal e, possivelmente, com sua imagem corporal.

Essa vulnerabilidade em indivíduos sejam homens ou mulheres, podem caracterizar um espaço favorável para o estabelecimento do quadro depressivo.

Indivíduos diagnosticados com algum transtorno psíquico são submetidos a psicoterapia e nos casos mais severos, é associada a terapia medicamentosa. Com o aumento de casos diagnosticados e o surgimento de novas medicações nos últimos anos, tem-se elevado os índices de consumo desses fármacos, principalmente entre os jovens (RIBEIRO *et al.*, 2014).

Estudos afirmam que tais alterações adquiridas durante a vida acadêmica podem ser seguidos momentos posteriores a graduação pelo indivíduo (BRACHT *et al.*, 2013; CARVALHO *et al.*, 2013; FERREIRA; OLIVEIRA; REGGIOLLI; 2014; SOUZA *et al.*, 2012).

A frequência do quadro depressivo é maior na população jovem estudantil quando comparado à geral. Nesse sentido, os estudantes universitários têm sido alvo de estudos, buscando associação desse quadro patológico com as características desta população. Sobrecarga de estudos, vida desregrada, desgastante, consumo de álcool, distância da família, elevada carga horária de estudo, bem como imposição do alto nível de cobrança, não só pela sociedade ou instituição de ensino, como pelo próprio indivíduo, expõem-no a constantes crises, que muitas vezes, podem desencadear episódios de depressão (MARQUES *et al.*, 2010).

No cotidiano acadêmico, todos esses fatores são vivenciados, desde o momento do ingresso na universidade. Com curso em horário integral, o ritmo de vida intenso e pressão psicológica causada pelo desejo de um bom desempenho a cada período do curso vão aos poucos se tornando fatores estressores aos alunos. Dessa forma, freqüentemente, desenvolvem sentimentos como desapontamento, irritabilidade, preocupação e impaciência durante a graduação (BENAVENTE; COSTA, 2011).

Diante da importância do cenário acima descrito, objetivou-se analisar a percepção da imagem corporal, depressão e uso de antidepressivos por acadêmicos de um curso de graduação em Pedagogia de uma instituição privada de ensino superior da cidade de Montes Claros – MG.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Associação Educativa do Brasil (SOEBRAS) sob o parecer número 1005397/2015. Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo, com abordagem quantitativa e de corte transversal.

A amostra foi constituída de 92 participantes, ambos os sexos, selecionados aleatoriamente, matriculados e frequentes no curso de graduação em Pedagogia de uma instituição privada de ensino superior da cidade de Montes Claros – MG. Foram incluídos os acadêmicos que aceitaram participar de forma voluntária da pesquisa, e excluídos aqueles que não responderam corretamente o questionário ou que estiveram ausentes nas aulas no período de aplicação do questionário (após duas tentativas), ou por licença médica.

A insatisfação com a imagem corporal foi avaliada por meio do *Body Shape Questionnaire* (BSQ) em sua versão para o português de Cordás e Castilho (1994) do original elaborado por Cooper *et al.* (1987) e validada por Manetta (2002). Trata-se de um questionário autoaplicável do tipo escala de *Likert*, composto por 34 perguntas com seis opções de resposta, que pontuam de 1 a 6, sendo a maior pontuação conferida àquelas respostas que refletem maior preocupação com a imagem corporal e maior auto depreciação devido à aparência física, especialmente no sentido de sentir-se com excesso de peso.

O quadro de depressão foi avaliado através do Inventário de Depressão de Beck (IDB). Uma escala com 21 itens com 4 níveis de resposta, representam sintomas e atitudes como tristeza, pessimismo, sentimento de fracasso, baixa auto estima, insatisfação, autopunição, retração social, indecisão, distorção da imagem corporal, inibição para estudo ou trabalho, distúrbios de sono, fadiga, inapetência, perda de peso, preocupação somática e diminuição da libido. Confiável para identificação de casos de depressão, aplicável em estudos epidemiológicos e clínicos. De fácil aplicação, baixo custo e permite comparações e avaliações.

Para coleta de dados foi solicitado a cada docente de horário mais favorável em sua aula para a aplicação do estudo, o tempo de preenchimento foi em torno de quinze minutos. Toda coleta de dados ocorreu em uma sala reservada para esse fim, mantendo a privacidade e sigilo das informações e participantes. Teve-se o cuidado de aplicar os questionários sempre fora do período de provas, seminários ou eventos avaliativos. A aplicação dos mesmos se deu no mês de Junho/2015.

Após a aplicação dos questionários, as informações coletadas foram transferidas para o banco de dados utilizando-se tabelas no qual foram feitas análises descritivas com valores em porcentagem, média e desvio padrão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 92 acadêmicos, e a maioria deles apresentaram insatisfação leve quanto à auto percepção da imagem corporal, o que corresponde a um percentual de 89% dos avaliados, ou seja, o resultado mostra que há pouca preocupação com a imagem corporal.

Através dos dados apresentados na tabela 1 foi possível verificar que dos os avaliados mostraram uma insatisfação moderada em relação a sua autoimagem e uma minoria apresentou insatisfação grave. Com isso, a pesquisa revelou que embora haja uma preocupação com a imagem corporal por parte dos estudantes a maioria apresenta um nível de insatisfação leve; o que contraria dados obtidos e encontrados nas literaturas pesquisadas para o presente artigo. Fato digno de nota é o conceito amplo, que envolve vários aspectos pertinentes ao tema. Por isso, se encaixa melhor em uma definição satisfatória, já que a imagem corporal abrange os processos fisiológicos, psicológicos e sociais, num intercâmbio contínuo entre eles (BARROS, 2005).

Tabela 1 – Apresenta a classificação segundo os questionários (n=92).

BSQ	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
Insatisfação leve	82	89,1%
Insatisfação moderada	8	8,7%
Insatisfação grave	2	2,2%
BECK	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
Níveis mínimos de depressão	71	72,2%
Leve depressão	20	21,7%
Moderada depressão	1	1,1%

Fonte: dados da pesquisa.

Segundo Russo (2005) a consciência de si baseada no reconhecimento da própria imagem, incluindo seus aspectos fisiológicos, sociais e afetivos, é um caminho promissor para a transformação do corpo-objeto em um corpo-sujeito no contexto de uma vida social significativa e prazerosa. Quando se tem um bom conceito e aceitação de si, pois todos os aspectos em volta se torna mais prazeroso, a maneira de como enfrentar os desafios e levar a vida adiante.

A depressão pode ocasionar sintomas dolorosos, retardo psicomotor, falta de energia e alterações no sono. A aparência do deprimido pode ser percebida por meio da expressão facial triste, do olhar melancólico, da testa franzida, dos ombros curvados e da tendência ao choro ou olhar arregalado, apreensivo (MORENO *et al.*, 2007).

Quanto aos níveis de depressão os resultados mostraram que a maioria dos pesquisados (72,2%) apresentaram níveis mínimos de depressão, e apenas uma minoria (1,1%) com moderada depressão. Mondardo e Pedon (2012), lembram que ao ingressar no mundo acadêmico, o estudante tende a abandonar a realidade e o contexto familiar em proveito de outro, cujas regras e exigências, às vezes, apresentam-se muito diferentes. Esta mudança que, sem dúvida, exigirá do estudante universitário maior esforço e adaptação.

Em relação a esses resultados, é necessária certa preocupação mesmo com os níveis mínimos de depressão, como foi à maioria, pois, esses sintomas podem agravar-se e se tornar num nível mais elevado, se não forem adotadas medidas de prevenção, acontece que muitas vezes nem a própria pessoa com esses sintomas iniciantes os reconhecem e acabam relatando que a falta de apetite, isolamento, ansiedade, irritabilidade, transtorno de humor, medo dentre outros são causados pelo stress do dia a dia sem entender quais as conseqüências que esses sintomas podem trazer (GOODYER, 1996).

É comum pessoas com depressão apresentarem diminuição do rendimento no estudo, no trabalho e em seus afazeres cotidianos. A maioria convive com o estado depressivo por longo período de tempo sem procurar ajuda especializada, pois não sabem que seu estado é manifestação de uma doença que deve ser diagnosticada e tratada (FUREGATO, 2006).

Com relação ao gênero, a análise percentual mostrou que não existe diferença estatisticamente significativa (p foi maior que 0,05). Portanto os sentimentos de percepção e níveis de depressão podem ser considerados como iguais para os dois gêneros, conforme se verifica na tabela 2.

Tabela 2 – Demonstra a comparação entre gêneros dos questionários aplicados (n=92)

BSQ	MÉDIA	DP	SIG
Masculino	60,09	26,5	0,060
Feminino	78,43	38,6	
BECK	MÉDIA	DP	
Masculino	11,00	0,7	0,333
Feminino	8,43	0,5	

DP= Desvio Padrão/ SIG = Nível de significância ($p \leq 0,05$).

Fonte: dados da pesquisa.

Relacionando o presente estudo com o de Canales (2011) verifica-se que os pacientes depressivos apresentaram insatisfação com a imagem corporal, evidenciando influência do episódio depressivo sendo também a maior parte do sexo feminino o que ocorreu com o presente estudo.

O acadêmico é altamente vulnerável a apresentar sintomas depressivos devido ao conjunto de fatores que desencadeiam o aumento progressivo do grau de estresse ao decorrer do curso como auto-cobrança excessiva, intensa carga horária, entre outros. Os objetivos foram identificar a

prevalência de sintomas depressivos relacionando a prevalência às possíveis causas desses sintomas. Quanto à prevalência dos sintomas considerados depressivos, houve uma maior frequência de 11,00 entre os homens, observando-se diferença significativa de 8,43 entre as mulheres. Considera-se aceitável esse resultado pelo fato de não ser prejudicial à vida social e afetiva dos acadêmicos desde que percebam e conheçam os sintomas.

Em outro estudo realizado na Suécia, Bergstrum *et al.* (2000), verificaram que adolescentes e adultos são suscetíveis a superestimar o tamanho do corpo mas de forma menos pronunciada que os indivíduos com anorexia nervosa. Para Stice *et al.* (1999), existem evidências de que a mídia promove distúrbios da imagem corporal e alimentar. Algumas análises demonstram que modelos, atrizes e, outros ícones femininos vêm se tornando mais magras ao longo das décadas (SKARLI *et al.*, 2000). O presente estudo também se compara a este, pois, através das respostas dos entrevistados pode-se observar que a mídia interfere muito no quesito moda, corpo sarado, e isso fazem com que, o indivíduo caso não esteja nessa situação se torne depressivo com a insatisfação de sua autoimagem desencadeando assim os primeiros sintomas da depressão entre eles a baixa autoestima.

Matos *et al.* (2002), em seu estudo sobre episódios de compulsão alimentar periódica, ansiedade, depressão de distorção da imagem corporal em pacientes com obesidade grau III, utilizando o Beck (*Beck Depression Inventory*), concluem que os sintomas depressivos mostram-se presentes em 100% dos pacientes. A preocupação com a imagem corporal está presente em 76% dos pacientes utilizando o BSQ.

Alguns estudos relatam que atividades físicas como hidroginástica, caminhada, exercícios aeróbicos e anaeróbicos melhoram os sintomas depressivos (GUSI *et al.*, 2008; NGUYEN, 2008; VIEIRA *et al.*, 2006).

Muitas pessoas mesmo reconhecendo os sintomas de depressão têm receios em procurar ajuda principalmente em psiquiatras já que se referem a tratamentos de pessoas com “doenças mentais” ou insanidade, não aceitando de imediato a sua importância do diagnóstico e tratamento. É preocupante a não busca por esses profissionais pois pode dificultar a vida acadêmica devido as mudanças de períodos na faculdade serem semestrais aumentando em cada um desses períodos as matérias, estágio curriculares, oficinas, e que devem ser inseridos em sua vida pessoal, tendo que conciliar com o trabalho e seus horários de disposição.

Na relação imagem corporal e depressão, existem poucos estudos sistemáticos na literatura relacionando-os e a maioria avalia a imagem corporal em transtornos alimentares e em populações anormais (CANALES, 2011).

CONCLUSÃO

A frequência de auto percepção e depressão em acadêmicos estão em níveis satisfatórios, foi possível com essa pesquisa analisar a autoestima, sintomas depressivos como desesperança, irritabilidade e cognições como culpa, ou sentimentos de estar sendo punido, assim como sintomas físicos como fadiga, perda de peso e diminuição da libido. É necessário conhecer os sintomas e que sejam identificados/detectados antes que causem prejuízos ao desempenho acadêmico e profissional. Estratégias para orientação e diagnóstico precoce desses problemas têm que serem estimulados. Sugere-se estar atento aos sintomas e manifestações de estado deprimido, pois nem sempre as pessoas deprimidas têm consciência dessa condição.

Recomendamos a produção de novos estudos de cunho longitudinal para melhor entender a relação de causa e efeito dessas variáveis ao desenvolver de um curso de graduação de nível superior, pois na literatura poucos são encontrados estudo sobre o presente estudo.

REFERÊNCIAS

- ASSIS, C. L. *et al.* Auto avaliação de peso corporal e classificação do índice de massa corporal de estudantes do ensino superior de Cacoal (RO). **Mudanças – Psicologia da Saúde**, São Paulo, v. 21, n .2, p. 30-39, dez. 2013.
- BARROS, D. D. Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. **História, Ciências, Saúde**, Manguinhos, v. 12, n. 2, p. 547-554, 2005.
- BERGSTRUM, E.; STENLUND, H.; SVEDJEHALL, B. Assesment of body perception among Swedish adolescent and Young adults. **J. Adolesc. Health**, v. 25, n. 1, p. 70-75, 2000.
- BRACHT, C. M *et al.* Percepção da autoimagem corporal, estado nutricional e pratica de atividade física de universitários do Rio Grande do Sul. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 37, n. 3, p. 343-353, 2013.
- CANALES, J. Z. **Fisioterapia em transtorno depressivo maior**: avaliação da postura e imagem corporal. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo - USP, 2011.
- CARVALHO, C. S. *et al.* Frequência de Consumo de Grupos Alimentares por Acadêmicas do 1º e 4º Ano nos Cursos de Nutrição e Pedagogia das Faculdades Unidas do Vale do Araguaia no Município de Barra do Garças-MT. **Revista Eletrônica Interdisciplinar**, Mato Grosso, v. 2, n. 10, p. 78-82, ago. 2013.
- FERREIRA, K. M.; OLIVEIRA, D. S.; REGGIOLLI, M. R. Qualidade dos alimentos consumidos por universitários de uma instituição de ensino superior de Mogi Guacu/SP. **Interciência & Sociedade**, Mogi Guacu - SP, v. 3, n. 2, p. 77-86, 2014.
- FUREGATO, A. R. F. *et al.* Depressão e auto-estima entre acadêmicos de enfermagem. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 33, n. 5, p. 239-244, 2006.

- GOODYER, I. M. Physical symptoms and depressive disorder in childhood and adolescence. **J. Psychosom. Res.**, v. 41, n. 5, p. 405-408, 1996.
- GUSI, N.; REYES, M. C.; GONZALES-GUERRERO, J. L.; HERRERA, E.; GARCIA, J. M. Utility of a Walking programme for moderately depressed, obese, or overweight elderly women in primary care: a randomised controlled Trial. **BMC Public Health**, v. 8, n. 231, 2008.
- MARQUES, R. S. A.; OLIVEIRA, A. P.; ASSIS, M. R. Prevalência de Insatisfação com a Imagem Corporal entre Estudantes de Educação Física. **Corpus et Scientia**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 65-78, jan. 2013.
- MATOS, M. I. R.; ARANHA, L. S.; FARIA, N. A.; FERREIRA, S. R. G.; JOSUÉ, B.; ZANELLA, M. T. Binge eating disorder, anxiety, depression and body image in grade III obesity patients. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v. 24, n. 4, p. 165-169, 2002.
- MONDARDO, A. H.; PEDON, E. A. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários. **Revista de Ciências Humanas**, v. 6, n. 6, p. p. 159-180, 2012.
- MORENO, D. H.; MORENO, R. A. Tratamento de depressão resistente a tratamento. In: OLIVEIRA, I. R.; SENA, E. P. **Manual de psicofarmacologia clínica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006.
- NGUYEN, H. Q.; KOEPESELL, T.; UNUTZER, J.; LARSON, E.; LOGERFO, J. P. Depression and use of a health plan-sponsored physical activity program by older adults. **Am. J. Prev. Med.**, v. 35, n. 2, p. 111-117, 2008.
- OLIVEIRA, A. C. A. *et al.* Consumo de frutas e hortaliças por estudantes do curso de Farmácia da Universidade Federal de Juiz de Fora. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 37, n. 3, p. 377-385, 2012.
- RUSSO, R. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, v. 5, n. 6, p. 80-90, 2005.
- SKARLI, C. J.; SOUBIA, C. S.; SCALFARO, B. M.; CORDÁS, T. A. Imagem Corporal nos transtornos alimentares. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v. 31, n. 4, p. 164-166, 2004.
- SOUZA, L. B. *et al.* Inadequação de consumo alimentar, antropometria e estilo de vida de universitárias da área de saúde. **Revista do Instituto de Ciências da Saúde**, São Paulo, v. 30, n. 4, out./dez. 2012.
- STICE, E. Clinical implications of psychosocial research on bulimia nervosa and binge-eating disorder. **J. Clin. Psychol.**, v. 55, n. 6, p. 675-683, 1999.
- TAVARES, M. C. C. **Imagem Corporal: Conceito e Desenvolvimento**. São Paulo: Manole, 2003.
- VIEIRA, J. L. L.; PORCU, M.; ROCHA, P. G. M. A prática de exercícios físicos regulares como terapia complementar ao tratamento de mulheres com depressão. **J. Bras. Psiquiatr.**, v. 56, n. 1, p. 23-28, 2007.