

Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante

Stress, depression, and perception of family support in technical school students

Valdirlene Checheto Vincenzi **CAMARGO**¹

Sandra Leal **CALAIS**²

Maria Márcia Pereira **SARTORI**³

Resumo

Este estudo teve como objetivo investigar o estresse, o indicativo da depressão e a percepção do suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. Participaram 200 estudantes, os quais responderam ao Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp, ao Inventário de Depressão de Beck e ao Inventário de Percepção de Suporte Familiar. Os resultados mostraram que 61,0% apresentaram estresse; 28,5% indicativos de depressão; e 55,5% avaliaram seu suporte familiar em níveis médio-baixo e baixo. Observou-se a existência de correlação positiva entre estresse e depressão e negativa entre depressão e suporte familiar. Os achados sinalizam a importância de investimentos das políticas públicas em Psicologia, seja na área social ou educacional.

Palavras-chave: Depressão; Educação profissionalizante; Estresse; Relações familiares.

Abstract

This study aimed to investigate the stress, the level of depression, and perception of family support in technical school students. Two-hundred students responded to the following instruments: Lipp's Stress Symptoms Inventory for Adults, Beck Depression Inventory, and Perception of Family Support Inventory. The results showed that stress was detected in 61.0% of the students evaluated, depression was detected in 28.5%, and 55.5% rated their family support levels as medium-low and low. There was positive a correlation between depression and stress and a negative correlation between depression and family support. These findings suggest the importance of investments public policies on Psychology in both social and educational areas.

Keywords: *Depression; Education, Professional; Stress; Family relations.*

▼ ▼ ▼ ▼ ▼

¹ Escola Técnica Estadual Joaquim Ferreira do Amaral. R. Humaitá, 1090, 17301-220, Jaú, SP, Brasil. Correspondência para/Correspondence to: V.C.V. CAMARGO. E-mails: <vcvincenzi@gmail.com>; <val.vicenzi@etec.sp.gov.br>.

² Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Departamento de Psicologia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem. Bauru, SP, Brasil.

³ Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Instituto de Biociências, Departamento de Física e Biofísica. Botucatu, SP, Brasil.

Artigo baseado na dissertação de V.C.V. CAMARGO, intitulada "Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante". Universidade Estadual Júlio de Mesquita Filho, 2010.

O estresse corresponde a um processo de adaptação do indivíduo às demandas internas e externas, representadas por diversas contingências do cotidiano, reduzindo sua capacidade física e mental e diminuindo a resistência às doenças. As manifestações desse fenômeno podem ser físicas ou psicológicas, com sintomas que impedem a satisfação pessoal e provocam fragilidade nos organismos (Valle, 2011).

Pesquisas do Laboratório de Estudos Psicofisiológicos do *Stress* (LEPS), da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas), afirmam que os níveis de estresse dos brasileiros têm aumentado nos últimos anos, e que a grande maioria não sabe lidar eficazmente com suas fontes de tensão. Em níveis elevados de estresse o ser humano mostra irritação, impaciência, dificuldade de concentração e de raciocínio lógico, dificuldades nos relacionamentos e tendência à agressividade (Lipp, 2007).

A presença dessa condição psicológica foi foco de atenção em diversas pesquisas no Brasil e no mundo. Neste trabalho, são apresentadas investigações sobre o assunto em estudantes em geral, por não terem sido localizados estudos com esse construto em estudantes da educação profissionalizante.

A associação entre atividades de lazer e redução do estresse foi estudada em uma instituição de ensino superior em Portugal. A relação entre as variáveis foi constatada, com efeito positivo na saúde, seja física ou mental, refletindo na diminuição dos níveis de depressão e ansiedade (Santos, Ribeiro, & Guimarães, 2003). Além disso, resultados de um estudo no Chile confirmaram que os problemas de saúde dos estudantes do ensino médio estavam relacionados a eventos estressantes (Barra, Cerna, Kramm, & Véliz, 2006). Índices elevados de estresse em universitários também foram observados em Portugal, com quase a metade dos participantes (48,0%) situada em nível médio, enquanto 26,2% foram classificados com um índice elevado (Luz, Castro, Couto, Santos, & Pereira, 2009).

Já no Brasil, uma pesquisa realizada com vestibulandos mostrou que mais da metade dos participantes (61,7%) apresentou indícios de

estresse, aparecendo principalmente sintomas psicológicos, constatando a importância dos aspectos emocionais (Peruzzo et al., 2008). Calais et al. (2007) investigaram universitários no estado de São Paulo, observando que as mulheres apresentaram valores mais elevados de estresse, com maior ocorrência de sintomas físicos entre calouros e de sintomas psicológicos nos veteranos. Índices elevados também foram observados em mestrandos de Santa Catarina, tendo sido identificado em mais da metade dos participantes (62,4%) (Schillings, 2005). Em Sergipe, 40,7% dos mestrandos de uma amostra foram diagnosticados com estresse, relacionando-se o manejo deste fenômeno à eficiência do aluno (Alves Júnior & Santos, 2007).

A reação do organismo ao estresse pode evoluir para fases mais graves, gerando consequências negativas para o indivíduo. Assim, a possível relação entre estresse e depressão se mostra pertinente, pois, segundo Valle (2011), o desgaste emocional a que as pessoas estão submetidas na vida diária é significativo na determinação de transtornos relacionados ao estresse, entre os quais a depressão, afetando profundamente a qualidade de vida das pessoas.

A depressão é caracterizada como um transtorno de humor multifatorial incluindo aspectos afetivos, motivacionais, cognitivos e neurovegetativos. Diversos fatores de risco podem aumentar a predisposição à doença, devendo ser considerados em sua avaliação e tratamento (Santos, Nakamura, & Martin, 2007). Estima-se que de 5 a 10% da população sofra de depressão, necessitando de intervenção psiquiátrica ou psicológica e que, nos próximos 20 anos, a depressão será a doença mais comum no mundo. Esse transtorno ocorre com maior incidência entre os 20 e os 40 anos e o risco é mais alto em mulheres (World Health Organization [WHO], 2006).

No Chile, 32,6% dos adolescentes de uma amostra apresentaram sintomatologia depressiva moderada ou severa, com maior frequência de depressão entre pessoas do sexo feminino (Cova, Melipillán, Valdivia, Bravo, & Valenzuela, 2007). Em Portugal, Santos e Veiga (2012) investigaram estudantes do ensino superior, sendo 15,0% clas-

sificados com indicativo de depressão, observando-se sintomatologia mais elevada entre mulheres, alunos da área da saúde e de níveis socioeconômicos mais baixos, com correlação negativa entre sintomas depressivos e rendimento acadêmico.

Na Colômbia, uma investigação com adolescentes indicou prevalência de 38,8% de depressão clínica, dos quais 45,0% correspondiam à ideação suicida. Os resultados sinalizam repercussões emocionais, familiares, laborais, acadêmicas, sociais e econômicas, seja para o indivíduo ou para sua família (Medina, Mejía, & Pérez, 2008). Sintomas depressivos também foram observados em mais da metade dos adolescentes (59,9%) em uma amostra de Recife. A ideação suicida foi referida por 34,3% dos estudantes, observando-se, ainda, que a depressão grave esteve mais associada ao sexo feminino (Bastos & Jatobá, 2007).

Santos e Kassouf (2007) destacaram maior incidência de depressão em mulheres e a renda familiar como fator de proteção para ambos os sexos, utilizando informações do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Os autores enfatizam que condições socioeconômicas podem interferir no desenvolvimento da depressão.

Pesquisadores demonstraram que jovens que utilizam recursos de enfrentamento para lidar com desafios são os que melhor toleram as pressões da transição da escola/universidade para o mercado de trabalho, com menor indicativo de depressão (Coelho, Albuquerque, Martins, D'Albuquerque, & Neves, 2008). A situação ocupacional associada ao transtorno em estudantes foi pesquisada por Zinn-Souza et al. (2008), concluindo-se que variáveis como estilo de vida e saúde estão associadas a indicativos de depressão, sugerindo a importância da prevenção nas escolas.

Relações entre depressão, estresse e percepção de suporte familiar têm sido investigadas. Autores compartilham a ideia de que o apoio oferecido pela família pode influenciar na prevenção de transtornos mentais em geral (Nieuwenhuisen, Verbeek, Boer, Blonk, & Dijk, 2010). O suporte familiar é compreendido como as relações de afeto, carinho, apoio, proteção, proximidade e autonomia existentes entre os membros de uma família

(Baptista, 2007). O grupo familiar pode promover a saúde ou favorecer o adoecimento de seus integrantes e as relações estabelecidas entre estes tendem a estimular ou predispor aos transtornos mentais (Bueno, 2009).

Schneider e Ramires (2007) referiram que adolescentes que não apresentam percepção adequada de suporte familiar tendem a desenvolver sintomas depressivos, ressaltando a importância da prevenção e fortalecimento do vínculo com os pais. Pesquisas com universitários mostraram que, quanto maior a sintomatologia depressiva, menos favorável é a percepção do suporte familiar (Baptista, Souza, & Alves, 2008a); e quanto maior o afeto, comunicação, compreensão e independência, menor a severidade da doença mental (Baptista, Souza, & Alves, 2008b).

Aquino, Baptista e Carneiro (2011) investigaram a relação entre percepção de suporte familiar e depressão em universitários, considerando a renda familiar. Os resultados indicaram correlação negativa entre suporte familiar e sintomatologia depressiva, verificando-se maior percepção do primeiro nos que possuem renda mais elevada.

A prevalência de estresse e depressão em estudantes, que ocorre mais comumente em jovens, no gênero feminino e entre os que conciliam trabalho e estudo, traz consequências como queda no desempenho escolar, comprometimento da qualidade de vida, da saúde física e mental, com índices expressivos de ideação suicida (Bastos & Jatobá, 2007). Esses dados podem indicar a necessidade de pesquisa em outras amostras de estudantes pouco investigadas, como é o caso da educação profissionalizante. O aumento da oferta de cursos e, conseqüentemente, da demanda por essa modalidade de ensino, chama a atenção para uma parcela significativa da população e para um campo de potencial prevenção ao estresse e às doenças mentais. Há de se considerar, ainda, a necessidade de investigação das variáveis psicossociais relacionadas a essa amostra, a qual, acredita-se, tenha um perfil particular por incluir alunos de diversas idades e níveis de conhecimento, seja acadêmico ou ocupacional. Os achados deste estudo poderão servir de base à implantação de políticas públicas

que levem em consideração a saúde mental dessa categoria educacional.

De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira (LDB) nº 9.394/96, a educação profissionalizante objetiva o desenvolvimento de aptidões para a vida produtiva, possibilitando uma preparação mais rápida para o mercado de trabalho, sendo seu acesso garantido ao trabalhador em geral, jovens e adultos (Brasil, 1996). A Lei nº 11.741/08 complementou a LDB esclarecendo que a educação de jovens e adultos deve ser articulada à educação profissional, passando esta a se chamar “educação profissional e tecnológica” (Brasil, 2008).

Desde que a educação profissionalizante consolidou-se no Brasil, em 1942, quando surgiram as Escolas Industriais e Técnicas, com o objetivo de oferecer formação profissional de nível secundário, houve muitas mudanças nas políticas educacionais. Em 1959, essas escolas passaram à categoria de autarquias, sendo denominadas Escolas Técnicas Federais. A partir de 1978, devido ao seu crescimento, essas instituições foram sendo transformadas em Centros Federais de Educação Tecnológica e Educação Profissional (CEFET). Com a Lei nº 11.892/08, os CEFET tornaram-se Institutos Federais de Educação Profissional Científica e Tecnológica (IFET), no âmbito do sistema federal de ensino, vinculados ao Ministério da Educação. Sua finalidade é ofertar educação profissional e tecnológica em todos os níveis e modalidades de ensino, promovendo a integração e a verticalização da educação profissional, desde a educação básica até a superior (Otranto, 2010) passando a agregar Ensino Médio, Educação de Jovens e Adultos (EJA), Graduação e Pós-Graduação.

O ensino profissionalizante passou por diversas modificações, sendo as mais relevantes as decorrentes do Decreto nº 2208/97, o qual extinguiu o ensino técnico integrado ao ensino médio e definia que o mesmo poderia ocorrer de duas maneiras: concomitante ou subsequente ao ensino médio. Entretanto, em 2005 foi homologado o Decreto Federal nº 5154/04, o qual definiu que a educação profissionalizante, além das modalidades citadas, poderia voltar a ser desenvolvida, também, de forma integrada ao ensino médio (Ferreti, 2000).

De acordo com o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), o número de instituições ofertando esse tipo de educação atingiu 3 884 estabelecimentos em 2010, incluindo os federais, estaduais, públicos e privados. Esses dados demonstram aumento expressivo (57,0%) da oferta e procura por essa modalidade de ensino ao longo de sete anos (INEP, 2011).

Embora as instituições que ofereçam educação profissionalizante no Brasil tenham registrado um aumento no número de estabelecimentos e, conseqüentemente, na oferta de vagas, para alguns autores essa realidade não reflete oportunidades e tampouco sucesso profissional (Frigotto, 2007; Lobo Neto, 2006). Para Frigotto (2007), esse tipo de educação é considerada restrita, formando um cidadão produtivo, mas submisso e adaptado apenas às necessidades do mercado.

A busca por um curso profissionalizante nas escolas estaduais de São Paulo está atrelada à realização de um processo seletivo. Após o ingresso, ocorrem os desafios da formação e as expectativas acerca das novas oportunidades no mercado de trabalho. As exigências enfrentadas, aliadas a aspectos psicossociais, podem desencadear ou intensificar uma situação de estresse, podendo evoluir para quadros mais graves. Nessas condições, o suporte oferecido pela família pode ter um efeito importante.

Assim, o presente estudo teve como objetivo investigar o estresse, o indicativo de depressão e a percepção do suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. Variáveis como eixo tecnológico, idade, sexo, estado civil, número de filhos, nível escolar, local de residência, trabalho, horas semanais de trabalho, renda mensal, lazer, crença, religião e problemas de saúde foram pesquisadas, averiguando-se possíveis relações destas com o estresse, a depressão e a percepção de suporte familiar.

Método

Participantes

Participaram deste estudo 200 estudantes, de ambos os sexos, de um total de 289 alunos

matriculados no último ciclo dos cursos de uma escola técnica profissionalizante de um município do oeste paulista. A condição de ser aluno concludente, ter 18 anos completos e o ensino médio completo foram fatores de inclusão para a pesquisa.

Os participantes eram provenientes de 10 cursos distintos, agrupados por Eixos Tecnológicos, de acordo com a classificação do Centro Paula Souza: Ambiente, Saúde e Segurança (Enfermagem, Nutrição e Dietética e Segurança do Trabalho); Controle e Processos Industriais (Eletrotécnica e Mecânica); Gestão e Negócios (Administração de Empresas, Contabilidade e Transações Imobiliárias); Infraestrutura (Edificações); e Informação e Comunicação (Informática).

Instrumentos

Foram utilizados o Inventário de Sintomas de *Stress* para adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), que tem como objetivo identificar o estresse e a sintomatologia física ou psicológica; o Inventário de Depressão de Beck (BDI, *Beck Depression Inventory*) (Cunha, 2001), o qual objetiva investigar sintomas de depressão bem como sua intensidade, gravidade e profundidade; e o Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF) (Baptista, 2009), o qual mensura o construto de suporte familiar, que pode ser proveniente tanto da família nuclear quanto da família constituída.

Procedimentos

Os participantes foram esclarecidos quanto aos objetivos da pesquisa e responderam ao Questionário de Caracterização e aos inventários ISSL, BDI e IPSF, aplicados nesta ordem, coletivamente, conforme suas instruções. A coleta de dados durou dois meses, antecedendo o momento da conclusão dos cursos. Todos os cuidados éticos foram tomados, incluindo a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido de acordo com o Regulamento do Sistema Único de Saúde 2048-09, tendo o presente trabalho sido aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade, sob o nº 1111/46/01/10.

A fim de verificar uma possível correlação entre a presença de estresse, gravidade da depressão e percepção de suporte familiar foi utilizada a prova estatística do Coeficiente de Correlação de Pearson. Para averiguação das diferenças das variáveis consideradas neste trabalho foi utilizado o método Qui-quadrado. A análise estatística foi realizada com o auxílio do pacote estatístico Minitab 16.

Resultados

O levantamento realizado a partir da aplicação do ISSL indicou que a maior parte da amostra ($n = 122$) apresentou algum nível de estresse (61,0%) e que 39,0% não apresentaram a condição no momento da coleta de dados. Dos estudantes com estresse, 2,5% estavam na fase de alerta, 49,5% na de resistência, 7,5% na de quase-exaustão e 1,5% na fase de exaustão. Quanto ao tipo de sintoma predominante, os psicológicos estiveram marcadamente presentes em 41,0% dos participantes, em 16,0% prevaleceram os físicos e em 4,0% nenhum tipo de sintoma predominou em relação ao outro, havendo equilíbrio entre ambos.

A aplicação do BDI possibilitou diagnosticar que 57 participantes (28,5%) revelaram algum grau de intensidade de depressão, enquanto que 143 indivíduos, correspondentes a 71,5% da amostra, não apresentaram nenhum indicativo do transtorno. Dentre aqueles com sintomatologia de depressão, 15,0% foram classificados em nível leve, 12,0% em nível moderado e apenas 1,5% em nível grave.

Na distribuição da amostra com relação à percepção de suporte familiar observou-se que 24,5% foram categorizados em nível alto e 20,0% em médio-alto. Dos demais estudantes, 26,0% foram classificados no nível médio-baixo e 29,5% foram avaliados como tendo baixa percepção de suporte familiar.

Por meio da análise correlacional verificou-se correlação positiva entre a existência de estresse e depressão ($r = 0,38$; $p < 0,01$), indicando que à medida que o primeiro aumenta, também aumenta a intensidade do segundo. A correlação entre de-

Discussão

pressão e percepção de suporte familiar foi negativa ($r = -0,31$; $p < 0,01$), o que significa que quanto maior a intensidade daquela, menor é a percepção deste. Não foi observada correlação significativa entre estresse e percepção de suporte familiar ($r = -0,12$; $p < 0,16$).

Quanto às variáveis relacionadas ao estresse, foram verificadas diferenças significativas com relação ao eixo tecnológico, idade, sexo, número de filhos, renda mensal e lazer. A diferença relacionada ao eixo tecnológico ($p = 0,002$) indicou que o estresse é maior entre os indivíduos pertencentes aos cursos das categorias Ambiente, Saúde e Segurança ($n = 44$) e Gestão e Negócios ($n = 36$). Com relação à idade ($p = 0,040$), na faixa etária de 18 a 27 anos a presença da condição foi significativamente maior ($n = 88$). Na variável sexo ($p < 0,001$), a mesma mostrou-se mais comum entre os indivíduos do sexo feminino. No que se refere ao número de filhos ($p < 0,001$), observou-se que o estresse foi mais frequente entre aqueles que não tem filhos. Os números relativos à renda mensal ($p = 0,019$) indicaram que quanto menor o ganho salarial, maior foi a presença da condição, havendo maior ocorrência na opção que corresponde a até dois salários mínimos ($n = 86$). Quanto ao lazer ($p = 0,006$), o estresse foi mais frequente nos que declararam não ter atividade dessa natureza ($n = 44$).

Além disso, as variáveis significativas relacionadas à depressão foram sexo, renda mensal e lazer. Com relação à primeira ($p = 0,008$), os dados indicaram que existem mais indivíduos com esse transtorno entre os participantes do gênero feminino ($n = 32$). As diferenças da variável renda mensal ($p = 0,041$) mostraram que quanto menor a faixa salarial, maior a prevalência de participantes com depressão, e, à medida que a renda aumenta, a mesma diminui. Os dados relativos ao lazer ($p < 0,001$) sugeriram que ele é mais comum entre os indivíduos que não têm depressão.

No que se refere à percepção de suporte familiar, a única variável significativa foi a renda mensal ($p < 0,001$), cujos dados indicaram que quanto menor o ganho, mais baixa é a percepção, e, à medida que a renda aumenta, o nível desse suporte também é mais alto.

De acordo com os resultados do ISSL, mais da metade dos participantes apresentou algum nível de estresse, o que corrobora com os índices significativos desse fenômeno em estudantes de diversas categorias em outros estudos (Alves Júnior & Santos, 2007; Faria, Weber, & Ton, 2012; Luz et al., 2009; Peruzzo et al., 2008; Schillings, 2005). Os valores elevados de estresse sugerem que os estudantes da educação profissionalizante são bastante suscetíveis a seus efeitos.

Houve a predominância dos sintomas psicológicos na maioria dos participantes que apresentaram a condição. Em pesquisa realizada por Peruzzo et al. (2008) esses sintomas também se sobressaíram, constatando-se a importância da atenção quanto ao aspecto emocional.

No que diz respeito ao diagnóstico da depressão, verificou-se que uma parcela da amostra apresentou algum grau do transtorno. Os dados indicam nível elevado de prevalência da doença, excedendo as expectativas da WHO (2006), segundo a qual a depressão atinge de 5 a 10% da população. Por outro lado, os resultados corroboram com o estudo internacional de Fleck et al. (2009), que defende que a média dessa doença ultrapassa os 10%. Outras pesquisas confirmam a tendência de estatísticas elevadas de depressão em estudantes (Bastos & Jatobá, 2007; Cova et al., 2007; Medina et al., 2008).

Embora a depressão seja considerada uma doença multifatorial, seus níveis elevados em estudantes de diversas categorias leva ao questionamento acerca de qual seria a parcela de responsabilidade das instituições educacionais em geral nesse quadro. Índices significativos de depressão em estudantes podem ser um indicativo da necessidade de avaliação de regras, metodologias e propostas de ensino. De acordo com Calais et al. (2007), a escola pode ser fonte geradora de estresse e promover o desenvolvimento de transtornos mentais, como a depressão.

Com relação à percepção de suporte familiar, observou-se que mais da metade dos participantes situou-se em níveis médio-baixo ou baixo de

percepção. Esses dados parecem indicar que a mesma não estaria atuando como fator de proteção nos participantes deste estudo, considerando que em mais da metade da amostra detectou-se percepção baixa ou médio-baixa do suporte oferecido pela família.

Os resultados da análise correlacional, que indicaram correlação positiva entre estresse e depressão e correlação negativa entre depressão e percepção de suporte familiar, sustentam estudos de diversos pesquisadores os quais enfatizam que as relações familiares podem levar os indivíduos a estarem mais ou menos suscetíveis aos efeitos do estresse (Baptista et al., 2008a). Aquino et al. (2011) enfatizam que quanto maior a percepção de suporte familiar, menores são os escores de sintomas depressivos, sugerindo a importância da família em programas de intervenção, considerando o núcleo familiar coadjuvante nos transtornos mentais.

A análise das diferenças relacionadas ao estresse identificou que, dentre as variáveis investigadas, foram significativas o eixo tecnológico, a idade, o sexo, o número de filhos, a renda mensal e o lazer. Quanto à primeira, observou-se maior presença de estresse nos estudantes das áreas de Ambiente, Saúde e Segurança, cujos cursos lidam com situações impactantes, emergenciais ou relacionadas a doenças em geral, e das áreas de Gestão e Negócios, com cursos direcionados às tendências de mercado, oscilações e variações da economia, embora não se tenha encontrado dados na literatura sobre esta questão.

Com relação à idade, índices significativamente maiores foram observados na faixa etária de 18 a 27 anos. Alguns pesquisadores também identificaram mais estresse em alunos jovens, sejam mestrandos, universitários ou pré-vestibulandos (Faria et al., 2012; Luz et al., 2009; Schillings, 2005). Os dados sinalizam que os estudantes mais jovens parecem estar mais suscetíveis aos efeitos do estresse, independente da categoria educacional. No que se refere ao sexo, a condição foi mais comum entre os participantes do gênero feminino, sendo que alguns estudos corroboram com esses resultados (Barra et al., 2006; Calais et al., 2007; Luz et al., 2009; Schillings, 2005).

O estresse também foi mais frequente entre os indivíduos que não têm filhos quando comparados aos que têm pelo menos um. Uma hipótese para essa diferença estaria relacionada às expectativas positivas decorrentes da relação entre pais e filhos, apesar das responsabilidades e cuidados que a situação exige.

Já com relação à renda mensal, esta sinalizou que quanto menor o ganho, maior a presença de estresse, ou seja, a mesma parece minimizá-lo, (Schillings, 2005). Quanto ao lazer, a presença de estresse foi mais comum entre os participantes que declararam não ter atividade desta natureza. Isso confirma o posicionamento de autores que acreditam nas atividades de lazer como estratégia de enfrentamento e forma de redução do estresse, melhorando a saúde em geral (Santos et al., 2003).

As variáveis significativas com relação à depressão corresponderam ao lazer, à renda mensal e ao sexo. O lazer ocorreu de forma mais comum entre os indivíduos que não apresentam a patologia. Para alguns pesquisadores, indivíduos com tempo limitado para atividades de esporte e lazer estão mais sujeitos ao aparecimento de sintomas depressivos (Zinn-Souza et al., 2008). Assim, essa prática parece funcionar também como fator de proteção ao desenvolvimento da depressão.

Com relação à renda mensal observou-se que quanto menor a faixa salarial, maior a prevalência de indicativo de depressão, e, à medida que a renda aumenta, a depressão diminui. Esses dados sugerem que as pessoas com ganhos salariais inferiores estariam mais sujeitas à sintomatologia depressiva, indicando que a renda familiar pode ser um fator de proteção aos transtornos mentais (Santos & Kassouf, 2007; Santos & Veiga, 2012). No que se refere ao sexo, as mulheres apresentaram mais sintomatologia de depressão, comparadas aos homens. Alguns estudos sustentam esses resultados (Bastos & Jatobá, 2007; Cova et al., 2007; Fleck et al., 2009; Santos & Kassouf, 2007).

A renda mensal correspondeu à única variável significativa relacionada à percepção do suporte familiar, evidenciando que, quanto menor o ganho salarial, mais baixa é a percepção de suporte familiar, e à medida que a renda aumenta, a

percepção do suporte familiar também melhora. Assim, quanto maior o nível econômico das famílias, maior a afetividade entre os membros e maior a percepção do suporte familiar (Aquino et al., 2011; Baptista et al., 2008b).

Pesquisadores apontam, além da família, outros fatores importantes para a prevenção do estresse excessivo e das doenças mentais, como redes de apoio social (Schneider & Ramires, 2007) e a habilidade de lidar com o estresse (Alves Júnior & Santos, 2007). A prevenção dos transtornos psicológicos, desencadeados por estresse elevado, podem ocorrer pelo apoio de indivíduos significativos ou pela utilização de recursos no manejo do estresse.

A atuação das instituições de ensino no alcance desse propósito foi destacada por pesquisadores os quais sugeriram trabalhos de prevenção nas escolas, visando identificar problemas mentais e fornecer aconselhamento aos estudantes (Cova et al., 2007; Luz et al., 2009; Zinn-Souza et al., 2008). A utilização de estratégias de enfrentamento diante de situações estressantes pode auxiliar os indivíduos a lidar melhor com determinadas situações e minimizar os efeitos causados pelo estresse e suas consequências (Alves Júnior & Santos, 2007; Coelho et al., 2008).

A educação profissionalizante no Brasil tem passado, ao longo de sua história, por mudanças sistematizadas em suas políticas públicas, muitas das quais foram apontadas neste trabalho. Tais mudanças incluem ações que vão desde propostas que ampliam as oportunidades de inserção nesse tipo de educação, como também promovem a integração e a verticalização. Embora a estrutura e a metodologia dessa categoria de ensino não tenham sido alvos de investigação deste estudo, faz-se necessário indicar, em pesquisas posteriores, a pertinência de uma reflexão acerca dos fatores político-sociais envolvidos nessa realidade, como o aumento de oferta e da demanda. Isso pode ser compreendido como ponto favorável ou indicativo de desigualdade social, o que leva a questionar se as mudanças propostas atendem às expectativas de sua população.

Os achados desta pesquisa sugerem a importância da realização de um trabalho de prevenção a partir de políticas públicas em Psicologia com as famílias dos estudantes da educação profissionalizante, principalmente com aquelas menos favorecidas, promovendo programas de apoio e orientação às mesmas auxiliando-as no desenvolvimento emocional de seus filhos e a construir um suporte familiar que possa ser percebido de forma positiva.

Apesar dos dados deste trabalho sinalizarem a importância das políticas públicas contarem com profissionais da Psicologia na coordenação de programas direcionados à prevenção do estresse e de transtornos psicológicos, não se pode afirmar que, de fato, esta alternativa seja a solução para as dificuldades enfrentadas pelos estudantes da educação profissionalizante, os quais também estão sujeitos a fatores psicossociais e aspectos políticos. Todavia, iniciativas dessa natureza possibilitariam o reconhecimento de que esses estudantes correspondem a uma categoria muito exposta ao estresse e suas consequências, assegurando que indivíduos os quais não possuem uma percepção positiva de suporte familiar encontrem formas de lidar com os desafios da vida adulta, controlando o estresse excessivo a que estão sujeitos e prevenindo as doenças mentais, principalmente a depressão.

Referências

- Alves Júnior, A. A., & Santos, A. F. (2007). Estresse e estratégias de enfrentamento em mestrados de ciências da saúde. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20(1), 104-113.
- Aquino, V. N. L., Baptista, M., & Carneiro, A. M. (2011). Suporte familiar, crenças irracionais e sintomatologia depressiva em estudantes universitários. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 31(1), 20-29.
- Baptista, M. N. (2007). Inventário de Percepção do Suporte Familiar (IPSF): estudo componencial em duas configurações. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 27(3), 496-509.
- Baptista, M. N. (2009). *Inventário de Percepção de Suporte Familiar - IPSF* (Vol.1). São Paulo: Vetor.
- Baptista, M. N., Souza, M. S., & Alves, G. A. S. (2008a). Evidências de validade entre a Escala de Depressão (EDEP), o BDI e o Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF). *Psico-USF*, 13(2), 211-220.

- Baptista, M. N., Souza, M. S., & Alves, G. A. S. (2008b). Suporte familiar e saúde mental: evidência de validade baseada na relação entre variáveis. *Aletheia*, 28, 32-44.
- Barra, E. A., Cerna, R. A., Kramm, D. M., & Véliz, V. V. (2006). Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión, y apoyo social en adolescentes. *Terapia Psicológica: Sociedad Chilena de Psicología Clínica*, 24(1), 55-61.
- Bastos, O., & Jatobá, J. D. V. N. (2007). Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 56(3), 171-179.
- Brasil. (1996). Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. *Diário Oficial da União*, 248, 1996, Seção 1, p.27833.
- Brasil. (2008). Lei nº 11.741, de 16 de julho de 2008. Altera dispositivos da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para redimensionar, institucionalizar e integrar as ações da educação profissional técnica de nível médio, da educação de jovens e adultos e da educação profissional e tecnológica. *Diário Oficial da União*, 136, 2008, Seção 1, p.5.
- Bueno, J. A. (2009). *Suporte familiar e depressão: um estudo correlacional*. Recuperado em julho 6, 2010, de <http://www.webartigos.com/articles/17281/1/Suporte-Familiar-e-Depressão-Um-Estudo-Correlacional/pagina1.html>
- Calais, S. L., Carrara, K., Brum, M. M., Batista, K., Yamada, J. K., & Oliveira, J. R. S. (2007). Estresse entre calouros e veteranos de Jornalismo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24(1), 69-77. <http://dx.doi.org/10.159/S0103-166X2007000100008>
- Coelho, J. A. P. M., Albuquerque, F. J. B., Martins, C. R., D'Albuquerque, H. B., & Neves, M. T. S. (2008). Coping em jovens frente à expectativa de inserção ocupacional e indicadores de depressão. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24(4), 527-534.
- Cova, S. F., Melipillán, A. R., Valdivia, P. M., Bravo, G. E., & Valenzuela, Z. B. (2007). Sintomatología depresiva y ansiosa en estudiantes de enseñanza media. *Revista Chilena de Pediatría*, 78(2), 151-159.
- Cunha, J. A. (2001). *Manual da versão em português das Escalas Beck*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Faria, R. R., Weber, L. N. D., & Ton, C. T. (2012). O estresse entre vestibulandos e suas relações com a família e a escolha profissional. *Psicologia Argumento*, 30(68), 43-52.
- Ferreti, C. J. (2000). Mudanças em sistemas estaduais de ensino em face das reformas no Ensino Médio e no Ensino Técnico. *Educação & Sociedade*, 21(70), 80-99.
- Fleck, M. P., Berlim, M. T., Lafer, B., Sougey, E. B., Del Porto, J. A., Brasil, M. A., ... Hetem, L. A. (2009). Revisão das diretrizes da Associação Médica Brasileira para o tratamento da depressão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 31(1), 7-17.
- Frigotto, G. (2007). A relação da educação profissional e tecnológica com a universalização da educação básica. *Educação & Sociedade*, 28(100), 1129-1152.
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2011) *Educação profissional técnica de nível médio no censo escolar 2011*. Recuperado em outubro 14, 2011, de <http://portal.inep.gov.br/web/educacenso/educacenso>
- Lipp, M. E. N. (2000). *Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp - ISSL*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Lipp, M. E. N. (2007). *Globalização e mudanças: o stress do novo milênio*. Recuperado em junho 5, 2010, de <http://www.estresse.com.br>
- Lobo Neto, F. J. S. (2006). *O discurso sobre tecnologia na "tecnologia" do discurso: discussão e formulação normativa da educação profissional no quadro da lei de diretrizes e bases da educação de 1996* (Tese de doutorado não-publicada). Universidade Federal Fluminense, Niterói.
- Luz, A., Castro, A., Couto, D., Santos, L., & Pereira, A. (2009). Stress e percepção do rendimento acadêmico no aluno do ensino superior (pp.4663-4669). *Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*. Braga: Universidade do Minho.
- Medina, M. E. A., Mejía, D. Z., & Pérez, R. E. G. (2008). Prevalencia de depresión e ideación suicida en ocho colegios oficiales de Manizales. *Hacia la Promoción de la Salud*, 11(1),143-153.
- Nieuwenhuisen, K., Verbeek, J. H. A. M., Boer, A. G. E. M., Blonk, R. W. B., & Dijk, F. J. H. V. (2010). Irrational beliefs in employees with an adjustment, a depressive, or an anxiety disorder: A prospective cohort study. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 28(2), 57-72.
- Otranto, C. R. (2010). Criação e implantação dos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia - IFETs. *Revista RETTA*, 1, 89-110.
- Peruzzo, A. S., Cattani, B. C., Guimarães, E. R., Boechat, L. C., Argimon, I. I. L., & Scarparo, H. B. K. (2008). Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens. *Psicologia Argumento*, 26(55), 319-327.
- Santos, L. R., Ribeiro, J. P., & Guimarães, L. (2003). Estudo de uma escala de crenças e de estratégias de coping através do lazer. *Análise Psicológica*, 4(21), 441-451.
- Santos, L., & Veiga, F. (2012). Sintomatologia depressiva e percepção do rendimento acadêmico no estudante do ensino superior. In D. Domingues et al. (Eds.), *Atas do 12º Colóquio de Psicologia - Educação, Aprendizagem e Desenvolvimento: olhares contemporâneos através da investigação e da prática*. Lisboa: ISPA.
- Santos, J. F. Q., Nakamura, E., & Martin, D. (2007). A compreensão da depressão na população pobre, uma

- ocorrência mais (fortemente) social do que uma doença (fracamente) clínica. *Mediações*, 12(1), 313-322.
- Santos, M. J., & Kassouf, A. L. (2007). Uma investigação dos determinantes socioeconômicos da depressão mental no Brasil com ênfase nos efeitos da educação. *Economia Aplicada*, 11(1), 5-26.
- Schillings, A. (2005). *Processo de estresse em mestrandos* (Dissertação de mestrado não-publicada). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- Schneider, A. C. N., & Ramires, V. R. R. (2007). Vínculo parental e rede de apoio social: relação com a sintomatologia depressiva na adolescência. *Aletheia*, 26(1), 95-108.
- Valle, L. E. L. R. D. (2011). *Estresse e distúrbios do sono no desempenho de professores: saúde mental no trabalho* (Tese de doutorado não-publicada). Universidade de São Paulo, São Paulo. Recuperado em setembro 13, 2012, de <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47134/tde-22072011-104245/>
- Zinn-Souza, L. C., Nagai, R., Teixeira, L. R., Latorre, M. R. D. O., Roberts, R., Cooper, S. P., & Fischer, F. M. (2008). Factors associated with depression symptoms in high school students in São Paulo, Brazil. *Revista Saúde Pública*, 42(1), 34-40.
- World Health Organization. (2006). *Mental health and substance abuse*. Retrieved June 20, 2010, from: http://www.searo.who.int/en/Section1174/Section1199/Section1567/Section1826_8101.htm

Recebido: junho 25, 2013
Versão final: setembro 16, 2013
Aprovado: novembro 13, 2013