

INDICADORES PSICOMÉTRICOS DAS ESCALAS DE ESTRESSE, ANSIEDADE E DEPRESSÃO/EADS21: UM ESTUDO COM HABITANTES DO AMAZONAS/BRASIL¹⁵

Lerkiane Miranda de Moraes (Universidade Federal do Amazonas)

Suely A. do Nascimento Mascarenhas (Universidade Federal do Amazonas)

Gisele Cristina Resende Fernandes da Silva (Universidade de São Paulo)

José Luís Pais Ribeiro (Universidade do Porto - Portugal)

RESUMO

O estresse, a ansiedade e a depressão são doenças que afetam o bem-estar psicoemocional e consequentemente afeta “o organismo como um todo”, podendo comprometer o físico, o humor e em consequência o pensamento, a atenção e concentração, as quais são variáveis necessárias para o bom desempenho acadêmico no que diz respeito ao desenvolvimento das atividades de estudo-aprendizagem. Este trabalho é realizado ao abrigo de projetos de pesquisas que estão sendo desenvolvidos pelo Laboratório de Avaliação Psicopedagógica, Educacional, Histórico-Cultural e Social da Amazônia – LAPESAM. Tem como objetivo apresentar indicadores psicométricos sobre a fiabilidade e validade das escalas sobre estresse, ansiedade e depressão aplicada a habitantes do Amazonas na perspectiva de contribuir para a validação do instrumento ao contexto nacional. É uma investigação transversal, na perspectiva quanti-qualitativa. As informações apresentadas neste trabalho foram obtidas a partir de parte do banco de dados de uma investigação mais ampla realizada ao abrigo do projeto de pesquisa associado ao mapeamento do contexto socioeducativo e avaliação do bem-estar subjetivo, bem-estar psicossocial, resiliência, otimismo, felicidade, esperança, saúde e representações sobre o meio ambiente, cidadania e inclusão sócio econômica de habitantes do Amazonas (CNPq/FAPEAM) realizado com a participação, voluntária a anônima de n=1318 habitantes do Amazonas, localizado na Região Norte do País. Dos n=1318, 58,3% são do sexo feminino e 41,7% do sexo masculino. A idade dos participantes varia entre 18 e 87 anos $M=25,28$; $DP=9,73$. Foi aplicada a Escala de Estresse, Ansiedade e Depressão constituída por

¹⁵ **Apoio:** FAPEAM - Fundação de Amparo a pesquisa do Amazonas

21 itens. 7 itens medem o fenômeno da ansiedade, 7 itens avaliam o fenômeno da depressão e 7 itens diagnosticam o fenômeno do estresse. Os sujeitos avaliam a extensão com que perceberam o ocorrência dos fenômenos em análise, cujos sintomas foram experimentados na última semana, numa escala de 4 pontos. 1. Não aplicou-se nada a mim, 2. Aplicou-se a mim algumas vezes, 3. Aplicou-se a mim muitas vezes e 4. Aplicou-se a mim a maior parte das vezes. A fiabilidade das Escalas EADS-21 junto à amostra analisada (método alpha de cronbach) foi de 0,91, para a sub-escala que avalia o estresse, 0,86 para a sub-escala que mede o fenômeno da ansiedade e de 0,88 para sub-escala que avalia a depressão é de 0,90. Com relação à fiabilidade de medida dessas escalas junto a esta amostra pode-se afirmar que os mesmos são positivos para os padrões da investigação nas ciências humanas. Considerando o indicador de fiabilidade obtido, conclui-se pela adequação do instrumento para avaliar os fenômenos a que se propõe: estresse, ansiedade e depressão.

Palavras-chave: EADS-21. Psicologia da Saúde. Avaliação psicológica.

Eixo Temático: Estratégias de diagnóstico aplicadas à Psicologia da Saúde.

INTRODUÇÃO

Ao longo dos tempos as relações entre as dimensões afetivas negativas, ansiedade, estresse e depressão, têm sido consideradas importantes tanto do ponto de vista teórico como no da saúde mental e, por isso, constituem dimensões clássicas na psicologia e na psicopatologia. Estes fenômenos estão cada vez mais presentes no dia a dia das pessoas. São muitos os relatos de pessoas que por algum momento da sua vida já tenha vivenciado alguns dos sintomas causados pela ansiedade, estresse e depressão.

Este cenário estar ligado ao contexto de vida de cada ser humano, tendo em vista que, na sociedade atual as pessoas estão cada vez mais expostas a diversas situações as quais precisam se adaptar, tais como pressões e cobranças tanto da família quanto da sociedade. Essas expressivas mudanças passou a exigir do ser humano uma grande capacidade de adaptação física, mental e comportamental.

Esse novo modo de vida baseado na disputa diária para sobreviver nessa sociedade capitalista e com características bem marcantes de competitividade, injustiças sociais,

desigualdades sociais, preconceito, desempregos, entre outros, tem gerado males à saúde psíquica, sendo os principais e mais comum o estresse, a ansiedade e a depressão.

Tais fenômenos afetam o bem-estar físico e emocional, fazendo com que as pessoas afetadas por estas patologias sintam-se desmotivadas a realizar várias atividades, pois estes têm sua capacidade de ver o mundo alterado.

O bem-estar psicossocial que caracteriza a qualidade de vida é direito de todos, bem como, saúde. O estresse, a ansiedade e a depressão são doenças que prejudicam o bem-estar subjetivo e a qualidade de vida.

Respaldados nas alusões acima, partimos então de estudos realizados ao abrigo do Projeto de Pesquisa nº = 484218/2011-5 Edital Universal 14/2011/CNPq, uma iniciativa do Laboratório de Avaliação Psicopedagógica, Educacional Social e Histórico Cultural da Amazônia – LAPESAM-UFAM/FAPEAM/CNPq, para alcançarmos o objetivo de analisar os indicadores psicométricos das escalas de Ansiedade, Estresse e Depressão aplicadas a habitantes da Amazônia-Brasil, com o intuito de validação destas escalas para este contexto.

Estresse

A palavra estresse é uma expressão de origem inglesa que tem significado de esforço, tensão acentuada empregada em fisiologia e psicologia como sentido geral de sobrecarga imposta ao indivíduo, criando um estado de tensão exagerada. Considera-se estresse tudo o que é vivido com sobrecarga. É amplo o uso que se faz atualmente deste termo entendido atualmente como o somatório de todas as manifestações sem origem específica, incluindo as lesões e os fenômenos de defesa psicológica e emocional.

O estresse não pode ser considerado como um fenômeno psicológico da contemporaneidade, tendo em vista que, o mesmo, sempre existiu, desde a antiguidade; a diferença é que hoje, têm-se a consciência de seus efeitos positivos e negativos, nas pessoas, no contexto familiar, social e do trabalho.

O termo estresse foi utilizado pela primeira vez na área da saúde em 1926 por Selye para designar um conjunto de reações específicas que ele havia observado em pacientes sofrendo as mais diversas patologias. Em 1936, Hans definiu a reação do estresse como uma síndrome geral de adaptação e em, 1974, ele redefiniu estresse como uma resposta não específica do corpo a qualquer exigência (Selye, 1956).

As primeiras referências à palavra stress, com significado de "aflição" e "adversidade", são do século XIV. No século XVII, o vocábulo de origem latina passou a ser utilizado em inglês para designar opressão, desconforto e adversidade (Lipp, 1996).

Na sociedade contemporânea, este termo tem sido cada vez mais utilizado para caracterizar a extrema sobrecarga à qual está submetida à humanidade na atualidade: vulnerabilidade nervosa, esgotamento, propensão à neurose como consequência de pressão psicológica, desgosto, assédio moral, medo diante de acúmulo de acontecimentos trágicos divulgados pelos meios de comunicação em geral.

Apesar deste fenômeno não ser exclusivo do mundo contemporâneo, nunca se falou tanto em estresse como na sociedade de hoje. O mundo de hoje é realmente estressante. A competição feroz entre as empresas, a globalização, os programas de qualidade, produtividade e tantos outros deixam o indivíduo estressado (Marins, 2003).

Ansiedade

Sentir-se ansioso é uma experiência comum a qualquer ser humano. Quem já não se sentiu apreensivo, com palpitações, com respiração rápida, ou até mesmo inquieto? Segundo D'el Rey (2005), a ansiedade é uma resposta normal para diversos acontecimentos na vida: para um bebê ameaçado com o afastamento dos pais, para as crianças no primeiro dia de escola, entre outros. Deste modo, pode-se dizer que a ansiedade é uma acompanhante normal do crescimento, das mudanças, de experiências novas e inéditas, do encontro da própria identidade e do sentido da vida de uma pessoa.

A ansiedade é um sentimento vital associado a situações apuradas, tensões psíquicas, tendência ao desespero, relativa perda da capacidade volitiva de dirigir a vontade de realização das atividades em geral com equilíbrio emocional. Representa desta forma, um estado emocional que se caracteriza pela tensão, preocupação, nervosismo, inquietude interna e medo.

O Ser humano é dotado de um equipamento psicológico e biológico suficiente para fazê-lo sentir ansiedade diante de situações específicas e que exigem uma atitude mais incisiva e imediata, entretanto, assim que tal situação se resolve, é adequado que tudo volte ao normal, ou seja, que essa pessoa fique sem ansiedade (D'el Rey, 2005).

Este sentimento é considerado pela literatura como sentimento ou afeto originado pelo instinto de proteção contra o perigo que provoca uma perturbação de ânimo elementar. É um

sentimento que pode ter uma causa racional. Por exemplo: ansiedade e medo diante aproximação da realização de um concurso. A ansiedade é entendida como um fenômeno que se associa a estímulos neurais e dolorosos ou ameaçantes do ambiente.

Cabral (2006), considera ansiedade como uma característica biológica do ser humano, que antecede momentos de perigo real ou imaginário, marcada por sensações corporais desagradáveis, tais como uma sensação de vazio no estômago, coração batendo rápido, medo intenso, aperto no tórax, transpiração.

Para Andrade e Gorenstein (1998), a ansiedade é um estado emocional que faz parte do espectro normal das experiências humanas e apresenta componentes psicológicos e fisiológicos. Ela passa, porém, a ser patológica quando não existe um objeto específico ao qual se direcione ou quando é desproporcional à situação que a desencadeia. Deste modo, é válido afirmar que, uma pessoa que tenha uma reação ansiosa inadequada ou extrema e de longa duração a um determinado acontecimento pode estar sofrendo de algum tipo de transtorno de ansiedade.

Bernik (1999) afirma que quatro componentes estão presentes nas manifestações deste tipo de ansiedade, manifestações cognitivas (por exemplo, pensamentos de apreensão quanto a um desfecho negativo de uma situação), emocionais (por exemplo, vivência subjetiva de desprazer ou desconforto), comportamentais (inquietação, sobressaltos, evitação entre outros) e somáticas (por exemplo, hiperatividade automática, tensão muscular, entre outros).

Depressão

A depressão é um fenômeno psicológico que se caracteriza por estado de ânimo triste, deprimido, de mudanças contínuas no estado de humor, inibição do curso do pensamento, abalo na força de vontade, iniciativa, autoestima e autoconceito positivos necessários para a adoção de uma visão positiva do futuro.

O fenômeno da Depressão é definido como visão negativa de si, do mundo e do futuro, ou seja, depressão como perturbação da observação de si mesmo, da autovalorização e auto reforço (Dorsch, 2009).

Fédida (2001) considera a depressão como uma doença humana do tempo que afeta a representação e a ação, as potencialidades da linguagem, assim como a comunicação com os outros. Deste modo, na depressão, acontece uma diminuição do interesse global, ou seja,

poucas coisas interessam ao deprimido. Sendo assim, o indivíduo tende a prestar pouca atenção em quase tudo, conseqüentemente sua memória fica comprometida.

O estado psicológico depressivo caracteriza-se pela ocorrência de condição mental mórbida, com apresentação de sintomas como: cansaço, desânimo, fadiga associado com ansiedade, melancolia e tristeza contínua (Currás & Dosil, 2001).

A depressão afeta a forma como a pessoa se alimenta e dorme, como se sente em relação a si própria e como pensa sobre as coisas, porém não é sinal de fraqueza, de falta de pensamentos positivos ou uma condição que possa ser superada apenas pela força de vontade ou com esforço. Causando inúmeros danos na vida do sujeito tanto na vida pessoal quanto na vida profissional e social, visto que para exercer diversas atividades a pessoa tem que estar com seu bem-estar psicossocial em bom estado, a fim de poder ter o controle de suas emoções e etc.

MÉTODO

Participantes

A amostra analisada neste trabalho é composta por n= 1320 habitantes residentes no Estado do Amazonas, localizado na Região Norte do Brasil. Destes habitantes, residentes nos Municípios de Humaitá, Manicoré, Lábrea, Benjamim Constant, Tabatinga e Manaus.

Com relação à idade esta amostra é composta por 65.3 % de Jovens Adultos (com idades entre 18 e 25 anos); 34.6 % Adultos (com idades entre 26 a 60 anos) e 0.1 % na Terceira Idade (acima de 61 anos). Sendo 57.9% do sexo feminino e 42.1% do sexo masculino. No que se refere à etnia, 24.8% se declararam branco, 10.2% negro, 25.1% indígena, 30.0% pardos e 9.8% não declararam sua etnia.

No que se refere ao indicador de cidadania Escolaridade temos 2.2% sem estudo, 19.1% possuem Ensino Fundamental incompleto, 10.2% Ensino Fundamental completo, 23.7% Ensino Médio incompleto, 15.3% Ensino Médio completo, 24.3% Ensino Superior incompleto, 3.1% Ensino Superior completo e apenas 2% da amostra possuem Pós-graduação.

Com relação à renda familiar temos 33.2% não possuem renda fixa, 26.7% tem renda familiar até 01 salário mínimo, 22.8% renda familiar de 02 a 03 salários mínimo, 5.2% de 03 a 05 salários mínimo, e apenas 1.8% possui renda familiar acima de 05 salários mínimo. Com base na classificação de nível socioeconômico do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística-

IBGE, 59.9% da amostra pertence à classe baixa, ou seja, tem renda mensal entre zero e dois salários mínimo.

Instrumento

Os dados analisados neste estudo foram obtidos a partir da aplicação da ESCALA DIAGNÓSTICO: ESTRESSE, ANSIEDADE E DEPRESSÃO, (Ribeiro, Honrado & Leal, 2004). As três escalas são constituídas por sete itens cada, no total de 21 itens. Cada item consiste numa frase, uma afirmação, que remete para sintomas emocionais negativos. Pede-se ao sujeito que responda se a afirmação se lhe aplicou “na semana passada”. Para cada frase existem quatro possibilidades de resposta, apresentadas numa escala tipo Likert. Os sujeitos avaliam a extensão em que experimentaram cada sintoma durante a última semana, numa escala de 4 pontos de gravidade ou frequência: “não se aplicou nada a mim”, “aplicou-se a mim algumas vezes”, “aplicou-se a mim de muitas vezes”, “aplicou-se a mim a maior arte das vezes”. A EADS é dirigida a indivíduos com mais de 18 anos.

Procedimento de coleta, tratamento e análise de dados

Os sujeitos foram escolhidos de maneira aleatória e participaram anonimamente e voluntariamente da investigação após serem informados dos objetivos, sendo observados os procedimentos éticos vigentes. A coleta foi realizada no primeiro semestre de 2013, sendo esta realizada pelos pesquisadores e acadêmicos participantes do projeto. Para o tratamento e análise dos dados recorreu-se ao programa estatístico SPSS para Windows versão 15.0, observando objetivos da investigação e aporte teórico específico do tema em estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A fiabilidade das Escalas EADS-21 junto à amostra em estudo (método *Alpha de Cronbach*) foi de 0,86 para a sub-escala que avalia o estresse, 0,88 para a sub-escala que mede o fenômeno da ansiedade e de 0,90 para sub-escala que diagnostica a depressão, no seu conjunto a confiabilidade do instrumento é de 0,95.

Os indicadores psicométricos verificados junto a esta amostra são considerados positivos para os padrões da investigação nas ciências humanas. De acordo com a tradição da pesquisa na área, coeficientes de *alpha* superiores a 0,70, na avaliação de atitudes e fenômenos psicossociais e afetivos complexos, conferem elevada fiabilidade às escalas utilizadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo permitiu verificar que a EAD21 constitui um instrumento válido para diagnóstico e avaliação dos fenômenos estresse, ansiedade e depressão em diferentes contextos.

Suas características psicométricas apresentam-se válidas. Por tais características a escala pode ser utilizada para medir os fenômenos psicológicos do estresse, da ansiedade e depressão.

Considerando a importância da construção de instrumentos para medir fenômenos psicológicos que exercem efeitos sobre a saúde psicossocial das pessoas, interessamo-nos em empreender este estudo e dar continuidade à investigação para conhecer os efeitos dos fenômenos ansiedade, estresse e depressão sobre o bem-estar psicológico dos habitantes do Amazonas-Brasil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, L. H. S. G.; Gorenstein, C. (1998). Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade. *Revista de Psiquiatria Clínica*.
- Bernik, M. A. (1999). Ansiedade normal e patológica. In: *Benzodiazepínicos: Quatro décadas de experiência*. São Paulo: Edusp.
- Cabral, A. & Nick, E. (2006). *Dicionário técnico de psicologia*, 14^o ed. – São Paulo: Cultrix.
- Currás, C. F. & Dosil, A. M. (2001). *Dicionário de psicología e educación*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia.
- D'el Rey, G. J. F. (2005). Quando a ansiedade torna-se uma doença. *Revista Integração*. São Paulo.
- Dorsch, F. (2009). *Dicionário de psicologia*, 4^a edição, Petrópolis, RJ: Vozes, tradução de Emmanuel Carneiro.
- Fédida, P. (2001). *Dos benefícios da depressão: elogio da psicoterapia*. São Paulo: Escuta.
- Gable, R., Wolf, M. (1999). *Instrument development in the affective domain. Measuring attitudes and values in corporate and school settings*.
- Lipp, M. E. N. (1994). *Como enfrentar o stress*. (3^a ed.) São Paulo: Ícone.
- Lipp, M. E. N. (1996). *Stresse: conceitos básicos*. Campinas: Papyrus.



Marins, L. (2003). *Livre-se dos "Corvos"*. São Paulo: Harbra.

Mascarenhas, S. A. N. , Morais, L. M. & Mota, F. G. (2013). Ansiedade, Estresse, Depressão e rendimento acadêmico no Ensino Superior. In: Mascarenhas, Suely A. do Nascimento (coordenadora). *Determinantes do rendimento e do bem estar psicossocial em contextos educativos formais*. Edições Loyola, São Paulo.

Mascarenhas, S.A.N. (Coord.). (2011). Projeto de *pesquisa Mapeamento do contexto sócio-educativo e avaliação do bemestar subjetivo, bem-estar psicossocial, resiliência, otimismo e esperança de povos e comunidades tradicionais do Amazonas, analisando seus efeitos sobre o exercício da cidadania*, CNPq/2011.

Selye, H. (1956). *Stress, a tensão da vida*. Edição original publicada por McGraw – Hill Book Company, Inc.