

ANSIEDADE E DEPRESSÃO: TRANSTORNOS DESENVOLVIDOS NA TRANSIÇÃO DA ADOLESCÊNCIA PARA A VIDA ADULTA

ANXIETY AND DEPRESSION: DISORDERS DEVELOPED IN THE TRANSITION FROM ADOLESCENCE TO ADULT LIFE

Jossama Kéren de Souza Beltrão¹, Alexandro Tavares Miranda², Monique Joana Dárc Alves Garcia³

¹Graduanda em Psicologia, FIMCA Unicentro, e-mail: sami.sansama@gmail.com, <http://lattes.cnpq.br/1356961622461897>; ²Graduando em Psicologia, FIMCA Unicentro, e-mail: alexsandromiranda653@gmail.com, <https://lattes.cnpq.br/9696984324871765>; ³Professora Orientadora da Faculdade de Educação de Jarú, Mestranda em Educação pela Universidade Federal de Rondônia (UNIR), Especialista em Psicopedagogia Clínica e Institucional com ênfase em Atendimento educacional especializado (FASA), Atendimento ambulatorial de pessoas com autismo (FAEL), Neuropsicopedagogia Institucional e atendimento educacional especializado (Censupe), Metodologia e Didática do Ensino Superior (FIMCA-JARU), Graduada em Psicologia pelas Faculdades Associadas de Ariquemes (FAAr), e-mail: prof.monique@unicentrro.edu.br, <http://lattes.cnpq.br/7736012801028203>.

DOI: <https://doi.org/10.37157/fimca.v11i1.796>

RESUMO

Introdução: A transição da adolescência para a vida adulta é um período que marca o desenvolvimento de diversas formas, e a falta de compreensão desta fase pode ocasionar instabilidades emocionais no adolescente que enfrenta o processo de transição para a vida adulta. **Objetivo:** Este artigo de pesquisa tem como objetivo analisar os transtornos que podem vir a ser desenvolvidos na transição da adolescência para a vida adulta, com foco na ansiedade e na depressão e discute ainda sobre a importância de abordar sobre esses transtornos psicológicos nesta fase considerando a escassez da prática de debates e políticas públicas. **Materiais e métodos:** O presente estudo caracteriza-se em pesquisa bibliográfica de cunho qualitativo, em que se utilizou de fontes de pesquisas de revisões bibliográficas em livros, artigos, teses e dissertações, nas principais plataformas de pesquisas que abordem a temática de acordo com o tema proposto. **Resultados e discussões:** Pode-se evidenciar que a ansiedade e depressão têm afetado significativamente as fases da juventude, com início na adolescência, pois muitos fatores de risco estão associados à puberdade, como falta de suporte e amparo familiar, cobranças excessivas, a introdução no mercado de trabalho e/ou início da graduação. **Conclusão:** O desconhecimento sobre os aspectos emocionais relacionados à adolescência pode afetar emocionalmente os jovens, considerando o despreparo dos adultos para compreensão dessa temática e ainda por tecer cobranças excessivas, que podem causar quadros graves de transtornos de ansiedade e depressão que comprometem a inserção saudável na fase da vida adulta.

Palavra-chave: Ansiedade, depressão, adolescência, juventude, adultez.

ABSTRACT

Introduction: The transition from adolescence to adulthood is a period that marks development in different ways, and a lack of understanding of this phase can cause emotional instability in adolescents facing the process of transition to adulthood. **Objective:** This research article aims to analyze the disorders that can be developed in the transition from adolescence to adulthood, focusing on anxiety and depression, and discuss the importance of addressing these psychological disorders at this stage considering the scarcity of practice of debates and public policies. **Materials and methods:** The present study is characterized by bibliographical research of a qualitative nature, in which it uses research sources from bibliographical reviews in books, articles, theses, and dissertations, on the main research platforms that address the theme under the proposed theme. **Results and discussions:** Anxiety and depression have significantly affected the stages of youth, starting in adolescence and many risk factors are associated with puberty, such as lack of support and family support, excessive demands, introduction into the job market, and/or beginning of graduation. **Conclusion:** Lack of knowledge about the emotional aspects related to adolescence can affect young people emotionally, considering the unpreparedness of adults to understand this topic and due to excessive demands, which can cause serious anxiety and depression disorders that compromise healthy insertion in the adult life stage.

Keywords: Anxiety, depression, adolescence, youth, adulthood.

INTRODUÇÃO

Os distúrbios mentais têm aumentado gradativamente na atualidade, gerando grande preocupação. Estudos mostram que a ansiedade e a depressão estão entre as doenças psicológicas mais frequentes entre a população. A transição da adolescência para a vida adulta é um período bastante propício para o desenvolvimento desses transtornos, uma vez que o indivíduo enfrenta adversidades que podem levar a um alto nível de estresse, incertezas e confrontos relacionados ao seu futuro.

Segundo Camarano e cols (2004), o mais comum das imagens da juventude parece ser a de um período de mudanças entre o mundo sob a perspectiva infantil e o mundo dos adultos. Entre as fases de desenvolvimento que caracterizam a maturidade de cada indivíduo, neste contexto, a adolescência surge com as principais ocorrências que marcam este período.

Em termos socioculturais, a juventude correspondia a uma fase de transição para a vida adulta marcada pela saída da escola, emprego em tempo integral, casamento, filhos e casa própria (RIBEIRO, 2011). A longa trajetória de altos e baixos neste período de transição sinaliza o início da mocidade.

Atualmente, essa realidade mudou e a juventude tem sido vista como um período de grandes desafios e possibilidades. Os jovens enfrentam muitas oportunidades, mas muitas vezes encontram dificuldades para se estabelecer no mercado de trabalho, iniciar um relacionamento ou conquistar um espaço para viver. Essa

trajetória de altos e baixos é uma característica marcante do período de transição na juventude, que começa na adolescência. Esta pesquisa teve como objetivo analisar os transtornos que podem vir a ser desenvolvidos na transição da adolescência para a vida adulta, com foco na ansiedade e na depressão. A realização desse estudo possibilita ainda compreender os principais fatores que levam ao progresso desses transtornos, tais como pressões sociais, conflitos familiares, dificuldades acadêmicas e/ou profissionais, introdução ao mercado de trabalho, entre outros. Nos quais foram investigadas as estratégias de prevenção e tratamento desses transtornos, visando a melhorar a qualidade de vida dos adolescentes e jovens nesse momento tão crítico.

A ADOLESCÊNCIA

A adolescência é habitualmente entendida como um período de transição entre a infância e a idade adulta onde acontecem várias mudanças a nível físico, psicológico, social e cognitivo (MESQUITA *et al*, 2011).

A fase da adolescência é um processo subjetivo, único para cada indivíduo, o qual alguns dos indivíduos conseguem experimentar experiências enriquecedoras durante a mesma, enquanto outros enfrentam essa transição como um desafio, encontrando dificuldades para compreender certos aspectos e superar os obstáculos desse período. As transições são acompanhadas de transformações e essas são experienciadas nesta fase que geram comportamentos que contribuem ou não para um

desenvolvimento saudável (AGOSTINI *et al*, 2014).

De acordo com Pereira (2014) a adolescência é vista como um período pleno de realizações em que tem se estabelecido como uma das mais pródigas perspectivas, tanto para a infância como para a adultez.

Segundo Figueiredo e cols (2019), essa fase da adolescência, na qual os jovens se desenvolvem da abertura para múltiplas oportunidades de exploração e investimento em áreas e diversificados resultantes das novas possibilidades do ponto de vista cognitivo e socioafetivo. Pontos estes, que podem ter um desenvolvimento comprometido se o ambiente familiar e social em que o adolescente está inserido não oferecer um suporte necessário. No entanto, essas alterações de eventualidades e ampliações favorecem o enriquecimento da formação de caráter do indivíduo, da forma que contribua para a sua entrada na maioridade, bem como sua perspectiva de mundo.

Estas novas competências e eventualidades permitem os adolescentes se confrontem de frente com um vasto leque de experiências que optam por vivenciar, ou recusar, baseadas em determinados fatores sociais e de seu próprio processo de maturidade (FIGUEIREDO *et al*, 2019). Perante esses fatores, o adolescente se vê diante de mudanças fisiológicas e psíquicas onde não é mais uma criança, mas também não é um adulto com independência e autonomia, a exposição responsabilização ao trabalho de maneira desordenada estimula a um amadurecimento precoce, onde deixa de vivenciar de forma adequada essa construção subjetiva.

Todavia, reconhece-se que alguns jovens são ou estão mais vulneráveis, quer devido a características individuais, quer devido a aspectos do desenvolvimento, para a entrada em comportamentos de risco para a saúde (SIMÕES, 2005). Influências quanto ao ambiente em que as pessoas estão inseridas, assim como o contexto em que cresceram e viveram, podem contribuir para a causa desses prejuízos psíquicos que resultam em distúrbios psicológicos, tais como depressão e ansiedade.

A busca por uma identidade social e pertencimento acabam expondo os menores a ambientes não saudáveis, e mesmo possuindo apoio familiar neste período, eles ainda buscam compatibilidade com a sua faixa etária, e acabam se comportando de maneira desordenada, por vezes replicando atitudes e práticas não adequadas para a formação moral.

No âmbito das características pessoais situam-se enquanto antecedentes de comportamentos de risco, nomeadamente os baixos níveis de autocontrole e de competências sociais. Existem diversas formas nas quais um adolescente se coloca em risco, prejudicando-se em sua saúde física e psíquica (FIGUEIREDO *et al*, 2019).

Segundo Duarte e cols (2021) os adolescentes têm o desenvolvimento de capacidade de adaptação desenvolvido de maneira negativa quando são expostos a relações conflituosas com familiares, ou que possuem pais com estilos parentais demasiadamente permissivos ou que utilizam uma comunicação violenta.

O desenvolvimento de resiliência é de suma importância para que o adolescente se sinta pertencente ao meio em que é inserido. E o pertencimento é algo muito buscado por estes indivíduos, bem como a cultura de seu tempo, e em seus dispositivos, motes de inspiração para a constituição de outras significações de si mesmos (PEREIRA, 2014).

A frustração nesta busca pode desencadear fortes sentimentos negativos no adolescente, nesse sentido, os autores Fiorini, Moret & Bardagi (2017) evidenciam que a família pode atuar como facilitadora, quando consegue oferecer apoio emocional e

comunicação aberta, sem demandar que suas próprias expectativas de carreira sejam cumpridas pelos filhos. Todavia devem fornecer espaço suficiente para que não sintam aprisionados nas possibilidades que o círculo familiar pode fornecer, visto que para a próxima fase de desenvolvimento eles necessitam lidar com maior autonomia, podendo se encontrar em uma encruzilhada entre a busca de independência e diferenciação mesmo perante o prolongamento do período de dependência financeira da família.

A família como base que estrutura o indivíduo na fase da adolescência não somente possui um norte para com as perspectivas econômicas, como também ao bem-estar, no sentido de ocupar-se com questões físicas e emocionais. Conforme Duarte e cols (2021) é esperado que os adolescentes e jovens compreendam a família como uma influência para suas escolhas, o que torna importante que equipes multiprofissionais reconheçam quais informações e cuidados em saúde, para a família oferecer aos adolescentes.

E é exatamente quando o adolescente passa a desenvolver autonomia e lida com a própria vida que ele inicia a expansão de sua própria visão de autocuidado, deslocando a família para segundo plano e abrindo espaço para o protagonismo dos novos grupos sociais (DUARTE *et al*, 2021).

A JUVENTUDE

A pressão social exercida para o adolescente em transição para o estado "jovem" carrega ansiedade para que ao menos assemelhem-se com o que é dito como o padrão para a maioridade. Um dos paradoxos desse momento consiste no fato de que, aos olhos do adulto, o jovem deve ser mais autônomo, estudioso, comprometido, ser educado, cumprimentar polidamente as pessoas, dormir menos, arranjar mais dinheiro, ficar menos horas no computador ou menos tempo na rua à toa, em síntese, ele deve "se virar" (PEREIRA, 2014).

Existe a exigência e pressão para que o adolescente se torne independente e autônomo face aos progenitores, construindo um sentido de identidade que integre as transformações ocorridas numa unidade coerente (MESQUITA *et al*, 2011).

Os jovens de hoje parecem tentar desesperadamente estabelecer uma possível demarcação como diferente do adulto-racional-padrão, demonstrando com isso a percepção da ausência de distância geracional (PEREIRA, 2014).

Nessa direção, Kuenzer (2000) já ressaltava que, para muitos jovens, essa etapa da formação escolar deveria garantir, de forma eficiente, duas necessidades distintas, mas que nem sempre se verificam: acesso ao mercado de trabalho e continuidade dos estudos.

Os jovens de fato são os mais diretamente afetados pelo contexto adverso do mercado de trabalho, uma vez que, normalmente, já estão em situação de desvantagem devido às suas características específicas, como a falta de experiência e a busca de experimentação (ROCHA, 2008).

Durante essa fase da juventude, os jovens estão em busca de sua identidade pessoal e de seu lugar na sociedade. Sendo esse um período de inserção social e de experimentações, onde os indivíduos têm a oportunidade de explorar diferentes aspectos da vida, adquirir novas habilidades e se preparar para o desenvolvimento como adultos (LEBOURG *et al*, 2021).

Camarano e cols (2004) atribui o caráter de instabilidade e juventude em oposição à estabilidade da vida adulta, sem se dar conta de que a sociedade está sempre em transformação. E jovens em qualquer sociedade representam o novo, consistindo em si próprios a principal fonte das transformações.

A inserção social é uma etapa fundamental na vida dos jovens e

é na juventude que eles buscam encontrar seu grupo de pares, estabelecer relações sociais e fazer parte de uma comunidade.

Muitos destes indivíduos recorrem ao uso de entorpecentes como forma de serem integrados a certos grupos sociais, bem como os utilizam em prol do conforto e suprimento de sentimentos e emoções angustiantes, em uma tentativa de aliviar o sofrimento psíquico que os confronta. Acredita-se que as ações de promoção da saúde para o público adolescente devem priorizar atividades capazes de gerar, a partir do diálogo, reflexão e bem-estar, para além de uma lógica de proibição, de forma que possam auxiliar na prevenção e desistência da prática do uso ou abuso de substâncias de qualquer espécie (DUARTE *et al.*, 2021).

Segundo Almeida (1998) a saúde não é um produto a ser alcançado, é processo que envolve movimento e cuidado, ela envolve determinadas ações e conscientização da necessidade de sua prática na vivência da juventude. Trata-se de um processo complexo, um processo qualitativo, que supõe o funcionamento integral do organismo, nos seus aspectos somáticos e psíquicos, cuja integração forma uma unidade e onde o prejuízo sobre um aspecto atua, necessariamente, sobre o outro.

Pereira (2014, p. 379) argumenta que o jovem se vê mediante três destinos inevitáveis e intimamente ligados entre si:

“(a) a desidentificação em relação aos pais ou aos objetos primordiais de amor; (b) o declínio do autoerotismo ou das formas narcísicas de investimento em tais objetos; e (c) a inscrição social de sua própria sexualidade, confrontando-se, ao dar às costas à polimorfia perversa de sua condição infantil, com a diferença dos sexos e com a angústia da castração.”

O acesso a informações sobre saúde mental, o alto custo dos medicamentos e das terapias, os tabus sociais que rondam a morte e o suicida, falhas na formação dos médicos quanto aos aspectos relacionados à saúde mental, e falta de especialistas em saúde mental no serviço público representam as principais dificuldades para aqueles que apresentam transtornos mentais, tais quais, depressão e ansiedade, de receberem tratamento adequado (BARBOSA; MACEDO; SILVEIRA, 2011).

Segundo Taquette (2006) os principais problemas psicossomáticos na juventude são relativos ao início da vida profissional, preocupações com o futuro, questões espirituais e filosóficas, fatores presentes na vivência da juventude atual.

Em síntese segundo Lage e Monteiro (2007) a depressão ou depressões, como uma resposta aos desafios da adolescência e juventude, pode ocorrer em função de mecanismos múltiplos, tanto como um luto necessário e que deve ser superado, como uma perda irreparável que recai sobre o próprio ego, o ego melancólico. Pelas autoras toda perda, todavia, sugere uma elaboração, esta, que se opera durante o crescimento do indivíduo, e requer tempo para que possa ser elaborada, sugerindo desta forma, a compreensão durante o processo de transição.

Quando o jovem manifesta os sintomas da depressão, principalmente os de tristeza e a inibição, pode estar necessitando deste afastamento do mundo, uma busca por ponderação acerca de si mesmo, a fim de elaborar, as dificuldades em encontrar as referências simbólicas que pavimentam um acesso em que possa criar um sentido para investir em suas próprias escolhas futuras, uma vez que as mudanças ou o percurso para elas possa parecer assustador (LAGE; MONTEIRO, 2007).

A ansiedade quando vinculada ao deslocamento dos jovens e adolescentes para novas fases de suas vidas também tem

demonstrado aumento em seus casos, podendo ser atribuídos a desinformação, tabus quanto ao tratamento e dificuldades em tratar do diagnóstico e/ou sintomas com seriedade. Bem como a falta de planejamento cotidiano ou até mesmo algum trauma no passado, desestrutura familiar e algum tipo de abuso físico ou psicológico (LOPES; SANTOS, 2018).

Para os autores, Lopes e Santos (2018) a ansiedade se caracterizada como um distúrbio que tem início na infância ou adolescência, mas não é raro o início após os 20 anos de idade, como o caso de inúmeros jovens, e em que sintomas depressivos acompanham comumente o distúrbio de ansiedade generalizada. Os sintomas da ansiedade são pensamentos negativos com que está por vir; o frio na barriga e o receio diante de situações de risco.

O transtorno de ansiedade por aceitação é o que está mais comum entre os jovens, onde você se cobra a perfeição mediante a aceitação pública, no caso redes sociais que impõem a constante felicidade e ostentação, na adolescência se torna pior por atingir sua própria autoestima e até relacionamentos afetivos (LOPES; SANTOS, 2018).

O aumento de casos de transtorno de ansiedade pode ser pela falta de planejamento cotidiano ou até mesmo algum trauma no passado, desestrutura familiar e algum tipo de abuso físico ou psicológico (LOPES; SANTOS, 2018).

A ADULTEZ E O MERCADO DE TRABALHO

Nos últimos anos, ocorreram transformações radicais nas formas de subjetivação dos indivíduos, o que fica visível no estabelecimento de novas relações com os registros do tempo e do espaço, diante do aumento dos níveis de incerteza, da falta de garantias e estabilidade (SAVEGNAGO; CASTRO, 2020). Na atualidade as oportunidades para os jovens adultos são compreendidas como possibilidades as quais os conduzem para a abertura de caminhos direção ao que lhes melhor adequa ou faça sentido.

Todavia, conforme os autores Lopes e Santos (2018) a pressão empregada aos jovens trabalhadores os desestabiliza por razões das obrigações dos serviços prestados, o perfeccionismo tanto em bater metas e alcançar objetivos, bem como obter rendimentos com excelência. Esses fatores podem influenciar no desenvolvimento do transtorno ansioso através do sentimento de incapacidade.

É algo de elevada importância marcar que na realidade brasileira, a possibilidade de se fazer escolhas no trabalho e a segurança de se ter um emprego sempre foram opções restritas para muitos (RIBEIRO, 2011).

Segundo Savegnago e Castro (2020) evidencia-se que diante das dificuldades de inserção profissional, muitos dos jovens são acuados por sentimentos de descrença e medo, traídos pela capacidade de imaginar um amanhã com esperança.

Os autores Savegnago e Castro (2020) enfatiza um contexto de crescente imprevisibilidade dos cursos de vida, diante de um sistema educacional e de um mercado de trabalho que não são capazes de garantir a realização de suas aspirações, pela precariedade estrutural e pela falta de oportunidades objetivas, a descrença, a incerteza e o temor em relação ao amanhã são vivenciados por grande parte dos jovens pobres brasileiros.

Segundo Pereira (2014) a sociedade exige destes jovens que "está na hora de você ser alguma coisa", isto é, está na hora de ser algo desejável para que o desejo desta mesma sociedade deseje, surge então um tensionamento, muitas vezes, insuportável para eles.

Muitos destes jovens adultos passam ou podem vir a passar por sentimentos de vergonha em admitir suas angústias e aflições; admitir e expressar que passam pelos seus pensamentos uma

forte ideia de que a morte seria um alívio para o sofrimento, uma forma de saída mágica dos conflitos costuma ser escondida ou camuflada, dificultando ainda mais o acesso a esta pessoa e oferecimento de ajuda ou suporte especializado (BARBOSA; MACEDO; SILVEIRA, 2011).

O propósito desse pensamento não é acabar com a vida, mas sim com o "sentir" esses sentimentos de frustração, incapacidade, de estar desvantagem em relação comparado a outras pessoas, vários fatores contribuem para construção desse sentimento, e a pressão social é uma delas, por isso "detectar e tratar adequadamente a depressão reduz as taxas de suicídio" (BARBOSA; MACEDO; SILVEIRA, 2011, p. 233).

Pereira (2014) traz que é impossível deixar de notar o quanto todos os jovens escondem pouco suas queixas, frustrações e inabilidades em lidar com esse choque geracional.

Muitos dos jovens ainda não são chefes de família, a sua posição no âmbito familiar acaba por permitir ou estimular a instabilidade ocupacional, a qual, nessas condições, está associada a menores riscos (ROCHA, 2008).

Através dos estudos de Ribeiro (2011) é possível compreender que os indivíduos contemporâneos têm a necessidade de se preparem para a vida adulta através da educação formal, e os papéis designados para os adultos, como trabalhar e constituir família, não eram destinados, para muitos, a esta fase da vida.

A autonomia na atualidade então é percebida como uma espécie de liberdade, a qual o jovem receia em não obter alcance, o que os leva a pressionar a si mesmos. A pressão pode impulsionar indivíduos a buscar independência, mas, muitas vezes, mesmo alcançando uma certa dose de liberdade, ainda há a insatisfação. Esse receio é ainda mais latente quando comparado com a rotina de um adulto, que já conquistou estabilidade financeira e emocional com a de um jovem-adulto que não possui as mesmas condições e/ou acessos, advindos de uma situação econômica instável e dificuldades (PEREIRA, 2014).

Quando uma necessidade se torna agravante de uma dificuldade, por vezes ela representa um dilema para o jovem inexperiente, que fica sem ter a quem recorrer para receber apoio (OSSE & COSTA, 2011).

Conforme Pereira (2014) o sentimento de atraso e inadequação culminam para que o jovem em entrada para a vida pós maioridade sintam-se deslocado em sua própria realidade, isto é, se sequer possui contato com esta perspectiva, o que lhes agravam psicopatologias e podem levar ao desenvolvimento de transtornos, como já citada a ansiedade, bem como a depressão. Muitos destes sujeitos não compreendem o próprio adoecimento pois são tomados por execuções automáticas de suas rotinas enfermas. Por decorrência desses fatores iniciar uma nova rotina pode vir a se tornar um passo desafiador, visto o desencadeamento de sentimentos de estresse e angústia em principal na época dos vestibulares, o temível período das provas avaliativas o qual muitos dos jovens apresentam sintomas ansiosos pela idealização do futuro.

Para Osse e Costa (2011) o ingresso na graduação é um acontecimento significativo na vida dos jovens pois coincide com o período do desenvolvimento psicossocial marcado por grandes mudanças.

A vida universitária é um período cheio de possibilidades, mas igualmente marcada pela necessidade de adaptação, cobranças e escolhas (BARROSO; OLIVEIRA; ANDRADE, 2019). É onde a coerção torna-se ainda mais evidente e presente por diferentes aspectos, o social ainda é marcado por exigências de identidade e carreira, por isso Osse e Costa (2011) declaram que somente o ser universitário, por si só, não significa fator de risco.

Como Jardim e cols (2020) distinguem, não é o "ser o ambiente

universitário" de forma individual que é adoecedor, mas sim uma combinação de fatores, como a mudança de perfil dos estudantes que têm entrado no ensino superior, que contribuem com o aumento dessas sintomatologias.

Assim, embora rico, esse pode ser um período marcado por vivências de solidão e com risco aumentado para o surgimento de transtornos de humor, como a depressão (BARROSO; OLIVEIRA; ANDRADE, 2019).

Tanto a entrada na universidade pode ser disparadora desses sintomas, quanto a saída desse ambiente também é um agravador (JARDIM; CASTRO; FERREIRA-RODRIGUES, 2020). Impactos que igualmente fogem de uma perspectiva cômoda, pois é algo novo na vivência do indivíduo e "situações novas podem provocar sensação de angústia" (OSSE; COSTA, 2011). Sair do ambiente acadêmico para o mercado de trabalho envolve lidar com incertezas e dificuldades que requerem mais qualidades e atributos do indivíduo (JARDIM; CASTRO; FERREIRA-RODRIGUES, 2020).

Conforme Barroso, Oliveira e Andrade (2019) o desconhecimento sobre o estado emocional desses jovens adultos pode mascarar condições psicopatológicas e privá-los de acompanhamento, prejudicando sua qualidade de vida.

Situações pessoais emocionalmente significativas para a superação de dificuldades comuns a essa etapa do desenvolvimento muitas vezes não encontram espaço para discussão nas salas de aula, no antes da despedida da fase anterior e tão pouco fazem parte do programa de cursos ou da grade curricular dos jovens veteranos (OSSE; COSTA, 2011).

É algo discutido por Osse e Costa (2011) como inquestionável que todo desenvolvimento seja este de adolescentes ou jovens para a adultez, traz riscos consigo, mas traz também oportunidade de amadurecimento. Nesse contexto, identifica-se possibilidades para elaboração de discussões a respeito dos enfrentamentos e desafios vivenciados, de modo que os discursos se alinhem e se associem às suas realidades e conferenciem o processo de transição.

Uma das possibilidades dá-se pela perspectiva dos autores Jardim, Castro e Rodrigues (2020) que pondera que as universidades poderiam incentivar a promoção da saúde do universitário a partir de projetos vivenciados nos seus cursos, sendo realizados pelos próprios universitários. Dessa forma a pôr em paralelo uma linguagem assertiva quanto aos discursos da juventude atual, sendo também amparados por orientadores e mestres contribuindo para a composição da proposta.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de transição do período da adolescência para a vivência adulta pode ser desafiador e regado de emoções intensas que por muitas vezes levam ao adoecimento psíquico e conseqüentemente a distúrbios psicológicos como ansiedade e depressão.

Compreende-se que os transtornos ocorram em decorrência de um agrupamento de diferentes fatores físicos, sociais e mentais, como a puberdade, saída do ensino médio, o despreparo emocional, entrada para a universidade e mercado de trabalho, bem como a busca por identidade, independência e segurança.

Nessa jornada, é comum experimentar momentos de incerteza enquanto navegam pelas responsabilidades crescentes e pela pressão de tomar decisões consideradas até mesmo decisivas para novas jornadas de vida, mas pouco se aborda a respeito do preparo para com os jovens.

Sendo assim, o presente estudo visou debater como importante temática sobre os transtornos de ansiedade e depressão de forma simultânea, alinhados ao processo de transição dos adolescentes

e jovens que ocorrem com reiteração nestas fases do desenvolvimento humano.

Observou-se ainda, conforme a revisão bibliográfica, uma escassez de artigos a respeito de ambas as temáticas adjuntas, visto o seu nível de importância social e com o estudo o quanto orientações de figuras de referência como os profissionais da saúde e da educação poderiam nortear os jovens nas instituições de ensino e também elaborar propostas para incentivo de diretrizes vindas da família, desenvolvendo tópicos como o afeto e amparo na caminhada da juventude para a vida adulta. Para que destarte, habilidades de enfrentamento sejam desenvolvidas e alinhadas para crescimento pessoal desses jovens.

REFERÊNCIAS

- AGOSTINI, A.; SILVA, S.; LYRA, L.; TOSI, P. Comportamentos de risco entre adolescentes. *Unoesc & Ciência*, ACHS, 5(1), p. 53–62, 2014. Disponível em: <<https://periodicos.unoesc.edu.br/achs/article/view/4477>>. Acesso em: 07/06/23.
- ALMEIDA, S. F. C. O papel da escola na educação e prevenção em saúde mental. *Estilos da Clínica*, vol. 3, não. 4, pág. 112–119, 1998. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-71281998000100015>. Acesso em: 23/08/23.
- BARBOSA, F. O.; MACEDO, P. C. M.; SILVEIRA, R. M. C. D. Depressão e o suicídio. *Revista da SBPH*, v. 14, n. 1, p. 233–243, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1516-08582011000100013&script=sci_abstract>. Acesso em: 03/08/23.
- BARROSO, S. M.; OLIVEIRA, N. R.; ANDRADE, V. S. Solidão e Depressão: Relações com Características Pessoais e Hábitos de Vida em Universitários. *Psicologia Teoria e Pesquisa*, v. 35, p. e35427, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102.3772e35427>>. Acesso em: 11/09/23.
- CAMARANO, A. A.; MELLO, J. L.; PASINATO, M. T.; KANSO, S. Caminhos para a vida adulta: as múltiplas trajetórias dos jovens brasileiros. *Última Década*, Santiago, v. 12, n. 21, p. 11–50, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22362004000200002>. Acesso em: 10/09/23.
- DUARTE, D. S.; SILVA, L. F.; OLIVEIRA, V. J.; BRAGA, P. P. Percepções e Escolhas de Adolescentes sobre Saúde no Contexto da Residência Multiprofissional. *Psicologia Ciência e Profissão*, v. 41, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003219264>>. Acesso em: 16/06/23
- FIGUEIREDO, A.; MAIOR, M. V.; SOUSA, S.; RIBEIRO, E.; CORDEIRO, L. Comportamentos de risco em adolescentes: estudo exploratório centrado nas diferenças entre rapazes e raparigas. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, Lisboa, v. 9, n. 2, p. 93–102, 2019. Disponível em: <<http://revistas.lis.ulsiada.pt/index.php/rpca/article/view/2713>>. Acesso em: 25/07/23
- FIORINI, M. C.; MORE, C. L. O. O.; BARDAGI, M. P. Família e desenvolvimento de carreira de jovens adultos no contexto brasileiro: revisão integrativa. *Rev. bras. orientac. prof.*, Florianópolis, v. 18, n. 1, p. 43–55, 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902017000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 22/10/2023.
- LEBOURG, E. H.; COUTRIM, R. M. E.; SILVA, L. C. Juventude e transição para o ensino médio: desafios e projetos de futuro. *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, v. 102, n. 260, pág. 82–98, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.24109/2176-6681.rbep.102.i260.4149>>. Acesso em: 30/07/23
- JARDIM, M. G. L.; CASTRO, T. S.; FERREIRA-RODRIGUES, C. F. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. *Psico-USF*, v. 25, n. 4, p. 645–657, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413/82712020250405>>. Acesso em: 05/06/23.
- KUENZER, A. Z. O Ensino Médio agora é para a vida: entre o pretendido, o dito e o feito. *Educação & Sociedade*, Campinas, v. 21, n. 70, p. 15–39, abr. 2000. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-7330200000100003>>. Acesso em: 02/10/23.
- LAGE, A. M. V.; MONTEIRO, K. C. C. A depressão na adolescência. *Psicologia em estudo*, v. 2, pág. 257–265, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722007000200006>>. Acesso em: 02/10/23.
- LOPES, K. C. da S. P.; SANTOS, W. L. dos. Transtorno de ansiedade. *Revista de Iniciação Científica e Extensão*, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 45–50, 2018. Disponível em: <<https://revistasfasesenaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/47>>. Acesso em 08/10/23.
- MESQUITA, C.; RIBEIRO, F.; MENDONÇA, L.; MAIA, A. Relações familiares, humor deprimido e comportamentos autodestrutivos em adolescentes. 2011. Disponível em: <http://repositorio.ulsiada.pt/bitstream/11067/1151/rpca_n3_artigo_6.pdf>. Acesso em 07/09/23.
- OLIVEIRA, A.; AMÂNCIO, L.; SAMPAIO, D. Arriscar morrer para sobreviver: olhar adolescente. *Revista: Análise Psicológica*, Lisboa, v. 4, n. 19, p. 509–521. 2001. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.12/6553>>. Acesso em 29/08/23.
- OSSE, C. M. C.; COSTA, L. I. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 28, n. 1, p. 115–122, 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2011000100012>>. Acesso em: 12/06/23.
- PEREIRA, M. R. e GURSKI, R. A adolescência generalizada como efeito do discurso do capitalista e da adultez erodida. *Psicologia & sociedade*, v. 26, n. 2, p. 376–383, 2014. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-71822014000200014>>. Acesso em: 20/08/23.
- RIBEIRO, M. A. Juventude e trabalho: construindo a carreira em situação de vulnerabilidade. *Arquivos brasileiros de psicologia*, v. 63, n. SP, pág. 58–70, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672011000300007>. Acesso em: 01/07/23.
- ROCHA, S. A inserção dos jovens no mercado de trabalho. *Caderno CRH*, v. 21, n. 54, p. 533–550, 2008. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-49792008000300009>>. Acesso em: 04/05/23.
- SAVEGNAGO, S. Dal O.; CASTRO, L. R. Sentidos de Oportunidade da Escola para Jovens de Classes Populares Cariocas. *Educação e realidade*, v. 45, n. 1, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-623691813>>. Acesso em: 10/07/23.
- SIMÕES, M. C. R. Comportamentos de risco na adolescência. *Dissertação de Doutorado*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, 2005. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.5/6812>>. Acesso: 04/09/23.
- TAQUETTE, S. R. Doenças Psicossomáticas na Adolescência. *Adolesc Saúde*. 2006. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.5/6812>>. Acesso em: 05/07/23.