



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

# Suicídio e Ideação Suicida em Estudantes Universitários

## # Categoria

---

Revisão de Dados e  
Literatura Científicos

## # Autoria

---

Gabinete de Estudos OPP

## # Documento

---

Fevereiro 2018  
Lisboa

## 1. Definições Breves

O **comportamento suicidário** abrange todo e qualquer ato através do qual um indivíduo causa uma lesão a si próprio, independentemente do grau de intenção letal e conhecimento do verdadeiro motivo desse ato.

Em suicidologia, frequentemente, o comportamento suicida inclui três categorias: **Ideação suicida**, **Tentativa de suicídio** e **Suicídio consumado**.

A **ideação suicida** designa, especificamente, pensamentos e cognições sobre como acabar com a própria vida, podendo ir de pensamentos gerais sobre a morte até ideias mais elaboradas que incluem de alguma forma planos e formas concretas de cometer o suicídio (Ferreira & Castela, 1999). A ideação suicida funciona como um forte indicador para o risco de suicídio .

## 2. Alguns Dados Gerais sobre o Suicídio

- Existem aproximadamente **1 milhão de suicídios por ano em todo o mundo**, e estima-se que **pelo menos seis pessoas sejam afectadas** por cada uma destas mortes.
- Uma pessoa suicida-se a cada 40 segundos em todo o mundo (e muitos mais tentam o suicídio), sendo esta a **segunda causa de morte mais frequente entre os jovens dos 15 e os 29 anos**, segundo o último relatório da Organização Mundial da Saúde (2014).
- Em **Portugal**, o número de pessoas que se suicidaram em **2016 – 981** – foi o mais baixo em dez anos, segundo os dados do Instituto Nacional de Estatística.
- Existem fortes indícios de **subnotificação** desta causa de morte devido ao grande número de mortes de causa indeterminada. Muitas mortes com causas por determinar poderão corresponder a casos de suicídio, considerando-se por isso que esta é uma **problemática subavaliada**.

## 3. Alguns Factos Gerais sobre o Suicídio

- **O suicídio é um problema de Saúde Pública com enormes consequências** emocionais, sociais e económicas.
- **O suicídio causa mais mortes do que os acidentes de viação**, particularmente até aos 35 anos.
- Não existe uma explicação simples para o facto de alguém escolher morrer por suicídio e quase nunca se deve a um único factor. Os **problemas de Saúde Psicológica constituem uma**

**influência importante**, assim como o abuso de álcool e drogas e os sentimentos de desespero e desesperança.

- As pessoas que apresentaram comportamentos de automutilação e tentativas de suicídio no passado têm maior probabilidade de o fazerem novamente e, portanto, correm mais risco de morrer por suicídio.
- **A maior parte das pessoas que fazem tentativas de suicídio ou morrem por suicídio não contactam os serviços de saúde no mês anterior à tentativa ou morte por suicídio.** Apenas metade das pessoas que morrem por suicídio já estiveram em contacto com um especialista em Saúde Psicológica.

#### 4. O Suicídio em Estudantes Universitários - Enquadramento

Durante a frequência do **ensino superior**, ocorrem **múltiplas mudanças desenvolvimentais e académicas**, desafios e incertezas quanto ao percurso académico e profissional que podem contribuir para que os estudantes do ensino superior constituam um grupo mais exposto e **vulnerável** à ocorrência de problemas de saúde mental e eventualmente com **risco aumentado para os comportamentos suicidários**.

A frequência do ensino superior marca o início de um processo de **transição para o mundo do trabalho e para a autonomia própria do jovem adulto**. Este processo tem lugar numa fase crucial do desenvolvimento global do estudante, uma vez que as suas preocupações e problemas se traduzem pelas dificuldades na resolução das tarefas normativas de desenvolvimento, características da fase em que se encontram (transição da adolescência para a idade adulta).

**Os estudos até agora existentes relativos à prevalência de ideação suicida** em estudantes universitários apresentam **resultados muito diversos**, variando também bastante em função do período de tempo a que se refere o questionamento. Por exemplo, considerando as **quatro semanas anteriores à inquirição** dos participantes, Eisenberg, Gollust, Golberstein e Hefner (2007) encontraram uma prevalência de ideação suicida de 2.5% em estudantes de licenciatura e **1.6%** em estudantes de pós-graduação. Da mesma forma, Curran, Gawley, Casey, Gill e Crumlish (2009) verificaram que **5.9%** dos estudantes apresentavam ideação suicida, sendo que 4.1% não manifestavam ideação ativa. Ainda entre populações universitárias, outros estudos indicam prevalências de 11.1% (Garlow et al., 2008), 6% (Arria et al., 2009) e **10%** (Roberto, 2009), sendo este último resultado obtido numa amostra de **estudantes de Medicina da Universidade da Beira Interior**.

Se alargarmos o **período de inquirição até aos 12 meses** (um ano), vemos que **os dados de prevalência de ideação suicida aumentam significativamente**. São disso exemplo os valores de 13.7% e **14.3%** obtidos por Fridner et al. (2009) numa amostra sueca e italiana, respetivamente.

Apesar de as estatísticas anteriores indicarem que a prevalência de ideação suicida é mais comum do que por vezes se possa pensar, os resultados tornam-se ainda mais alarmantes se estendermos as

análises ao **período de vida** do sujeito, demonstrando que se trata de um fenómeno bastante frequente (Garlow et al., 2008). Tyssen et al. (2001) encontraram uma prevalência de **43%**, sendo que **as ideias de suicídio eram explicadas por fatores como** a falta de controlo, pelos traços de personalidade, por ser solteiro, por acontecimentos de vida negativos e por distress psicológico, nomeadamente ansiedade e depressão. É de ressaltar ainda que 8% dos estudantes já chegaram a planear o suicídio e 1.4% tentou suicidar-se.

Gallagher (2006) aplicou um questionário a uma amostra aleatória a 94.806 estudantes de universidades públicas e privadas nos **EUA** os resultados revelaram que: 1) **9 em 100 dos estudantes relataram terem considerado o suicídio** no último ano; 2) 1,3% dos estudantes fizeram tentativa de suicídio.

Estudos nos EUA sobre o suicídio em estudantes universitários citaram com maior frequência, quanto às **razões que contribuem para a ideação e conduta suicida**: (100%) o **stress** relacionado com os estudos, os problemas familiares, **depressão**, desespero ou ausência de soluções; (82%) a **ansiedade**; (78%) o stress económico; (76%) a solidão; (29%) os problemas profissionais ou laborais; os traumas físicos ou psicológicos; (24-26%) o uso de droga e/ou álcool (Westefeld et al, 2005).

## 5. O Suicídio em Estudantes Universitários – Estudos Portugueses

Soares, M., et al. (2015). Ideação Suicida em Estudantes Universitários, Saúde Mental e Suicidalidade Prévia. Poster apresentado no XXVI Encontro Nacional da Associação Portuguesa de Psiquiatria da Infância e Adolescência. *Psicopatologia da Infância e da Adolescência, Heranças e Evoluções*, Universidade de Trás os Montes e Alto Douro.

Amostra: 549 estudantes do ensino superior (80,1% mulheres), com idade média de 20,50 anos.

Resultados: **3% teve ideação suicida** em algum momento do mês anterior; **22,3% teve suicidalidade prévia** (tentativas e/ou ideação suicida).

Gonçalves, A. (2014). Avaliação do Risco de Suicídio em Estudantes do Ensino Superior Politécnico: Prevalência e Factores Associados. *Tese de Doutoramento em Ciências de Enfermagem* apresentada ao Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto.

Os autores procuraram avaliar a ideação suicida e a prevalência do risco de suicídio nos estudantes do ensino superior politécnico. Estudo quantitativo, descritivo e exploratório, realizado numa amostra de 1074 estudantes de uma Instituição de ensino superior da região centro de Portugal.

Os resultados mostram que **a presença/gravidade de pensamentos suicidas é baixa**. O percentual de estudantes com **pensamentos e planos suicidários no último mês foi de 4.8%** vs 6.2% nos rapazes e de 4.0% vs 4.2% nas raparigas. Verifica-se que **6.5% dos estudantes referem já ter feito alguma tentativa de suicídio ao longo da vida**. Embora a prevalência de ideação suicida nos estudantes não seja elevada, encontramos na nossa amostra **84 estudantes (7,8%) com potencial**

**risco de suicídio.**

As variáveis que produziram significância estatística com a **ideação/risco de suicídio** nos estudantes foram: Sexo (**feminino**); Estado civil (**solteiro**); Coabitação em tempo de aulas (**viver sozinho**); Não estar no curso pretendido; Insatisfação com o curso; Desempenho académico (**reprovações**); Comportamentos aditivos (**consumo de drogas e medicação**); História familiar de doença mental; Consultas relacionadas com problemas de saúde mental; Internamentos psiquiátricos; A fazer medicação psiquiátrica; autoconceito (**autoeficácia, aceitação/rejeição e impulsividade**); Suporte social e familiar (**Intimidade e atividades sociais**); Vinculação (**ansiedade de vinculação, conforto com a proximidade e confiança nos outros**); **Ansiedade, depressão stresse**; Acontecimentos de vida (**negligência, acontecimentos de vida global**).

Pereira, A. (2011). Ideação Suicida e Fatores Associados: Estudo Realizado Numa Amostra da População Universitária da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. *Dissertação de Mestrado em Psicologia apresentada à Escola de Ciências Humanas e Sociais da Universidade de Trás os Montes e Alto Douro.*

Este estudo pretendeu analisar um conjunto de indicadores de processos psicopatológicos nos estudantes da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, dando particular ênfase à ideação suicida. Para tal, reuniram uma amostra estratificada de quatro das cinco escolas desta universidade, composta por 366 alunos.

Os resultados obtidos indicam que **12.6% da amostra já apresentou ideação suicida em algum momento na sua vida e 5.5% já pensou seriamente em suicidar-se**. Para além disso, tal como se verifica noutras amostras universitárias, **10.7% dos alunos apresentaram ideação suicida ao longo do último ano** e na semana anterior ao preenchimento do questionário. Tanto na totalidade da amostra como entre indivíduos do mesmo sexo, **os alunos que apresentam ideação suicida revelam maiores níveis de sintomatologia depressiva**, de solidão, de ansiedade social e de ansiedade nas relações afetivas; e menores níveis de conforto com a proximidade e de confiança nos outros.

Silva et al. (2009)

Para avaliar a presença de ideação suicida, sintomas depressivos e sintomas de desesperança entre três cursos da área de saúde, Silva et al. (2009), fizeram um estudo transversal sobre ideação suicida em 563 estudantes da área da saúde, com uma idade média de 22,21 anos e 78% dos quais eram mulheres. Concluíram que não havia diferença em relação à presença de ideação suicida entre os estudantes de medicina, enfermagem e farmácia assim como, não havia diferença em relação à presença de depressão ou desesperança nos estudantes de medicina em comparação com os estudantes de enfermagem e farmácia.

Notícia Público (2005)

O estudo, realizado por técnicos que prestam ajuda psicológica a estudantes a partir de dados recolhidos junto de um grupo escolar do Instituto Superior Técnico (IST), em Lisboa, concluiu que **20 por cento dos alunos que recorrem a ajuda já pensou em suicidar-se**. Os técnicos revelam ainda que

os **alunos de medicina, artes e engenharias** são os que mais pensam em matar-se e sublinham a inexistência de dados estatísticos sobre os suicídios que ocorrem no ensino superior.

## 6. A Prevalência da Depressão em Estudantes Universitários Portugueses

Almeida, J. (2014). Ansiedade e os Comportamentos de Risco nos Estudantes do Ensino Superior: Estudo de Prevalência e Correlação. *Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa.*

Realizou-se um estudo quantitativo, descritivo, correlacional, transversal e exploratório com 1968 estudantes do 1º ciclo da Universidade da Beira Interior e dos Institutos Politécnicos da Guarda, Castelo Branco e Portalegre.

Os principais resultados mostraram que 18,3% (n=360) apresentavam saúde mental negativa; **17,7% sintomatologia depressiva moderada a severa; 15,6% sintomatologia ansiosa moderada a severa;** e que apenas 15% dos que apresentavam saúde mental global negativa recorreu a ajuda profissional.

Notícia JN (2012)

Um estudo que envolveu 300 estudantes da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro concluiu que **17,4% dos universitários apresentavam sintomatologia depressiva** clinicamente significativa.

No estudo "Sintomatologia depressiva em estudantes universitários: prevalência e fatores associados", divulgado esta quinta-feira no congresso da Ordem dos Psicólogos, participaram 300 estudantes, com idades entre os 18 e os 30 anos, sendo a maioria (67,3%) mulheres.

Campos e Gonçalves (2004)

Em Portugal os estudos nesta área não são tão frequentes como nos países referidos. Num estudo efectuado por Campos e Gonçalves (2004) onde participaram 538 estudantes universitários portugueses (215 rapazes e 323 raparigas) com uma média de idades nos 20,62 anos, utilizando para a recolha de dados a versão experimental portuguesa do Inventário de Depressão de Beck II (BDI-II), **9% dos estudantes portugueses** (6% dos rapazes e 10% das raparigas) encontravam-se **disfóricos ou deprimidos**.

## 7. Conclusão – A Necessidade de Estratégias de Prevenção do Suicídio

- Apesar da necessidade de haver um maior número de estudos que forneçam dados sobre a conduta suicida e a ideação suicida nos estudantes universitários este é já um problema grave.
- É essencial uma análise dos comportamentos suicidários para **avaliar o risco de suicídio** na população universitária, **identificar precocemente os sintomas e os comportamentos de risco**,

desenvolver **programas de intervenção** para alunos em risco e desenhar **programas de prevenção** do comportamento suicidário no contexto académico.

- É possível prevenir o suicídio. **Existem intervenções psicológicas baseadas em evidências que são custo-efectivas e permitem prevenir o suicídio e as tentativas de suicídio.**
- De acordo com Knaap et al. (2011) quando se evita um suicídio o número de anos de produtividade perdida é reduzido e isso traduz-se num **evitamento de custos de cerca de €77,370** por ano, por pessoa em idade activa.
- **É fundamental fomentar a prevenção do suicídio em Portugal, nomeadamente através da melhoria de capacidade de diagnóstico e tratamento de situações depressivas nos Cuidados de Saúde Primários.**



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

RECURSOS.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT  
WWW.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Estudos:  
[andresa.oliveira@ordemospsicologos.pt](mailto:andresa.oliveira@ordemospsicologos.pt)

---

Sugestão de Citação:  
Ordem dos Psicólogos Portugueses (2018). Suicídio e Ideação Suicida em Estudantes  
Universitários. Lisboa