

FATORES DE RISCO PARA ANSIEDADE E DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

OLIBONI, Rafaela¹
RAMPELOTTO, Roberta²
VARGAS, Emiliana Giusti de³

¹ Graduanda em Biomedicina da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/ São Miguel do Oeste, SC, Brasil.

² Farmacêutica, Doutora em Ciências Farmacêuticas, Professora da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/São Miguel do Oeste, SC, Brasil.

³ Farmacêutica, Professora da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/São Miguel do Oeste, SC, Brasil.

E-mail para correspondência: rafaela_oliboni@estudante.sc.senai.br

Grande área de conhecimento: Ciências da Saúde

Introdução: A adolescência é um período de intensas mudanças biológicas, psicológicas e sociais, que pode aumentar a vulnerabilidade a transtornos mentais, especialmente ansiedade e depressão. Estima-se que 10% a 20% dos adolescentes no mundo apresentam algum transtorno mental, sendo a ansiedade e a depressão os mais comuns.¹ No Brasil, observa-se aumento expressivo da incidência dessas condições, associado a fatores ambientais, sociais e culturais.² **Objetivo:** Analisar os fatores de risco para ansiedade e depressão em adolescentes, com base em evidências científicas recentes. **Métodos:** Foi realizada revisão de literatura nas bases de dados PubMed, SciELO e *Web of Science*, com os descritores “adolescentes”, “ansiedade”, “depressão”.. Foram incluídos 6 artigos publicados

entre 2015 a 2025, em inglês ou português, que apresentassem dados de prevalência e fatores associados. **Resultados e discussão:** Estudos brasileiros apontam que a prevalência de sintomas depressivos na adolescência varia entre 15% e 30%, enquanto os transtornos de ansiedade atingem de 20% a 36%.³ Entre os principais fatores de risco está o gênero, sendo o feminino frequentemente associado a maiores níveis de sofrimento psicológico. Além disso, variáveis ambientais, como conflitos familiares, baixa rede de apoio social, dificuldades escolares e experiências de violência, são determinantes importantes para a manifestação dos sintomas. A má qualidade do sono e o uso excessivo de redes sociais também se consolidaram como fatores de risco, contribuindo para o aumento da insegurança emocional e para a piora da autoestima dos adolescentes.⁴ O impacto das mídias digitais, sobretudo no que diz respeito ao *cyberbullying*, merece destaque. A exposição prolongada a interações virtuais negativas está associada ao aumento de sintomas depressivos, da ansiedade e até mesmo do risco de ideação suicida, tornando-se um fenômeno de grande preocupação.⁵ Além disso, adolescentes com doenças crônicas, como asma, apresentam maior propensão a desenvolver transtornos emocionais, evidenciando que condições clínicas podem intensificar a vulnerabilidade psicológica.⁶ **Conclusão:** A ansiedade e a depressão na adolescência configuram um importante problema de saúde pública com alta prevalência, influenciados por fatores individuais, familiares e sociais, conflitos familiares, baixa qualidade do sono, uso excessivo de redes sociais e doenças crônicas. Esses transtornos podem comprometer o desenvolvimento emocional, social e acadêmico, aumentando o risco de ideação suicida. A identificação precoce e a implementação de intervenções multidisciplinares, envolvendo família, escola e serviços de saúde são essenciais para prevenir complicações, promover a resiliência e reduzir o impacto desses transtornos na vida dos adolescentes.

REFERÊNCIAS

- ¹ World Health Organization. Adolescent mental health [Internet]. Geneva: WHO; 2021 [cited 2025 Aug 12]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- ² Silva SA, Silva SU, Ronca DB, Gonçalves VSS, Dutra ES, Carvalho KMB. Common mental disorders prevalence in adolescents: a systematic review and meta-analyses. PLoS One. 2020;15(4):e0232007.
- ³Manfro PH, Kieling C, Tramontina J, et al. Depression in a youth population-based sample from Brazil. J Affect Disord. 2021;287:220-7.
- ⁴Silva AN, Silva RM, Silva EF. Fatores de risco para a saúde mental de adolescentes: revisão integrativa. Rev Esc Enferm USP. 2021;55:e20200564.
- ⁵Ahmed O, Hossain KN, Rahman MM, Islam MS. Social media use, mental health and sleep: a systematic review and meta-analysis. J Affect Disord. 2024;358:1-12.
- ⁶Andrade CR, Lasmar LMLBF, Lasmar MF, et al. Emotional and behavioral disorders in adolescents with asthma compared with non-asthmatics. J Bras Pneumol. 2020;46(5):e20190244.