



ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS DA AERONÁUTICA  
CURSO DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS 1/2023

FRANCISCO **GEREZ**, Cap Med

**Transtorno de adaptação em cadetes da Força Aérea Brasileira:** importância da  
detecção precoce a fim de reduzir o impacto negativo na saúde mental

Rio de Janeiro  
2023

ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS DA AERONÁUTICA  
CURSO DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS 1/2023

FRANCISCO **GEREZ**, Cap Med

**Transtorno de adaptação em cadetes da Força Aérea Brasileira:** importância da  
detecção precoce a fim de reduzir o impacto negativo na saúde mental

Trabalho de conclusão de curso apresentado  
no Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais da  
Aeronáutica como requisito parcial para  
aprovação no Curso de Pós-graduação em  
MBA em Liderança com Ênfase em Gestão  
no COMAER.

Linha de Pesquisa: Gestão da Saúde na  
Força Aérea

Orientador: Thiago Diorgilis Ribeiro Daniel,  
Ten Cel Av.

Rio de Janeiro

2023

FRANCISCO **GEREZ**, Cap Med

**Transtorno de adaptação em cadetes da Força Aérea Brasileira: importância da  
detecção precoce a fim de reduzir o impacto negativo na saúde mental**

Trabalho de conclusão de curso apresentado  
no Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais da  
Aeronáutica.

Aprovado por:

---

Thiago Diorgilis Ribeiro **Daniel**, Ten Cel Av  
EAOAR

---

**Robertha** Lima Souza da Silva, Cap Av  
EAOAR

Rio de Janeiro

2023

## RESUMO

O Transtorno de Adaptação (TA) é um diagnóstico associado ao estresse por situações adversas do cotidiano. Cursa com um estado de sofrimento e de perturbação emocional subjetivos que geram limitação no desempenho e no funcionamento ocupacional do indivíduo. Desse modo, é de se esperar que os transtornos de adaptação estejam entre os transtornos mentais mais frequentes na prática clínica. Esse ensaio defende a importância da detecção precoce do transtorno de adaptação em cadetes da Academia da Força Aérea a fim de reduzir o impacto negativo na saúde mental. Primeiramente, os cadetes da Força Aérea Brasileira estão sujeitos a fatores inerentes da vida de um aluno numa escola de formação militar e a detecção precoce do TA antecipa o retorno do cadete ao exercício pleno de suas tarefas laborativas. O segundo apontamento é que os sintomas depressivos e ansiosos associados ao TA podem implicar em problemas sérios na saúde mental, como ideação suicida e/ou suicídio, e a detecção precoce levará a redução potencial de agravos de saúde mental nos cadetes da Força Aérea Brasileira. Sendo assim, a identificação precoce do Transtorno de Adaptação pode ser uma importante ferramenta de gestão para estratégias de ação em saúde mental dentro de escolas de formação militar da Diretoria de Ensino da Aeronáutica.

**Palavras-chave:** Transtorno de adaptação. Transtorno de ajustamento. Cadetes. Pessoal militar. Forças Armadas.

## 1 INTRODUÇÃO

O Transtorno de Adaptação (TA) é um critério diagnóstico associado ao estresse por situações adversas do cotidiano. Cursa com um estado de sofrimento e de perturbação emocional subjetivos que geram limitação no desempenho e no funcionamento ocupacional do indivíduo. Desse modo, é de se esperar que os transtornos de adaptação, também chamados de transtorno de ajustamento, estejam entre os transtornos mentais mais frequentes na prática clínica. Em resumo, o TA é uma resposta anormal autolimitada a um estressor que causa um comprometimento funcional.

Apesar de ser um diagnóstico prevalente, o tema ainda é objeto de poucas pesquisas científicas a nível internacional. No Brasil, há poucos estudos sobre transtorno de adaptação na população brasileira, nos militares e principalmente nos cadetes.

Os cadetes da Força Aérea Brasileira estão sujeitos a fatores inerentes da vida de um aluno numa escola de formação militar, em regime de internato, que podem influenciar na saúde mental, tais como enfrentamento de desafios, a distância da família, a adaptação com a rotina, a hierarquia militar, pouco tempo de descanso e falta de tempo livre, além de maiores demandas acadêmicas, sociais e a mudança ambiental.

Os sintomas depressivos e ansiosos associados ao TA podem implicar em problemas sérios não só na saúde mental como também na aprendizagem. Além disso, se os sintomas persistirem ao longo da vida acadêmica dos cadetes gerarão impactos negativos importantes.

Levando em consideração os dados elencados, esse ensaio defende a importância da detecção precoce do transtorno de adaptação em cadetes da Academia da Força Aérea a fim de reduzir o impacto negativo na saúde mental.

Primeiramente, argumenta-se que os cadetes da Força Aérea Brasileira estão sujeitos a fatores inerentes da vida de um aluno numa escola de formação militar e a detecção precoce do TA antecipa o retorno do cadete ao exercício pleno de suas tarefas laborativas.

O segundo apontamento é que os sintomas depressivos e ansiosos associados ao TA podem implicar em problemas sérios na saúde mental e a detecção precoce

levará a redução potencial de agravos de saúde mental nos cadetes da Força Aérea Brasileira.

## **2 TRANSTORNO DE ADAPTAÇÃO**

O transtorno de adaptação é definido pela Organização Mundial da Saúde na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde, 10ª Revisão (CID-10), como: “estado de sofrimento subjetivo e perturbação emocional, geralmente interferindo no funcionamento e no desempenho social, surgindo no período de adaptação a uma mudança significativa na vida ou a um evento de vida estressante” (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 1992).

O diagnóstico do transtorno de adaptação descreve dois sintomas principais: a preocupação com o estressor e a falha na adaptação. A preocupação com o estressor inclui pensamentos angustiantes recorrentes ou ruminções sobre o tema da situação estressante, enquanto a falha de adaptação é uma dificuldade mais geral, que traz como consequência da preocupação perturbações, incluindo as do sono e da concentração, resultando em um comprometimento da função em todo o corpo, como o funcionamento social ou ocupacional.

As manifestações variam e incluem humor deprimido, ansiedade ou preocupação (ou uma mistura destes), sensação de incapacidade de enfrentar, planejar com antecedência ou continuar na situação atual, bem como algum grau de incapacidade no desempenho da rotina diária.

### **2.1 Detecção precoce do TA antecipa o retorno do cadete ao exercício pleno das suas atividades laborativas**

Considerando que o transtorno de adaptação é uma desordem que gera uma resposta exagerada ao estresse em função de algumas situações desafiadoras da vida (mudança existencial ou a um episódio estressante), há de se considerar que, dentre a população geral, algumas pessoas serão afetadas pelo transtorno, em algum momento da vida.

Ao levar em conta que o TA se origina a partir de um processo de ajustamento a fatores estressores pontuais ou até mesmo do dia a dia, pode-se notar que o jovem

universitário pode se tornar vulnerável ao transtorno por estar exposto a mudanças recorrentes e a muitos estressores que tendem a aparecer no decorrer do curso superior.

Segundo Moraes (2014), é possível perceber que determinadas circunstâncias afetas ao contexto universitário geram níveis diferentes de estresse, acarretando sofrimento psíquico (como pensar excessivamente sobre o estressor e incapacidade de se ajustar a ele) e prejuízos comportamentais (como distúrbios do sono e dificuldade de concentração), contribuindo para o declínio na realização das atividades da vida diária e permeando uma atmosfera favorável para aparição de transtornos mentais.

Além das pressões acadêmicas, muitos universitários deixam a cidade natal para ingressarem numa universidade, distanciando-se do núcleo familiar, tendo que lidar com pessoas diferentes e situações novas sem ter por perto o apoio da família e de amigos mais próximos. Esse apoio social precário pode ampliar o desajuste emocional do aluno.

Os cadetes, assim como os estudantes universitários, estão sujeitos a fatores inerentes da vida de um aluno numa escola de formação militar, em regime de internato, que podem influenciar na saúde mental, tais como: enfrentamento de desafios, a distância da família, a adaptação com a rotina, a hierarquia militar, pouco tempo de descanso e falta de tempo livre, além de maiores demandas acadêmicas, sociais e mudança ambiental.

A adaptação ao novo contexto envolve um caráter biopsicossocial, onde alguns logram êxito enquanto outros não. Alguns fatores têm influência direta nessa adaptação, como a capacidade interior (resiliência) e a história de vida pregressa do cadete. Um processo adaptativo mal sucedido pode acarretar um desempenho acadêmico ruim, um pedido de desligamento precoce ou um agravo mental.

A formação na Academia da Força Aérea tende a ser um processo que exige do cadete um ótimo desempenho acadêmico, desde o seu início para ser aprovado no certame nacional de admissão até seu término com a conclusão no Curso de Formação de Oficial. Assim, o cadete pode experimentar momentos de tensão durante todo o período acadêmico.

Algumas características foram identificadas como possíveis potencializadores de risco de transtorno de adaptação. Yaseen (2017) identificou que indivíduos com

baixa escolaridade, solteiros, entre 15 e 25 anos ou estudantes apresentavam maior risco de TA. Haskell et al. (2011) relatou que ser do sexo feminino aumentou o risco de desenvolver TA. Segundo Shrestha et al. (2018), o aumento do otimismo, o enfrentamento, a adaptabilidade, o afeto positivo, a espiritualidade e o significado da vida, o pensamento catastrófico mínimo e a redução da solidão reduziram significativamente a probabilidade ou a gravidade dos sintomas do TA.

Durante toda a permanência do cadete na AFA, o apoio da seção de Psicologia se faz presente no Corpo de Cadetes, desde o período de Estágio de Adaptação Militar (EAM) até o término do Curso de Formação de Oficiais. Esse suporte é de extrema importância para o processo de detecção precoce e início de psicoterapia (terapia cognitivo-comportamental). Em alguns casos, a Seção de Psicologia solicita parecer do médico Psiquiatra do Grupo de Saúde de Pirassununga (GSAU-YS) para avaliação especializada do quadro e eventual necessidade de tratamento farmacológico. A maioria dos casos de transtorno de adaptação é solucionado e os cadetes são restituídos a rotina de forma plena.

## **2.2 Detecção precoce do TA reduz potencial de agravos de saúde mental nos cadetes da Força Aérea Brasileira**

O período de formação na Academia da Força Aérea é um período de adaptação à vida militar. É de se entender que toda adaptação gera algum nível de estresse no indivíduo e, em se tratando de um ambiente militar, essa adaptação tende a ser mais intensa, requerendo mais do cadete.

A rotina do cadete é repleta de peculiaridades que são inerentes ao ambiente de ensino militar como o seguimento de regras e normas da Instituição, o regime de internato, o cumprimento de horários, as formaturas, o curto tempo de estudo e a concorrência acirrada por classificação final de curso que determinará a escolha das localidades futuras de trabalho. Tais condições exigem grande resistência psicológica e física e são fontes de estresse no ambiente militar, fazendo com que o cadete fique vulnerável ao desencadeamento de transtornos mentais.

Segundo HOURANI, WILLIANS e KRESS (2006), o estresse é um acontecimento comum dentro da atividade militar e tem sido associado com uma variedade de transtornos mentais e declínio no desempenho no trabalho. Embora as

relações entre estresse e saúde mental; estresse e desempenho no trabalho; saúde mental e desempenho no trabalho sejam bem definidas na população civil, a maioria das pesquisas sobre a relação entre estresse e transtornos mentais na população militar está focada nos efeitos psicológicos da exposição ao trauma e ao combate.

Conforme a revisão sistemática de McKenzie et al. (2022), há uma associação importante entre transtorno de ajustamento e ideação suicida na população geral. Dentro da revisão, considerando uma população militar, sete estudos relataram um aumento significativo de ideação ou tentativas suicidas em militares com diagnóstico de transtorno de adaptação em comparação aos controles saudáveis, com um estudo relatando uma taxa de risco de 4,70.

As manifestações do transtorno de adaptação incluem principalmente o humor deprimido e os sintomas ansiosos, culminando por vezes em ideação suicida/suicídio. Esse é um desfecho preocupante tanto a nível de Forças Armadas nacionais como internacionais.

Existem estudos internacionais sobre modelos preditivos para diagnóstico de sintomas depressivos em população militar, sendo exemplos deles o Estudo para Avaliar Risco e Resiliência em Membros em Serviço – Estudo Longitudinal (STARRS-LS) e o estudo britânico “A apresentação da depressão no Exército Britânico”. STARRS-LS é um projeto de pesquisa financiado pelo Departamento de Defesa dos EUA para gerar informações sobre redução de riscos e desenvolvimento de resiliência para suicídio, comportamentos associados ao suicídio e outros problemas de saúde mental/comportamental nas forças armadas.

Realizar o diagnóstico precoce de transtorno de adaptação nos cadetes e interferir na evolução desse transtorno diminui o risco de progressão para ideação suicida/suicídio. Ofertar o acesso à seção de psicologia e à seção de psiquiatria pode viabilizar a elaboração de estratégias de enfrentamento aos agentes causadores e resultar na minimização dos efeitos do transtorno de adaptação e ocasionar melhores condições de vida aos cadetes.

Segundo Teixeira (2021), é necessário oferecer apoio psicológico aos cadetes para assegurar um desenvolvimento emocional adequado e garantir uma tropa preparada para lidar com as suas próprias emoções. Identificar e controlar os fatores estressores que podem gerar o transtorno de adaptação favorecerá uma condição de vida saudável no que diz respeito a saúde mental.

### 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Transtorno de Adaptação (TA) é um diagnóstico associado ao estresse por situações adversas do cotidiano que leva a um estado de sofrimento e de perturbação emocional subjetivos, gerando limitação no desempenho e no funcionamento ocupacional do indivíduo. Apesar de ser um diagnóstico prevalente, existem poucas pesquisas científicas sobre a temática a nível nacional na população geral e no pessoal militar, incluindo os cadetes.

Dessa forma, é importante reforçar que a detecção precoce do transtorno de adaptação em cadetes da Academia da Força Aérea reduz o impacto negativo na saúde mental nessa população. Vale frisar que os cadetes estão sujeitos a fatores inerentes da vida de um aluno numa escola de formação militar, em regime de internato, que podem influenciar na saúde mental, tais como enfrentamento de desafios, a distância da família, a adaptação com a rotina, a hierarquia militar, pouco tempo de descanso e falta de tempo livre, além de maiores demandas acadêmicas, sociais e a mudança ambiental. A adaptação ao novo contexto envolve um caráter biopsicossocial, onde alguns logram êxito enquanto outros não. Um processo adaptativo mal sucedido pode acarretar um agravo mental. É de extrema importância que a detecção desse agravo seja feita de forma precoce.

Além disso, há uma forte associação entre transtorno de adaptação e o desfecho negativo de ideação suicida/suicídio, razão de preocupação a nível nacional e internacional dentro das Forças Armadas. Detectar precocemente o transtorno e ofertar apoio psicológico/psiquiátrico ao cadete em formação asseguram um desenvolvimento emocional adequado e garante uma condição de vida saudável no que diz respeito a saúde mental.

A importância de pesquisas, abordando transtorno de adaptação, dentro dos ambientes de formação militar, seria de grande ganho para os futuros líderes da Força Aérea Brasileira. Gerar informação sobre o transtorno, promove mudanças e permite um ambiente de trabalho/formação mais saudável no que diz respeito a qualidade da saúde mental, reduzindo agravos. Sendo assim, a identificação precoce do Transtorno de Adaptação pode ser uma importante ferramenta de gestão para estratégias de ação em saúde mental ampliadas para as escolas de formação militar, subordinadas à Diretoria de Ensino da Aeronáutica.

## REFERÊNCIAS

- BAJJANI-GEBARA J. *et al.* **Adjustment disorders in U.S. Active Duty Military Women: A Scoping Review for the Years 2000 to 2018.** *Womens Health Issues*, vol. 31, Suppl 1, p. S33-S42. Aug. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.whi.2020.12.003>. Acesso em: 20 de fev. de 2023.
- HASKELL S. G. *et al.* **The burden of illness in the first year home: do male and female VA users differ in health conditions and healthcare utilization.** *Womens Health Issues*, vol. 21, n.1, p.92-97. Jan-Feb. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.whi.2010.08.001>. Acesso em: 20 de fev. de 2023.
- HOURANI, L. L., WILLIAMS, T. V., KRESS, A. M. **Stress, mental health, and job performance among active duty military personnel: findings from the 2002. Department of Defense Health-Related Behaviors Survey.** *Mil Med*, v.171, n.9, p.849-856. Sep. 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.7205/milmed.171.9.849>. Acesso em: 03 de mar. 2023.
- MCKENZIE A. *et al.* **Adjustment disorder in the Armed Forces: a systematic review.** *J Ment Health*, Abingdon, p. 1-23, Nov. 2022. Advance online publication. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/09638237.2022.2140792>. Acesso em: 19 de fev. de 2023.
- MORAES, T. S. L de. **Transtorno de adaptação: uma revisão sistemática e sua prevalência entre estudantes universitários.** 2014. 80p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Instituto de Educação, Departamento de pós-graduação, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, 2014.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde** 10ª Revisão (CID-10), 10ª Rev. Genebra, Suíça, 1992. Disponível em: <https://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2010/en>. Acesso em: 20 fev. 2023.
- SHRESTHA A. *et al.* **Protective Effects of Psychological Strengths Against Psychiatric Disorders Among Soldiers.** *Military medicine*, n.183, suppl 1), p. 386–395. Mar. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/milmed/usx189>. Acesso em: 20 de fev. de 2023.
- TEIXEIRA, C. DAS C. **O estresse causado pela formação e rotina em militares das Forças Armadas brasileiras: revisão integrativa.** *EsSEX: Revista Científica*, v. 4, n. 6, p. 35-44, 2 jul. 2021.
- YASEEN, Y. A. **Adjustment disorder: Prevalence, sociodemographic risk factors, and its subtypes in outpatient psychiatric clinic.** *Asian J Psychiatr*, vol. 28, p. 82–85, Aug. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2017.03.012>. Acesso em: 19 de fev. de 2023.