PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

PREVALENCE OF COMMON MENTAL DISORDERS IN UNIVERSITY STUDENTS

ARTAL, Ingrid Ing Bley[1]
KELM, Dara Cecília Oliveira de Andrade [2]
MOTA, Kedma Assis de Oliveira[3]
SILVA, Leidy Laura Fagundes da[4]
SOUZA, Manuela Martins[5]
SILVA, Guilherme Augusto Duarte da[6]

RESUMO

O presente artigo discutirá a prevalência dos transtornos mentais comuns em estudantes universitários e os prováveis motivos para seu desenvolvimento. Para embasar tal discussão foi realizada uma coleta de dados bibliográficos nas plataformas Scientific Electrinic Library Online (Scielo) e Biblioteca Virtual em Saúde - Psicologia Brasil (BVS-Psi), utilizando os descritores: saúde mental, universitários, estudantes, ansiedade e TMC, através de uma busca de publicações brasileiras nos últimos 21 anos, identificando aqueles com foco nos fatores relacionados ao Transtorno Mental Comum (TMC). Diante dos dados coletados, foi possível perceber que são inúmeros fatores que contribuem para o adoecimento e sofrimento mental dos universitários, existindo causas socioeconômicas como a renda do estudante, o local de moradia e causas psicológicas, como a falta de vínculo, exaustão mental, uso excessivo de drogas lícitas e ilícitas e baixa autoeficácia. Durante a pesquisa, observou-se que o sexo predominante é o feminino, a maioria eram solteiros e cursavam entre o primeiro e o décimo segundo semestre, com a média de idade entre 20 e 45 anos. Perante da revisão feita através dos artigos científicos, conseguimos compreender melhor o adoecimento dos estudantes universitários, aspectos importantes para a formação se tornar menos prejudicial, como a cooperação de familiares, amigos e professores, tornando possível ter uma experiência de graduação com maior cuidado em saúde mental.

Palavras-chave: Universidade. Saúde mental. TMC.

1 Graduanda em Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, e-mail: ingbley@gmail.com
2 Graduanda em Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, e-mail: darakelmm@gmail.com
3 Graduanda em Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, e-mail: kedma.olliveira@gmail.com
4 Graduanda em Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, e-mail: leidylaurafagundes.silva@gmail.com
5 Graduanda em Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, e-mail: manumartins128@gmail.com
6 Professor Especialista e orientador do curso de Psicologia do UNIVAG, e-mail: guilherme.silva@univag.edu.br

ABSTRACT

This article will discuss the prevalence of common mental disorders in university students and the probable reasons for its development. To support this discussion, a collection of bibliographic data was carried out on the Scientific Electrinic Library Online (SciELO) and Virtual Health Library - Psychology Brazil (BVS-Psi) platforms, using the descriptors: mental health, university students, students, anxiety and TMC, through from a search for Brazilian publications in the last 21 years, identifying those with a focus on factors related to Common Mental Disorder (CMD). Given the data collected, it was possible to perceive that there are countless factors that contribute to university students' mental illness and suffering, with socioeconomic causes such as the student's income, the place of residence and psychological causes, such as the lack of bond, mental exhaustion, use excessive use of legal and illegal drugs and low self-efficacy. During the research, it was observed that the predominant sex is female, most were single and attended between the first and twelfth semester, with an average age between 20 and 45 years. In view of the review made through scientific articles, we were able to better understand the illness of university students, which are important aspects for training to become less harmful, such as the cooperation of family, friends and teachers, making it possible to have a graduate experience with greater health care mental.

Keywords: University. Mental health. TMC.

1 INTRODUÇÃO

A definição de saúde mental é extensa e complexa, pois engloba conhecimentos da psiquiatria, psicologia, neurologia, neurociências, filosofia, fisiologia, antropologia, sociologia, história e geografia, possuindo assim transversalidade de saberes e diversos significados (AMARANTE, 2007).

A Organização Mundial da Saúde - OMS (2016) define saúde mental como "um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade". Sua definição não envolve apenas a ausência de transtornos mentais, mas engloba uma série de condições socioeconômicas, biológicas e ambientais, como fatores estressantes no trabalho, discriminações sociais e baixo nível de escolaridade associado à pobreza. Fatores psicológicos e de personalidade específicos podem deixar as pessoas mais ou menos suscetíveis a transtornos mentais (OPA/OMS, 2016).

O ingresso no meio universitário é caracterizado por muitas mudanças na forma de pensar em diferentes áreas da vida do estudante, que se encontrará em um novo ambiente repleto de normas, metodologias, grupos e pessoas desconhecidas. Essa inserção na graduação se trata de um marco na vida desse universitário, o que pode ser motivo de

vulnerabilidades que interferem na sua saúde mental, através de um processo cheio de idealizações, ansiedade, conflitos e angústias (PAPALIA & FELDMAN, 2006 apud CASTRO, 2017). Para Cabral e Albuquerque (2015), os fatores acadêmicos são agentes estressores e/ou fatores de risco para saúde mental dos universitários, pois exigem muita competência individual para lidar com as demandas acadêmicas. Tais vulnerabilidades podem se desenvolver através de fatores socioeconômicos e vivência familiar, sobreposto a isso, a angústia relacionada às exigências das disciplinas e dos estágios, junto a ansiedade da finalização do curso e a falta de suporte psicológico, entre outros, pode ocasionar o sofrimento psíquico ao estudante.

As crenças dos estudantes sobre sua própria capacidade influem em algum nível sobre saúde mental, sendo assim, estas novas experiências são capazes de interferir ou modificar alguns comportamentos e podem desencadear sintomas de ansiedade e depressão, além de sintomas físicos como: dores musculares, tremores, calafrios, adormecimentos, sensação de afogamento, sufocação, tensão, nervosismo, mal-estar indefinido, apreensão, insegurança, dificuldade de concentração, sensação de "estar no limite", despersonalização e desrealização. Podem ocorrer também alterações no comportamento, como: retraimento social, crises de choro, abandono de atividades habituais e do cuidado próprio, comportamento suicida, retardo ou agitação psicomotora (DEL PORTO, 2000). Todos esses sintomas são caracterizados como parte do quadro de Transtornos Mentais Comuns – TMC.

Os Transtornos Mentais Comuns são estados mistos de depressão e ansiedade, caracterizados pela presença de sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas (GOLDBERG; HUXLEY, 1993). O transtorno mental é visto como algo negativo e automaticamente relacionado com improdutividade, incapacidade, reclusão e até mesmo com a periculosidade, deste modo, o indivíduo passa a ser rotulado pelo transtorno e por todas as atitudes negativas que o mesmo traz, assim submergindo a subjetividade (SOUZA; MACIEL; MEDEIROS; VIEIRA, 2016).

Existem situações facilitam o surgimento do sofrimento mental, enquanto outras situações são consideradas fatores protetivos para evitar o aparecimento de sintomas do TMC. Os fatores adversos contribuem para o adoecimento mental, por meio das características pessoais se tem, por exemplo: a baixa autoestima, imaturidade cognitiva/emocional, dificuldades de comunicação, uso abusivo de álcool e outras drogas e doenças físicas. Já os fatores de proteção evidenciam a autoestima, a capacidade de

resolver e enfrentar problemas, habilidades de comunicação e saúde física. Entre os fatores do meio social estão a solidão, luto, abandono, conflitos familiares, violência e abusos, fracasso escolar, pobreza, pressão no trabalho e desemprego. Os fatores de proteção estão associados ao apoio social e familiar, sensação de segurança, sucesso escolar, segurança econômica e realização profissional. Consideradas como fatores ambientais estão a falta de serviços básicos, injustiça e discriminação, desigualdade de gênero, desigualdade social, desastres e guerras. Os fatores de proteção correspondem ao acesso de serviços básicos, justiça social, tolerância, integração, igualdade de gênero, igualdade social e segurança pessoal (VENTURINI; GOULART, 2016).

O aparecimento dos transtornos mentais comuns também pode ser identificado no meio acadêmico, especificamente em alunos que estão na área da saúde, visto que estes universitários estão lidando frequentemente com o sofrimento e dor, além de precisarem administrar o tempo para desenvolver atividades e colocar em prática o que se aprende, o medo de errar, ter um bom desempenho e ser um aluno excelente (SILVA; COSTA, 2012).

Pesquisas realizadas no Brasil com estudantes de nível superior buscam mensurar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns em diversos cursos (CERCHIARI, *et al*., 2005) sobretudo na área de saúde e mais especificamente na medicina (FACUNDES; LUDEMIR, 2005). Concomitante a esses dados, Santos *et al*. (2017) descreveu em um estudo realizado com 637 universitários em uma Universidade pública no estado de Mato Grosso, no qual 9,9% da população teve ideias suicidas pelo menos uma vez nos últimos 30 dias anteriores à entrevista.

Em uma outra pesquisa, Graner e Cerqueira (2019) mostraram que alunos dos primeiros e últimos anos são os que mais apresentam prevalência do TMC, os fatores apresentados são: necessidade de se mudar geograficamente, fazer novas amizades, se acostumar com os novos métodos de estudos e com uma carga horária possivelmente mais puxada. Já nos últimos anos do curso o contato mais real com sua profissão - o medo de não realizar seus objetivos ou de não ser tão bom quanto imaginam - se torna mais real, causando medo e ansiedade diferentes daquelas do início.

Por outro lado, Budescu e Silverman (2016) mostram que os universitários que possuem apoio social tendem a apresentar melhor desempenho acadêmico, independentemente do ano que se encontra na faculdade, passando assim por menos sofrimento psíquico. Esse apoio pode vir da família, para aqueles que estudam perto dela, de amizades ou até mesmo de professores que são mais próximos dos alunos.

Graner e Cerqueira (2019) sugerem que universitários com dificuldades financeiras

e dependentes possuem maior chance de apresentar sofrimento mental e baixo desempenho acadêmico devido às preocupações com o gasto com material, com a locomoção, com moradia e alimentação e sendo o gasto com saúde mental a última de suas prioridades. As desvantagens sociais levam à vulnerabilidade e exclusão, levando a problemas psicossociais, que favorecem o surgimento do adoecimento mental.

Estudos epidemiológicos em saúde mental têm observado crescimento do suicídio no Brasil e no mundo. Desde 2000, cerca de 1 milhão de pessoas tiraram a vida a cada ano (MACHADO; SANTOS, 2015). De acordo com a Organização Mundial de Saúde, o suicídio está em 3º lugar nas causas de morte de pessoas com idade entre 15 e 45 anos no Brasil, correspondendo à 1,4% do total de mortes. A maioria dos casos estão relacionados à presença de depressão, transtorno bipolar e uso abusivo de álcool (OMS, 2014).

Segundo Pereira e Cardoso (2015), a ideação suicida parte da ideia de desejo, atitude e planos do indivíduo de colocar fim à própria vida. Esta se apresenta de forma passiva quando o indivíduo considera que sua vida não tem mais valor e que a morte seria o melhor caminho. Por sua vez, a forma ativa se expressa quando já possuem um pensamento de autodestruição, bem como tentativa ou efetivação da ação suicida.

No que concerne às Políticas Públicas Brasileiras que se referem ao cuidado específico de pessoas com transtornos mentais, existem leis e programas que amparam os brasileiros. Ressalta-se que é direito do indivíduo ter acesso ao melhor tratamento, ser tratado com humanidade e respeito a fim de beneficiar sua saúde, visando alcançar sua recuperação para a inserção na família, no trabalho e na comunidade (BRASIL, 2001).

Dentro das Políticas Públicas de saúde ofertadas pelo SUS é disponibilizado cuidado psicossocial no Centro de Atenção Psicossocial - CAPS. Estes centros são compostos não apenas por Psicólogos, mas também por Psiquiatras, Enfermeiros, Assistentes Sociais e Terapeutas Ocupacionais (CINTRA; BERNARDO, 2017). O CAPS é um serviço de saúde aberto e comunitário do SUS, local de referência e tratamento para pessoas que sofrem com transtornos mentais, psicoses, neuroses graves e persistentes e demais quadros que justifiquem sua permanência num dispositivo de atenção diária, personalizado e promotor da vida, podendo ser de tipo I, II, III, álcool e drogas (CAPSad) e infanto-juvenil (CAPSi) (BRASIL, 2017).

> Art. 7º Os Centros de Atenção Psicossocial nas suas diferentes modalidades, são serviços de saúde de caráter aberto e comunitário que compõem a Rede de Atenção Psicossocial. (Origem: PRT MS/GM 3088/2011, Art. 7º)
> § 1º O Centro de Atenção Psicossocial de que trata o caput deste artigo é constituído por equipe multiprofissional que atua sob a ótica interdisciplinar e

> realiza prioritariamente atendimento às pessoas com transtornos mentais graves e persistentes e às pessoas com sofrimento ou transtorno mental em geral, incluindo aquelas com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas, em sua área territorial, seja em situações de crise ou nos processos de reabilitação psicossocial. (Origem: PRT MS/GM 3088/2011, Art. 7º, § 1º) (BRASIL, 2001).

Em consonância com os princípios e diretrizes das atuais políticas de saúde mental apresentadas, Moro, Valle e Lima (2005) discorrem que um programa de apoio psicológico para os estudantes seria fundamental para contribuir no bem estar mental dos alunos, visando diminuir os estresses e as angústias durante a graduação e consequentemente a prevalência de transtornos mentais comuns, levando em consideração que a universidade é fundamental para o desenvolvimento da vida, uma vez que promove novos conhecimentos e práticas tanto no meio social como de habilidades que terão grande peso na sua vida profissional e lembranças que farão parte das suas vidas para sempre. Sendo assim, deve-se prezar por uma formação mais saudável possível, incluindo o cuidado da saúde psíquica.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Compreender os fatores que contribuem para o adoecimento e sofrimento mental dos universitários durante a graduação, por meio da análise dos fatores socioeconômicos e psicológicos.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar e discutir a prevalência de transtornos mentais e ideação suicida de estudantes universitários entre o período do início do curso até o final;
- Identificar e descrever as variáveis descritas pelas pesquisas como motivadores para o aparecimento de transtornos mentais comuns em universitários;
- Examinar se o contato com o sofrimento do outro influencia na sua própria condição mental;
- Constatar se o desamparo social traz prejuízo para a saúde mental.

3 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo quanti-qualitativa, que foi desenvolvida a partir de dados levantados nas plataformas Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde - Psicologia Brasil (BVS-Psi), no qual foi feita a análise dos transtornos mentais comuns dos universitários utilizando referências científicas já publicadas.

Foi utilizada a pesquisa bibliográfica para buscar respostas coerentes às hipóteses formuladas ao decorrer do texto, sendo elas: condições socioeconômicas, biológicas e ambientais, como fatores estressantes no trabalho, discriminações sociais e baixo nível de escolaridade associado à pobreza, fatores psicológicos e de personalidade específicos podem deixar as pessoas mais ou menos suscetíveis a transtornos mentais (OPA/OMS, 2016). Ao estudar um tema, frequentemente depara-se com resultados contraditórios. A pesquisa bibliográfica, segundo Gil (1994), proporciona um amplo alcance de informações, além de permitir a utilização de dados em várias publicações, orientando no desenvolvimento ou na busca de melhor definição do modo conceitual que cerca o objeto de estudo apontado. É a mais utilizada em estudo de categoria exploratório-descritivo.

A coleta foi feita em bases de dados científicos, por meio dos descritores como indexadores da busca: saúde mental, universitários, estudantes, ansiedade e TMC, utilizando como critérios de inclusão artigos, capítulos de livros, periódicos, teses ou sites de referência publicados nos anos de 2000 a 2021, escritos em português ou inglês, disponível em suportes eletrônicos e publicados nos periódicos Scielo e BVS-Psi, preferencialmente sobre a área da saúde; Como critério de exclusão, foram descartados estudos publicado antes do ano 2000, que não fosse em português ou inglês e que não esteja nos periódicos Scielo e BVS-Psi.

No total foram encontrados 667 artigos. Para a presente análise foram escolhidas 14 publicações pertinentes ao tema investigado, seguindo os critérios de inclusão e que tiveram enfoque na prevalência de fatores relacionados ao TMC em estudantes universitários relacionados aos cursos de graduação em medicina, biomedicina, enfermagem, fisioterapia, odontologia, biologia, educação física, farmácia, nutrição, ciências sociais, engenharia, ciência da computação, serviço social, geologia e turismo, em universidades públicas e privadas. Os demais artigos foram descartados por se enquadrarem no critério de exclusão e/ou por tratarem do assunto de forma abrangente.

Para analisar os resultados obtidos, primeiramente foi organizado todo material coletado, estudando e verificando quais se encaixaram nos critérios de inclusão e exclusão acima descritos. Em seguida, foi realizado um resumo sobre os artigos selecionados,

anotando os pontos importantes e compartilhando com os outros pesquisadores deste trabalho para um enriquecimento de informações e checagem de interpretação. Outra etapa realizada foi a separação do conteúdo que se encaixa com a proposta e depois a exclusão das ideias repetidas existentes, possibilitando assim a construção do quadro de distribuição geral dos documentos a qual foi elaborada com a combinação de alguns descritores com o operador "*AND*" para interseccionar os assuntos, como estratégia de busca para achar dados bibliográficos que se encaixam no tema, evitando excesso de informação. Os quadros de pesquisa bibliográfica foram construídos em cima de informações como título, ano de publicação, curso, amostra, fatores relacionados ao TMC, porcentagem de TMC identificada e conclusão.

4 RESULTADOS

Tabela 1 - Distribuição geral de documentos de acordo com as bases bibliográficas.

DESCRITORES ASSOCIADOS	SCIELO	BVS-PSI	TOTAL GERAL
SAÚDE MENTAL *AND* UNIVERSITÁRIOS	78	21	99
TMC	200	118	318
ANSIEDADE *AND* ESTUDANTE	206	44	250
TOTAL	**484**	**183**	**667**

Fonte: Autoria própria.

A Tabela 1 apresenta a distribuição geral de documentos de acordo com as bases bibliográficas encontradas nos periódicos Scielo e BVS-Psi, de acordo com os descritores "Saúde Mental e universitários"; "TMC"; "Ansiedade e Estudantes".

Na primeira dupla de descritores foram encontradas 99 bibliografias, no segundo descritor foram encontradas 318 bibliografias e na terceira e última dupla foram encontradas 250 bibliografias, somando 667 trabalhos com estes termos. No entanto, a pesquisa se baseou em apenas 14 publicações pertinentes ao tema investigado, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão descritos na metodologia, conforme pode ser visto nos Quadros de 1 a 14.

Quadro 1 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	BVS-Psi
TÍTULO	Transtornos mentais comuns e consumo

	de bebida alcoólica e tabaco entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública na Amazônia Ocidental brasileira
ANO	2004
CURSO	Enfermagem
AMOSTRA	76 estudantes universitários do 1º, 3º, 5º, e 7º períodos do curso de graduação em Enfermagem. A maioria era mulher (73,37%, n=56), com idade até 25 anos (76,1%, n=57) e solteira (77,6%, n=59)
FATORES RELACIONADOS A TMC	Entorno social, como família, meios de comunicação e amigos e também por características pessoais, sentimento de necessidade de pertença, curiosidade, prazer e ociosidade
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	56,5%
CONCLUSÃO	Apenas 5,3% dos estudantes fazem uso problemático da substância alcoólica. A experimentação do tabaco esteve presente em uma porcentagem considerável de estudantes

Fonte: Autoria própria.

Quadro 2 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	BVS-Psi
TÍTULO	Prevalência de Sintomas de Stress entre Graduandos de uma Universidade Pública
ANO	2016
CURSO	Todos os 37 cursos da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
AMOSTRA	Totalizaram 635 alunos inquiridos
FATORES RELACIONADOS A TMC	Cansaço constante, pensamento constante em um só assunto, sensação de desgaste físico e problemas de memória
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	50%
CONCLUSÃO	Observou-se a importância da convivência com a família ao se identificar uma menor ocorrência de stress em alunos que residem e/ou visitam a família com maior frequência

Fonte: Autoria própria.

Quadro 3 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	BVS-Psi
TÍTULO	Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário
ANO	2014
CURSO	Áreas de Ciências Sociais, Exatas, Humanas, Biológicas e da Saúde
AMOSTRA	Totalizaram 3.587 estudantes acima de 16 anos, de ambos os gêneros, regularmente matriculados em

	universidades públicas e privadas
FATORES RELACIONADOS A TMC	Estresse, exaustão emocional, descrença e ineficácia profissional.
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	39,97%
CONCLUSÃO	Os achados evidenciam a vulnerabilidade dos estudantes universitários e apontam para a necessidade de ampliar a discussão em torno da saúde mental dos universitários e de desenvolver programas de prevenção e intervenção

Fonte: Autoria própria.

Quadro 4 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília
ANO	2011
CURSO	Medicina
AMOSTRA	A mostra foi composta por 87 jovens universitários - 45 homens e 42 mulheres
FATORES RELACIONADOS A TMC	Morar geograficamente longe da família, uso de álcool, dificuldade em relação a adaptação a nova vida
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	Não consta
CONCLUSÃO	Este estudo evidenciou que nas fases iniciais dos cursos os jovens são expostos às situações complexas que se influenciam mutuamente. Essas condições podem levá-los a inúmeras desestabilizações

Fonte: Autoria própria.

Quadro 5 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários
ANO	2020
CURSO	Psicologia, Medicina, Farmácia e Enfermagem
AMOSTRA	410 estudantes (233 ingressantes e 177 concluintes) dos cursos de saúde de uma universidade pública federal do interior de Pernambuco
FATORES RELACIONADOS A TMC	Entrar na faculdade: precisa se adaptar a uma nova forma de ensino e aprendizagem, além da formação de novos vínculos; Saída da faculdade: traz um sentimento de medo e impotência diante do mercado de trabalho; na área de saúde: lidar com o ser humano, o contato com sofrimento psíquico, o medo de cometer erros em outras pessoas

PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	53,9%
CONCLUSÃO	Os principais resultados encontrados neste estudo indicaram que não há diferença significativa entre a sintomatologia depressiva, ansiedade e estresse entre os estudantes ingressantes e concluintes

Fonte: Autoria própria.

Quadro 6 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19
ANO	2020
CURSO	Medicina, Psicologia, Ciência da computação, Serviço social, Geologia e Turismo
AMOSTRA	Dois grupos, sendo a amostra 1 constituída por 460 sujeitos e a amostra 2 por 159 sujeitos
FATORES RELACIONADOS A TMC	Estilo de vida menos saudável, pouca ou nenhuma manutenção das redes sociais de apoio
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	16,5%
CONCLUSÃO	Os resultados deste estudo sugerem que esta pandemia provoca efeitos deletérios na saúde mental dos estudantes universitários, reforçando que é importante continuar a investigar o tema

Fonte: Autoria própria.

Quadro 7 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde
ANO	2014
CURSO	Medicina, Odontologia e Enfermagem
AMOSTRA	383 acadêmicos; a quantidade de alunos matriculados em medicina foi de 44 (11,62%), odontologia, 94 (24,50%) e enfermagem, 245 (63,87%). Desses, 273 (71,3%) eram mulheres e 110 (28,70%) homens com um intervalo na faixa etária de 26 a 33 anos
FATORES RELACIONADOS A TMC	Decepção com situações da prática, sentimentos de abandono e impotência quando os preceptores não eram presentes e não davam oportunidades, além de fatores familiares e sociais envolvidos.

(continua)

(continuação)

PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	51,46%
CONCLUSÃO	Alta prevalência de depressão nos

	estudantes de medicina nesta região. Sexo feminino foi associado a maior chance de desenvolver sintomas depressivos

Fonte: Autoria própria.

Quadro 8 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina
ANO	2014
CURSO	Medicina
AMOSTRA	1024 estudantes do primeiro ao décimo segundo períodos do curso de medicina de duas escolas médicas do Cariri, Sertão Nordestino, Ceará, Brasil
FATORES RELACIONADOS A TMC	Ansiedade: Mudança de rotina, grande quantidade de informações, aumento da carga horária exigida de estudos e mudança abrupta no método de estudo; Depressão: contato com a doença e a morte, dificuldades em comunicar más notícias, além da necessidade de uma especialização ao final do curso seriam responsáveis pela sintomatologia
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	Não consta
CONCLUSÃO	Alta prevalência de depressão nos estudantes de medicina nesta região. Sexo feminino foi associado a maior chance de desenvolver sintomas depressivos

Fonte: Autoria própria.

Quadro 9 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Utilização de medicamentos em estudantes universitários com *Burnout*
ANO	2020
CURSO	Não foi especificado
AMOSTRA	1.067 estudantes portugueses do ensino superior (65% mulheres; média de idade= 23 anos).
FATORES RELACIONADOS A TMC	Provas, entrega de trabalhos e prazos a cumprir
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	35%
CONCLUSÃO	Um em cada três estudantes universitários toma medicação devido aos seus estudos; O efeito do *burnout*, do envolvimento académico e do suporte social na probabilidade de tomar medicação não são independentes entre si

Fonte: Autoria própria.

Quadro 10 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Percursos de estudantes da Educação

	Superior com trajetórias de insucesso
ANO	2021
CURSO	Ciências Sociais e Humanidades, Ciências da Saúde e da Vida, Ciências Exatas e da Engenharia

(continua)

(continuação)

AMOSTRA	19 estudantes, sendo 11 homens e 8 mulheres de Portugal, com idades entre 20 e 34 anos, e 19 estudantes do Brasil (12 homens e 7 mulheres), com idades entre 18 e 45 anos
FATORES RELACIONADOS A TMC	Motivos externos de insucesso, relacionadas aos contextos universitário e familiar e aos problemas financeiros enfrentados
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	Não consta
CONCLUSÃO	Convergências nos resultados, os quais indicam escasso comportamento adaptativo associado ao desenvolvimento de competências para aprender

Fonte: Autoria própria.

Quadro 11 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura
ANO	2019
CURSO	Medicina
AMOSTRA	47 artigos publicados entre 2011 e 2015 nos periódicos PUBMed, Scielo e MedLine
FATORES RELACIONADOS A TMC	Sentimento de culpa, de desvalia e de impotência, medo de errar, depressão e vontade de abandonar o curso ou, até mesmo, o suicídio
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	46%
CONCLUSÃO	A Revisão retrata que, para compreender melhor o fenômeno de adoecimento seria preciso expandir os estudos longitudinais e qualitativos sobre o assunto e amadurecer modelos analíticos para avançarmos na compreensão e intervenção

Fonte: Autoria própria.

Quadro 12 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina
ANO	2019
CURSO	Medicina

AMOSTRA	473 alunos do 2 ao 12 semestre
FATORES RELACIONADOS A TMC	O uso exagerado de drogas lícitas e ilícitas; desgaste do curso
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	Não consta
CONCLUSÃO	Os esclarecimentos necessários para entender essa realidade alarmante fundamentam-se na amplitude do âmbito acadêmico, perpassando a vida pessoal e social do graduando em medicina que depara com diversas dificuldades ao longo do curso e da profissão

Fonte: Autoria própria.

Quadro 13 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil

(continua)
(continuação)

ANO	2018
CURSO	Biomedicina, Enfermagem, Fisioterapia, Medicina e Odontologia
AMOSTRA	476 alunos do primeiro período dos cursos da saúde de um Centro Universitário no Ceará
FATORES RELACIONADOS A TMC	Relacionamentos insatisfatórios com familiares, amigos, colegas de sala e professores, insatisfação com quantidade de sono, insônia e inatividade física
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	Não consta
CONCLUSÃO	As prevalências de ansiedade e depressão entre os estudantes da área da saúde foram muito superiores às da população em geral, tendo os estudantes do curso de Fisioterapia apresentado o resultado mais alto

Fonte: Autoria própria.

Quadro 14 - Pesquisa bibliográfica 2021.

PERIÓDICO	SCIELO
TÍTULO	Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários
ANO	2014
CURSO	Biologia, Educação física, Enfermagem, Farmácia, Nutrição e Odontologia
AMOSTRA	220 universitários dos dois primeiros e dois últimos períodos de cada curso
FATORES RELACIONADOS A TMC	Falta de atividade física
PORCENTAGEM DE TMC IDENTIFICADA	43,2%

CONCLUSÃO	Falta de exercício pode afetar a ansiedade e depressão nos universitários

Fonte: Autoria própria.

Entre os 14 artigos científicos que estiveram dentro dos critérios de inclusão, evidenciou-se que a maioria dos estudantes de nível superior cursavam Medicina, com oito pesquisas comprovando, e o segundo lugar, com cinco pesquisas foi o curso de Enfermagem; em relação ao sexo, identificou-se que o predominante é o feminino e a média de idade é de 20 a 45 anos; em relação ao estado civil a maioria são solteiros; constatou-se também que são alunos que cursavam entre o primeiro ao décimo segundo semestre durante as pesquisas; a grande maioria é originária do Nordeste, com quatro pesquisas comprovando, seguido por Portugal e Rio de Janeiro em segundo lugar com três pesquisas cada; regularmente matriculados em universidades federais e privadas.

No que se refere aos fatores relacionados ao TMC, a pesquisa mostrou que nos primeiros anos de todos os cursos pesquisados, que foram: medicina, biomedicina, enfermagem, fisioterapia, odontologia, biologia, educação física, farmácia, nutrição, ciências sociais, engenharia, ciência da computação, serviço social, geologia e turismo a maior queixa foi devido ao excesso de informações que os alunos receberam, atribuído à nova rotina de estudos, a qual é muito maior do que tinham no ensino médio. Agregando a isso o fato de estarem fora da cidade natal, se sentindo sozinhos e tendo que criar novos laços.

Todas as áreas de ensino tiveram reclamações em relação a síndrome de *burnout* (quadros 2, 9 e 11*)* (35%) decorrente da pressão das provas e trabalhos, relataram também que desde o início do curso tiveram um estilo de vida menos saudável, decorrente da má alimentação (16,5%) e pouco ou nenhum exercício (43,2%) (quadros 2, 6, 13 e 14). A partir do meio da graduação os estudantes da área da saúde (medicina, odontologia e enfermagem) apresentaram decepções com a prática, sentimento de abandono em relação aos professores e impotência quando os preceptores não estavam presentes, causando ansiedade e sentimento de impotência (quadros 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11 e 13). Este último sentimento foi presente em quase todas as quatorze pesquisas. No final da faculdade, o motivo do TMC encontrado esteve relacionado ao sentimento de incapacidade da atuação quando se formarem, principalmente nos cursos da área da saúde, que estão ligados diretamente à vida de terceiros.

Concomitante a esses fatores, outra queixa presente foi o prazo de entrega dos trabalhos e provas, quando não consideravam o tempo suficiente os universitários pesquisados sentiam culpa e impotência, associado ao desejo de trancar o curso e até mesmo de cometer suicídio (quadros 8 e 9). Outros fatores relacionados ao TMC encontrados na pesquisa foram a falta de sono, mal relacionamento com professores, colegas e familiares e problemas financeiros. Em uma das pesquisas mostra que o escape para essas situações foi o uso exagerado de drogas lícitas e ilícitas (quadro 12).

Dentro das pesquisas destacadas foi identificado que os problemas relacionados com o TMC nos estudantes da saúde (enfermagem, odontologia, fisioterapia, nutrição, farmácia, biomedicina, psicologia, educação física e serviço social) foi de 43,2% a 56,5%, havendo pouca variação de um estudo para outro, já nas pesquisas que a amostra foi de todas as áreas em conjunto (cursos da saúde junto com biologia, ciências sociais e humanidades, ciências da saúde e da vida, ciências da computação, engenharias, geologia e turismo) a porcentagem variou de 16,5% a 50%, mostrando uma grande diferença de estudo para estudo e unicamente sobre medicina a porcentagem foi de 46%.

5 DISCUSSÃO

Conforme os resultados obtidos no presente estudo, pode-se notar um grande repertório de fatores que relacionam a universidade a transtornos mentais comuns, tais como descritos na pesquisa de Silva e Costa (2012), onde exploram a ideia de que os estudantes se sentem pressionados para serem excelentes alunos e apresentam grande medo de cometerem erros, decepcionando assim os professores.

Para Graner e Cerqueira (2019) os alunos dos primeiros e últimos anos são os que mais apresentam prevalência de TMC. Pelo que foi observado, o índice de TMC nos semestres que os estudantes iniciam a parte prática é alto, pois eles precisam lidar com outras pessoas e muitas vezes serem portadores de más notícias, e dentro da área da saúde há o contato com a morte. No final do curso as queixas mais frequentes são o medo do mercado de trabalho, pressão da escolha de uma especialização e a insegurança financeira.

Diante disso, Cabral e Albuquerque (2015) descrevem os fatores acadêmicos que trazem risco para a saúde mental dos universitários devido as competências individuais. Foi possível observar por essa investigação que este fator se mostrou presente durante toda a graduação, presente no início quando mencionado o fato dos estudantes não sentirem-se seguros na realização de provas e trabalhos, nos períodos mais avançados por não

sentirem-se preparados para atender e lidar com o público e nos casos da área da saúde por lidarem diretamente com a vida do outro e com o contato recorrente com o sofrimento psíquico, já na fase final o sentimento maior é o de impotência diante do mercado de trabalho, tais fatores estão presentes em 51,46% dos alunos entrevistados.

Ainda em seu estudo, Cabral e Albuquerque (2019) discorrem sobre a possibilidade de haver o desenvolvimento de vulnerabilidades através de fatores socioeconômicos e da vivência familiar, nas bibliografias pesquisadas este fator se comprovou mostrando que 53,9% da amostra desenvolveu TMC pela mudança geográfica, por o aluno sentir-se desamparado longe dos seus familiares e amigos, precisando construir novos vínculos. Concomitante a isso, Budescu e Silverman (2016) mostraram que os universitários que possuem apoio social tendem a apresentar melhor desempenho acadêmico, pois sentem-se mais seguros ao redor dos seus familiares e amigos.

Sobre a situação financeira, Graner e Cerqueira (2019) apresentam que a desigualdade social leva à vulnerabilidade e exclusão, podendo assim ocorrer problemas psicossociais, que favorecem o surgimento do adoecimento mental. Na busca bibliográfica do presente estudo foi possível notar que as dificuldades econômicas prejudicam a continuidade e a qualidade dos estudos de alunos, uma vez que eles precisam se locomover e se alimentar diariamente e muitas vezes comprar materiais específicos. Sobrando pouco ou nenhum dinheiro para as atividades de lazer junto os seus colegas.

Na pesquisa de Silva e Costa (2012) é apresentado que os transtornos mentais comuns são frequentes nos estudantes da área da saúde, dado que eles lidam diretamente com a dor do outro. Ainda na seleção bibliográfica para o presente trabalho, verificou-se que há um estudo sobre brasileiros que cursam medicina e foi identificado que 46% da amostra desenvolveu depressão ao sentirem-se impotentes na prática, com medo de cometer algum erro que levasse o paciente a óbito. Esses estudantes entrevistados tentaram tirar a própria vida ou sentiram vontade de cometer tal ato pelo menos uma vez durante a graduação.

Segundo Santos et al. (2017) a ideação suicida é um elemento fundamental de um processo denominado comportamento suicida, e surge como desencadeador dos demais componentes: a tentativa de suicídio e o suicídio consumado. Diversos são os fatores que têm sido apontados na literatura associados à ideação suicida, o que demonstra ser esse um evento multifatorial ou multidimensional, aspectos mais subjetivos como desesperança, impulsividade, agressividade, percepção do corpo, dificuldades de comunicação e falta de

pertencimento social têm sido apontados como possíveis fatores que desencadeiam o processo de ideação suicida.

6 CONCLUSÃO

Diante dos dados apresentados, compreende-se que são inúmeros os fatores que contribuem para o adoecimento e sofrimento mental dos universitários, existindo causas socioeconômicas como a renda do estudante e o local de moradia e causas psicológicas, como a falta de vínculo, exaustão mental, uso excessivo de drogas lícitas e ilícitas e baixa autoeficácia. Foi percebido também que existem motivos para o surgimento do TMC em todos os semestres e em todos os dezenove cursos pesquisados. A área da saúde demonstrou maior quantidade de alunos com depressão pelo fato destes lidarem com problemas de outras pessoas e não saberem como administrar tanto sofrimento. Foi observado também que alunos que cursam a graduação na mesma cidade em que a família e amigos moram possuem menos sofrimento psíquico do que aqueles que precisam criar vínculos, pois esses alunos sabem que têm com quem contar caso algo aconteça ou para simplesmente desabafar sobre a tensão que estão vivendo.

A saúde mental dos universitários é extremamente importante, pois são futuros profissionais que estão se preparando para auxiliar o público. Segundo Padovani *et al.* (2014), é preciso enfatizar a importância de pensar debates e discussões em torno da saúde mental dos universitários e desenvolver programas de prevenção e intervenção. Como exemplos de ações podemos pensar em aconselhamento, encaminhamentos psicoterápicos, orientação psicopedagógicos e grupos terapêuticos, além de discutir determinados assuntos de forma que chame a atenção dos estudantes, ou até inserindo durante o curso disciplinas voltadas a saúde mental do aluno, assim como, incentivar ao tratamento psicológico e/ou psiquiátrico quando necessário. Para os universitários da área da saúde seria importante oferecer um preparo diferenciado, visto que estão lidando com situações de eventos traumáticos, ocorrendo assim um aumento da pressão psicológica e possíveis gatilhos. Como exemplo para este preparo pode ser a criação de oficinas de controle de ansiedade e enfrentamento do estresse, como também oficinas com temáticas específicas a partir de demandas que os alunos trariam.

Todas as fases da graduação podem afetar os estudantes em nível educativo, social e psicológico. Portanto, todos os fatores que contribuem para o sofrimento psíquico e ferem o bem-estar dos estudantes devem ser pensados e estudados pelas universidades, as

quais devem aprimorar suas políticas e serviços de apoio psicológico e psicopedagógico aos universitários.

Esse período especial e único da formação pode se tornar menos prejudicial se todos cooperarem para isso: alunos, familiares, amigos e professores, buscando entender como uma graduação pode ser desafiadora e incentivando o cuidado da saúde mental.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, P. Saúde mental e atenção psicossocial. SciELO-Editora FIOCRUZ, 2007.

ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. Revista psicologia em pesquisa, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-52, 2018. Disponível em: < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script= sci_arttext & pid=S1982-12472018000300005 & lng= en & nrm=isso>. Acesso em: 11 mai. 2021.

ASSUNÇÃO, H.; MARÔCO, J. Utilização de medicamentos em estudantes universitários com Burnout. Psicologia, Saúde & Doenças, Lisboa, v. 21, n. 1, p. 15-21, 2020. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862020000100004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 02 mai. 2021.

BENVEGNÚ, L. A.; DEITOS, F.; COPETTE, F. R. Problemas psiquiátricos menores em estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Maria, RS, Brasil. Revista de Psiquiatria Rio Grande do Sul, v. 18, n. 3, p. 229-233, 1996.

BRASIL, Ministério da Saúde. Diário Oficial da União. Lei nº 10.216, de 06 de abril de 2001. Lei da Reforma Psiquiátrica. Brasília, 2001.

BRASIL, Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria de Consolidação nº 3, de 28 de setembro de 2017. Consolidação das normas sobre as redes do Sistema Único de Saúde. Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Plano diretor. Brasília, 2001.

BUDESCU, M.; SILVERMAN, L. R. Kinship support and academic efficacy among college students: A cross-sectional examination. Journal of Child and Family Studies, v. 25, n. 6, p. 1789-1801, 2016.

CABRAL, Thamiris Maria Nascimento; ALBUQUERQUE, Paulette Cavalcanti de. Saúde mental sob a ótica de Agentes Comunitários de Saúde: a percepção de quem cuida. Saúde debate, Rio de Janeiro , v. 39, n. 104, p. 159-171, Mar. 2015 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042015000100159&lng=en&nrm=iso>. access on 11 May 2021. https://doi.org/10.1590/0103-110420151040415.

CASTRO,Vinicius,Reflexões dobre a saúde mental do estudante universitário:estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. Revista Gestão em

Foco - Edição nº 9 – Ano:2017.Disponível em <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf>. Acessada no dia 22 de maio de 2021.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes; CAETANO, Dorgival; FACCENDA, Odival. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. Estud. psicol. (Natal), Natal , v. 10, n. 3, p. 413-420, Dec. 2005 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2005000300010&lng=en&nrm=iso>. access on 11 May 2021. http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2005000300010.

CINTRA, M. S.; BERNARDO, M. H. Atuação do psicólogo na atenção básica do SUS e a psicologia social. Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília, v. 37, n. 4, p. 883-896, 2017. Disponível: <https://www.scielo.br/scielo.php?script= sci_arttext & pid=S1414-98932017000400883 & lng= pt & tlng=pt>. Acesso em: 25 mar. 2021.

CONCEIÇÃO, L. de S. et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas), Campinas, v. 24, n. 3, p. 785-802, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-40772019000300785&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

DOS ANJOS DE PAULA, J. et al. PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À DEPRESSÃO EM ESTUDANTES DE MEDICINA. Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano, São Paulo, v. 24, n. 3, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822014000300006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 01 mai. 2021.

FACUNDES, V. L. D.; LUDERMIR, A. B. Transtornos mentais comuns em estudantes da área de saúde. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 27, n. 3, p. 194-200, 2005.

FERREIRA, C. M. G.; KLUTHCOVSKY, A. C. G. C.; CORDEIRO, T. M. G. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e fatores associados em estudantes de Medicina: um estudo comparativo. Revista Brasileira de Educação Médica, Rio de Janeiro, v. 40, n. 2, p. 268-277, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000200268&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 06 mai. 2021.

FRISON, L. M. B. et al. Percursos de estudantes da Educação Superior com trajetórias de insucesso. Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação, Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40362021005004205&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

FONSECA, M. L. G.; GUIMARÃES, M. B. L.; VASCONCELOS, E. M. Sofrimento difuso e transtornos mentais comuns: uma revisão bibliográfica. Revista de APS, v. 11, n. 3, 2008. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/14269>. Acesso em: 11 mai. 2021.

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social: um tratamento conceitual. São Paulo: Atlas, 1994.

GOLDBERG, D. P.; HUXLEY, P. Common mental disorders: a bio-social model. Tavistock/Routledge, 1993.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. de A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019000401327&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 09 mai. 2021.

JARDIM, M. G. L.; CASTRO, T. S.; FERREIRA-RODRIGUES, C. F. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. Psico-USF, Campinas, v. 25, n. 4, p. 645-657, 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712020000400645&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

LAMEU, J. do N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. de. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. Psicologia da Educação, São Paulo, n. 42, p. 13-22, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752016000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

LEÃO, A. M. et al. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. Rev. Bras. Educ. Med., Brasília, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

LIMA, M. C. P.; DOMINGUES, M. de S.; CERQUEIRA, A. T. de A. R. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina. Revista de Saúde Pública, v. 40, p. 1035-1041, 2006.

LIMA, S. O. et al. Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde. Psicologia: Ciência e profissão, v. 39, 2019.

_____. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. Psicologia: Ciência e profissão, Brasília, v. 39, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932019000100160&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

MACHADO, D. B.; SANTOS, D. N. dos. Suicídio no Brasil, de 2000 a 2012. J. Bras. Psiquiatria, v. 64, n. 1, p. 45-54, 2015.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 37, 2020. Acesso em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100504&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.
Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

MORO, A.; VALLE, J. B. do; LIMA, L. P. de. Sintomas depressivos nos estudantes de

medicina da Universidade da Região de Joinville (SC). Revista Brasileira de Educação Médica, v. 29, n. 2, p. 97-102, 2005.

NEPONUCENO, H. de J.; SOUZA, B. D. M.; NEVES, N. M. B. C. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. Revista Bioética, Brasília, v. 27, n. 3, p. 465-470, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-80422019000300465&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

OPAS/OMS. Organização Mundial de Saúde; Organização Pan-Americana da Saúde. OPAS/OMS apoia governos no objetivo de fortalecer e promover a saúde mental da população. Brasília, 2016.

OSSE, C. M. C.; COSTA, I. I. da. 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: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2011000100012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

PADOVANI, R. da C. et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. Revista brasileira de terapias cognitivas, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 02-10, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

PEREIRA, Adelino; CARDOSO, Francisco. Suicidal Ideation in University Students: Prevalence and Association With School and Gender. Paidéia (Ribeirão Preto), Ribeirão Preto , v. 25, n. 62, p. 299-306, Dec. 2015 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2015000300299&lng=en&nrm=iso>. access on 11 May 2021. https://doi.org/10.1590/1982-43272562201503.

SANTOS, H. G. B. dos, et al. Fatores associados à presença de ideação suicida entre universitários. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 25, 2017.

SCHMIDT GODOY, A. Pesquisas Qualitativas: Tipos fundamentais. RAE ARTIGOS, Rio de Janeiro, p. 1-29, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rae/v35n3/a04v35n3.pdf>. Acesso em: 31 ago. 2020.

SILVA, A. de O.; CAVALCANTE NETO, J. L. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. Motricidade, Vila Real, v. 10, n. 1, p. 49-59, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script= sci_arttext & pid=S1646-107X2014000100006 & lng= pt\ nrm=iso>. Acesso em: 26 abr. 2021.

SILVA, B. P. da, et al. Transtornos mentais comuns e consumo de bebida alcoólica e tabaco entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública na Amazônia Ocidental brasileira. SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em português), Ribeirão Preto, v. 10, n. 2, p. 93-100, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762014000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 05 mai. 2021.

SILVA DOS SANTOS, L., et al. Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. Cogitare Enfermagem, v. 22, n. 4, 2017.

SILVA, R. S.; COSTA, L. A. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. Encontro: Revista de Psicologia, v. 15, n. 23, p. 105-112, 2012. Disponível em: <https://revista.pgsskroton.com/index.php/renc/article/view/2473>. Acesso em: 11 mai. 2021.

SILVA, A. de O.; CAVALCANTE NETO, J. L. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. Motricidade, v. 10, n. 1, p. 49-59, 2014.

SOUSA, Patrícia Fonseca de; MACIEL, Silvana Carneiro. Scale of stereotypes about the mentally Ill: construction and preliminary psychometric evidence. Temas psicol., Ribeirão Preto , v. 27, n. 2, p. 459-471, jun. 2019 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2019000200012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 11 maio 2021. http://dx.doi.org/10.9788/TP2019.2-12.

SOUSA, P. F. de, et al. Atitudes e Representações em Saúde Mental: Um Estudo com Universitários. Psico-USF, Itatiba, v. 21, n. 3, p. 527-538, 2016.

TENÓRIO, F. A reforma psiquiátrica brasileira, da década de 1980 aos dias atuais: história e conceitos. História, Ciências, Saúde-Manguinhos, Manguinhos, v. 9, n. 1, p. 25-59, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=s0104-59702002000100003&script=sci_arttext>. Acesso em: 09 ago. 2020.

VENTURINI, E.; GOULART, M. S. B. Universidade, solidão e saúde mental. Interfaces-Revista de Extensão da UFMG, v. 4, n. 2, p. 94-136, 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/18985/15985>. Acesso em: 20 out. 2020.