

DESAFIOS NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NOS ÚLTIMOS ANOS DA GRADUAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Data de aceite: 01/12/2023

Maria Vitória de Araujo Carvalho Sobral

Centro Universitario - UNIFAVIP/WYDEN,
Caruaru, Pernambuco.
<https://orcid.org/0009-0007-1459-1509>

Rosemberg Valério de Melo Silva

Centro Universitario - UNIFAVIP/WYDEN,
Caruaru, Pernambuco.
<https://orcid.org/0009-0004-9564-573X>

Emmily de Fabiana Galindo de França

Centro Universitario - UNIFAVIP/WYDEN,
Caruaru, Pernambuco.
<https://orcid.org/0000-0002-6917-2666>

RESUMO: Introdução: Frequentemente a vida acadêmica exerce impacto na saúde mental dos universitários, o que explica a prevalência de transtornos mentais neste público. De acordo com algumas pesquisas, algumas questões podem estar ligadas a esse fato, como o curso e área de conhecimento em que o estudante se encontra inserido, que podem representar importantes estressores. **Metodologia:** O método de pesquisa selecionado está pautado em uma revisão integrativa da literatura E a busca compreendeu as bases de dados eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO),

Literature Medical Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), nos meses de agosto a outubro de 2023. **Resultados e Discussão:** De maneira geral, os estudos mostraram que uma grande parcela de estudantes universitários da área da saúde apresentou algum tipo de transtorno mental como, ansiedade e depressão. Entre os principais fatores que contribuíram para esse adoecimento mental destaca-se a falta de apoio emocional e ausência de políticas acadêmicas voltadas à saúde mental, sobrecarga física e psicológica, e situações específicas que acompanham essa fase da vida, como problemas de cunho financeiro **Conclusões:** Os impactos dos transtornos mentais como, depressão e ansiedade, são observados na qualidade de vida e desempenho acadêmico dos indivíduos, reforçando a necessidade de esforços individuais e coletivos para sanar esse problema de saúde, o que requer a participação da própria universidade na elaboração de estratégias que promovam e protejam a saúde mental de seus estudantes **PALAVRAS-CHAVE:** Hipertensão Arterial; Fármaco Anti-Hipertensivo; Farmacologia.

CHALLENGES IN THE MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE LAST YEARS OF GRADUATION: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT: Introduction: Academic life often has an impact on the mental health of university students, which explains the prevalence of mental disorders in this population. According to some research, some issues may be linked to this fact, such as the course and area of knowledge in which the student is inserted, which can represent important stressors. **Methodology:** The selected research method is based on an integrative review of the literature. And the search included the electronic databases Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literature Medical Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) and Virtual Health Library (VHL) , from August to October 2023. **Results and Discussion:** In general, the studies showed that a large proportion of university students in the health area presented some type of mental disorder, such as anxiety and depression. Among the main factors that contributed to this mental illness, the lack of emotional support and the absence of academic policies focused on mental health, physical and psychological overload, and specific situations that accompany this phase of life, such as financial problems, stand out. **Conclusions:** The impacts of mental disorders such as depression and anxiety are observed on the quality of life and academic performance of individuals, reinforcing the need for individual and collective efforts to remedy this health problem, which requires the participation of the university itself in developing strategies that promote and protect the mental health of their students

KEYWORDS: Arterial hypertension; Anti-Hypertensive Drug; Pharmacology.

1 | INTRODUÇÃO

A universidade é um ambiente de grande relevância para o desenvolvimento de vida dos indivíduos, uma vez que promove uma ampliação das habilidades e competências profissionais e pessoais, como também o aperfeiçoamento da cognição dos alunos, com isso constituindo-se como um importante espaço gerador de impactos positivos. O período que os estudantes permanecem nesse local, é caracterizado por questões particulares, sendo um momento de transição e intensas mudanças, que geram novas demandas e uma adaptação à nova realidade (Ariño; Bardagi, 2018).

Conforme aponta a literatura, se tratando da população universitária, observa-se uma maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de determinados transtornos mentais como, por exemplo, *stress*, ansiedade e depressão. Estima-se que há uma prevalência destes transtornos neste público e, ainda, que entre 10 a 20% dos estudantes universitários irão apresentar algum transtorno mental ao longo de sua jornada acadêmica. Além disso, conforme pesquisas epidemiológicas e de prevalência, neste público os transtornos mentais são maiores, quando comparados com a população geral e adultos jovens que não fazem a graduação, revelando um cenário preocupante acerca do sofrimento psíquico intenso por esse grupo (Rodrigues *et al.*, 2022).

A saúde mental tem o seu contexto histórico vinculado às distintas perspectivas que a sociedade apresenta com relação a “loucura”, de modo que há formas variadas

de conceituar a saúde mental, posto que engloba um campo subjetivo. Em suma, essas definições incluem as habilidades cognitivas, emocionais, comunicativas e comportamentais de uma pessoa, que por sua vez, são desenvolvidas desde a infância, para fazer com que possamos nos tornar seres humanos capazes de lidar com as circunstâncias que surgem no decorrer da vida (Oliveira, 2022).

De acordo com a definição da Organização Mundial da Saúde, compreende-se por saúde mental o estado de bem-estar em que o indivíduo se encontra, podendo desenvolver e realizar as suas próprias habilidades, lidar com as tensões que surgem do cotidiano, desempenhar o exercício profissional de modo produtivo e proveitoso, mantendo relações interpessoais saudáveis, formando vínculos afetivos e contribuindo com a comunidade em que se encontra (Brasil, 2017).

Destarte, a saúde mental possui uma série de fatores múltiplos como, biológicos, psicológicos, sociais, econômicos e ambientais, que se relacionam com a vida e o bem-estar de cada pessoa, interagindo profundamente de maneira complexa e apresentando-se distintamente nas fases da vida. Neste sentido, diversas questões podem afetar a qualidade da saúde mental de alguém, como as mudanças sociais repentinas, condições de trabalho, discriminação, desigualdades, exclusão social, violação dos direitos, estilo de vida pouco ou nada saudável, ameaça ou risco de vida (Oliveira, 2022).

A partir destes dados, observa-se que frequentemente a vida acadêmica exerce impacto na saúde mental dos universitários, o que explica a prevalência de transtornos mentais neste público. De acordo com algumas pesquisas, algumas questões podem estar ligadas a esse fato, como o curso e área de conhecimento em que o estudante se encontra inserido, que podem representar importantes estressores. Vale destacar, com base nisso, que alunos da área da saúde encontra-se entre aqueles onde há maior prevalência de adoecimento mental, especialmente dos cursos de Fisioterapia, Odontologia, Enfermagem e Medicina (Ariño; Bardagi, 2018).

Um outro fator de risco importante é justamente o período em que o estudante se encontra, pois segundo alguns autores, aqueles que se encontram nos últimos períodos são aqueles com maior chance de adoecimento e prevalência de transtornos mentais, posto que surgem as preocupações ligadas ao processo de desligamento do papel de estudante e inserção no mercado de trabalho (Castro, 2017).

Assim sendo, o presente estudo tem como objetivo analisar os desafios referentes ao estado de saúde mental de estudantes universitários da área da saúde, nos últimos anos de graduação.

2 | METODOLOGIA

O método de pesquisa selecionado para o presente estudo está pautado em uma revisão integrativa da literatura, que envolve a análise de materiais relevantes que

permitem a síntese do conhecimento de uma determinada área. Sua construção esteve pautada em um conjunto de etapas subsequentes, envolvendo 1) Definição da questão norteadora; 2) Busca na literatura; 3) Coleta da amostra; 4) Análise da amostra selecionada; 5) Desenvolvimento dos resultados e discussão; e 6) Produção do artigo.

Definiu-se como questão norteadora: Existe uma prevalência de transtornos mentais em estudantes universitários da área da saúde nos últimos anos da graduação? Com isso, a busca na literatura compreendeu as bases de dados eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literature Medical Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), nos meses de agosto a outubro de 2023.

Como descritores, foram selecionados aqueles indexados nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS), que em português foram: Saúde Mental; Estudantes; Universidades; Transtornos Mentais; e, em inglês, Mental Health; Students; Universities; Mental Disorders. Através deles, foi possível o seguinte cruzamento (#) com o operador booleano AND e OR: A) Estudantes AND Universidades AND Saúde Mental AND Transtornos Mentais; B) Students AND Universities AND Mental Disorders OR Mental Health.

Para coleta de dados, foi levado em consideração: A) O título, idioma e ano de publicação do trabalho; B) O teor metodológico do estudo; C) objetivo; D) amostra utilizada; E) Os resultados obtidos. Os critérios de inclusão adotados foram artigos originais e estudos transversais, voltados a presença de transtornos mentais em estudantes universitários da área da saúde nos últimos anos de graduação, publicados nos últimos sete anos, na língua inglesa e portuguesa. Por outro lado, os critérios de exclusão foram revisões da literatura, capítulos de livro, cartas ao editor, relatos de caso e materiais não disponíveis na íntegra para consulta (Figura 1).

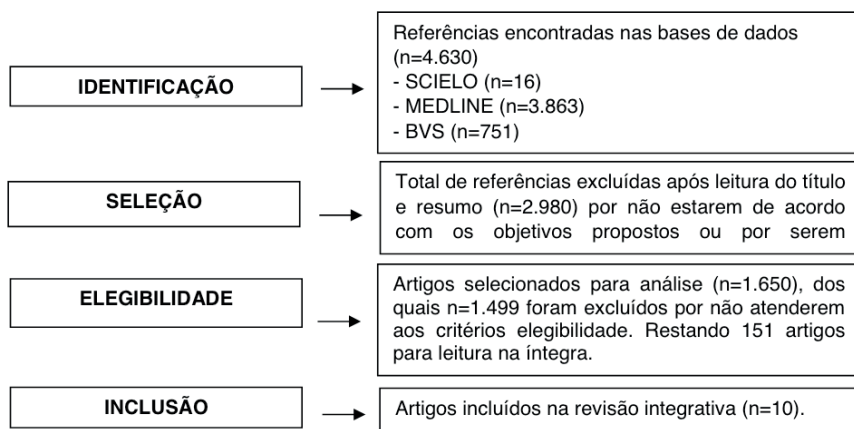


Figura 1 – Fluxograma de elaboração da revisão integrativa.

Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

O cruzamento dos descritores nas bases de dados resultou em um total de 4.630 registros, que após passarem pelo processo de análise da linha temática que seguiam e remoção dos duplicados, foram removidos 2.980, restando 1.650 para análise completa. Em seguida, com aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram removidos 1.499 estudos, restando 151, dos quais 10 foram eleitos para esta revisão.

No quadro 1, representado abaixo, está contemplada a síntese dos estudos obtidos e de estudos incluídos na revisão, os quais constituíram o corpo do estudo em questão.

Título	Autor(ano)	Tipo de estudo	Objetivo	Amostra/Instrumento de análise	Principais resultados
Distúrbios psíquicos menores em estudantes universitários da área da saúde.	Pedro(2017).	Estudo transversal	Identificar a prevalência e os fatores associados aos Distúrbios Psíquicos Menores (DPM) em estudantes universitários da área da saúde.	<i>Amostra</i> = composta por 792 estudantes universitários, maiores de 18 anos, matriculados em cursos da área da saúde: Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina, Odontologia e Terapia Ocupacional, de uma instituição de ensino superior do Rio Grande do Sul. <i>Instrumento de análise</i> = questionário autopreenchível com questões relacionadas ao perfil sociodemográfico, acadêmico e de saúde e versão brasileira do Self Reporting Questionnaire-20.	Os achados do estudo mostraram prevalência de DPM (55,4%), com ênfase em universitários de fonoaudiologia e enfermagem, que foram os cursos que apresentaram maior prevalência (85,7% e 66,7%, respectivamente). Sugere-se que isso está ligado ao contexto das demandas acadêmicas e fatores ligados ao cenário de assistência à saúde.
Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde	Lima <i>et al.</i> , (2019)	Estudo transversal	Analisar os diferentes graus da depressão nos cursos da área de saúde e correlacionar esse transtorno ao gênero e à idade.	<i>Amostra</i> = 383 acadêmicos, dos cursos de medicina, enfermagem e odontologia, matriculados na Universidade Tiradentes de Aracaju-Sergipe (Unit) no ano de 2015. <i>Instrumento de análise</i> = BDI (Beck Depression Inventory), indicado em inúmeros experimentos como medida de autoavaliação de depressão.	Os dados obtidos revelaram que os acadêmicos do curso de enfermagem apresentaram maior prevalência de depressão e de sintomas depressivos, seguido por aqueles do curso de odontologia e medicina. Os sinais observados, foram principalmente falta de motivação, insegurança, baixo desempenho acadêmico, problemas de cunho financeiro e falta de apoio emocional.

<p>Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos.</p>	<p>Silva <i>et al.</i>, (2019)</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Investigar a ocorrência de sintomas indicativos de Transtornos Mentais Comuns entre estudantes de enfermagem e discutir possíveis fatores envolvidos</p>	<p><i>Amostra = 88</i> alunos matriculados no curso de Enfermagem de uma faculdade do interior de São Paulo, a partir do 3º semestre.</p> <p><i>Instrumento de análise =</i> questionário autoaplicável e anônimo, abordando questões de satisfação com o curso, aproveitamento, acompanhamento com profissional de saúde mental e uso de medicação psicoativa, assim como questionário Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20).</p>	<p>Foi observada uma prevalência de Transtorno Mental Comum entre os estudantes, revelando um quadro preocupante na qualidade de vida e formação profissional desses indivíduos, principalmente devido à ausência de apoio das instituições acadêmicas à saúde mental e a questões diretamente ligadas a essa fase da vida, que vem acompanhada de altas demandas e sobrecarga física e psicológica.</p>
<p>Transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem do ciclo profissionalizante</p>	<p>Oliveira <i>et al.</i>, (2020)</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Verificar a suspeição de transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem no ciclo profissionalizante e a associação com as características sociodemográficas.</p>	<p><i>Amostra = 85</i> acadêmicos de uma universidade pública do estado do Rio de Janeiro (RJ), incluindo estudantes da área da saúde.</p> <p><i>Instrumento de análise = Self Report Questionnaire-20</i> e questões sociodemográficas, este último elaborado pelos autores.</p>	<p>Este estudo verificou que houve uma prevalência de Transtornos Mentais Comuns, inclusive tendo associação com o consumo de bebidas alcoólicas. Entre as principais queixas relatadas no SRQ-20 estavam nervosismo, tensão ou preocupação, dificuldades em tomar decisões, dormir mal e falta de interesse pelas coisas.</p>
<p>Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades.</p>	<p>Gomes <i>et al.</i>, (2020)</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Identificar a ocorrência de transtornos mentais comuns em estudantes de uma instituição de Ensino Superior e associar com as características sociodemográficas e acadêmicas.</p>	<p><i>Amostra = 378</i> estudantes universitários de uma instituição do interior paulista, incluindo acadêmicos da área da saúde.</p> <p><i>Instrumento de análise:</i> questionário semiestruturado e Self-Reporting Questionnaire</p>	<p>Os pesquisadores deste estudo verificaram que nos universitários, existe uma grande parcela com pontuação que classifica caso suspeito de transtorno do humor, ansiedade, somatização e transtornos mentais comuns. Conforme apontam, isso pode estar relacionado com as situações específicas dessa fase da vida e a ausência de políticas locais de atendimento estudantil voltadas a questões de saúde mental.</p>

Transtornos Mentais Comuns, Estresse e Autoestima em universitários da área da saúde do último ano	Preto <i>et al.</i> , 2020	Estudo transversal	Identificar características sociodemográficas dos estudantes universitários do último ano da área da saúde, verificar se apresentam Transtornos Mentais Comuns (TMC) e averiguar a relação dos TMC com a percepção de estresse e autoestima nesta população.	<i>Amostra</i> = 184 universitários dos cursos de Biomedicina, Enfermagem, Nutrição, Educação Física, Farmácia, Fisioterapia E Psicologia. <i>Instrumento de análise</i> = questionário Sociodemográfico, o Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), a Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale PSS-14) e a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR).	Os dados sugerem que a vida acadêmica exerce forte influência no estado de saúde mental de universitários. Observou-se uma prevalência (63%), por exemplo, de sintomas de Transtorno Mental Comum (TMC), em graduandos da área da saúde.
Fatores associados à ideação suicida de universitários da área da saúde.	Sousa <i>et al.</i> , (2022).	Estudo transversal	Analisar os fatores associados à ideação suicida de estudantes universitários em cursos de graduação da área da saúde.	<i>Amostra</i> = 251 alunos, maiores de 18 anos, dos cursos de Radiologia, Fonoaudiologia, Medicina, Nutrição, Gestão em Serviços de Saúde e Enfermagem de uma instituição federal de Ensino Superior no Sudeste brasileiro. <i>Instrumento de análise</i> = ferramenta The Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE).	Os pesquisadores observaram uma prevalência de ideação suicida entre acadêmicos da área da saúde (26,33% ou 66) e tentativa de suicídio em algum momento da vida (14,34% ou 34). Verificou-se que a variável “período do curso” não teve associação direta com o aumento da ideação suicida. Já a presença de sintomas depressivos, foi responsável por aumentar em 2,6 as chances de apresentar a ideação suicida.
Transtornos mentais comuns e adaptação ao ensino remoto em acadêmicos de saúde na pandemia COVID-19	Pereira <i>et al.</i> , (2022)	Estudo transversal	Avaliar a prevalência de transtornos mentais comuns em acadêmicos da área da saúde e os indicadores de adaptação ao ensino remoto durante a pandemia da COVID-19	<i>Amostra</i> = 211 acadêmicos da área da saúde, incluindo aqueles dos cursos de Enfermagem, Medicina, Farmácia, Educação Física e Psicologia. <i>Instrumento de análise</i> = Questionário sociodemográfico e Questionário de adaptação ao isolamento social e ensino remoto (ER), elaborado pelos autores; e, Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20).	Observou-se impacto significativo da pandemia de COVID-19 na saúde mental de estudantes da área da saúde, os quais apresentaram maior susceptibilidade de desenvolvimento de Transtornos Mentais Comuns, especialmente aqueles dos cursos de medicina e psicologia.

Depressão e ansiedade na comunidade universitária durante a pandemia de Covid-19: um estudo no Sul do Brasil	Schuch <i>et al.</i> , (2023)	Estudo transversal	Avaliar a saúde mental de uma comunidade universitária do Sul do Brasil durante a pandemia de COVID-19.	<p><i>Amostra</i> = 2.785 estudantes participaram do estudo, incluindo da área da saúde.</p> <p><i>Instrumento de análise</i> = Questionário autoaplicável, onde a depressão foi medida pelo <i>Patient Health Questionnaire-9</i> e a ansiedade pelo <i>Generalized Anxiety Disorder-7</i>. Já para avaliar o efeito do distanciamento social e dos fatores de saúde mental foram utilizados modelos de regressão de <i>Poisson</i> com variância robusta, estimando Razões de Prevalência (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC95%).</p>	Verificou-se uma prevalência de 39,2% e 52,5% de depressão e ansiedade, respectivamente, entre os estudantes. Não sair de casa com frequência, cuidados em saúde mental e diagnóstico prévio, estiveram ligados ao aparecimento dos desfechos.
Associação de desempenho acadêmico com estresse, ansiedade e depressão em estudantes de graduação em Odontologia: estudo transversal	Lima <i>et al.</i> , 2023	Estudo transversal	Analisar a associação entre o desempenho acadêmico e a prevalência autorrelatada de ansiedade, depressão e estresse em alunos de graduação em Odontologia de uma universidade pública brasileira	<p><i>Amostra</i> = 244 estudantes universitários do curso de Odontologia da Universidade Federal de Pelotas (FO-UFPEL).</p> <p><i>Instrumento de análise</i> = A escala traduzida e adaptada "Depression, Anxiety and Stress Scale-21" (DASS-21) e questionário do Google Forms, contemplando variáveis exploratórias (idade, sexo, cor da pele, uso de ansiolíticos ou antidepressivos e atividades remunerada).</p>	Foi verificada a prevalência de depressão moderada, seguida de depressão normal e leve nos estudantes, tendo relação com estudo em tempo integral exigindo muitas horas de dedicação, sofrendo pressões que podem afetar o seu desempenho acadêmico e uma série de alterações na saúde mental.

Quadro 1: descrição dos artigos conforme: Título, Autor/ano, Tipo de estudo, Objetivo, Amostra/ Instrumento de análise e Principais resultados, 2023.

Fonte: elaborado pelos autores (2023).

De maneira geral, os estudos mostraram que uma grande parcela de estudantes universitários da área da saúde apresentou algum tipo de transtorno mental como, ansiedade e depressão. Entre os principais fatores que contribuíram para esse adoecimento mental destaca-se a falta de apoio emocional e ausência de políticas acadêmicas voltadas à saúde mental, sobrecarga física e psicológica, e situações específicas que acompanham essa fase da vida, como problemas de cunho financeiro (Pedro, 2017; Lima *et al.*, 2019; Silva *et al.*, 2019; Oliveira *et al.*, 2020; Gomes *et al.*, 2020; Preto *et al.*, 2020; Sousa *et al.*, 2020; Pereira *et al.*, 2022; Schuch *et al.*, 2023).

Segundo Pedro (2017), os Distúrbios Psíquicos Menores (DPM) nesse público podem estar associados aos diversos estressores do universo acadêmico. No início da graduação, por exemplo, os alunos vivenciam uma série de mudanças e adaptações, como residir longe do núcleo familiar, o que resulta em um sentimento de desamparo, e soma-se a isso, um novo contexto de ensino, onde os estudantes se tornam responsáveis por seu ensino-

aprendizagem. Além disso, no decorrer do curso, há necessidade de amadurecimento e adaptação e, já nos últimos anos, surgem as preocupações com estágios, formaturas e inserção no mercado de trabalho, de modo que os fatores emocionais acabam sofrendo alterações.

Lima *et al.*, (2019), apontaram que a presença de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em acadêmicos revela um quadro preocupante na qualidade de vida e formação profissional desses indivíduos, bem como uma falha das instituições universitárias em fornecer o apoio a saúde mental de seus estudantes.

Pedro (2017), realizou um estudo com 792 estudantes universitários com mais de 18 anos, todos matriculados em cursos da área da saúde, entre eles Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina, Odontologia e Terapia Ocupacional, matriculados em uma instituição de ensino superior do Rio Grande do Sul. O estudo observou a prevalência de 55,4% de DPM nos alunos, especialmente naqueles dos cursos de Enfermagem (66,7%) e Fonoaudiologia (85,7%). O autor sugere uma reflexão no contexto do trabalho em saúde e seus estressores, que podem estar diretamente ligados a uma sobrecarga emocional durante a graduação, que se intensifica com o evoluir da vida profissional.

Tais achados assemelham-se aos do estudo de Lima *et al.*, (2019), que envolveu 383 acadêmicos dos cursos de Medicina, Enfermagem, Odontologia, todos matriculados na Universidade Tiradentes de Aracaju-Sergipe (Unit). Verificou-se uma maior prevalência de transtornos mentais como, depressão e ansiedade, principalmente em estudantes do curso de Enfermagem, seguidos pelos alunos de Odontologia e Medicina. Os principais sinais e sintomas observados foram falta de motivação, insegurança, baixo desempenho acadêmico, problemas financeiros e ausência de apoio emocional.

Silva *et al.*, (2019), centralizaram seu estudo em alunos do curso de Enfermagem de uma faculdade do interior de São Paulo, matriculados a partir do 3º semestre da graduação. Assim como nos estudos anteriores, este também observou uma prevalência de transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem, diretamente associado a características específicas dessa fase da vida e a uma sobrecarga física e psicológica, revelando um quadro preocupante na sua qualidade de vida e na formação profissional.

Os autores constataram também, que apesar da incidência de transtornos mentais comuns, foi baixa a proporção de participantes que relatou estar recebendo acompanhamento profissional. Ao mesmo tempo, observaram um alto índice de uso de medicamentos antidepressivos, como Fluoxetina, Amitriptilina, Sertralina, Bupropiona, Escitalopram, Paroxatina, Trazodona e Venlafaxina, Clonazepam, Alprazolam, Depakene e Lítio, sugerindo a presença de uma prática de automedicação, como alternativa para sanar os sinais e sintomas clínicos associados aos transtornos mentais.

No estudo de Oliveira *et al.*, (2020), os autores discutem os resultados encontrados em sua análise envolvendo 85 acadêmicos de uma Universidade Pública do Rio de Janeiro, que incluía alunos da área da saúde e de outras áreas. Neste estudo, eles perceberam

a prevalência de transtornos mentais comuns nos estudantes, inclusive associado a um consumo exacerbado de bebidas alcoólicas. As principais queixas relatadas pelos participantes foram nervosismo, tensão, preocupação, dificuldades em tomar decisões, insônia e desinteresse.

Dados semelhantes foram observados no estudo de Gomes *et al.*, (2020), que identificaram a presença de casos e casos suspeitos de transtornos mentais comuns nos participantes, sugerindo uma relação deste fato com o estilo de vida adotado pelos estudantes universitários, que inclui uma quantidade elevada de atividades obrigatórias a serem realizadas, somando-se a uma sobrecarga decorrente de uma vida dupla envolvendo pressão acadêmica e carga horária de trabalho. Além disso, os autores observaram uma indisponibilidade de tempo para dedicação ao lazer, que se trata de um fator de proteção emocional.

Preto *et al.*, (2020), também realizou um estudo com 184 estudantes dos cursos de Biomedicina, Enfermagem, Nutrição, Educação Física, Farmácia, Fisioterapia e Psicologia, matriculados em uma universidade particular do noroeste paulista, tendo identificado a prevalência de 63% de transtornos mentais comuns em alunos do último ano dos cursos da área da saúde. Os autores perceberam que os fatores associados foram características da vida universitária e do processo de ensino, que afetaram negativamente a saúde mental e o desempenho acadêmico desses estudantes.

Sousa *et al.*, (2022), apontaram que em seu estudo envolvendo 251 alunos, com idade acima de 18 anos, matriculados nos cursos de Radiologia, Fonoaudiologia, Medicina, Nutrição, Gestão em Serviços de Saúde e Enfermagem de uma Universidade Federal de Ensino Superior do Sudeste Brasileiro, ficou evidente a prevalência de ideação suicida em acadêmicos dos cursos da área da saúde, com tentativa de suicídio em alguma fase da vida. Neste estudo, a variável “período de curso” não teve relação direta com o aumento da ideação suicida, mas a presença de sintomas depressivos, teve influência direta sobre o aumento das chances de se apresentar ideação suicida.

Preto *et al.*, (2020), por outro lado, identificou que o último ano da vida influencia diretamente na incidência de transtornos mentais nos acadêmicos, justamente por se tratar de uma fase que envolve um estresse devido as atividades práticas, desgaste pela chegada do final de mais um ciclo, problemas na administração do tempo, excessiva carga de estudo, pouco tempo para atividades de lazer, assim como pela presença de ansiedade e preocupações com o futuro.

Além disso, esses autores também apontam que ocorre um desgaste maior nesses alunos, pelo contato direto com pessoas doentes, inclusive com doenças graves, que requerem uma conduta mais específica e muitas vezes esses estudantes se veem despreparados para atuar de maneira integral no cuidado desses pacientes e de seus familiares, que por vezes esperam que os acadêmicos resolvam tudo com muita agilidade.

Considerando os estudos de Sousa *et al.*, (2022) e Preto *et al.*, (2020), assim como

outros estudos da literatura, observa-se que não há um consenso quanto a influência do período do curso na maior prevalência de transtornos mentais comuns. Isto porque, enquanto uns apontam que os períodos iniciais são os que mais causam adoecimento, outros apontam que os últimos anos é que o fazem.

Pereira *et al.*, (2022), realizaram um estudo com 211 estudantes da área da saúde, para avaliar os impactos da pandemia de COVID-19 sobre a saúde mental desses alunos, observando que eles apresentaram uma maior susceptibilidade para desenvolver transtornos mentais comuns, principalmente alunos dos cursos de Medicina e Psicologia. Isto pode ser explicado pela sobrecarga que a Pandemia resultou em alunos desses cursos, que se viram diante de um cenário onde precisaram aprender o mais rápido possível para prestar a assistência em sua área profissional, somando-se as incertezas que foram trazidas pela pandemia.

O estudo de Schuch *et al.*, (2023) assemelha-se a esses achados, pois sua investigação que teve como objetivo avaliar a saúde mental de universitários de uma instituição do Sul do Brasil durante a pandemia, incluindo acadêmicos das áreas da saúde, dentro da amostra de 2.785 participantes, evidenciou a presença de depressão e ansiedade entre os estudantes, estando associada a não sair de casa com frequência, ausência dos cuidados em saúde mental e diagnóstico prévio, todos relacionados com o aparecimento desse desfecho.

Lima *et al.*, (2023), em seu estudo envolvendo 244 acadêmicos dos cursos de Odontologia da Universidade Federal de Pelotas, percebeu a prevalência de depressão moderada, seguida de depressão normal e leve nesses estudantes, tendo relação com estudo em tempo integral exigindo muitas horas de dedicação, sofrendo pressões que podem afetar o seu desempenho acadêmico e uma série de alterações na saúde mental, corroborando com os achados de outros autores anteriormente citados.

Vale destacar que, houve uma homogeneidade nas metodologias incluídas nesta revisão, sendo todas de estudos transversais, realizadas com estudantes acadêmicos, com foco naqueles da área da saúde. Os autores concordaram em relação a prevalência de transtornos mentais comuns em acadêmicos dessa área, divergindo com relação a influência do período de graduação sobre a maior incidência desses casos. Os instrumentos de análise variaram, com maior utilização do questionário autopreenchível (elaborado pelos autores do estudo) e Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20).

4 | CONCLUSÃO

O presente estudo constatou uma prevalência expressiva de transtornos mentais comuns entre os estudantes acadêmicos dos cursos da área da saúde nos últimos anos, com fatores desencadeantes ligados a particularidades que marcam essa fase de vida, entre eles a sobrecarga física e psicológica devido às altas demandas de atividades,

problemas de cunho financeiro e ausência de políticas acadêmicas institucionais voltadas ao cuidado à saúde mental dos estudantes.

Destarte, os impactos dos transtornos mentais como, depressão e ansiedade, são observados na qualidade de vida e desempenho acadêmico dos indivíduos, reforçando a necessidade de esforços individuais e coletivos para sanar esse problema de saúde, o que requer a participação da própria universidade na elaboração de estratégias que promovam e protejam a saúde mental de seus estudantes, como revisão de seu currículo e atividades, incentivo a prática de lazer e acompanhamento psicológico, com orientações sobre gestão de tempo, equilíbrio emocional e rotina saudável.

REFERÊNCIAS

ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Revista psicologia em pesquisa**, v. 12, n. 3, 2018.

BRASIL. “Saúde mental no trabalho” é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro. **Ministério da Saúde (MS)**, 2017. Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o,contribuir%20com%20a%20sua%20comunidade.>>. Acesso em out. 2023.

GOMES, C. F. M. *et al.* Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020.

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

LIMA, B. D. *et al.* Associação do desempenho acadêmico com estresse, ansiedade e depressão em estudantes de graduação em Odontologia: estudo transversal. **Revista da ABENO**, v. 23, n. 1, p. 2092-2092, 2023.

OLIVEIRA, E. B. *et al.* Transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem do ciclo profissionalizante. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020.

PEDRO, C. M. P. Distúrbios psíquicos menores em estudantes universitários da área da saúde. Dissertação (Pós-graduação em Enfermagem) – Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, p. 92, 2017.

PENHA, J. R. L.; OLIVEIRA, C. .C; MENDES, A. V. S. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa/University student mental health: integrative review/Salud mental del estudiante universitario: revisión integrativa. **Journal Health NPEPS**, v. 5, n. 1, p. 369-395, 2020.

PEREIRA, M. D. *et al.* Transtornos mentais comuns e adaptação ao ensino remoto em acadêmicos de saúde na pandemia COVID-19. **Revista Educar Mais**, v. 6, p. 530-542, 2022.

PONTE, M. K. C.; CUNHA, F. M. A. M. Nível de atividade física na população idosa e seus benefícios: uma revisão integrativa. **SANARE-Revista de Políticas Públicas**, v. 12, n. 1, 2013.

PRETO, V. A. *et al.* Transtornos Mentais Comuns, Estresse e Autoestima em universitários da área da saúde do último ano. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e844986362-e844986362, 2020.

RODRIGUES, D. S. *et al.* Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, 2022.

SCHUCH, H. S. *et al.* Depression and anxiety among the University community during the Covid-19 pandemic: a study in Southern Brazil. **Anais da Academia Brasileira de Ciências**, v. 95, p. e20220100, 2023.

SILVA, P. L. B. C. *et al.* Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 9, 2019.

SOUSA, G. S. *et al.* Fatores associados à ideação suicida de universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, 2021.