



BACHARELADO EM PSICOLOGIA

DENNIS SOCORRO SILVA SANTOS

**SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LTERATURA
BRASILEIRA**

MARABÁ/PA

2024

DENNIS SOCORRO SILVA SANTOS

**SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITARIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA
BRASILEIRA**

Trabalho de Conclusão de Curso no formato de artigo científico à Faculdade dos Carajás como requisito parcial para obtenção de título de Bacharelado em Psicologia.

Orientador: Prof. Me. Paula Danielle Souza Monteiro.

MARABÁ/PA

2024

Sumário

INTRODUÇÃO	6
METODOLOGIA	9
RESULTADOS E DISCUSSÕES	9
Figura 1 – Mapa da pesquisa	10
Gráfico 1 – Artigos selecionados nas bases de dados por ano de publicação	11
Gráfico 2 – Sofrimentos psicológicos identificados em estudantes universitários	12
Gráfico 3 – Gênero que tem a saúde mental mais afetada em estudantes universitários.	13
CONCLUSÃO	14
REFERÊNCIAS.....	14



FOLHA DE APROVAÇÃO

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA BRASILEIRA

CANDIDATO: DENNIS SOCORRO SILVA SANTOS

DATA DA DEFESA:

RESULTADO:

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Paula Danielle Souza Monteiro - Orientadora

Prof. Esp. Renilde Ribeiro Xavier - Membro

Prof. Esp. Odemir Souza de Carvalho Junior - Membro

SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA BRASILEIRA

Dennis Socorro Silva Santos¹

Paula Danielle Souza Monteiro²

RESUMO

A entrada no ensino superior impõe aos estudantes desafios em relação à saúde mental. Neste sentido, a pesquisa teve como objetivo analisar a produção científica nacional sobre a saúde mental de universitários brasileiros. Foram selecionados estudos empíricos, publicados entre 2019 e 2023, disponíveis em português, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e no Portal de Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC). Foram selecionados quinze artigos, a maior parte publicada durante a pandemia de covid-19. Constatou-se que os transtornos de ansiedade e depressivo, estresse crônico e a ideação suicida foram os sofrimentos psicológicos mais prevalentes, acometendo, em maioria, o gênero feminino, pois as mulheres são as pessoas que mais falam e buscam por assistência. Esses dados condizem com a literatura científica. Conclui-se que é necessário que sejam elaboradas novas estratégias de atenção à saúde mental destinadas a estudantes universitários, visando garantir saúde mental e qualidade de vida durante o período de formação universitária.

Palavras-chave: Ensino Superior, Estudante Universitário, Bem-Estar Psicológico.

ABSTRACT

Entering higher education presents students with challenges regarding mental health. This research aimed to analyze national scientific literature on the mental health of Brazilian university students. Empirical studies published between 2019 and 2023 in Portuguese, available in the Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and the Portal of Electronic Journals in Psychology (PEPSIC), were selected. Fifteen articles were chosen, most of which were published during the COVID-19 pandemic. It was found that anxiety and depressive disorders, chronic stress, and suicidal ideation were the most prevalent psychological struggles, mainly affecting women, as they are the ones who speak up and seek assistance more often. These findings align with the scientific literature. The conclusion is that new strategies for mental health care specifically for university students

¹ Bacharelado em Psicologia, Faculdade dos Carajás, denniss.santos20@gmail.com

² Mestre, Faculdade dos Carajás, pauladsmonteiro@gmail.com

are necessary, aiming to ensure mental well-being and quality of life throughout the university education period.

Keywords: Higher Education, University Students, Psychological Well-Being.

INTRODUÇÃO

Uma oportunidade de crescimento para os jovens é a entrada no ensino superior, que pode ocasionar várias mudanças (Gomes et al., 2020) nos âmbitos emocional, social e profissional e trazem diversas demandas e responsabilidades. O estudante universitário encontra-se em um período de transição no qual, muitas vezes, vivencia transformações significativas em sua vida (Freitas et al., 2022).

O ambiente universitário pode se tornar um local de compartilhamento de novas ideias, o que é muito importante para o desenvolvimento. Nesse sentido, alguns fatores podem facilitar a adaptação à vida universitária, como ter uma rede de apoio, ter fornecimento de informações, integração acadêmica e as características da instituição relativas à infraestrutura e integração social (Sahão; Kienen, 2021).

O universitário enfrentará um mundo novo com alta demanda de desafios, como exames mais difíceis, gestão de tempo, sensação de abandono, a competição entre estudantes e a preocupação com os futuros ganhos econômicos. Para aqueles que mudam de cidade, surgem preocupações como o distanciamento da família, a ruptura de relações afetivas e sociais e o estabelecimento de uma nova moradia, fatores que podem levar ao sofrimento psíquico, comprometendo a saúde mental e a qualidade de vida dessa população (Nogueira-Martins et al., 2018).

A saúde mental é o estado de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças, conforme a Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS, 1946); é essencial ao desenvolvimento dos potenciais humanos e ao bem-estar do indivíduo e da sociedade (Gomes et al., 2020). Os problemas de saúde mental podem afetar diversas áreas da vida do universitário, podendo gerar problemas físicos, emocionais, cognitivos, sociais e no desempenho acadêmico (Nogueira, 2017).

Os desafios que surgem com a entrada na universidade podem variar consoante à história de desenvolvimento, às capacidades e às características pessoais dos universitários. Caso sejam percebidos em níveis elevados, podem causar reações de

inibição ou desadaptação, resultando em dificuldade nas esferas acadêmica, pessoal e social, além de impactar o desenvolvimento em relação ao mínimo de enfrentamento e exigência para a adaptação (Costa; Leal, 2008).

Segundo Costa e Leal (2004), o universitário necessita ajustar-se a todo um conjunto de mudanças, e o apoio encontrado junto aos pares, na família e nos professores parece ser decisivo nesse processo, ou seja, o suporte social tem um peso importante para o bem-estar psicológico do universitário. No entanto, quando não identifica esse suporte, tende a não solicitar a ajuda e pode desenvolver defesas que levam a um retraimento emocional menos compatível com o bem-estar psicológico.

Para Gomes et al. (2020), o ensino superior impõe aos estudantes muitos desafios. A maioria não está preparada para as demandas que o mundo acadêmico impõe, o que pode gerar desorientação, ansiedade, estresse, insônia, depressão e tendência ao consumo de álcool e substâncias psicoativas, pois os universitários são identificados como grupo vulnerável e de risco para essas categorias.

Além disso, o contexto universitário pode gerar experiências de sofrimento, uma vez que apresenta aos estudantes uma variedade de novos desafios. A formação de novos laços afetivos, as extensas horas dedicadas ao estudo, a autossuficiência na busca pelo conhecimento, as expectativas relacionadas à carreira, a distância da família, a notável interrupção de relacionamentos afetivos e sociais, a adaptação a uma nova casa e as situações de vulnerabilidade pessoal e socioeconômica são algumas das transformações que podem impactar a saúde mental dos jovens no ambiente acadêmico (Negreiros; Souza, 2018).

Vários são os fatores que podem afetar a saúde mental dos universitários, como tornar-se competente, gerir as emoções, desenvolver a autonomia e a interdependência, desenvolver relações interpessoais maduras, estabelecer identidade, desenvolver objetivo de vida e a sua integridade. Algumas dessas variáveis interferem de modo mais significativo na vida do estudante universitário que está nas etapas finais da graduação (Castro, 2017).

A literatura científica aponta alta prevalência de transtornos mentais entre universitários (Neves; Dalgalarrodo, 2007). Estudos recentes revelam uma prevalência elevada de depressão, ansiedade e estresse e preveem que cerca de 15 a 25% da população universitária será acometida por algum dos transtornos (Ariño; Bardagi, 2018).

Para Gomes, Nascimento e Araujo (2007), a alta incidência de distúrbios psicossomáticos em universitários pode estar associada a dificuldades e elaboração de conflitos internos emocionais que podem causar estresse psíquico e tensão. Os autores também estimam que a prevalência de certos transtornos mentais é de 58%. A maior parte desses casos ocorre entre mulheres, que demonstram mais relatos de sofrimento mental, enfrentam dificuldades psicossociais mais intensas e fazem uso mais frequente dos serviços de saúde mental. Em contrapartida, os homens tendem a não procurar ajuda quando se deparam com problemas de saúde graves e crônicos, se comparados às mulheres.

Ainda, segundo Oliveira et al. (2020), a saúde física pode ser afetada se o universitário estiver com a saúde mental abalada, podendo ocasionar comportamentos considerados não saudáveis, como hábitos alimentares ruins, tabagismo, consumo excessivo de bebidas alcoólicas e a falta da prática de exercícios físicos. Além disso, o uso de álcool pode agravar o quadro de adoecimento mental dos universitários, e o consumo abusivo é uma doença que pode levar a limitações individuais e funcionais, além de outros impactos negativos ao convívio social pessoal ou profissional, afetando significativamente a saúde e a qualidade de vida dos usuários e de seus familiares (Carneiro et al., 2014).

Assim, evidencia-se a necessidade de desenvolvimento de novas pesquisas e ações singulares frente às diferentes demandas relacionadas à saúde mental de universitários, a exemplo do monitoramento de indicadores de saúde e qualidade de vida, observatórios de qualidade de vida dessa população, intervenções de responsabilidade institucional, dentre outras. Desse modo, será possível favorecer a melhoria do processo de adaptação e consequentemente a melhoria da saúde, qualidade de vida e desenvolvimento das potencialidades dos universitários (Oliveira; Padovani, 2014).

Neste cenário, através de uma revisão integrativa da literatura, buscou-se responder a seguinte pergunta: como está a saúde mental do estudante universitário brasileiro? Assim, o objetivo do presente trabalho é analisar a produção científica nacional sobre a saúde mental de universitários no período entre 2019–2023.

METODOLOGIA

A revisão integrativa se caracteriza pela reunião e síntese de dados de estudos sobre determinado tema ou objeto, de forma ordenada, e permite também a combinação de dados (Cavalcante; Oliveira, 2020).

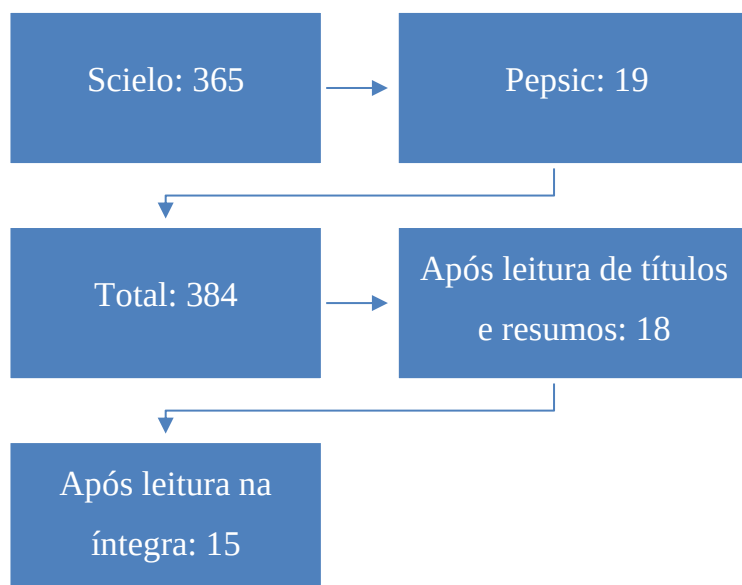
Para selecionar os artigos, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: estudos empíricos; publicados entre 2019 e 2023; disponíveis em português; nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e no Portal de Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC). Foram excluídos revisão de literatura, teses, dissertações, publicações internacionais e artigos sem acesso aberto. Foram selecionados alguns descritores utilizados para a realização do levantamento bibliográfico em português: saúde mental; universitários; sofrimento psíquico; graduação; universidade, qualidade de vida; subjetividade; ansiedade; depressão; ensino superior; vivência acadêmica. As publicações foram selecionadas a partir de combinações dos descritores nas bases de dados selecionadas. Em seguida foram aplicados os critérios de inclusão.

Foram criadas categorias para análise: 1) artigos selecionados nas bases de dados por ano de publicação; 2) principais sofrimentos psíquicos; 3) gênero que mais é acometido pelo sofrimento psíquico em universitários.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

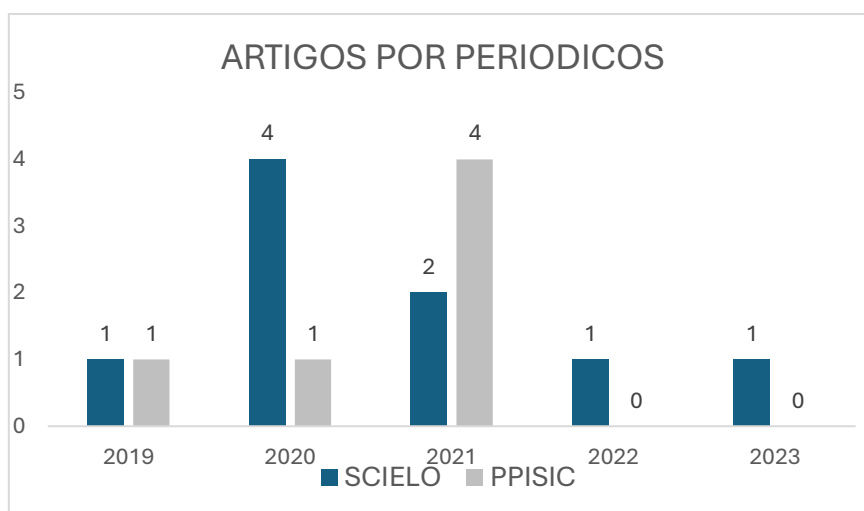
A junção dos descritores resultou na identificação de 384 artigos (sendo 365 da SCIELO e 19 da PEPSIC): desse total 31 eram duplicados, sobrando 353 estudos para seleção; desses, 335 foram eliminados conforme o critério de exclusão. Após a leitura completa, mais 3 artigos foram descartados, resultando em uma amostra final de 15 estudos selecionados para a revisão.

Figura 1 – Mapa da pesquisa



Fonte: elaboração dos autores

Gráfico 1 – Artigos selecionados nas bases de dados por ano de publicação



Fonte: elaboração dos autores

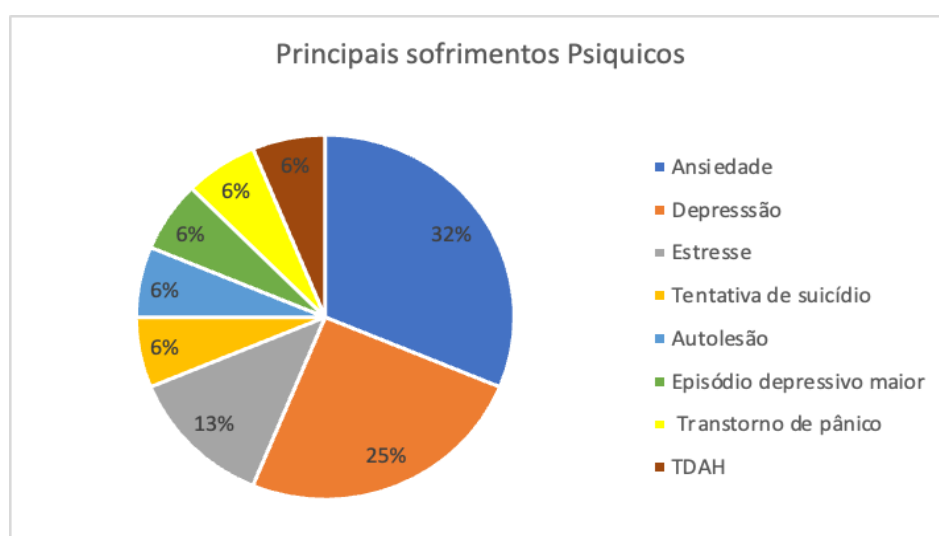
O Gráfico 1 apresenta a quantidade de artigos selecionados por base de periódico. Foram selecionadas 9 publicações no SCIELO e 6 no PEPISC. A concentração dos estudos sobre o tema foi maior no período entre 2020 e 2021, 67% eram estudos transversais com estudantes universitários e 93% utilizaram instrumentos validados.

Os resultados mostram o aumento de publicações sobre o tema entre 2020 e 2021, ou seja, durante e após o período da pandemia da covid-19. Alguns estudos indicaram que muitas pessoas que ficaram isoladas aumentaram os riscos de desenvolver doenças psiquiátricas e sintomas psicopatológicos, como humor deprimido, irritabilidade, ansiedade, medo, raiva, insônia etc. Também, nesse período, foram geradas muitas dúvidas, que ainda vão demorar para serem respondidas sobre o impacto da pandemia na saúde mental, pois, além dos fatores que foram gerados durante a pandemia, devem ser analisados os fatores anteriores a esse período (Afonso, 2020; Teodoro et al., 2021).

Sobre os principais sofrimentos psíquicos, os resultados indicaram os seguintes: ansiedade (Costa et al., 2019; Jardim et al., 2020; Sacramento et al., 2021; Souza et al., 2022; Mota et al., 2023; Barbosa et al., 2020; Zancan et al., 2021; Silva et al., 2021; Beneton et al., 2021), depressão (Costa et al., 2020; Lima et al., 2019; Bresolin et al., 2021; Sousa et al., 2021; Souza et al., 2022; Mota et al., 2023; Cohen et al., 2019; Barbosa et al., 2020; Zancan et al., 2021; Do Nascimento et al., 2021; Beneton et al., 2021),

estresse (Costa et al., 2019; Jardim et al., 2020; Sacramento et al., 2021; Zancan et al., 2021; Beneton et al., 2021), tentativa de suicídio (Sousa et al., 2021), autolesão (Sousa et al., 2021), episódio depressivo maior (Flesch et al., 2020), transtorno de pânico (Mota et al., 2023) e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade - TDAH (Mota et al., 2023). O resultado está ilustrado no Gráfico 2.

Gráfico 2 – Sofrimentos psicológicos identificados em estudantes universitários



Fonte: elaboração dos autores

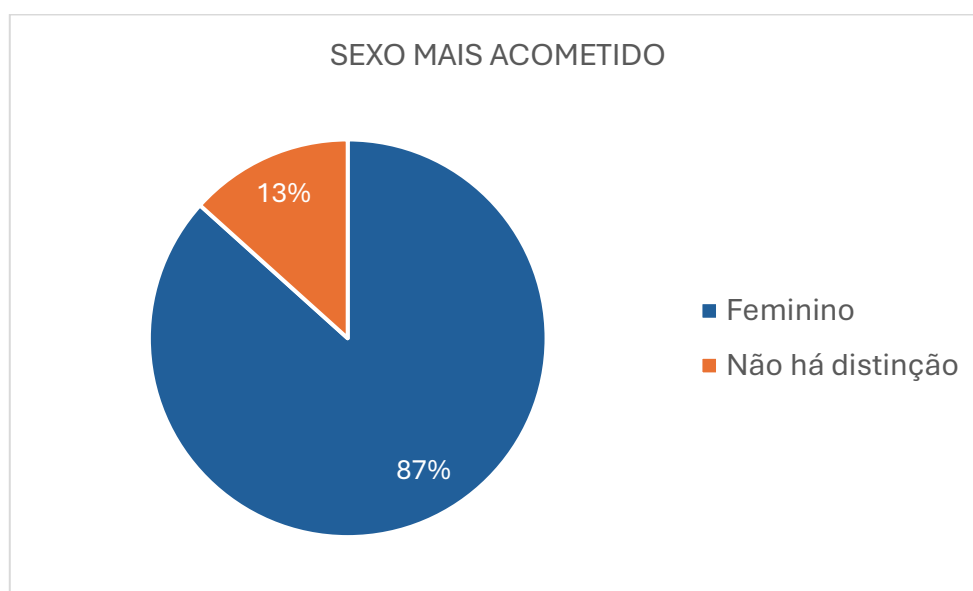
O transtorno de ansiedade é o mais prevalente (32%), corroborando outros estudos (Carvalho et al., 2015; Gomes et al., 2020), e o transtorno depressivo é o segundo mais prevalente (25%). O resultado confirma dados divulgados pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2024), que afirma, também, que a depressão é um dos distúrbios mentais mais frequentes entre a população, e que menos de 50% das pessoas afetadas globalmente têm acesso ao tratamento, frequentemente devido à falta de infraestrutura, profissionais qualificados, recursos disponíveis e ao estigma social ligado aos transtornos mentais.

De acordo com Costa e Moreira (2016), a depressão afeta o desenvolvimento de universitários em todos os âmbitos, podendo causar até mesmo a evasão, tendo em vista que essa é uma das doenças mais incapacitantes. O estresse alcançou uma porcentagem de 13%, sendo o terceiro mais comum apontado pelos estudos selecionados, resultado que corrobora os de Gomes et al. (2020).

De modo geral, os resultados indicam alta prevalência de transtornos mentais em universitários, confirmando Neves e Dalgallarrondo (2007), que propõem alta prevalência dos transtornos mentais e que o ambiente universitário pode provocar vivência de sofrimento. Os resultados são corroborados pelo estudo de Ariño e Bardagi (2018), que indica uma prevalência elevada de depressão, ansiedade e estresse, com previsão de que uma porcentagem alta da população universitária será acometida.

Ainda, destaca-se o suicídio em universitários no Brasil, principalmente quando observados pelos meios digitais em comparação aos meios oficiais (Dutra, 2012). Segundo a OMS (2024), por ano morrem cerca de 720 mil pessoas em decorrência do suicídio, sendo a terceira causa de mortes de pessoas entre 15 e 29 anos. É um alerta quando se trata da questão de saúde mental na população universitária.

Gráfico 3 – Gênero que tem a saúde mental mais afetada em estudantes universitários



Fonte: elaboração dos autores

Os resultados indicam o gênero feminino como o mais acometido pelos transtornos mentais (87%), conforme o Gráfico 3. Geralmente as mulheres são as pessoas que mais falam e buscam por assistência sobre seus sofrimentos físicos e psíquicos, dado consistente com os estudos de Penha, Oliveira e Mendes (2020).

O resultado corrobora, também, as informações apresentadas pela OPAS (2024), que sinaliza que a depressão é o transtorno mental mais prevalente, acometendo principalmente as mulheres. Além do mais, segundo Gomes, Nascimento e Araújo (2007), o homem geralmente não busca por ajuda diante de condições severas e crônicas de saúde e morrem mais no que se refere a transtornos mentais, quando comparado ao gênero feminino.

CONCLUSÃO

A pesquisa teve como objetivo geral analisar a produção científica nacional sobre a saúde mental de universitários no período entre 2019–2023. Pode-se indicar que o proposto foi alcançado, uma vez que foram identificadas as principais pesquisas publicadas sobre o tema nas bases de dados selecionadas.

Os resultados apresentados oferecem evidência sobre como está a saúde mental dos universitários brasileiros, podendo apoiar a compreensão sobre o adoecimento psíquico dessa população, contribuindo para que as Instituições de Ensino Superior tenham mais informações para subsidiar ações voltadas para a saúde mental, oferecendo lugar para que o estudante universitário busque ajuda quando necessário.

Conclui-se que é necessário que sejam elaboradas novas estratégias de atenção à saúde mental destinadas a esse público, para que este tenha o melhor processo possível de transição, adaptação e formação acadêmica.

REFERÊNCIAS

AFONSO, P. O impacto da pandemia COVID-19 na saúde mental. **Acta medica portuguesa**, v. 33, n. 5, p. 356-357, 2020.

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

BARBOSA, L. N. F.; ASFORA, G. C. A.; MOURA, M. C de. Ansiedade e depressão e uso de substâncias psicoativas em jovens universitários. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas (Edição Em Português)**, v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020.

BENETON, E. R.; SCHMITT, M.; ANDRETTA, I. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. **Revista da SPAGESP**, v. 22, n. 1, p. 145-159, 2021.

BRESOLIN, J. Z. et al. Depressive symptoms among healthcare undergraduate students. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3210.3239>.

CARNEIRO, A. L. M. et al. Padrão do uso de álcool entre estudantes universitários da área da saúde. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 4, n. 1, 2014.

CARVALHO, E. A. de et al. Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. **Ciênc. cuid. saúde**, v. 14, n. 3, p. 1290-1298, 2015.

CASTRO, V. R. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. **Revista gestão em foco**, v. 9, n. 1, p. 380-401, 2017.

CAVALCANTE, L. T. C.; OLIVEIRA, A. A. S. de. Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. **Psicol. rev. (Belo Horizonte)**, Belo Horizonte, v. 26, n. 1, p. 83-102, abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2020v26n1p82-100> Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682020000100006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em : 01 nov. 2024.

COHEN, E. B.; COSTA, A. R. L.; AMBIEL, R. A. M. Relação entre sintomas depressivos e esperança cognitiva em universitários. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 11, n. 2, p. 3-14, 2019.

COSTA, D. S. da et al. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, p. e040, 2020.

COSTA, M. de; MOREIRA, Y. B. Saúde mental no contexto universitário. **Blucher Design Proceedings**, v. 2, n. 10, p. 73-79, 2016.

COSTA, E.; LEAL, I. Um olhar sobre a saúde psicológica dos estudantes do ensino superior-avaliar para intervir [Internet]. 2008.[acessado 2022 ago 2] [em linha].

Constituição da Organização Mundial da Saúde (1946). Disponível em: <https://www.who.int/about/governance/constitution>. Acesso em: 9 maio 2024.

DO NASCIMENTO, Karina Gomes; FERNANDES, Andréia Guedes Oliva; DE CÁSSIA RAMINELLI-DA-SILVA, Talita. Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários.

DUTRA, Elza. Suicídio de universitários: o vazio existencial de jovens na contemporaneidade. *Estud. pesquis. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 12, n. 3, p. 924-937, dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812012000300013&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 30 outubro de 2024.

FLESCHE, B. D. et al. Episódio depressivo maior entre universitários do sul do Brasil. **Revista de saúde pública**, v. 54, p. 11, 2020.

FREITAS, P. H. B. de et al. Perfil de qualidade de vida e saúde mental de estudantes universitários da área da saúde. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. e35011125095-e35011125095, 2022.

GOMES, C. F. Munir 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.

GOMES, R.; NASCIMENTO, E. F. do; ARAÚJO, F. C. de. Por que os homens buscam menos os serviços de saúde do que as mulheres? As explicações de homens com baixa

escolaridade e homens com ensino superior. **Cadernos de saúde pública**, v. 23, n. 3, p. 565-574, 2007.

JARDIM, M. G. L.; CASTRO, T. S.; FERREIRA-RODRIGUES, C. F. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. **Psico-USF**, v. 25, n. 4, p. 645-657, 2020.

LIMA, S. O. et al. Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde. **Psicologia: Ciência e profissão**, v. 39, p. e187530, 2019.

MOTA, A. A. S.; PIMENTEL, S. M.; MOTA, M. R. S. Expressões de sofrimento psíquico de estudantes da Universidade Federal do Tocantins. **Educação e Pesquisa**, v. 49, p. e254990, 2023.

NEGREIROS, F.; SOUZA, M. P. R. de. **Práticas em psicologia escolar: do ensino técnico ao superior**. Teresina: EDUFPI, 2018.

NEVES, M. C. C.; DALGALARRONDO, P. Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 56, p. 237-244, 2007.

NOGUEIRA, M. J. C. **Saúde mental em estudantes do ensino superior: fatores protetores e fatores de vulnerabilidade**. 2017. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2017.

NOGUEIRA-MARTINS, L. A.; NOGUEIRA-MARTINS, M. C. F. Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 3, p. 334-337, 2018.

OLIVEIRA, N. R. C. de; Padovani, R. D. C. Saúde do estudante universitário: uma questão para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, 995-996. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.11042012>

OLIVEIRA, E. S. et al. Estresse e comportamentos de risco à saúde entre estudantes universitários. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e20180035, 2020.

Organização Pan-Americana de Saúde (2024). Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>. Acesso em: 20 outubro 2024.

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 de estudiante universitario: revisión integrativa. **Journal Health NPEPS**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 369–395, 2020. Disponível em: <https://periodicos2.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549>. Acesso em: 9 mar. 2023.

SACRAMENTO, B. O. et al. Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, p. e021, 2021.

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 25, 2021.

SILVA, A. C. S. da et al. Relação entre vivência acadêmica e ansiedade em estudantes universitários. **Contextos Clínicos**, v. 14, n. 2, p. 563-587, 2021.

SOUSA, G. S. de et al. Fatores associados à ideação suicida de universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, p. e20200982, 2021.

SOUZA, J. P. de A. e et al. Sintomas de ansiedade generalizada entre estudantes de graduação: prevalência, fatores associados e possíveis consequências. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, n. 3, p. 193-203, 2022.

TEODORO, M. L. M. et al. Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 9, n. 2, p. 372-382, 2021.

ZANCAN, R. K. et al. Estresse, ansiedade, depressão e inflexibilidade psicológica em estudantes universitários de graduação e pós-graduação. Estudos e Pesquisas em Psicologia, v. 21, n. 2, p. 749-767, 2021.