CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

LEOMARA BEZERRA PEREIRA

SAÚDE MENTAL E SINTOMAS PSICOPATOLÓGICOS EM ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO DA ÁREA DA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

SUMÉ - PB
2025

LEOMARA BEZERRA PEREIRA

SAÚDE MENTAL E SINTOMAS PSICOPATOLÓGICOS EM ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO DA ÁREA DA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Monografia apresentada ao curso Superior de Enfermagem da UNICIR – Faculdade do Cariri, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharela em Enfermagem.

Orientadora: Professora. Esp. Jocilda de Azevêdo Rodrigues e Ramos.

SUMÉ - PB
2025

P436s Pereira, Leomara Bezerra.
Saúde mental e sintomas psicopatológicos em estudantes de graduação da área da saúde: uma revisão integrativa da literatura. / Leomara Bezerra Pereira. - 2025.

32f.

Orientadora: Professora Esp. Jocilda de Azevêdo Rodrigues e Ramos.
Monografia – UNICIR - Faculdade do Cariri; Curso Superior de Enfermagem.

1. Estudantes universitários. 2. Saúde mental. 3. Sofrimento psíquico. 4. Sintomas psicopatológicos. 5. Enfermagem. I. Ramos, Jocilda de Azevêdo Rodrigues e. II. Título.

CDU: 159.97:378.18(043.1)

Elaboração da ficha catalográfica:

Élida Maeli Fernandes Quirino
Bibliotecária - CRB – 15 / 976

LEOMARA BEZERRA PEREIRA

SAÚDE MENTAL E SINTOMAS PSICOPATOLÓGICOS EM ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO DA ÁREA DA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Monografia apresentada ao curso Superior de Enfermagem da UNICIR – Faculdade do Cariri, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharela em Enfermagem.

BANCA EXAMINADORA:

Professora Esp. Jocilda de Azevêdo Rodrigues e Ramos.
Orientadora - UNICIR – Faculdade do Cariri

Professora Esp. Ednalva Alves Libânio de Oliveira.
Examinadora Interna - UNICIR – Faculdade do Cariri

Professora Esp. Daniela Farias de Macêdo.
Examinadora Interna - UNICIR – Faculdade do Cariri

Trabalho Aprovado em: 27 de novembro de 2025.

SUMÉ - PB

Dedico este trabalho a todos aqueles que de forma direta ou indireta, contribuíram para que eu chegasse até aqui. Agradeço inicialmente ao nosso Senhor Jesus Cristo por nunca me desamparar, aos poucos familiares e amigos que acreditaram no meu sonho junto comigo, em especial à José Jordão Rocha das Neves, meu esposo, companheiro e maior apoiador, que nunca mediu esforços para que eu pudesse me tornar enfermeira. Por último, agradeço a cada professor que esteve ao meu lado durante a jornada, me apoiando, incentivando e me ensinando a buscar ser uma profissional com excelência e um ser humano melhor.

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente

Ao

Grandioso dono dos céus, nosso Senhor Jesus Cristo e a mãezinha nossa Senhora de Aparecida que seguraram na minha mão até aqui, me dando forças para eu sempre lutar por um futuro melhor e nunca desistir do meu sonho mesmo diante de tantas adversidades;

Ao

Meu esposo José Jordão Rocha das Neves por todo apoio, incentivo e dedicação, e que nunca desistiu ou mediu esforços para que eu pudesse me tornar enfermeira;

Aos

Queridos professores e ex-professores Jocilda de Azevêdo Rodrigues e Ramos, Joânio Lopes Martins, Suenny Alves dos Santos e a todos os demais colegas, amigos, preceptores e colaboradores que tanto contribuíram para a minha formação, como também, por todos os conhecimentos repassados e pelo apoio incondicional ofertado a mim para que eu pudesse chegar até aqui.

À

Luísa D'Marilac Nunes de Araújo Brito, coordenadora da Atenção Primária à Saúde do município de Serra Branca, estado da Paraíba, por todo apoio prestado a mim, para que fosse possível a conciliação entre o meu trabalho e os estudos, e assim, permitindo que eu pudesse me formar e realizar o sonho de me tornar enfermeira.

"Como sou pouco e sei pouco, faço o pouco que me cabe me dando por inteiro."

Ariano Suassuna

RESUMO

Historicamente a sociedade relaciona o adoecimento psíquico a algo negativo, fazendo com que o indivíduo com tal condição seja considerado, automaticamente, improdutivo, incapaz e passível de reclusão devido a suposta periculosidade que frequentemente acompanha o diagnóstico em saúde mental. Diante desse estigma social que ainda permeia o campo da saúde mental, torna-se essencial compreender como essas concepções influenciam grupos específicos, como os estudantes universitários da área da saúde, que também podem vivenciar sofrimento psíquico ao longo da formação acadêmica. Assim, o presente estudo teve como objetivo analisar a ocorrência de sintomas psicopatológicos entre estudantes universitários da área da saúde, bem como identificar os principais sintomas apresentados por esse grupo. Trata-se de uma pesquisa de revisão da literatura, de caráter qualitativo e descritivo, que foi desenvolvida no período de janeiro a novembro de 2025, utilizando dados obtidos através de pesquisa nas bases de dados BVS, SciELO, LILACS e PUBMED, através dos descritores em português: “Saúde Mental” AND “Estudantes universitários” AND “Sofrimento Psíquico”.:. Foram encontrados 2425 estudos, dos quais 11 atenderam aos objetivos da pesquisa. Os estudos analisados apontaram alta frequência de sintomas psicopatológicos entre estudantes universitários, especialmente da área da saúde, com predominância de ansiedade, depressão e estresse. O ambiente acadêmico, somado a fatores pessoais e sociais, mostrou-se um importante desencadeador de sofrimento psíquico, afetando o desempenho e a qualidade de vida dos estudantes. Nesse contexto, evidencia-se a necessidade de estratégias institucionais voltadas à prevenção e promoção da saúde mental, visando uma formação mais equilibrada e saudável.

Palavras-chave: estudantes universitários; saúde mental; sofrimento psíquico.

ABSTRACT

Historically, society has associated mental illness with something negative, causing individuals with such conditions to be automatically considered unproductive, incapable, and subject to confinement due to the supposed dangerousness that often accompanies a mental health diagnosis. In light of this social stigma that still permeates the field of mental health, it becomes essential to understand how these conceptions influence specific groups, such as university students in the health field, who may also experience psychological suffering throughout their academic training. Thus, the present study aimed to analyze the occurrence of psychopathological symptoms among university students in the health field, as well as to identify the main symptoms presented by this group. This is a literature review study, qualitative and descriptive in nature, conducted from January to November 2025, using data obtained through research in the databases BVS, SciELO, LILACS, and PUBMED, with the descriptors in Portuguese: “Saúde Mental” AND “Estudantes universitários” AND “Psychological distress”.:.A total of 2425 studies were found, of which 11 met the research objectives. The studies analyzed indicated a high frequency of psychopathological symptoms among university students, especially those in the health field, with a predominance of anxiety, depression, and stress. The academic environment, combined with personal and social factors, proved to be an important trigger of psychological distress, affecting students' performance and quality of life. In this context, the need for institutional strategies aimed at the prevention and promotion of mental health is evident, aiming for a more balanced and healthy education.

Keywords: university students; mental health; psychological distress.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO..... 9

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA..... 12
2.1 A HISTÓRIA DA LOUCURA E O MOVIMENTO DA REFORMA PSIQUIÁTRICA NO BRASIL..... 12
2.2 ESTIGMA E PRECONCEITO NO CAMPO DA SAÚDE MENTAL..... 13
2.3 A IMPORTÂNCIA DO OLHAR DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM NO CAMPO DA SAÚDE MENTAL..... 14
2.4 O SOFRIMENTO PSÍQUICO CONTEMPORÂNEO E A SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA..... 15

3 METODOLOGIA..... 17

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO..... 18

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS..... 28

REFERÊNCIAS..... 30

1 INTRODUÇÃO

Historicamente a sociedade relaciona o adoecimento psíquico a algo negativo, fazendo com que o indivíduo com tal condição seja considerado automaticamente improdutivo, incapaz e passível de reclusão, devido a suposta periculosidade que frequentemente acompanha o diagnóstico em saúde mental. Tal concepção contribui para a disseminação de atitudes negativas como o preconceito, a segregação do indivíduo e uma maior dificuldade de inserção social das pessoas em sofrimento psíquico no âmbito da assistência à saúde mental (Sousa, et al. 2016).

Até pouco tempo atrás, o campo da saúde mental era marcado pela lógica manicomial, onde as práticas de internação se configuravam como a única intervenção possível, acarretando a exclusão dos sujeitos e a fragilização dos laços sociais e familiares. Somente a partir dos movimentos antimanicomiais que, no Brasil, tiveram início a partir da segunda metade da década de 1970, esse modelo biomédico, centrado na lógica manicomial, passou a ser questionado, dando origem, posteriormente, ao processo de desinstitucionalização, processo este que tem como objetivo principal a desconstrução de saberes e práticas segregadoras que permeiam o campo da saúde mental (Peralta, et al. 2023).

Nesse contexto, o movimento da Reforma Psiquiátrica possibilitou uma transição paradigmática, estabelecendo um modelo de atenção psicossocial em substituição ao modelo biomédico (Sousa, et al. 2016), promovendo um paradigma de atenção à saúde focado na comunidade, que prioriza o estabelecimento de vínculos entre equipes de saúde e usuários, proporcionando uma maior autonomia do indivíduo quanto a sua própria condição e dos profissionais quanto as práticas assistenciais, possibilitando, assim, a adoção de um modelo de assistência mais humanizado nos serviços de saúde.

Todavia, o processo de globalização vigente na sociedade tem acarretado transformações no cotidiano da população, provocando o aumento do sofrimento psíquico e da necessidade de alívio imediato, muitas vezes buscado por meio da medicalização. Em consonância com a previsão do Relatório Mundial de Saúde da Organização Mundial da Saúde (OMS), publicado em 2001, vivenciamos um crescimento contínuo dos transtornos mentais devido ao agravamento de problemas sociais, como desemprego, violência, criminalidade e desigualdade social, além de outros fatores, como o envelhecimento populacional e situações extremas, incluindo guerras, conflitos religiosos e eventos terroristas (Netto, 2015).

Esse cenário, já marcado por vulnerabilidades, foi ainda mais intensificado com a chegada da pandemia de Covid-19 em 2020. As medidas de distanciamento social, embora

necessárias para conter a propagação do vírus, romperam os modos de vida habituais da população e impactaram negativamente a saúde mental, sobretudo entre estudantes universitários. O isolamento favoreceu o surgimento de sentimentos como medo, solidão, desesperança, angústia, sensação de abandono e alterações do sono, ampliando a incidência de estresse, ansiedade, insônia, depressão e até tendências suicidas (Gomes et al., 2023).

Dessa forma, observa-se que as condições sociais contemporâneas, somadas aos efeitos agravados pela pandemia, contribuem diretamente para a crescente prevalência dos transtornos mentais. Não por acaso, de acordo com a OMS (2018), os transtornos depressivos e ansiosos figuram entre as principais causas de impacto global, com altas taxas de morbidade e mortalidade. Seu prejuízo ocupacional supera o de várias doenças crônicas, como hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, artrites e doenças pulmonares (Netto, 2015), evidenciando a magnitude do problema na saúde pública.

Especificamente em ambientes acadêmicos, o estresse surge da interação entre as demandas típicas do percurso acadêmico - como a sobrecarga de atividades, trabalhos acadêmicos, avaliações, prazos e todas as demandas que estes enfrentam ao longo de sua experiência universitária -. as questões pessoais da vida e a forma como cada indivíduo enfrenta e reage aos fatores estressores. Quando expostos a situações estressoras de forma prolongada, pode haver desequilíbrio nos sistemas essenciais, como, cardiovascular, imunológico, nervoso, endócrino e gastrointestinal, podendo desencadear alterações em diversas funções fisiológicas, como prejuízo cognitivo, alterações do estado de atenção e memória, tomada de decisões, desregulação de humor e do sono, estresse oxidativo, reações alérgicas ou inflamatórias, desregulação metabólica, respiratórias e cardiovasculares (Benítez-Agudelo et al, 2025).

Dessa forma, a associação de todos esses fatores pode levar ao surgimento de diversos sinais e sintomas fisiológicos, podendo incluir cefaleia tensional, taquicardia, sudorese, sensação de aperto no peito, dificuldade de respirar, cansaço excessivo, fadiga física e mental, sentimento de culpa, exaustão emocional, insônia ou sonolência, podendo ainda estarem associados à ansiedade e à depressão.

Diante do exposto, o presente estudo justifica-se por possibilitar uma compreensão mais ampla sobre os transtornos psicológicos mais prevalentes entre estudantes universitários dos cursos da área da saúde, contribuindo para o reconhecimento dos distúrbios mentais que geram sofrimento psíquico nesse grupo e para a promoção de uma assistência integral e humanizada, ressaltando a importância do enfermeiro no cuidado à saúde física e mental. Assim, este estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados vinculadas à Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), a ocorrência de sintomas

psicopatológicos entre estudantes universitários da área da saúde, identificando os principais transtornos e manifestações psicológicas descritos na literatura, os fatores associados ao seu surgimento e suas implicações para o desempenho acadêmico e a formação profissional. Para a realização da pesquisa, foram utilizados os descritores “Saúde Mental” AND “Estudantes universitários” AND “Sofrimento Psíquico” nas bases de dados BVS, SciELO, LILACS e PUBMED.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 A HISTÓRIA DA LOUCURA E O MOVIMENTO DA REFORMA PSIQUIÁTRICA NO BRASIL

Os primeiros indícios da Reforma Psiquiátrica no Brasil podem ser identificados a partir da segunda metade da década de 1970, com o então surgimento de diversas denúncias que traziam à tona a dura realidade dos péssimos serviços que eram ofertados aos pacientes, e a falta de uma assistência médica adequada nas instituições psiquiátricas. O marco da Reforma Psiquiátrica, no Brasil, foi a aprovação da Lei nº 10.216, conhecida como Lei da Reforma Psiquiátrica Brasileira, em 2001, que oficializou o atendimento psiquiátrico e dispôs sobre o tratamento humanizado, à proteção das pessoas com transtornos psiquiátricos e sua implantação em todo o território nacional (Sousa, et al. 2016).

A atual política de saúde mental brasileira é resultado da mobilização de usuários, familiares e trabalhadores da saúde, iniciada em 1980, com o objetivo de mudar a realidade dos manicômios no país. Desde então, o Brasil tem proposto mudanças fundamentais no sistema de saúde, como a reforma sanitária, seguida pela constituição do Sistema Único de Saúde (SUS), com enfoque na Atenção Primária à Saúde (APS) e na descentralização da gestão, por meio de uma participação social mais efetiva, seja por meio das Conferências Nacionais de Saúde, ou mediante os Conselhos de Saúde (Silva, Medeiros, 2018).

De forma mais específica, e com o objetivo de direcionar as ações de saúde mental, foi publicado o decreto nº 7.508/2011, que regulamenta a Lei nº 8080/1990, que dispõe sobre a organização do SUS, o planejamento da saúde, a assistência à saúde e articulação interfederativa, preconizando que a atenção psicossocial deve ser “uma rede indispensável nas regiões de saúde”. Tomando como ponto de partida as diretrizes do SUS e da Política Nacional de Saúde Mental (PNSM), em 2011 foi promulgada a Portaria nº 3.088/2011 que instituiu a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) para pessoas em sofrimento psíquico ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de álcool e outras drogas (Lopes, et al. 2019).

A criação da Política Nacional de Saúde Mental consolida um modelo de atenção à saúde mental de forma aberta e com base na territorialização, que se se insere nos contextos de vida reais das pessoas que vivenciam um sofrimento psíquico. Essa mudança, tão importante no sistema de saúde do país, caracteriza um cenário de privilégio e melhorias significativas para a implantação e implementação de práticas em saúde mental que possibilitem que a família

possa se tornar parte do elo da assistência ofertada ao paciente, abrindo espaço para a construção gradativa de novas estratégias que venham a favorecer a participação coletiva, da família e da comunidade na atenção à saúde mental a fim de melhorar a qualidade de vida de quem cuida e de quem recebe o cuidado (Fernandes, et al. 2019).

Os profissionais especialistas em saúde mental desenvolvem suas intervenções considerando as vivências no território em que atuam, a realidade cotidiana e as singularidades de cada paciente e de sua comunidade. Nesse contexto, torna-se fundamental refletir sobre as práticas já realizadas e sobre os recursos disponíveis no próprio território, de modo a potencializar o trabalho dos profissionais de saúde e contribuir para um manejo mais eficaz e contextualizado das demandas relacionadas à saúde mental (Silva; Medeiros, 2018).

2.2 ESTIGMA E PRECONCEITO NO CAMPO DA SAÚDE MENTAL

O termo estigma deriva do grego *steizen,* que indicava a marca que era gravada no corpo de escravos e criminosos, com o objetivo de sinalizar aos cidadãos que aqueles eram indivíduos da sociedade com menor valor. Em latim, a palavra estigma ou *stigma* passou a traduzir o conceito de "marca de infâmia ou ignomínia" que significa grande desonra infligida por um julgamento público ou degradação social (Fernandes, et al. 2019).

O estigma e o preconceito em saúde mental são considerados problemas centrais na sociedade, pois geram impactos altamente prejudiciais e acabam desestimulando as pessoas a buscarem ajuda e acompanhamento, devido ao medo de serem rotuladas por sua condição. A desinformação e a falta de uma educação em saúde eficiente figuram entre as principais causas desse cenário, reforçando ainda mais a discriminação e o preconceito contra aqueles que vivenciam algum sofrimento psíquico (Prado & Bressan, 2016).

Nesse contexto, o preconceito — ou psicofobia — entendido como a discriminação contra pessoas com algum tipo de transtorno mental ou deficiência, desponta como um grave problema sociocultural que necessita ser combatido. Por isso, têm surgido diversas ações e reflexões voltadas à transformação dos modelos de atenção em saúde mental e à compreensão dos impactos do estigma na vida das pessoas com transtornos psiquiátricos (Fernandes et al., 2019). Importante destacar que, em muitos casos, esse estigma não se restringe ao âmbito social mais amplo: pode emergir também dentro do próprio núcleo familiar, frequentemente alimentado pela falta de conhecimento sobre a condição do paciente e pela dificuldade de compreender sua sintomatologia e os comportamentos decorrentes do sofrimento psíquico.

A sociedade é um espaço de construção democrática, no entanto, para que a democracia seja executada de forma plena, é necessário que haja o combate e a desmistificação de estigmas

e preconceitos para que assim possa haver a promoção da integração social e a maior participação social das pessoas que apresentam algum tipo de disfunção psicológica. A exclusão do “louco” ou da pessoa com algum sofrimento psíquico têm se perpetuado ao longo dos anos, de modo que, atualmente o tratamento se faz pela rotulagem da pessoa, pelo tratamento dos sintomas quase sempre com o uso de psicofármacos e em alguns casos ocorre a manutenção do paciente em instituições psiquiátricas, excluindo-o da família, da sociedade, do mercado de trabalho e dos vínculos afetivos e sociais. O reconhecimento e a aceitação do diagnóstico pelo paciente e pela família são primordiais para a melhora da qualidade de vida de todos os envolvidos no cuidado. No entanto, o sucesso do tratamento está diretamente relacionado ao modo como o indivíduo compreende sua condição e o que faz a partir de tal informação (FERNANDES, et al. 2019).

2.3 A IMPORTÂNCIA DO OLHAR DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM NO CAMPO DA SAÚDE MENTAL

O cuidado da enfermagem pode ser compreendido como parte essencial no desenvolvimento de ações, atitudes e comportamentos fundamentados em conhecimentos científicos, técnicos, sociais, culturais, políticos e psicoespirituais, visando promover, manter e recuperar a saúde e a dignidade humana de indivíduos em sofrimento psíquico (Fernandes et al., 2019). Nesse contexto, a educação em saúde mental surge como uma importante estratégia para o desenvolvimento pleno das pessoas, possibilitando que compreendam e diferenciem estados de normalidade e estados de transtorno. Para isso, torna-se indispensável uma educação de qualidade, capaz de mobilizar a sociedade no enfrentamento dos estigmas e preconceitos historicamente associados à saúde mental (Prado & Bressan, 2016).

À medida que essas reflexões sobre o estigma ganham destaque, fortalece-se também o reconhecimento do papel central do enfermeiro no cuidado às pessoas em sofrimento psíquico. Sua atuação, pautada em um cuidado humanizado e centrado na pessoa, mostra-se fundamental nos diversos serviços que oferecem apoio e acompanhamento em saúde mental, como as Estratégias de Saúde da Família (ESF), os Centros de Atenção Psicossociais (CAPS), além de unidades ambulatoriais e serviços de urgência e emergência psiquiátrica.

Todos esses serviços são formados por diferentes profissionais que, em conjunto, integram equipes multiprofissionais responsáveis por oferecer cuidados integrais às pessoas que necessitam de suporte psicológico. Dentre esses profissionais, destaca-se o enfermeiro, quanto profissional de saúde, cuja atuação é essencial no processo de ressocialização e reinserção social

do indivíduo, contribuindo para a superação de estigmas e preconceitos ainda presentes na sociedade. Além disso, o enfermeiro desempenha papel fundamental na construção de espaços de reabilitação e cuidado psicossocial, promovendo acolhimento, respeito e valorização aos sujeitos em sofrimento mental (Fernandes et al., 2019).

2.4 O SOFRIMENTO PSÍQUICO CONTEMPORÂNEO E A SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA

Compreende-se a saúde mental como um estado de bem-estar integral que abrange as dimensões física, mental e social, ultrapassando a simples ausência de doenças. Esse estado de equilíbrio depende, em grande medida, da capacidade cognitiva humana, que permite ao indivíduo enfrentar desafios cotidianos, resolver problemas e participar de forma construtiva do contexto em que está inserido. Para isso, o cérebro interpreta continuamente os estímulos aos quais estamos expostos, modulando nossa percepção e influenciando a maneira como compreendemos o mundo ao redor. Assim, a saúde mental se constitui na interação entre esses processos e a subjetividade de cada pessoa, envolvendo fatores orgânicos, sensoriais e experiências acumuladas ao longo da vida (Prado; Bressan, 2016).

A probabilidade de uma pessoa desenvolver transtornos mentais geralmente está relacionada com as vivências cotidianas e as interações sociais e pessoais de cada um, que podem estar associadas aos fatores de proteção e aos fatores de risco. Os fatores de proteção são aqueles que fortalecem os aspectos saudáveis do indivíduo, com o objetivo de minimizar os riscos que podem levar ao desenvolvimento de um transtorno mental ou recaídas em pacientes já diagnosticados. Já os fatores considerados de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais incluem situações que ameaçam a saúde ou que possam piorar o quadro de pacientes já diagnosticados, podendo estes estarem associados à herança genética, traços de personalidade, traumas, uso e abuso de drogas, distúrbios do sono e estresse constante (Prado; Bressan, 2016).

No Brasil, a Estratégia de Saúde da Família conta com o apoio das equipes multiprofissionais, compostas por profissionais de diferentes profissões e especialidades, entre eles, o enfermeiro, que atua de maneira integrada compartilhando práticas e saberes em saúde junto às equipes de referência, buscando auxiliá-las no manejo e na resolução de problemas e promovendo a ampliação da assistência ofertada (Silva, Medeiros, 2018).

No contexto acadêmico, as disfunções psicológicas surgem da interação entre as demandas da vida universitária, da rotina diária e da forma como cada indivíduo enfrenta

situações estressoras. Embora o estresse seja frequentemente descrito como inerente à experiência universitária, ele tende a se intensificar em momentos que exigem maior esforço e gasto de energia mental — como provas, avaliações e outras exigências acadêmicas — comprometendo o equilíbrio fisiológico do estudante. A exposição contínua a esses fatores pode desencadear um estado de hiperexcitação psíquica, manifestando-se por sintomas psicológicos, cognitivos, físicos e emocionais que, quando persistentes, podem evoluir para quadros mais graves, como estresse crônico, ansiedade, depressão, insônia, alterações de memória e prejuízo no desempenho acadêmico (Benítez-Agudelo et al., 2025).

Diante desse cenário crescente de sofrimento psíquico entre estudantes, a discussão sobre políticas públicas de saúde mental torna-se cada vez mais urgente. Durante muitos anos, o Departamento de Saúde Mental do Ministério da Saúde foi composto por técnicos e gestores alinhados aos princípios da Reforma Psiquiátrica, porém sem ampla participação social. Com o tempo, a indicação de uma nova direção, apoiada por movimentos como o Movimento Negro e o Movimento da Luta Antimanicomial, promoveu um importante realinhamento das políticas nacionais e ampliou agendas voltadas à defesa dos direitos humanos. Nesse movimento de reestruturação e maior abertura para demandas emergentes, ganhou destaque a Saúde Mental Universitária (SMU), que passou a buscar respostas de educadores, gestores e profissionais de saúde para compreender e enfrentar o sofrimento psíquico vivenciado pelos estudantes.

A partir da criação e do fortalecimento das políticas públicas de saúde mental no país, e diante das especificidades do sofrimento psicológico nesse público, as instituições de ensino superior têm desenvolvido estratégias para enfrentar o crescente adoecimento mental entre os estudantes, articulando ações junto às Redes de Atenção Psicossocial (RAPS) a fim de garantir o acesso integral e humanizado ao cuidado em saúde mental (Leão et al., 2025).

3 METODOLOGIA

O presente estudo, qualitativo descritivo versando sobre saúde mental e sintomas psicopatológicos em estudantes de graduação da área da saúde, foi realizado por meio de uma revisão integrativa da literatura. Esta, considerada a mais ampla abordagem metodológica dentre as revisões. O método surgiu a partir da necessidade de assegurar uma prática assistencial embasada em evidências científicas, apontada como uma ferramenta ímpar no campo da saúde, pois sintetiza as pesquisas disponíveis acerca de determinada temática com o intuito de direcionar a prática fundamentada em conhecimento científico.

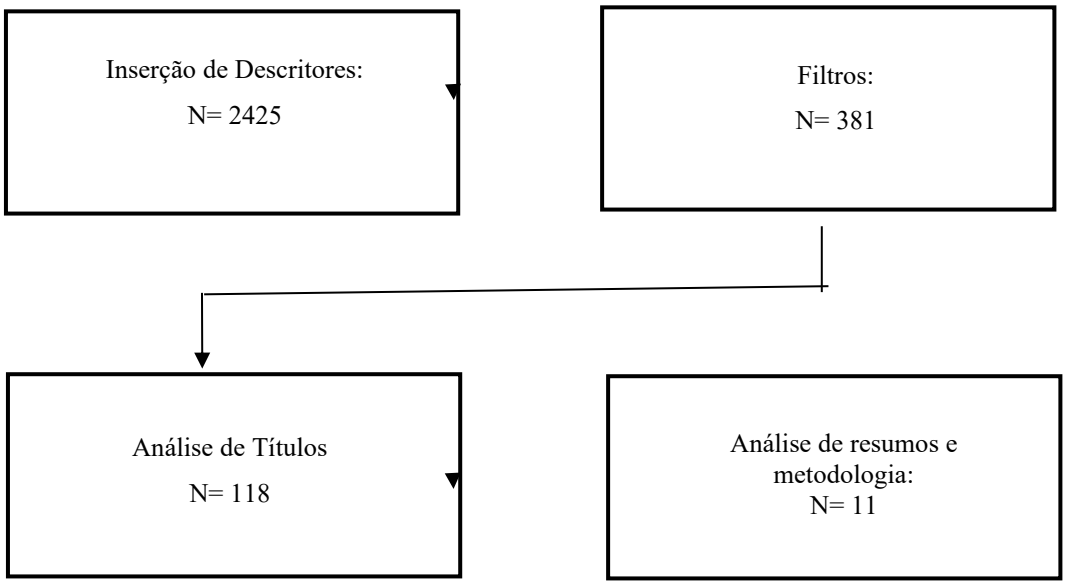
Para coleta de dados, foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados indexadas na BVS - Biblioteca Virtual de Saúde: SciELO, LILACS e PUBMED, onde foram utilizados os descritores em português: “Saúde Mental” AND “Estudantes universitários” AND “Sofrimento Psíquico”. A busca foi realizada entre fevereiro e outubro de 2025, sendo incluídos artigos publicados entre os anos de 2014 e 2025, na língua portuguesa, publicados na íntegra e que abordassem a ocorrência de sintomas psicopatológicos entre estudantes universitários de graduações da saúde. Foram excluídos resumos, revisões de literatura, textos incompletos e estudos de caso.

Por fim, pode-se destacar que, por se tratar de uma revisão integrativa da literatura, não envolveu a coleta de dados direta com seres humanos, portanto, não houve a necessidade de submissão aos conselhos de ética, porém, foram seguidas as diretrizes de boas práticas científicas, devida citação e referenciação de todos os estudos analisados e respeito aos direitos autorais.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das associações dos descritores, encontrou-se um total de 2425 estudos. Após a filtragem relativa ao ano (2014 a 2025), idioma (português) e texto completo, restaram 381 artigos. Estes, por sua vez, tiveram seus títulos analisados criteriosamente restando assim 118 estudos pertinentes ao tema, no qual após a leitura minuciosa dos resumos restaram-se apenas 11 estudos, conforme demonstrado na Figura 1.

Figura 1 - Etapas metodológicas para seleção de artigos



Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Desta forma, foram utilizados 11 artigos, sendo 07 artigos de caráter exploratório, descritivo, qualitativo ou quantitativo, 01 estudo longitudinal, 01 estudo observacional de corte transversal, 01 estudo de campo quantitativo, 01 estudo observacional descritivo e quantitativo, os quais serão descritos e detalhados no Quadro a seguir.

Quadro 1 - Descrição dos artigos incluídos na pesquisa

TÍTULO, AUTOR/ANO	OBJETIVO	AMOSTRA	TIPO DE ESTUDO	CONCLUSÃO
Atitudes e representações em Saúde Mental: um estudo com universitários. (Sousa et al, 2016)	Conhecer e analisar as representações sociais de universitários sobre a Reforma Psiquiátrica e o doente mental, relacionando-as com a adesão destes paradigmas de atenção à saúde mental.	Participaram do estudo 480 universitários dos cursos de Psicologia, Medicina e Enfermagem, de instituições públicas e privadas, sendo 160 estudantes de cada curso. Destes, a maioria era do sexo feminino (74,4%) e 25,6% do sexo masculino, apresentando uma média de idade de 24 anos.	Estudo de campo de caráter quantitativo realizado com estudantes universitários de instituições de ensino superior públicas e privadas em uma cidade mantida no anonimato para preservar o autor e a amostra estudada.	Os universitários apresentaram uma compreensão ambígua acerca da Reforma Psiquiátrica, e maior adesão ao paradigma psicossocial, observando-se uma representação do doente mental marcada pelo medo e exclusão e vinculada ao paradigma biomédico. Tal achado parece ser um reflexo da atual situação do campo da saúde mental, na qual o paradigma biomédico não foi totalmente superado nem o paradigma psicossocial estabelecido.
Efeitos longitudinais do estresse em um contexto acadêmico sobre o bem-estar psicológico, marcadores fisiológicos, comportamentos de saúde e desempenho	O estudo teve como objetivo examinar as associações longitudinais entre o estresse em um contexto acadêmico e as principais variáveis psicológicas, fisiológicas e comportamentais em	O estudo foi realizado com 115 estudantes colombianos do curso de Psicologia, com idades entre 16 e 35 anos, avaliados no início e no final de um semestre letivo.	Estudo longitudinal realizado com o uso de questionários psicométricos devidamente validados como: Big Five, Escala de Depressão de Zung, Escala de Solidão de UCLA, Inventários de	O estudo concluiu que o estresse acadêmico está ligado a uma pior qualidade do sono, regulação autonômica e saúde mental, e embora haja uma melhora no desempenho acadêmico, esse aprimoramento também está ligado ao

acadêmico em estudantes universitários. (Benítez-Agudelo et al, 2025.)	estudantes universitários.		Ansiedade Traço-Estado (IDATE), Questionário de Aceitação e Ação (AAQ-II) e a Escala de Estresse Percebido-4 (PSS-4).	aumento da ansiedade, sintomas depressivos e desregulação fisiológica.
Depressão, estigma e preconceito: o que pensam os estudantes de Medicina? (Soeiro et al, 2022)	Conhecer a percepção dos estudantes de Medicina sobre depressão, com ênfase no estigma e preconceito associados ao tema.	Participaram do estudo 131 estudantes do curso de Medicina matriculados nos ciclos básico, clínico e de internato da Universidade do Estado do Pará (UEPA).	Estudo observacional, descritivo e quantitativo, realizado com a utilização de questionários em formato on-line.	O estudo mostrou que a percepção dos estudantes demonstra que o estigma e preconceito relacionados à depressão se refletem no contexto da educação médica, havendo necessidade de intervenções que favoreçam um ambiente mais acolhedor aos alunos que enfrentam problemas dessa natureza.
“De todos os lados, eu me sentia culpada”: o sofrimento mental de estudantes de medicina. (Lourenço et al, 2021.)	Compreender como se sentem os alunos de Medicina que relatam fazer acompanhamento psiquiátrico devido a algum transtorno mental, e identificar aspectos que influenciam o problema.	A amostra da pesquisa se constituiu através de dez voluntários que cursavam do sétimo ao décimo segundo período do curso de Medicina em 2018, devidamente matriculados na Universidade	Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória, desenvolvida por meio de entrevistas semiestruturadas, guiadas por um roteiro de perguntas abertas que abordaram temáticas preestabelecidas de acordo com o	O recebimento do diagnóstico de transtorno mental e a realização de acompanhamento psiquiátrico e psicológico foram descritos como momentos de alívio e de maior compreensão individual. Porém, o preconceito dos próprios estudantes quanto aos problemas mentais e a

		Federal do Paraná.	objetivo da pesquisa.	constatação desse estigma em seu entorno foram percebidas como causa para se adiar a busca por ajuda. Com isso, percebeu-se por meio das experiências dos alunos diante do sofrimento mental, o quanto o estigma é presente mesmo em um curso em que se esperam maior conhecimento e abertura sobre a temática.
Prevalência e fatores preditivos de transtornos mentais comuns em estudantes de Enfermagem. (Araújo Filho et al, 2024.)	Identificar a prevalência e os fatores preditivos para os transtornos mentais comuns entre estudantes de Enfermagem de uma instituição de ensino superior pública.	A amostra foi constituída por 68 estudantes de Enfermagem, do 2º, 7º, 9º e 10º blocos que frequentavam regularmente as aulas. A coleta de dados ocorreu entre novembro e dezembro de 2022, de forma remota, por meio de questionário online.	Estudo observacional, de corte transversal.	A prevalência de sintomas relacionados aos Transtornos Mentais Comuns, indica a necessidade urgente de desenvolvimento de estratégias para o rastreamento precoce, bem como a implementação de medidas que venham a garantir uma assistência em saúde mental integral para a comunidade acadêmica.
Transtornos mentais comuns e consumo de bebida alcoólica e tabaco entre	Identificar a prevalência de transtornos mentais comuns e consumo de bebidas alcoólicas	A amostra do estudo foi composta por 120 estudantes do curso de	Estudo quantitativo, descritivo e exploratório.	Do total de estudantes participantes, 93,4% afirmaram fazer uso de álcool de baixo risco, porém, 26%

estudantes de Enfermagem de uma universidade pública na Amazônia Ocidental brasileira. (Silva et al, 2014.)	e tabaco entre estudantes de Enfermagem de uma universidade pública da Amazônia Ocidental brasileira.	graduação em Enfermagem, do 1º, 3º, 5º e 7º período, sendo que, no momento da aplicação dos instrumentos, 76 desses estavam presentes em sala de aula e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, sendo a maioria mulheres (73,37%, n=56), com idade até 25 anos (76,1%, n=57) e solteiras (77,6%, n=59).		afirmaram beber no padrão binge pelo menos uma vez ao mês. Em relação ao uso do tabaco, 78,6% afirmaram ter feito uso por curiosidade e pelo desejo de experimentar e 46,1% afirmaram que se sentem nervosos, tensos ou preocupados e apresentam humor depressivo e/ou ansioso.
Relação entre transtornos mentais comuns e a ingestão dietética de universitários da área da saúde. (Sousa et al, 2021.)	Identificar a relação entre Transtorno Mental Comum (TMC) e a ingestão dietética de estudantes universitários da área da saúde.	Foram entrevistados 432 estudantes, regularmente matriculados em um dos cursos da área da saúde em uma universidade pública, no município de Fortaleza, Ceará.	Estudo transversal, realizado com universitários de ambos os sexos, matriculados em uma universidade pública, no município de Fortaleza, estado do Ceará.	O estudo mostrou que a prevalência de TMC foi de 44,5%, sendo maior entre as mulheres, sendo que estas apresentaram baixa frequência de atividade física e maior ingestão de açúcar, gordura saturada e menor ingestão de fibras e sódio.
Estigma e preconceito	O estudo teve como objetivo, relatar a	Os dados foram obtidos a partir	Trata-se de uma pesquisa	O estudo concluiu que o profissional

relacionados à pessoa com transtorno mental. (Fernandes et al, 2019.)	experiência de profissionais de Enfermagem no atendimento a pessoas com transtornos mentais que vivenciam estigma e preconceito devido a tal condição.	de relatos dos enfermeiros e discentes do curso de graduação em Enfermagem, colhidos por meio das consultas e da escuta de Enfermagem no ambulatório da instituição com usuários de um hospital psiquiátrico em Teresina, Piauí.	qualitativa, descritiva, do tipo relato de experiência, que foi desenvolvida no período de fevereiro a junho de 2018, em um hospital psiquiátrico, situado na zona norte de Teresina, estado do Piauí.	enfermeiro tem um papel importante na sensibilização, e no cuidado ao paciente, atuando na prevenção da doença física, como também no adoecimento mental.
O estigma da mente: transformando o medo em conhecimento. (Prado, Bressan, 2016.)	O estudo teve como objetivo promover o conhecimento acerca do estigma vivido por pessoas acometidas por distúrbios mentais e a partir disso, desenvolver as habilidades cognitivas e socioeconômicas que favoreçam o bem-estar físico, mental e emocional desses indivíduos, no âmbito individual e coletivo.		Estudo descritivo.	Um percentual significativo de estudantes apresentam algum tipo de transtorno mental, principalmente depressão, ansiedade, psicoses, autismo, uso de substâncias psicoativas e Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH). Com isso, mostrou que estratégias educativas e o conhecimento podem promover o empoderamento dos educadores e os demais profissionais incluídos no contexto escolar e assim

				favorecer a atuação dos mesmos no bem-estar do estudante e de forma integral.
Saúde Mental do Estudante Universitário. (Rodrigues, Souza, 2021).	Investigar a prevalência de ansiedade em estudantes e sua relação com fatores sociodemográficos e hábitos de vida estudantil.	Estudantes universitários da Universidade do Estado de Mato Grosso, devidamente matriculados no ano de 2017.	Estudo de abordagem descritiva com caráter quantitativo, realizado com estudantes matriculados no ano de 2017.	O estudo mostrou que a ansiedade apresentou maior evidência em estudantes do primeiro semestre, associado ao sedentarismo, sexualidade, padrão de sono e mudança de residência.
Saúde Mental na Universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. (Gomes et al, 2023.)	O estudo buscou identificar e analisar as intervenções em saúde mental da Universidade Federal de Alagoas, direcionadas ao corpo estudantil.	A amostra foi constituída pelo mapeamento dos serviços e das ações em saúde mental desenvolvidas pela universidade voltadas para o corpo estudantil entre 2010 e 2020.	Pesquisa documental e qualitativa.	O estudo concluiu que as intervenções em saúde mental realizadas na universidade são recentes, escassas e foram impulsionadas pelas políticas de democratização, sugerindo serem desenvolvidas em sua maioria, pelo setor de assistência estudantil, numa perspectiva de prevenção.

Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Estudos epidemiológicos têm mostrado que a ocorrência de transtornos mentais têm sido frequente nos dias atuais, principalmente entre os grupos mais jovens. De acordo com a pesquisa realizada por Araújo Filho et al (2024), quando comparados à população em geral, os estudantes universitários têm sido um dos grupos mais evidenciados com sofrimento psíquico.

Tal situação pode estar relacionada aos altos níveis de estresse acadêmico enfrentados por estes, principalmente pelo fato de que grande parte dos estudantes universitários necessitam

se deslocar para estudar em outros locais e regiões, longe de suas famílias, amigos e dos ciclos sociais ao qual estavam adaptados, o que pode ocasionar maior estresse, déficit cognitivo, dificuldade de aprendizagem e concentração, diminuição do desempenho e aproveitamento acadêmico, transtornos de ansiedade e/ou depressão e muitas vezes, podendo levar ao uso e abuso de álcool e outras drogas.

Além disso, a população universitária é composta em sua maioria por indivíduos em fase de transição entre a adolescência/juventude e a vida adulta, o que pode ser considerado um agravante, por gerar ainda mais sofrimento emocional e psíquico, e pelo fato de estes estarem constantemente desenvolvendo novas relações pessoais, interpessoais e sociais, como também, a construção de sua autonomia, dos valores e de novos papéis dentro da sociedade (Araújo Filho et al, 2024).

Em consonância com esses achados, os resultados apresentados por Gomes et al. (2023) indicam que a transição da vida escolar para a vida universitária representa, para muitos jovens, tanto a conquista da independência quanto um período crítico de adaptação, marcado por vivências que exigem níveis mais elevados de responsabilidade. Nesse processo, é comum a manifestação de sintomas de estresse, ansiedade e depressão e, em alguns casos, tendências suicidas. Tais sintomas sugerem que a sobrecarga de demandas acadêmicas, aliada à escassez de tempo livre e à ausência de redes de apoio, constitui um importante fator gerador de sofrimento psicológico nessa população.

No mesmo sentido, Silva et al (2014) indicam que, atualmente, o ingresso em uma boa instituição de ensino está cada vez mais competitivo, e ao ingressar, o estudante se depara com as demandas do curso escolhido e a expectativa de entrar no mercado de trabalho, o que gera impacto sobre suas emoções e reações às novas situações, sendo que, entre os estudantes da área da saúde, esse quadro é agravado devido ao contato próximo com diferentes pessoas/pacientes e com as suas dores. Assim, o estudante universitário, em especial o da área da saúde, durante o desenvolvimento de atividades nos cenários de práticas, torna-se cuidador do outro, muitas vezes, sendo a principal fonte de acolhimento e escuta das angústias, dores e anseios de pacientes e familiares.

Com base no estudo de Benítez-Agudelo (2025), o estresse configura-se como uma resposta neuroendócrina adaptativa às diferentes demandas percebidas pelo indivíduo, as quais podem ser desafiadoras ou ameaçadoras para a manutenção do seu equilíbrio biológico, desencadeando a liberação de diferentes hormônios, como adrenalina, noradrenalina, serotonina e cortisol, que podem aumentar o estado de alerta e os níveis de estresse, como também modificar os níveis de energia física e mental, atuando também no estado de foco e

concentração. Essa resposta permite ao ser humano se adaptar às diferentes demandas da vida cotidiana e com isso, permitir que ele mantenha o foco e a concentração em tarefas que exigem mais atenção, como testes, exames e avaliações, podendo causar efeitos positivos. No entanto, quando as demandas externas excedem os limites toleráveis do indivíduo, o estresse pode se tornar uma reação desaptativa, que pode afetar negativamente a saúde física, psicológica e emocional, causando sofrimento psíquico no indivíduo, podendo levar ao desenvolvimento de demandas de cunho patológico já citadas anteriormente.

De acordo com Rodrigues & Souza (2021), o sono tem papel fundamental na consolidação e preservação da memória, com isso, quando privado, mesmo que de forma parcial, passa a ter efeitos negativos na função cognitiva, foco, concentração e aprendizagem, podendo ainda levar ao desenvolvimento de quadros de ansiedade decorrentes das alterações hormonais provocadas pela privação do sono. A ansiedade é uma reação natural que motiva o ser humano a alcançar seus objetivos. Entretanto, quando em altos níveis e não tratada, pode se tornar patológica, muitas vezes capaz de limitar, dificultar ou impossibilitar a capacidade do indivíduo de adaptação e enfrentamento das situações vivenciadas no dia a dia e interferir no desempenho durante a vivência acadêmica.

Soeiro et al. (2022) destacam que a depressão constitui um grave problema de saúde pública e que o Brasil apresenta o maior número de casos na América Latina, o que reforça a necessidade de maior atenção ao tema no campo educacional. Entre estudantes universitários, sobretudo das áreas da saúde, a prevalência é elevada, em razão das intensas demandas acadêmicas, da aquisição de novas responsabilidades e da construção de novas identidades, fatores que aumentam a vulnerabilidade ao adoecimento psíquico. Apesar de reconhecerem sintomas, muitos estudantes evitam buscar tratamento por medo do estigma e acabam recorrendo à automedicação, o que pode agravar o quadro e intensificar sentimentos de solidão e isolamento.

Ainda segundo os autores, a depressão e outros transtornos psicopatológicos, por serem altamente estigmatizados, frequentemente despertam sentimentos de, culpa, medo ou vergonha, levando o indivíduo ao afastamento social. Essa percepção equivocada, que associa o adoecimento mental à fragilidade pessoal, pressiona estudantes a acreditarem que precisam suportar sozinhos as tensões e cobranças da vida acadêmica, o que aumenta o risco de sofrimento psíquico e de isolamento emocional.

De acordo com Silva & Medeiros (2018), o uso indiscriminado de alguns medicamentos e as práticas de automedicação podem ser entendidas como uma busca por eliminar algum tipo de mal-estar ou sofrimento específico da vida humana. No entanto, muitos psicofármacos têm

grande potencial em promover dependência física e psíquica, e com isso, se faz importante ressaltar o esforço dos profissionais de saúde em defender o seu uso de forma racional e desencorajar a prática da automedicação. Os psicofármacos estão entre as classes de medicamentos mais prescritas atualmente, e a prescrição destes medicamentos de forma indiscriminada tornou-se um desafio para os serviços de saúde, pois estes, podem causar dependência e diversos outros problemas.

Por fim, Prado & Bressan (2016) destacam a importância de compreender cada vez mais o impacto das emoções — positivas ou negativas — na vida humana, uma vez que elas representam respostas biológicas adaptativas fundamentais para nossa interação com o meio social. Diante disso, os autores enfatizam a necessidade urgente de investir em ações de educação e promoção em saúde que considerem o indivíduo de forma integral e priorizem uma assistência humanizada. A educação em saúde mental, nesse contexto, torna-se essencial para que as pessoas desenvolvam recursos para diferenciar estados de normalidade de estados patológicos e busquem ajuda profissional quando necessário, favorecendo uma vida plena e saudável.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da relevância de compreender as demandas de saúde mental de estudantes universitários e de fomentar melhorias no cuidado e na construção de espaços de reabilitação psicossocial, este estudo teve como objetivo identificar a ocorrência de sintomas psicopatológicos entre estudantes dos cursos de graduação da área da saúde.

Segundo Sousa et al. (2020), os transtornos mentais configuram um grave problema de saúde pública e figuram entre as principais demandas psicológicas que afetam a sociedade contemporânea, especialmente estudantes universitários. Esse grupo encontra-se exposto a múltiplos desafios de ordem acadêmica, social, pessoal, afetiva e psicológica, que ampliam a vulnerabilidade ao desenvolvimento de sofrimento psíquico e de transtornos mentais capazes de comprometer significativamente a qualidade de vida e o desempenho acadêmico.

Embora sentimentos como tristeza, ansiedade e medo façam parte do funcionamento humano, situações estressoras intensas ou persistentes podem gerar prejuízos moderados ou graves, exigindo atenção especializada. Nesses casos, sintomas como irritabilidade, alterações de humor, tensão constante, tristeza profunda e insônia constituem importantes indicadores de possível adoecimento (Prado & Bressan, 2016).

Nesse cenário, destaca-se a relevância dos programas de aprendizagem socioemocional no contexto educacional, por promoverem o desenvolvimento de habilidades como autoconhecimento, tomada de decisão, consciência social e autorregulação emocional. Tais iniciativas contribuem para a construção de ambientes acadêmicos mais motivadores, acolhedores e propícios ao bem-estar e ao desempenho dos estudantes. Contudo, os transtornos psicológicos exigem intervenções precoces e integradas, uma vez que podem gerar perdas significativas em diversas áreas da vida. Assim, o acolhimento deve envolver não apenas os serviços de saúde, mas também a família, a instituição de ensino e o círculo social do estudante, garantindo suporte contínuo e efetivo.

Para a proposição de práticas terapêuticas em saúde mental, torna-se imprescindível considerar a singularidade de cada indivíduo, bem como seu contexto social, histórico e familiar, além de suas condições orgânicas, a fim de evitar confusões diagnósticas entre quadros fisiológicos e transtornos mentais primários (Peralta et al., 2023). Tal abordagem possibilita uma compreensão mais ampla das demandas específicas de estudantes universitários e favorece estratégias de cuidado integral, que promovam autoconhecimento, estabilidade emocional e bem-estar físico, mental e social. Nesse sentido, é fundamental que docentes e profissionais das instituições de ensino estejam capacitados para reconhecer sinais clínicos de ansiedade,

depressão e outros sofrimentos psíquicos, contribuindo para o desenvolvimento de políticas e práticas institucionais de apoio estudantil.

Apesar do aumento das produções científicas acerca da saúde mental de universitários, muitos estudos ainda se concentram na relação entre estresse e desempenho acadêmico, deixando de considerar dimensões mais amplas do bem-estar físico, mental e social, como a análise de marcadores fisiológicos que fornecem informações relevantes sobre as respostas do organismo frente a situações estressoras (Benítez-Agudelo et al., 2025).

Diante do exposto, reforça-se a relevância social e acadêmica da ampliação das ações de educação em saúde mental, tanto nas instituições de ensino quanto no contexto coletivo. Ressalta-se, ainda, a importância de investigações futuras sobre o adoecimento mental em estudantes universitários e sobre o impacto do estigma e do preconceito cultural e social experimentado por esses indivíduos. A promoção da inclusão e do acolhimento exige a participação integrada de profissionais de saúde, educadores, familiares e da sociedade em geral, que devem atuar no reconhecimento, apoio e respeito às condições e singularidades de cada sujeito enquanto ser integral e social.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO FILHO, A. C. A., SILVA, S. M., ALVES, J. S., ALVES, H. L. C., MONTEIRO, A. K. C., ARAÚJO, A. K. L. **Prevalência e fatores preditivos de transtornos mentais comuns em estudantes de Enfermagem.** J. nurs. Healtth. 2024;14(2):e1426126. Disponível em: DOI: https://doi.org/10.15210/jonah.v14i2.26126. Acesso em: fevereiro de 2025.

BENÍTEZ-AGUDELO, J. C., RESTREPO, D., NAVARRO-JIMENEZ, E., CLEMENTE-SUÁREZ, V. J. Efeitos longitudinais do estresse em um contexto acadêmico sobre o bem-estar psicológico, marcadores fisiológicos, comportamentos de saúde e desempenho acadêmico em estudantes universitários**. Revista Psicologia BioMed Central BMC**, v. 13, n. 1, p753, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.1186/s40359-025-03041-z. Acesso em: 27 de outubro de 2025.

FERNANDES, M. A., PIRES, J. D., SOARES, F. E.L. G., SOUSA, I. C. L., SILVA, J. S., CARVALHO, R. J. Relato de experiência: estigma e preconceito relacionados à pessoa com transtorno mental. **Revista de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí – REUFPI**, 2019, abril-junho;8(2):85-9. Disponível em: https://researchgate.net. Acesso em: 28 de maio de 2025.

GOMES, L. M. L. S., LEITÃO, H. A. L., SANTOS, K. M. C., ZANOTTI, S. V. Saúde Mental na Universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. **EDUR. Educação em Revista**. 2023; 39:e40310. Disponível em DOI: https://dx.doi.org/10.1590/0102-469840310. Acesso em: 29 de Out. de 2025.

LEÃO, T. M., GOTO, C. S., IANNI, A. M. Z. Sofrimento psíquico na universidade e o campo da Saúde Mental Coletiva: uma revisão integrativa de 46 anos**. Revista Ciência e Saúde Coletiva**, 30(4):1-11, 2025. Disponível em: DOI: 10.1590/1413-81232025304.16382023. Acesso em: 27 de outubro de 2025.

LOPES, F. P.; PAIANO, M.; MIGUEL, M. E. G. B.; SALCI, M. A. Percepção dos enfermeiros sobre estratificação de risco em saúde mental e as ações de Enfermagem. **Revista de saúde pública do Paraná**, v. 2, n. 1, p. 68-79, julho de 2019. Disponível em: DOI: https://doi.org/10.32811/25954482-2019v2n1p68. Acesso em: março de 2025 e 04 de junho de 2025.

LOURENÇO, T.S., BERTOLDO, A., SANTOS, D.V.D., STEFANELLO, S. "De todos os lados, eu me sentia culpada": o sofrimento mental de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica** v. 45(3): e, 177, 2021. Disponível em: DOI: https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.3-20210180. Acesso em: 28 de maio de 2025.

NETTO, M.M.R.S. **Uso de psicofármacos e a saúde do trabalhador.** Trabalho de conclusão de curso apresentado à Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca – ENSP, São Paulo, 2015.

PERALTA, P. E. C., NASCIMENTO, A.K.C., SANTIAGO, E. Medicalização, saúde mental e biopolítica: uma revisão integrativa**. Saúde e Pesquisa**, v. 16, n. 2, e. 11360, abril/junho, 2023. Disponível em: DOI: https://doi.org/10.17765/2176-9206.2023v16n2.e11360. Acesso em: fevereiro de 2025 e 04 de junho de 2025.

PRADO, A.L., BRESSAN, R.A., O estigma da mente: transformando o medo em conhecimento. **Revista de Psicopedagogia**, 2016; 33(100): 103-9. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=scielo_arttex&pid=S0103-84862016000100012&Ing=pt&nrm=iso. Acesso em: 28 de maio de 2025 e 04 de junho de 2025.

RODRIGUES, P. C. O., SOUZA, S. C. **Saúde Mental do estudante universitário [livro eletrônico] uma coletânea de estudos descritivos.** Editora Pantanal, Nova Xavantina, MT: Pantanal, 2021. 72p. Disponível em DOI: https://doi.org/10.46420/9786588319758. Acesso em: 29 de Outubro de 2025.

SILVA, B.P., CORRADI-WEBSTER, C.M., DONATO, E.C,S., HAYASHIDA, M., SIQUEIRA, M.M. 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**. 10(2):93-100, 2014. Disponível em: DOI: 10.11606/issn.1806-6976.v10i2p93-100. Acesso em junho de 2025.

SILVA, C.L., MEDEIROS, P.R.M.S. Relato de experiência: apoio matricial à Estratégia Saúde da Família para conscientização do uso de psicofármacos. **Revista Científica da Escola Estadual de Saúde Pública de Goiás "Cândido Santiago"**. 2018;4(3):216-226. Disponível em: https://www.revista.esap.go.gov.br. Acesso em: março de 2025 e 04 de junho de 2025.

SOEIRO, A.C.V., FLEXA, C.V.B., FERRO, G.B., LIMA, I.L.F., PORTO, J.P.P. Depressão, estigma e preconceito: o que pensam os estudantes de Medicina? **Revista Brasileira de Educação Médica** v. 46(3): e. 114, 2022. Disponível em: DOI: https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.3-20220075. Acesso em 28 de maio de 2025.

SOUSA, A.R., REIS, D.M., VASCONCELOS, T.M., ABDON, A.P.V., MACHADO, S.P., BEZERRA, I.N. Relação entre transtornos mentais comuns e a ingestão dietética de universitários da área da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, 26(9):4145-4152, 2020.Disponível em: DOI: 10.1590/1413-81232021269.07172020. Acesso em: junho de 2025.

SOUSA, P.F., MACIEL, S. C., MEDEIROS, K.T., VIEIRA, G.L.S. Atitudes e representações em Saúde Mental: um estudo com universitários**. Psico-USF, Bragança Paulista**, v. 21, n. 3, p. 527-538, setembro/dezembro, 2016. Disponível em: www.scielo.br; https://dx.doi.org/10.1590/1413-82712016210307. Acesso em: fevereiro de 2025.