

DOI: 10.35621/23587490.v7.n1.p2065-2077

## **PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA**

*PREVALENCE OF COMMON MENTAL DISORDERS AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN THE HEALTH AREA: INTEGRATIVE REVIEW*

Maryelli Laynara Barbosa de Aquino Santos<sup>1</sup>

Luana da Silva Leal<sup>2</sup>

Raquel Pontes de Brito<sup>3</sup>

Luciana Karla Viana Barroso<sup>4</sup>

**RESUMO: OBJETIVO:** Este estudo tem por objetivo identificar os fatores que levam os estudantes universitários da área de saúde a desenvolverem TMCs e como esses transtornos interferem no desempenho acadêmico. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura e, para a elaboração deste estudo utilizou-se o portal PUBMED (Biblioteca Nacional de Medicina e Instituto Nacional de Saúde); bases de dados PEDRO (Physiotherapy Evidence Database) e SCIELO (Biblioteca Eletrônica Científica Online). Foram incluídos artigos brasileiros, originais envolvendo, os termos de pesquisa: Saúde Mental. Depressão. Ansiedade. Estudantes de Ciências da Saúde, publicados nos últimos quinze anos e excluídos os que abrangiam estudantes universitários de outras áreas e estudos realizados em outros países; os artigos encontrados em duplicidade foram contabilizados apenas uma vez. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, apenas 12 artigos foram selecionados para análise. **RESULTADOS:** Foi encontrado que o surgimento dos TMCs está estritamente associado a rotinas de estudos excessivas, eventos de estresse, ausência de descanso e lazer, falta de apoio familiar e social. Causando impactos negativos em todos os segmentos da vida e suas relações sociais e pessoais. **CONCLUSÃO:** Os TMCs são desencadeados pelos seguintes fatores:

---

<sup>1</sup> Graduanda. do curso de Fisioterapia do Centro Universitário - UNIFACISA, Campina Grande, Paraíba. E-mail: maryelli.santos@maisunifacisa.com.br.

<sup>2</sup> Graduanda. do curso de Fisioterapia do Centro Universitário - UNIFACISA, Campina Grande, Paraíba.

<sup>3</sup> Graduanda. do curso de Fisioterapia do Centro Universitário - UNIFACISA, Campina Grande, Paraíba.

<sup>4</sup> Docente de Saúde da Criança e Anatomia do Centro Universitário - UNIFACISA, Campina Grande, Paraíba. E-mail: lkarlab@yahoo.com.br.

rotina de estudos excessiva, estresse, ausência de descanso e lazer, falta de apoio familiar e social afetando o desempenho acadêmico, a produtividade, a qualidade de vida e o bem-estar psicossocial, causando sofrimento mental e dificuldade de socialização dentro e fora da universidade. Este estudo instiga os estudantes e a instituição acadêmica ao desenvolvimento de ações preventivas e ao autocuidado.

**Palavras chave:** Ansiedade. Depressão. Estudantes de Ciências da Saúde. Saúde Mental.

**ABSTRACT: OBJECTIVE:** *This study aims to identify the factors that lead university students in the health field to develop CMDs and how these disorders interfere with academic performance. **METHODOLOGY:** This is an integrative literature review and, for the preparation of this study, the portal PUBMED (National Library of Medicine and National Institute of Health) was used; PEDRO (Physiotherapy Evidence Database) and SCIELO (Online Electronic Scientific Library) databases. Brazilian articles, originals involving the search terms: Mental Health, were included. Depression. Anxiety. Health Sciences students, published in the last fifteen years and excluding those that included university students from other areas and studies carried out in other countries; duplicate articles were counted only once. After applying the inclusion and exclusion criteria, only 12 articles were selected for analysis. **RESULTS:** It was found that the appearance of CMDs is strictly associated with excessive study routines, stress events, lack of rest and leisure, lack of family and social support. Causing negative impacts in all segments of life and their social and personal relationships. **CONCLUSION:** CMDs are triggered by the following factors: excessive study routine, stress, lack of rest and leisure, lack of family and social support affecting academic performance, productivity, quality of life and psychosocial well-being, causing suffering mental and socialization difficulties inside and outside the university. This study encourages students and the academic institution to develop preventive actions and self-care.*

**Keywords:** Anxiety. Depression. Health Sciences students. Mental Health.

## **INTRODUÇÃO**

Os Transtornos Mentais Comuns (TMCs) são conceituados como transtornos mentais e/ou transtornos não psicóticos, os quais referem-se a quadros com menor gravidade e maior frequência (SILVA; COSTA, 2012; GREYER *et al.*, 2019). Estudos com parâmetros ampliados para TMCs evidenciam que aproximadamente 30% dos adultos brasileiros apresentam sintomas tais como: estados mistos de depressão e ansiedade, insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e de tomada de decisões, além de queixas somáticas (cefaléia, falta de apetite, tremores, má digestão, e outros) (SCHMIDT *et al.*, 2011; GRANER; CERQUEIRA, 2019).

Segundo Neponuceno, Carvalho e Neves (2019) o modelo atual de ensino afasta-se de aspectos psicológicos e aproxima-se da formação técnico-científica, supervalorizando a cobrança por práticas que potencializam o desempenho acadêmico, passando despercebido os elementos fundamentais para manutenção do equilíbrio entre mente e corpo. Logo, o estudante universitário, especialmente aqueles da área da saúde, precisam pesar na balança o custo-benefício entre estudar muito/abdicar da vida social *versus* conciliar a rotina exaustiva de estudos entre vida social e manutenção da qualidade de vida; o que pode ser visto pelos seus semelhantes como uma escolha que o tornará um profissional mediano ou inferior.

Aspectos vivenciados na formação acadêmica, tais como: pressão excessiva, elevado nível de exigência impostos por si mesmo e pela academia, a sobrecarga de disciplinas e conteúdos, o tempo reduzido para o lazer e cuidado pessoal, a competitividade entre colegas, o contato com doenças e a vivência de episódios de óbitos dos pacientes são identificados como eventos de impacto ou perturbação, e que podem trazer prejuízos importantes à saúde (LIMA *et al.*, 2019). Somado a isso, a tentativa frustrada de conciliar tudo ao mesmo tempo é um dos fatores que leva ao desgaste mental desses jovens (NEPONUCENO; CARVALHO; NEVES, 2019).

Além disso, o fato de ter que lidar com vidas após a formação, faz com que a academia exija do aluno certas características que trabalham o senso de responsabilidade, a capacidade de tomada de decisão em favor do paciente, ou o conhecimento total sobre questões complexas, sendo fatores de máximo estresse no âmbito acadêmico, portanto, a soma de situações crônicas de estresse tem levado ao crescente número de TMCs em acadêmicos nos últimos tempos (SERRA; DINATO; CASEIRO, 2015; LIMA *et al.*, 2019).

Entende-se que, o acometimento da saúde mental exerce forte interferência sobre a vida acadêmica e social do estudante, contribuindo para uma baixa produtividade, engajamento, dificuldade na retenção de informações; além de dificultar os relacionamentos em todas as suas esferas, ocasionando desgaste e adoecimento psíquico, levando ao uso de fármacos controlados a fim de melhorar a performance, e conseqüente risco de suicídio (COSTA, *et al.*, 2012; LEÃO *et al.*, 2018). Logo, dados sobre TMCs são relevantes para contribuir para a criação de ações preventivas e de autocuidado responsável (FIOROTTI *et al.*, 2010; GREYER *et al.*, 2019).

Deste modo, este estudo tem por objetivo identificar os fatores que levam os estudantes universitários da área de saúde a desenvolverem TMCs e como esses transtornos interferem diretamente no desempenho acadêmico.

## **METODOLOGIA**

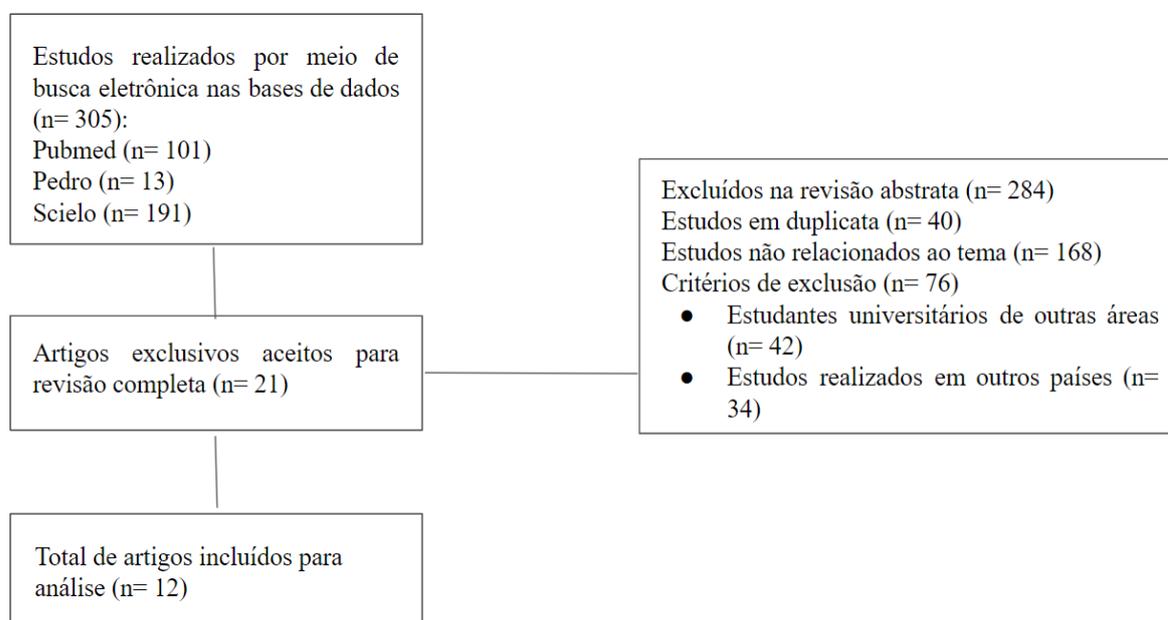
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, tendo utilizado: o portal PUBMED (Biblioteca Nacional de Medicina e Instituto Nacional de Saúde); e bases de dados PEDRO (Physiotherapy Evidence Database) e SCIELO (Biblioteca Eletrônica Científica Online). A estratégia de pesquisa envolveu os seguintes termos: “saúde mental, depressão, ansiedade, Estudantes de Ciências da Saúde”, nos idiomas inglês e português e, destes, foram incluídos os artigos brasileiros, originais envolvendo os termos de pesquisa em estudantes universitários na área da saúde, publicados nos últimos quinze anos, e foram excluídos os que incluíam estudantes

universitários de outras áreas e estudos realizados em outros países; os artigos encontrados em duplicidade foram contabilizados apenas uma vez. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, apenas 12 artigos foram selecionados para análise.

## RESULTADOS

Um resumo da busca eletrônica nas bases de dados selecionadas é apresentado na Figura 1, na qual observa-se que foram identificados 305 artigos, dos quais 208 foram excluídos por não possuírem dados relevantes ou apresentar-se em duplicidade e, 76 foram excluídos por outros critérios. Desses, 21 foram lidos na íntegra, dos quais apenas 12 artigos preenchem os critérios de inclusão, sendo assim, selecionados para esta revisão integrativa.

**Figura 1:** Estratégia de busca e seleção de artigos.



**Fonte:** Próprio Autor.

Na Tabela 1 são apresentados, resumidamente, os artigos que foram selecionados, o tamanho amostral, as características metodológicas e os principais resultados encontrados em cada estudo.

**Tabela 1:** Estratificação dos estudos para análise por autor e ano, amostra, métodos e principais resultados.

ESTUDOS (anos)	AMOSTRA	MÉTODOS	RESULTADOS
GRANER; CERQUEIRA (2019)	37 ARTIGOS	REVISÃO DE LITERATURA	OBSERVOU-SE A PREVALÊNCIA DE SOFRIMENTO PSÍQUICO DE 18,5% A 49,1%, FATORES DE RISCO, CONDIÇÕES RELATIVAS À VIDA ACADÊMICA E À SAÚDE. NOS DOZE ESTUDOS IDENTIFICARAM FATORES DE PROTEÇÃO, SENSO DE COERÊNCIA, AUTOEFICÁCIA, VIGOR, AUTOESTIMA, RESILIÊNCIA, ENTRE OUTRAS CONDIÇÕES PSICOLÓGICAS.
GREYER <i>et al.</i> (2019)	340 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS MATRICULADOS NO CURSO DE MEDICINA	DOIS QUESTIONÁRIOS ANÔNIMOS DE AUTO RESPOSTA, UM PARA COLETA DE DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS E OUTRO PARA RASTREAMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS (TMC).	A PREVALÊNCIA DE TMC FOI DE 50,9%. SOBRE A CARGA HORÁRIA SEMANAL DE ATIVIDADES EXTRACURRICULARES, 64,4% DOS ALUNOS TINHAM DE 8 HORAS A 14 HORAS. EM RELAÇÃO ÀS HORAS DE LAZER, 44,8% APRESENTARAM MENOS DE DUAS HORAS DE LAZER POR SEMANA, E 66% SE SENTEM INSATISFEITOS COM AS HORAS DE LAZER; 87,2% OPINARAM QUE A CARGA HORÁRIA DE ATIVIDADES ACADÊMICAS É EXTENSA. A COMPETITIVIDADE FOI INDICADA POR 85,1% DOS ESTUDANTES.
LIMA <i>et al.</i> (2019)	383 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS	FOI UTILIZADA A APLICAÇÃO DO INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO BECK -BDI.	A PREVALÊNCIA DE DEPRESSÃO ENTRE OS ACADÊMICOS FOI DE 62,92%. NO CURSO DE MEDICINA A PREVALÊNCIA FOI DE 22,73%, NO CURSO DE ENFERMAGEM DE 71,02% E NO CURSO DE ODONTOLOGIA 60,64%.
SILVA; COSTA (2012)	455 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE AMBOS OS SEXOS	APLICAÇÃO DE UM INSTRUMENTO DE AUTO-PREENCHIMENTO SELF-REPORTING QUESTIONNAIRE (SRQ-20).	NESSE ESTUDO A AMOSTRA DE MAIOR PREVALÊNCIA SOBRE TMCs SE MOSTROU MAIS RECORRENTE EM MULHERES (88%) DO CURSO DE FISIOTERAPIA (40%).
ESTUDOS (anos)	AMOSTRA	MÉTODOS	RESULTADOS
SANTOS <i>et al.</i> (2017)	115 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS	A QUALIDADE DE VIDA FOI AVALIADA	A PREVALÊNCIA DE TMC FOI DE 32,2%. O MENOR DOMÍNIO DA

	DE AMBOS OS SEXOS	MEDIANTE APLICAÇÃO DO WHOQOL-BREF. A AVALIAÇÃO DE TMC FOI MENSURADA POR MEIO DO SELF REPORTING QUESTIONNAIRE (SRQ-20).	QUALIDADE DE VIDA ENTRE OS INDIVÍDUOS COM TMC FOI O MEIO AMBIENTE COM MEDIANA DE 56,4, SEGUIDO PELO PSICOLÓGICO 56,9; FÍSICO 57,1; E RELAÇÕES SOCIAIS 65,5.
AUERBACH <i>et al.</i> (2016)	ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS (N = 1572) E NÃO-ESTUDANTES (N = 4178), INCLUINDO NÃO-ESTUDANTES QUE NÃO SE FORMARAM POR ABANDONO DE CURSO (N = 702) DE AMBOS OS SEXOS.	OS INQUÉRITOS MUNDIAIS DE SAÚDE MENTAL DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE	OS TRANSTORNOS DE ANSIEDADE FORAM A CLASSE DE DISTÚRBIOS MAIS PREVALENTE EM TODOS OS GRUPOS DA AMOSTRA COMPLETA, SEGUIDA PELOS TRANSTORNOS DE HUMOR, TRANSTORNOS POR SUBSTÂNCIAS E TRANSTORNOS COMPORTAMENTAIS OS TRANSTORNOS INDIVIDUAIS MAIS PREVALENTES FORAM FOBIAS E TRANSTORNO DEPRESSIVO MAIOR - TDM.
FACUNDES; LUDERMIR (2005)	443 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS	SELF REPORTING QUESTIONNAIRE - SRQ - 20 E UM QUESTIONÁRIO SOBRE CARACTERÍSTICAS DO PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM	A PREVALÊNCIA TOTAL DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS FOI DE 34,1%, SENDO SIGNIFICATIVAMENTE MAIOR ENTRE OS QUE SE SENTIAM SOBRECARRREGADOS E OS QUE AFIRMARAM A PRESENÇA DE SITUAÇÕES ESPECIAIS DURANTE A INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA.
LEÃO <i>et al.</i> (2018)	476 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS COM PREDOMÍNIO DO SEXO FEMININO.	FORAM APLICADOS TRÊS QUESTIONÁRIOS: 1ºASPECTOS SOCIODEMOGRÁFICOS; 2ºINVENTÁRIO DE DEPRESSÃO BECK (BDI) (ADAPTAÇÃO E PADRONIZAÇÃO BRASILEIRA); 3ºINVENTÁRIO DE ANSIEDADE BECK (BAI) (ADAPTAÇÃO E PADRONIZAÇÃO BRASILEIRA)	AS PREVALÊNCIAS DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE FORAM DE 28,6% E 36,1%, RESPECTIVAMENTE. ESTUDANTES MENOS SATISFEITOS COM O CURSO APRESENTARAM QUASE QUATRO VEZES MAIS CHANCES DE TEREM DEPRESSÃO. DESTACARAM-SE AINDA FATORES DE RISCO COMO RELACIONAMENTO FAMILIAR INSATISFATÓRIO, QUANTIDADE INSUFICIENTE DE SONO E RELACIONAMENTO COM AMIGOS INSATISFATÓRIO. A PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE ESTEVE MAIS ASSOCIADA AO SEXO FEMININO.
NEPONUCENO; CARVALHO; NEVES (2019)	16 PUBLICAÇÕES PERTINENTES AO TEMA INVESTIGADO.	REVISÃO DE LITERATURA	A CRESCENTE ABORDAGEM ACADÊMICO-SOCIAL DOS TMC ENTRE ESTUDANTES DE MEDICINA REFLETE A NEGLIGÊNCIA DA SAÚDE MENTAL DOS ENVOLVIDOS, DEVIDO ÀS COBRANÇAS E EXIGÊNCIAS DO PRÓPRIO CURSO E DA PROFISSÃO, QUE INFLUENCIAM A ALTA

ESTUDOS (anos)	AMOSTRA	MÉTODOS	PREVALÊNCIA DE SUICÍDIO, DEPRESSÃO E USO DE DROGAS. RESULTADOS
ARINÕ; GABARDI (2018)	640 GRADUANDOS	O PROTOCOLO DIGITAL EM QUATRO SESSÕES: REGISTRO DO TERMO DE CONCORDÂNCIA, QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO, DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE - DASS-21, ESCALA DE AUTOEFICÁCIA PARA FORMAÇÃO SUPERIOR - EAFS	OS RESULTADOS INDICAM RELAÇÕES SIGNIFICATIVAS, NEGATIVAS, ANSIEDADE, DEPRESSÃO E STRESS COM A AUTOEFICÁCIA E COM A QUALIDADE DAS VIVÊNCIAS ACADÊMICAS. SOBRESSAINDO QUADROS DE DEPRESSÃO SOBRE OS DE ANSIEDADE.
COSTA <i>et al</i> (2017)	5 ARTIGOS E 2 DISSERTAÇÕES	REVISÃO DE LITERATURA	OS RESULTADOS OBTIDOS APRESENTAM NÍVEL MÉDIO DE ANSIEDADE, SEGUIDO POR NÍVEL ALTO, PREDOMÍNIO EM ESTUDANTES DO GÊNERO MASCULINO, INDEPENDENTEMENTE DO CURSO.
ESTRELA <i>et al</i> (2018)	138 ALUNOS DO CURSO DE MEDICINA	QUESTIONÁRIO COMPOSTO POR QUESTÕES OBJETIVAS DE IDENTIFICAÇÃO DO PERFIL SOCIAL E DEMOGRÁFICO DO ESTUDANTE E O INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS DE LIPP (ISSL)	78,98% DOS ACADÊMICOS APRESENTAM ESTRESSE. FOI DIVIDIDO EM 3 FASES: FASE DE ALERTA; FASE DE RESISTÊNCIA; E FASE DE EXAUSTÃO. CORRELACIONANDO OS FATORES DE SAÚDE E SOCIODEMOGRÁFICOS CONSTATOU-SE QUE OS ALUNOS DO SEXO FEMININO, SEM BOLSA DE ESTUDO, QUE PENSAM EM DESISTIR DO CURSO, TOMAM MEDICAMENTO E QUE NÃO PROCURAM TRATAMENTO PSICOLÓGICO E POSSUEM MAIORES PONTUAÇÕES DE ESTRESSE NAS FASES DE RESISTÊNCIA E EXAUSTÃO.

Fonte: Próprio Autor.

Estudos apontam que há uma desarmonia entre o equilíbrio mental e corporal de universitários da área de saúde e que os transtornos mentais podem, além de afetar a vida, interferir no futuro dessas pessoas, cujos impactos não podem ser calculados ou mensurados. Logo, é importante compreendê-los no âmbito das relações humanas, a fim de elencar soluções que melhorem os aspectos

relacionados à qualidade de vida de forma global desses estudantes (LIMA *et al.*, 2019).

Silva e Costa (2015) analisaram que há uma maior predisposição para o acometimento de TMCs durante a fase de admissão acadêmica, do que na fase intermediária e final do curso, tendo estas últimas fases apresentado um percentual de 28% de acometimento. No estudo de Grether *et al.* (2019) a prevalência de TMCs na população estudada foi de 50,9%, resultante de fatores acadêmicos e sociais; em que houve mais casos de TMCs entre: a) Estudantes que nunca pensaram em desistir do curso; b) Estudantes com atividades acadêmicas superiores a oito horas/dia; c) Estudantes com média de lazer inferior a duas horas/dia; somado a isso, senso de competitividade, problemas de socialização, sentimento de rejeição e ausência de apoio emocional.

Lima *et al.* (2019) em sua pesquisa, salienta que a prevalência de depressão nos acadêmicos da área de saúde foi significativa, sendo os maiores índices os sintomas depressivos, observados no curso de Enfermagem, atingindo prevalentemente o sexo feminino. Silva e Costa (2015) evidenciaram a prevalência de casos de depressão em 88% do sexo feminino, dessa vez, em estudantes do curso de Fisioterapia.

Santos *et al.* (2017) identificou em sua amostra que a prevalência de TMCs de 32,2%, resultou em menor domínio na qualidade de vida, de meio ambiente, psicológico, físico e de relações sociais. Auerbach *et al.* (2016) percebeu na sua amostra que os transtornos de ansiedade foram a classe de distúrbios mais prevalentes, representando 28,6%. Leão *et al.* (2018) constata as maiores prevalências em depressão (28,6%) e ansiedade (36,1%) nos estudantes que apresentaram insatisfação com seus respectivos cursos e que estes têm cerca de quatro vezes mais chances de desenvolver depressão. Quanto à prevalência de ansiedade, esta esteve mais associada ao sexo feminino e entre estudantes que apresentavam relacionamento insatisfatório entre familiares, amigos e colegas.

Neponuceno, Carvalho e Neves (2019) observaram em sua amostragem um crescente número de TMCs entre os estudantes de medicina, supondo que exista certa negligência quanto ao autocuidado e acerca da saúde mental destes. Segundo estes autores esse índice é resultado das excessivas cobranças e exigências

inerentes ao curso, que por sua vez, influenciam diretamente em eventos de suicídio, depressão, uso de drogas, distúrbios conjugais e disfunções acadêmicas, refletindo em incapacidade temporária ou permanente de desempenhar seu papel acadêmico e profissional. Já Anacleto-Estrela *et al.* (2008) observou em sua pesquisa um elevado índice de estresse, sobretudo em estudantes do sexo feminino, sem bolsa de estudo, que pensam em desistir do curso, ou que tomam medicamentos e não procuram por tratamento psicológico especializado.

Costa *et al.* (2017) identificou um nível médio de chances para o desenvolvimento de TMCs entre os estudantes do sexo masculino, seguido por um nível alto de ansiedade, independentemente do curso. Por sua vez, Ariño e Bardagi (2018) tiveram, através dos seus resultados, a confirmação da sua hipótese geral, indicando relações significativas, negativas, como: ansiedade, depressão, stress com a autoeficácia e com a qualidade das vivências acadêmicas.

Facundes e Ludermir (2005) evidenciaram em seu estudo que a prevalência geral de TMCs ocorreu entre os estudantes de medicina com 42,6%, em comparação com os estudantes de outros cursos e eles apresentaram características importantes como carga horária de mais de 30 horas/semanal, levando a sobrecarga o que, vem associado aos relatos de que durante a infância ou adolescência haviam passado por alguma situação que gerou algum tipo de sofrimento psíquico.

Graner e Cerqueira (2019) agruparam os fatores associados ao surgimento de TMCs em estudantes, e dividiu-os em seis categorias, a saber:

- Acadêmicas: dificuldade para conciliar os estudos, horas exaustivas de estudo, desconforto nas avaliações, insatisfação com o curso ou pouco interesse pelo mesmo;
- Saúde: ser tabagista, não realizar atividade física e vivenciar estresse;
- Sociodemográficas: sexo feminino, maior idade e baixa renda;
- Relacionais: dificuldade no relacionamento com os amigos, inadaptação à vida acadêmica, baixo apoio social.
- Psicológico: sentimentos negativos, não compartilhamento de problemas, baixa autoestima.

- Social/Violência: ter sofrido discriminação, agressão e preocupação com a segurança pessoal.

Em contrapartida, Grether *et al.* (2019) observou uma prevalência na população estudada, formada por estudantes do curso de medicina, de 50,9% de TMCs e classificou como grupo vulnerável. Sendo que, cerca de 60,6% nunca pensaram em abandonar o curso, mas demonstram ter uma carga horária extensa de oito a quatorze horas/dia e menos de duas horas de lazer por semana. Com relação a formação de novas amizades, eles não apresentaram dificuldades, nem houve rejeição por parte dos amigos e relataram receber apoio emocional adequado.

## **CONCLUSÃO**

Por meio desta pesquisa foi possível abordar amplamente os Transtornos Mentais Comuns (TMCs) com foco nos estudantes universitários da área de saúde, sendo uma temática bastante relevante para os dias atuais; além disso foi possível evidenciar, através dos dados que os fatores causais associados ao surgimento dessas TMCs, indicados foram: a rotina de estudos excessiva, estresse, ausência de descanso e lazer, falta de apoio familiar e social.

Uma vez que as TMCs atuam sobre o desempenho acadêmico prejudicando a produtividade do estudante, sua qualidade de vida, bem-estar psicossocial, causando sofrimento mental e dificuldade de socialização dentro e fora da universidade. Portanto, esta pesquisa torna-se relevante pois instiga a comunidade estudantil ao autoconhecimento de seus sentimentos, medos, anseios e aos supostos gatilhos que os levam a entrar em estado de crise, além da conscientização quanto à procura por ajuda especializada para o melhor enfrentamento das situações e vivências abordadas.

Vale ressaltar também a importância deste estudo para a comunidade acadêmica, no âmbito institucional no tocante ao desenvolvimento e sensibilização do cuidado, respeito e acolhimento destes estudantes, para a promoção de ações de apoio que auxiliem os mesmos a desenvolver mecanismos que promovam saúde

mental, emocional e física para lidar com as mais diversas vivências em sua caminhada acadêmica.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANACLETO-ESTRELA, Yoshara da Costa *et al.* Estresse e correlatos com características de saúde e sociodemográficas de estudantes de medicina. **Ces Medicina**, [s.l.], v. 32, n. 3, p.215-225, dez. 2018.

ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p.44-52, 28 dez. 2018.

AUERBACH, R. P. *et al.* Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. **Psychological Medicine**, [s.l.], v. 46, n. 14, p.2955-2970, 3 ago. 2016.

COSTA, Kercia Mirely *et al.* Ansiedade em universitários na área da saúde. In: II Congresso Brasileiro das Ciências da saúde. 2017.

COSTA, Edméa Fontes de Oliva *et al.* Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira. **Revista da Associação Médica Brasileira**, Salvador, v. 58, n. 1, p.53-59, jan. 2012.

FACUNDES, Vera Lúcia Dutra; LUDERMIR, Ana Bernarda. Common mental disorders among health care students. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 27, n. 3, p. 194-200, 2005.

FIOROTTI, Karoline Pedroti *et al.* Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Espírito Santo, v. 59, n. 1, p.17-23, 2010.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 24, n. 4, p.1327-1346, abr. 2019.

GRETHER, Eduardo Otávio *et al.* Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 43, n. 11, p.276-285, 2019.

LEÃO, Andrea Mendes *et al.* Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 42, n. 4, p.55-65, dez. 2018.

LIMA, Sonia Oliveira *et al.* Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 39, 2019.

NEPONUCENO, Hironaldo de Jesus; CARVALHO, Bárbara Dourado Nascimento de; NEVES, Nedy Maria Branco Cerqueira. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. **Revista Bioética**, Salvador, v. 27, n. 3, p.465-470, set. 2019.

SANTOS, Lais Silva dos *et al.* QUALIDADE DE VIDA E TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ESTUDANTES DE MEDICINA. **Cogitare Enfermagem**, Bahia, v. 22, n. 4, 29 nov. 2017.

SCHMIDT, Maria Inês *et al.* Chronic non-communicable diseases in Brazil: burden and current challenges. **The Lancet**, Rio Grande do Sul, v. 377, n. 9781, p.1949-1961, jun. 2011.

SERRA, Rosana Denobile; DINATO, Sandra Lopes Mattos e; CASEIRO, Marcos Montani. Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Santos, v. 64, n. 3, p.213-220, 2015.

SILVA, Rodrigo Sinnott; DA COSTA, Letícia Almeida. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 15, n. 23, p. 105-112, 2015.