

DOI: 10.35621/23587490.v12.n1.p1260-1274

DEPRESSÃO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

DEPRESSION IN UNIVERSITY STUDENTS: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Thyago Gizo Vieira Galvão¹
Heloísa Calvacante Lacerda²
Lúcia Maria Temóteo³
Juliana Goldfarb de Oliveira⁴

Introdução: O aumento da prevalência do transtorno depressivo maior entre estudantes do ensino superior, especialmente nos cursos da área da saúde, tornou-se uma preocupação devido à sobrecarga enfrentada por esses estudantes em seu cotidiano. Este estudo investigou as possíveis causas e elementos envolvidos nesse fenômeno, analisando fatores que contribuíram para o desenvolvimento e agravamento do transtorno. **Objetivo:** O objetivo desta pesquisa foi identificar as situações mais frequentes em que o transtorno depressivo maior afetou estudantes universitários. Além disso, buscou-se analisar comportamentos e variáveis associadas ao desenvolvimento e agravamento desse transtorno. **Metodologia:** A pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão sistemática da literatura, com a seleção de artigos que abordaram a influência de diversos fatores no desenvolvimento do transtorno depressivo maior. Foram analisados os estudos que melhor descreveram como esses fatores impactaram desde o início do transtorno até os sintomas e situações que levaram ao agravamento do quadro. **Resultados:** Os resultados revelaram que os principais fatores associados ao transtorno depressivo maior entre estudantes universitários foram a sobrecarga acadêmica, a pressão por desempenho, a falta de apoio emocional e os distúrbios no sono. Observou-se também que a presença de sintomas como ansiedade, isolamento social e baixa autoestima estavam frequentemente relacionados ao agravamento do quadro depressivo. A maioria dos artigos apontou que estudantes da área da saúde apresentaram maior vulnerabilidade, principalmente nos primeiros anos da graduação.

Palavras- Chave: Ansiedade, Depressão, Estudante Universitário, Saúde.

¹ Discente do Centro Universitário Santa Maria-UNISM. @fsmead.com.br.

² Docente do Centro Universitário Santa Maria-UNISM. @fsmead.com.br.

³ Docente do Centro Universitário Santa Maria-UNISM. @fsmead.com.br.

⁴ Docente do Centro Universitário Santa Maria-UNISM. @fsmead.com.br

ABSTRACT: Introduction: The increased prevalence of major depressive disorder among higher education students, especially in health care programs, has become a concern due to the overload these students face in their daily lives. This study investigated the possible causes and elements involved in this phenomenon, analyzing factors that contributed to the development and worsening of the disorder. **Objective:** The objective of this research was to identify the most frequent situations in which major depressive disorder affected university students. In addition, we sought to analyze behaviors and variables associated with the development and worsening of this disorder. **Methodology:** The research was conducted through a systematic review of the literature, with the selection of articles that addressed the influence of several factors on the development of major depressive disorder. The studies that best described how these factors impacted the onset of the disorder to the symptoms and situations that led to the worsening of the condition were analyzed. **Results:** The results revealed that the main factors associated with major depressive disorder among university students were academic overload, pressure to perform, lack of emotional support, and sleep disorders. It was also observed that the presence of symptoms such as anxiety, social isolation and low self-esteem were frequently related to the worsening of depression. Most articles indicated that students in the health field were more vulnerable, especially in the first years of graduation.

Keywords: Anxiety, Depression, College Student, Health.

1 INTRODUÇÃO

Com o passar dos anos, a depressão se mostrou ser um assunto que necessita cada vez mais de atenção devido ao seu crescimento exponencial na população em geral, estima-se que ela seja uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo e que cerca de 720 mil pessoas morrem por suicídio todos os anos no mundo, sendo uma das principais causas de morte em jovens entre 15 e 29 anos (Who, 2021).

Segundo o DSM-V (2013) a depressão é dividida em vários contextos diagnósticos, nesta pesquisa será abordado, em especial, o transtorno depressivo maior que caracteriza-se pela apresentação do humor deprimido durante a maior parte do dia, diminuição do prazer ou interesse em atividades do cotidiano, perda ou ganho de peso sem estar cumprindo dieta, além de insônia ou hipersonia, praticamente, durante todos os dias.

Outros critérios que podem ser mencionados no processo de diagnóstico da depressão são a agitação ou retardo psicomotor, fadiga ou perda de energia, sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva ou inapropriada, capacidade diminuída para pensar ou se concentrar, indecisão e pensamentos recorrentes de morte. Notabiliza-se que para o paciente ser diagnosticado é necessário apresentar, no mínimo, 5 ou mais sintomas durante o período de duas semanas, e os sintomas supracitados devem apresentar-se recorrentes na maior parte dos dias (DSM-V, 2013).

Apesar de alguns indivíduos se negarem a reconhecer a depressão, constata-se que é um problema que atinge cada vez mais pessoas em todo o mundo, nos últimos anos verificou-se um aumento considerável nos casos. O transtorno está associado à cerca de 4,3% das doenças mundiais e encontra-se entre as maiores causas de incapacidade do mundo (Silva *et al*, 2015 apud Mendes, 2021).

No que diz respeito aos estudantes universitários os índices de depressão, segundo pesquisas, apontam estimativas de 15% a 25% dos estudantes apresentam

algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua formação acadêmica, notadamente transtornos depressivos e de ansiedade (Nelson; Catel; Carvalho, 2020).

Neste estudo, foi respondido o seguinte questionamento: quais foram os principais fatores associados à depressão em estudantes universitários da área da saúde descritos na literatura? A pesquisa foi realizada por meio de uma revisão sistemática de literatura, de natureza básica, utilizando-se a linha temporal de publicações dos últimos cinco anos, nos idiomas português e inglês. Por meio dela, buscou-se evidenciar a importância das discussões constantes sobre o tema, considerando as circunstâncias relacionadas ao aumento dos casos e debatendo métodos de prevenção e enfrentamento do transtorno depressivo.

A crescente preocupação com a saúde mental, especialmente com o aumento da depressão entre jovens universitários, exigiu uma abordagem aprofundada, principalmente entre estudantes da área da saúde. A transição para o ensino superior trouxe desafios acadêmicos e pessoais, como a carga horária extensa e o distanciamento da família fatores que podem ter contribuído para o adoecimento mental. Compreender esses aspectos e como impactaram os estudantes ajudou na reflexão sobre estratégias de prevenção e enfrentamento da depressão, promovendo melhorias na formação acadêmica e na preparação de profissionais mais capacitados.

Diante disso, o presente trabalho teve como objetivo investigar as causas e fatores associados ao aumento da prevalência do transtorno depressivo maior em estudantes do ensino superior, especialmente aqueles da área da saúde, analisando como aspectos acadêmicos, pessoais e sociais contribuíram para o desenvolvimento e agravamento do transtorno.

2 METODOLOGIA

2.1 TIPO DE PESQUISA

O presente estudo é de natureza básica, conforme Avila-Pires (2006), pois não visa uma aplicação imediata, sendo voltado para o aprofundamento e ampliação do conhecimento científico. O objetivo é explicativo, buscando identificar os fatores que contribuem para a ocorrência do transtorno depressivo maior entre estudantes universitários, especialmente os cursos da área da saúde, conforme Gil (2002). Além disso, a pesquisa possui caráter qualitativo, com base na definição de Denzin e Lincoln (2006), que destacam a importância de práticas interpretativas para a compreensão do mundo social, por meio de dados descritivos e analíticos.

2.2 COLETA DE DADOS

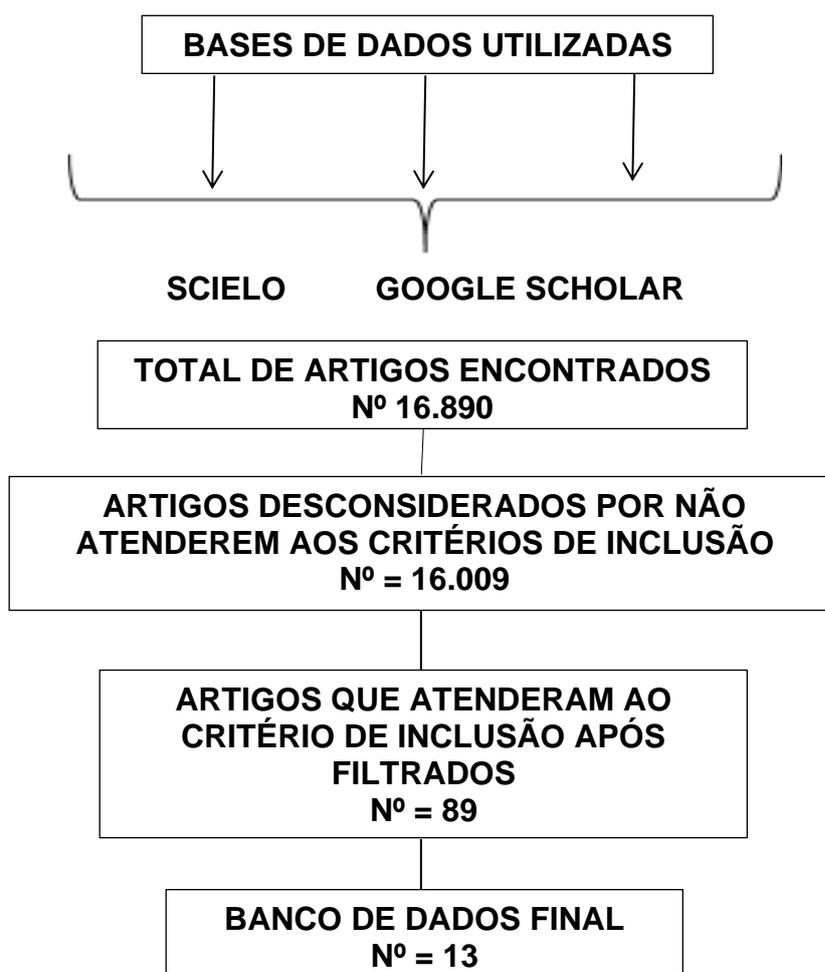
A pesquisa foi realizada por meio de uma revisão sistemática da literatura, utilizando três bases de dados eletrônicas: SCIELO, GOOGLE SCHOLAR e PUBMED. As buscas ocorreram no primeiro semestre de 2025, com o uso dos seguintes descritores e operadores booleanos: “Depressão” AND “Universitários” OR “Estudantes universitários” e “Depressão” AND “Sintomatologia”. A coleta de dados foi realizada entre os meses de fevereiro e junho de 2025.

2.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Os critérios de inclusão foram artigos científicos publicados nos últimos 5 anos (2019 a 2024), disponíveis integralmente nas bases de dados científicas selecionadas, em português ou inglês, que tratem do transtorno depressivo maior em estudantes universitários, especialmente na área da saúde. Artigos de revisão sistemática serão excluídos, assim como aqueles fora do período de publicação especificado ou que não se alinhem com o tema central da pesquisa.

2.4 MÉTODO DE ANÁLISE E EXTRAÇÃO DOS DADOS

Após a aplicação dos critérios de inclusão, os artigos encontrados foram analisados, inicialmente, por meio da leitura do título e resumo, foram excluídos os que não atendiam ao objetivo da pesquisa. Os artigos selecionados foram analisados detalhadamente e posteriormente organizados em tabela, contendo informações sobre base de dados, autor, título, objetivos e resultados principais, de forma a facilitar a análise e síntese das evidências.



Fonte: Autoral, 2025.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos critérios estabelecidos para esta revisão sistemática, foram selecionados dez estudos publicados entre os anos de 2018 e 2022, nas bases de dados SCIELO, Google Scholar e PUBMED. Os artigos selecionados abordaram fatores associados à depressão em estudantes universitários, especialmente da área da saúde, analisando desde aspectos individuais até fatores contextuais, como estresse acadêmico, apoio social e estigma em saúde mental.

]A análise dos dados revelou padrões recorrentes, como a influência significativa do estresse acadêmico, do distanciamento familiar, da pressão por desempenho e da

ausência de apoio social. Esses fatores aparecem repetidamente como preditores do adoecimento mental, confirmando a literatura que aponta os estudantes universitários da área da saúde como um grupo de risco elevado para transtornos como a depressão. A seguir, apresenta-se um quadro com a caracterização geral dos estudos, seus objetivos e principais resultados:

Quadro I: Caracterização geral dos artigos selecionados segundo autoria, ano e base de dados.

Autores (Ano)	Títulos	Base de dados	Objetivos	Resultados
LELIS, Karen de Cássia Gomes <i>et al.</i> (2020)	Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários	SCIELO	Investigar os sintomas de depressão, ansiedade, e o uso de medicamentos entre universitários.	O estudo identificou altos níveis de sintomas depressivos e ansiosos entre universitários, com uma prevalência significativa de uso de medicamentos para tratar esses sintomas.
BRONDANI, Michele Alves <i>et al.</i> (2019)	Depressão em estudantes universitários: fatores de risco e protetivos e sua relação nesse contexto	GOOGLE SCHOLAR	Identificar fatores de risco e protetores para depressão em estudantes universitários e analisar sua relação.	Fatores de risco como estresse acadêmico e pressão social foram identificados, enquanto apoio social e práticas de autocuidado se mostraram protetores contra a depressão.
JARDIM, Marília Guimarães Leal; CASTRO, Tathiane Silva; FERREIRA-RODRIGUES, Carla Fernanda (2021)	Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários	SCIELO	Avaliar a prevalência de sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em estudantes universitários.	Constatou-se que uma alta prevalência de estresse e sintomas depressivos e ansiosos está presente entre os estudantes universitários, com destaque para os fatores estressores acadêmicos.
FRAGELLI, Thaís Branquinho Oliveira; FRAGELLI, Ricardo Ramos (2021)	Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais	GOOGLE SCHOLAR	Revisar estudos longitudinais sobre estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários.	O estudo revelou que o estresse acadêmico, a adaptação à vida universitária e a falta de apoio social são os principais fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão.
BRESOLIN, Julia Zancan <i>et al.</i> (2022)	Estresse e depressão em estudantes universitários da saúde	GOOGLE SCHOLAR	Investigar a prevalência de estresse e depressão entre estudantes de estresse relacionados cursos da área da	A pesquisa encontrou uma alta prevalência de estresse e depressão entre os estudantes da área da saúde, com o estresse relacionado principalmente à carga de

			saúde.	trabalho e à pressão para o desempenho acadêmico.
SACRAMENTO, Bartira Oliveira <i>et al.</i> (2021)	Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados	GOOGLE SCHOLAR	Examinar a prevalência de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina e os fatores associados.	A pesquisa constatou que a pressão acadêmica, a carga de trabalho e as expectativas profissionais são fatores determinantes para os sintomas de ansiedade e depressão entre os estudantes de medicina.
TOTI, Thamires Gomes; BASTOS, Felipe Antonio; RODRIGUES, Phillippe Ferreira (2018)	Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física	GOOGLE SCHOLAR	Investigar os fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes de Educação Física.	O estudo concluiu que fatores como estresse acadêmico, falta de apoio emocional e dificuldades financeiras estão fortemente associados ao aumento de sintomas de ansiedade e depressão entre esses estudantes.
BARRETO, Sylvia (2020)	Depressão em jovens universitários	GOOGLE SCHOLAR	Explorar os fatores que influenciam a depressão em jovens universitários e sua relação com a adaptação ao ambiente acadêmico.	O estudo identificou que a adaptação ao ambiente universitário e o apoio social têm grande impacto na saúde mental, sendo a falta de suporte social um fator crítico para a depressão.
RODRIGUES, Fabiana Passos (2019)	Avaliação do grau de depressão e o estigma em saúde mental de estudantes universitários	GOOGLE SCHOLAR	Avaliar o grau de depressão e o impacto do estigma relacionado à saúde mental entre universitários.	O estudo revelou que o estigma relacionado à saúde mental é um fator significativo que contribui para a subnotificação de sintomas depressivos, dificultando o acesso ao tratamento entre os estudantes universitários.
LELIS, Karen de Cássia Gomes <i>et al.</i> (2020)	Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários	SCIELO	Investigar os sintomas de depressão, ansiedade, e o uso de medicamentos entre universitários.	O estudo identificou altos níveis de sintomas depressivos e ansiosos entre universitários, com uma prevalência significativa de uso de medicamentos para tratar esses sintomas.
BRONDANI, Michele Alves <i>et al.</i> (2019)	Depressão em estudantes universitários: fatores de risco e protetivos e sua relação nesse contexto	GOOGLE SCHOLAR	Identificar fatores de risco e protetores para a depressão em estudantes universitários e analisar sua relação.	Fatores de risco como estresse acadêmico e pressão social foram identificados, enquanto apoio social e práticas de autocuidado se mostraram protetores contra a depressão.

Fonte: Dados de pesquisa em base de dados, 2025.

A avaliação das pesquisas sobre saúde mental entre estudantes universitários apresenta um contexto alarmante, com elevadas taxas de estresse, ansiedade e depressão em vários cursos, particularmente no campo da saúde. As pesquisas ofereceram uma base para compreender os sintomas da depressão nos universitários e os fatores que levam ao desenvolvimento da doença. A pesquisa realizada por Lelis e colaboradores (2020) analisou a incidência de sintomas de depressão e ansiedade, bem como a utilização de medicamentos para o tratamento dessas condições entre estudantes universitários. Os achados revelaram que os alunos da universidade exibem elevados índices de sintomas depressivos e ansiosos, apontando que uma parcela considerável recorre a medicamentos como antidepressivos e ansiolíticos para gerir tais condições.

A elevada incidência desses sintomas espelha, principalmente, os obstáculos impostos pela vida acadêmica, como a cobrança por rendimento e as demandas de tempo. Contudo, a utilização de medicamentos deve ser combinada com métodos alternativos, tais como assistência psicológica, práticas de autocuidado e programas que incentivem a saúde mental, para assegurar que os alunos não se tornem dependentes de medicamentos (Rufato,2023).

Na pesquisa realizada por Brondani *et al.* (2019), avaliou-se a existência de fatores de risco e protetivos para a depressão em universitários. Os achados indicaram que elementos de risco como o estresse acadêmico e a pressão social desempenham um papel crucial no surgimento da depressão. No entanto, o suporte social, seja de amigos, parentes ou instituições, além da prática de autocuidado, como exercícios físicos e descanso, atuaram como elementos de proteção. A pesquisa ressalta que a pressão por resultados acadêmicos e o estresse ligado às demandas do ambiente universitário podem, de fato, favorecer o surgimento de distúrbios emocionais. Contudo, a existência de uma rede de suporte e a implementação de hábitos saudáveis podem reduzir esses efeitos.

A pesquisa realizada por Jardim, Castro e Ferreira-Rodrigues (2021) também evidenciou uma elevada incidência de sintomas de estresse, ansiedade e depressão entre os alunos de universidades. Os principais fatores de estresse identificados foram predominantemente acadêmicos, como a intensa carga de trabalho e a exigência de alto rendimento. Estes achados indicam que o meio acadêmico é propício para o

aparecimento de distúrbios emocionais, tornando imperativo a implementação de políticas e programas de suporte que auxiliem os estudantes a enfrentar tais desafios. Ademais, fica clara a necessidade de um equilíbrio entre a vida acadêmica e o bem-estar emocional, ressaltando a relevância de práticas de controle do estresse e o estímulo à saúde mental nas instituições de ensino superior.

Paralelamente a isso, Fragelli e Fragelli (2021) conduziram uma análise de pesquisas longitudinais acerca de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários. O estudo revelou que aspectos como o estresse acadêmico, a adaptação à vida acadêmica e a ausência de suporte social são os principais influenciadores para o surgimento desses distúrbios. A mudança do ensino médio para a universidade foi especialmente ressaltada como um período crucial, em virtude das alterações no modo de vida, nas obrigações e no contexto social. A ausência de apoio social foi destacada como um agravante significativo, reforçando a necessidade de as universidades disponibilizarem locais de apoio e acolhimento para seus estudantes.

A pesquisa realizada por Bresolin (2022) examinou a incidência de estresse e depressão entre alunos de cursos de saúde, concluindo que tais sintomas são extremamente frequentes nesse grupo. Os fatores chave associados foram a sobrecarga de trabalho e a pressão constante por rendimento acadêmico, traços característicos desses cursos, que geralmente demandam longas jornadas de trabalho, elevado grau de responsabilidade e constante preparo emocional. Esses fatores prejudicam a saúde mental dos alunos, que, perante a sobrecarga, frequentemente não dispõem de tempo ou apoio apropriado para gerir o estresse.

Similarmente, Sacramento *et al.* (2021), desenvolveu sua pesquisa com alunos de medicina, e revelou que a ansiedade e a depressão estão fortemente ligadas à pressão acadêmica, ao excesso de trabalho e às altas expectativas em relação ao futuro profissional. Estes estudantes, que desde a infância enfrentam a pressão pela excelência e o enfrentamento direto de situações emocionalmente desafiadoras, acabam acumulando níveis elevados de ansiedade. A incessante competição e a percepção de que não se pode errar favorecem o desgaste emocional. Ademais, o contexto universitário frequentemente não proporciona apoio emocional adequado, o que intensifica a situação.

A pesquisa de Toti, Bastos e Rodrigues (2018), focada em alunos de Educação Física, também identificou altos índices de ansiedade e depressão, apesar de apresentar características diferentes. Nessa população, os fatores mais significativos foram o estresse acadêmico, a falta de suporte emocional e as adversidades financeiras. Esses dados indicam que, mesmo em cursos comumente ligados a um estilo de vida ativo e saudável, os alunos não estão livres dos efeitos emocionais do ambiente universitário. A ausência de apoio social e os obstáculos econômicos se tornam mais intensos, especialmente quando não existe uma rede de suporte adequada.

Ao examinar os elementos que afetam a depressão em jovens universitários de maneira ampla, Barreto (2020) enfatizou que a adaptação ao ambiente acadêmico e o suporte social são componentes fundamentais para a saúde mental dos alunos. A dificuldade de adaptação ao novo ambiente, juntamente com a falta de suporte social, se destaca como um dos principais fatores para o surgimento de sintomas depressivos. Quando os alunos não se sentem integrados ou acolhidos pela instituição de ensino, é frequente o aparecimento de sentimentos de solidão, insegurança e desespero. Isso destaca a relevância de políticas institucionais que incentivem a inclusão e o acolhimento, particularmente nos estágios iniciais da formação acadêmica.

Rodrigues (2019) analisou uma perspectiva distinta, ao examinar a conexão entre o nível de depressão e o estigma ligado à saúde mental. A pesquisa revelou que o estigma continua sendo um elemento relevante, contribuindo para a subnotificação dos sintomas e, conseqüentemente, dificultando o acesso ao tratamento. Numerosos alunos, com receio de serem julgados ou percebidos como incapazes, deixam de buscar auxílio, o que perpetua a dor psicológica. Isso sugere a necessidade de campanhas e iniciativas educativas nas universidades para combater o preconceito ligado à saúde mental e estimular a procura por auxílio profissional.

Em geral, todos os estudos examinados confirmam que a saúde mental dos estudantes universitários é impactada por diversos elementos, com o ambiente acadêmico, a cobrança por desempenho e a falta de apoio emocional sendo os mais frequentes. Apesar de fatores como a cobrança por rendimento escolar e a adaptação à vida universitária serem determinantes relevantes, elementos de proteção, como o

suporte social e a prática de autocuidado, têm o potencial de diminuir consideravelmente os efeitos desses transtornos emocionais, os efeitos disso ultrapassam a performance acadêmica e afetam diretamente a qualidade de vida e o crescimento pessoal dos alunos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da análise dos estudos supracitados, é possível perceber que os obstáculos que os alunos universitários enfrentam ultrapassam as exigências curriculares. O contexto educacional, frequentemente competitivo e altamente exigente, favorece o aparecimento de quadros emocionais sensíveis, afetando não só o rendimento acadêmico mas também o bem-estar geral dos estudantes. A experiência acadêmica, que deveria ser caracterizada por aprendizado, descobertas e crescimento, é frequentemente permeada por pressões contínuas, incertezas e sentimentos de inadequação, principalmente quando não existe um suporte sólido.

Os dados revelam que essa realidade é comum em diferentes áreas do conhecimento, afetando desde estudantes da saúde até aqueles de cursos voltados à atividade física. Apesar das especificidades de cada curso, existe um padrão evidente: a sobrecarga de responsabilidades, a instabilidade emocional, as expectativas pessoais e sociais e a carência de suporte psicológico aparecem de forma recorrente como fatores críticos. Isso demonstra que o sofrimento emocional entre universitários não é isolado, mas sim um fenômeno coletivo, enraizado nas estruturas acadêmicas e sociais que os cercam.

A prevenção e o enfrentamento de questões emocionais não devem ficar restritos ao campo individual; é papel das instituições promover um ambiente mais humano, com ações que desmistifiquem a busca por ajuda e ampliem o acesso a serviços de escuta e orientação. Para isso, é essencial investir em políticas que priorizem a saúde emocional como parte integrante da formação dos estudantes, reconhecendo que o equilíbrio psíquico é uma condição indispensável para o pleno desenvolvimento acadêmico e pessoal.

Considerando esse cenário, as universidades precisam sair da postura reativa e assumir um papel ativo na promoção de um cotidiano mais saudável. Não basta apenas oferecer assistência psicológica pontual; é necessário incorporar a saúde mental como um valor institucional, presente nas práticas pedagógicas, nas relações interpessoais e nas políticas de permanência. A construção de um ambiente mais solidário, menos excludente e mais atento às singularidades de cada estudante pode representar um passo decisivo para reverter os índices alarmantes revelados pelas pesquisas e garantir que o percurso universitário seja vivido com dignidade, equilíbrio e sentido.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 [Recurso eletrônico]. (NASCIMENTO, M. I. C.; et al.; 5a ed.). Porto Alegre, RS: **Artmed**, 2023.

AVILA-PIRES, F. D. Por que é básica a pesquisa básica. **Cadernos de Saúde Pública** [online]. SciELO, 1987. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X1987000400013>>. Acesso em: 13 de novembro, 2024

BARBOSA, L. N. F.; ASFORA, G. C. A.; MOURA, M. C. Ansiedade e depressão e uso de substâncias psicoativas em jovens universitários. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**. 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762020000100014&lng=pt&nrm=iso>. Acessado em: 12 de setembro 2024.

BARBOSA, Leopoldo Nelson Fernandes; ASFORA, Gabriela Catel Abrahamian; MOURA, Marina Carvalho de. Ansiedade e depressão e uso de substâncias psicoativas em jovens universitários. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, São Paulo, Brasil, v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.155334. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/167093>.. Acesso em: 16 set. 2024.

BARROS, Mariana Salles Motta Rodrigues de; COSTA, Luciana Scarlazzari. Perfil do consumo de álcool entre estudantes universitários. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, São Paulo, Brasil, v. 15, n. 1, p. 4-13, 2019. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000353. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/161503>.. Acesso em: 16 set. 2024.

BARROSO, S. M.; OLIVEIRA, N. R. DE.; ANDRADE, V. S. DE. Solidão e Depressão: Relações com Características Pessoais e Hábitos de Vida em Universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 35, p. e35427, 2019. Acessado em: 12 de setembro 2024.

BENETON, E. R.; SCHMITT, M.; ANDRETTA, I. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. **Rev. SPAGESP**. 2021. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702021000100011&lng=pt&nrm=iso>. Acessado em: 12 de setembro 2024.

CARDOSO, Patrícia de Farias. Prevalência de ansiedade e depressão nos estudantes universitários do Brasil: uma revisão integrativa. 2022. 109 f. Monografia (Graduação em Saúde Coletiva) - Instituto de Estudos em Saúde Coletiva, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2022. Acessado em 01 de set. 2024.

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, n. 1, p. e040, 2020.

DIAS, REGINA. **QUALIDADE DO SONO E SINTOMAS DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE EM ESTUDANTES DO INTERNATO MÉDICO**. Disponível em: <<https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/54824>>. Acesso em: 16 de setembro, 2024.

FRAGELLI, T. B. O.; FRAGELLI, R. R. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais. **Revista Docência do Ensino Superior**, Belo Horizonte, v. 11, p. 1-21, 2021. DOI: 10.35699/2237-5864.2021.29593. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rdes/article/view/29593>. Acesso em: 1 set. 2024.

FURTADO, I. M. Depressão como fator de risco para suicídio: Uma revisão sistemática. **Repositório Institucional do Unifip**, [S. l.], v. 6, n. 1, 2024. Disponível em: <https://coopex.unifip.edu.br/index.php/repositoriounifip/article/view/1271>. Acesso em: 16 set. 2024.

GALVAO, T. F.; PEREIRA, M. G. Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília. 2014. Disponível em: <http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742014000100018&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 13 de novembro, 2024

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa - 4. ed. - São Paulo: **Atlas S.A**, 2002. LEÃO, Thiago Marques *et al.* **INDIVIDUALIZAÇÃO E SOFRIMENTO PSÍQUICO NA UNIVERSIDADE: ENTRE A CLÍNICA E A EMPRESA DE SI**. São paulo: Revista Humanidades e Inovação, 2019. v. 6.

LIMA, S. O et al. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**. SciELO 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>>. Acessado em: 12 de setembro 2024.

RUFATO, Fabrício Duim et al. O adoecimento psíquico de jovens universitários: uma discussão sobre a saúde mental na Universidade Estadual do Oeste do Paraná/UNIOESTE. 2023. <https://tede.unioeste.br/handle/tede/6966>.