

FACULDADE DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANÇA – LTDA
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

MARIA JÉSSICA DA SILVA ROBERTO

SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DE NÍVEL SUPERIOR

JOÃO PESSOA
2023

MARIA JÉSSICA DA SILVA ROBERTO

SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DE NÍVEL SUPERIOR

Trabalho de Conclusão do Curso apresentado à Faculdade de Enfermagem Nova Esperança – FACENE, como exigência parcial para obtenção do Título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof^ª. Dra. Karen Krystine Gonçalves de Brito

JOÃO PESSOA
2023

R548s

Roberto, Maria Jéssica da Silva

Saúde mental de estudantes de enfermagem de nível superior / Maria Jéssica da Silva Roberto. – João Pessoa, 2023. 22f.

Orientadora: Prof.^a Karen Krystine Gonçalves de Brito.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Faculdade Nova Esperança - FACENE

1. Saúde Mental. 2. Estudantes de Enfermagem. 3. Transtornos Mentais. I. Título.

CDU: 616.89:616-083

MARIA JÉSSICA DA SILVA ROBERTO

SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DE NÍVEL SUPERIOR

Relatório de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado pela aluna Maria Jéssica da Silva Roberto, do Curso de Bacharelado em Enfermagem, tendo obtido o conceito de _____, conforme apreciação da Banca Examinadora constituída pelos professores:

Aprovado em _____ de _____ de 2023.

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Dra. Karen Krystine Gonçalves de Brito (ORIENTADORA)
(Faculdade de Enfermagem Nova Esperança - FACENE)

Prof^ª. Me. Paulo Emanuel Silva (MEMBRO)
(Faculdade de Enfermagem Nova Esperança - FACENE)

Prof^ª. Ma. Ilana Vanina Bezerra de Souza (MEMBRO)
(Faculdade de Enfermagem Nova Esperança – FACENE)

RESUMO

A Saúde Mental dos estudantes universitários tem causado preocupação devido ao aumento da prevalência e gravidade das perturbações psiquiátricas nesta população. Os estudantes estão num período de grande vulnerabilidade, uma vez que são expostos a diversos fatores de estresse e se encontram na faixa etária em que surge, pela primeira vez, muitas das perturbações mentais graves. Vale salientar que os estudantes universitários com níveis de sofrimento mental alterado, devido a cobrança externa de trabalho, vida social e estudo, podem confrontar-se com várias barreiras que interferem em seu desempenho. Assim, objetiva-se revisar as evidências científicas acerca da saúde mental de estudantes de enfermagem de nível superior. Trata-se de uma pesquisa do tipo revisão integrativa da literatura, desenvolvida durante o mês de maio de 2023, nas bases de dados da *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*, especializada na área de Enfermagem e Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciências da Saúde, por meio do Portal da Biblioteca Virtual em Saúde, com uso dos descritores: saúde mental e estudantes de enfermagem, agrupados pelo operador booleano AND. Utilizou-se como critérios de elegibilidade as publicações de livre acesso gratuito, disponíveis em sua íntegra, publicados nos últimos cinco anos, em língua portuguesa. A seleção levou a um resultado de 25 artigos. De maneira geral, os estudos estão distribuídos majoritariamente no ano de 2022 (10 / 40%), com abordagens transversais e abordagem quantitativa (22 / 88%) e Qualis CAPES (2017-2020) B1, agrupados em seis categorias temáticas: Fatores de adoecimento entre estudantes, epidemiologia do adoecimento mental; saúde mental de estudantes na pandemia; ideação suicida entre estudantes; estratégias de promoção à saúde mental; e auto percepção da saúde mental em estudantes. Ao final do estudo, conclui-se que a saúde mental dos estudantes pode estar em risco.

Palavras-chave: Saúde Mental. Estudantes de Enfermagem. Transtornos mentais

ABSTRACT

The Mental Health of university students has been attracting greater attention due to the increase in the prevalence and severity of psychiatric disorders in this population. Students are in a period of great vulnerability, since they are exposed to various stress factors and are in the age group where many serious mental disorders appear for the first time. It is worth noting that university students with altered levels of mental distress, due to external demands for work, social life and study, may face several barriers that interfere with their performance. Thus, the objective is to review the scientific evidence about the mental health of nursing students. Analysis and Retrieval System Online, a specialized bibliographic database in the area of Nursing and Latin American Caribbean Literature in Health Sciences through the Portal of the Virtual Health Library, using the descriptors: mental health and nursing students, grouped by Boolean operator AND. Free access publications were used as eligibility criteria, available in their entirety, published in the last five years, in Portuguese. The selection led to a result of 25 articles. In general, the studies were mostly distributed in the year 2022 (10 / 40%), with cross-sectional approaches and a quantitative approach (22 / 88%) and Qualis CAPES (2017-2020) B1, grouped into six thematic categories: Illness factors among students, Epidemiology of mental illness; Mental health of students in the pandemic; Suicidal ideation among students; Mental health promotion strategies; and Self-perception of mental health in students. At the end of the study, it is concluded that the mental health of students may be at risk.

Keywords: Mental Health. Nursing Students. mental disorders

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO.....	08
2.	MÉTODO.....	09
3.	RESULTADOS.....	11
4	DISCUSSÃO.....	16
5	CONCLUSÃO	20
	REFERÊNCIAS.....	21

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como o estado de bem-estar em que o indivíduo é capaz de realizar seus potenciais, lidar com estresses cotidianos, contribuir para o meio em que vive, ao mesmo tempo em que administra suas próprias emoções, estando inserido dentro do amplo conceito de saúde, ou seja, o indivíduo consegue lidar com sentimentos positivos, como amor alegria e coragem, e também com os negativos, como tristeza e frustrações (GAINO *et al.*, 2018).

A Saúde Mental dos estudantes universitários tem chamado atenção devido ao aumento da prevalência e gravidade das perturbações psiquiátricas nesta população. Os estudantes estão num período de grande vulnerabilidade, uma vez que são expostos a diversos fatores de estresse e se encontram na faixa etária em que surgem, pela primeira vez, muitas das perturbações mentais graves (SILVA *et al.*, 2020).

Segundo relatório publicado em 2019, pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes), 83,5% dos graduandos relataram vivenciar alguma dificuldade emocional que interfere na vida acadêmica. Em 2014, o mesmo indicador foi registrado em 79,8%. Esses dados apontam para um aumento dos problemas de saúde mental dos estudantes brasileiros. Com a pandemia e os protocolos de distanciamento social, as dificuldades emocionais aumentaram ainda mais (ANDIFES, 2019).

Estudo aponta que entre os diagnósticos mais frequentes nesta população estão as Perturbações de Ansiedade (incluindo a Perturbação de Ansiedade Generalizada e a Perturbação de Pânico); Perturbações do Humor (Episódios Depressivos); e Perturbações de Personalidade (NOGUEIRA, 2018).

Os transtornos que afetam a saúde mental dos universitários têm aumentado, tanto em número quanto em intensidade, tornando-se um grande desafio para os centros acadêmicos e serviços de saúde. A ansiedade, referente à graduação, pode atingir de forma negativa o desempenho acadêmico, a saúde mental e o desenvolvimento do discente, gerando prejuízo para a sua formação e conseqüentemente seu futuro (RABELO; SIQUEIRA; FERREIRA, 2021).

Em acréscimo a todo contexto que envolve os estudantes, existem aqueles que precisam, concomitantemente aos estudos, desempenhar atividades trabalhistas, seja para sustento próprio, financiamento da faculdade, ou por já terem profissões anteriores. Nesse sentido, a sobrecarga, o estresse, as demandas, o esgotamento físico, psíquico e emocional, tendem a ser maiores e mais desgastantes nessa população (MORETTI; HUBNER., 2017).

Vale salientar que os estudantes universitários com níveis de sofrimento mental alterado, devido a cobrança externa de trabalho, vida social e estudo, podem confrontar-se com várias barreiras que interferem com o seu desempenho como manter a concentração, memorização e motivação, déficits nas atividades simples e complexas, como elaborar um planejamento, manter a assiduidade, interagir com os colegas, estigma, entre outras (SILVA *et al.*, 2020).

Considerando o exposto, e ciente de que a temática se apresenta relevante para a população, bem como para a saúde pública, questionamos: O que as evidências científicas apontam sobre a saúde mental de discentes universitários de enfermagem?

2. MÉTODO

Tratar-se de uma pesquisa do tipo revisão integrativa da literatura, desenvolvida em seis fases, a saber: 1ª fase – identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; 2ª fase – estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; 3ª fase – identificação dos estudos selecionados e elegíveis; 4ª fase – categorização dos estudos selecionados; 5ª fase – análise e interpretação dos resultados; 6ª fase - apresentação da revisão/síntese qualitativa do conhecimento (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Para atender aos objetivos da pesquisa, foi realizada uma busca em três bases de dados: *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e base de dados bibliográficas especializada na área de Enfermagem (BDENF), por meio do Portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A busca em bases de dados foi operacionalizada a partir da utilização de termos identificados na base dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), guiando-se a partir do seguinte percurso padronizado: MEDLINE, BDENF e LILACS: Saúde mental AND Estudantes de Enfermagem.

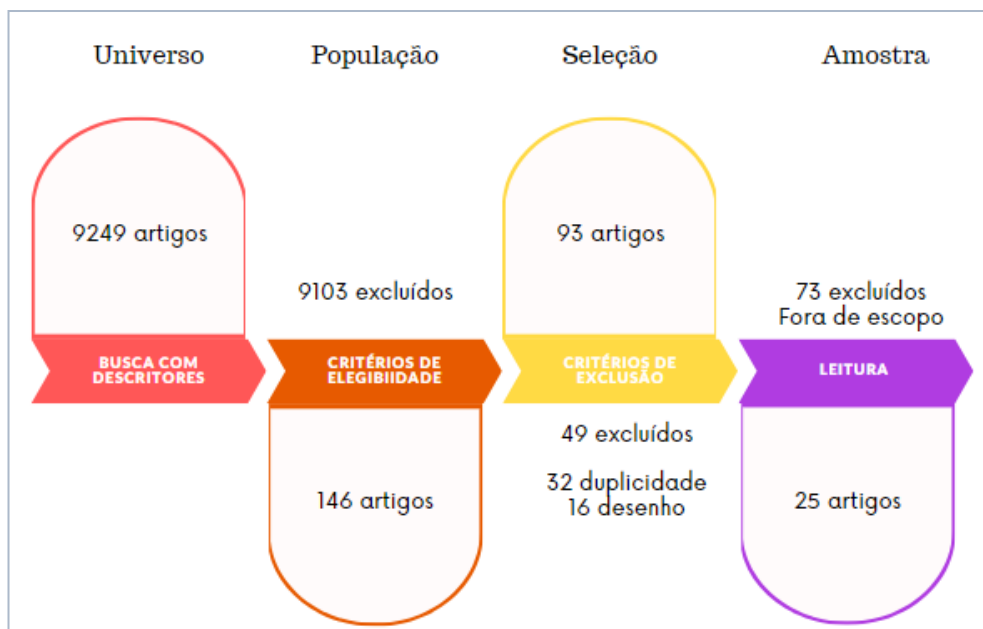
Foram selecionados os artigos que atenderam aos seguintes critérios de elegibilidade: artigos publicados em meio on-line por meio de acesso gratuito; no idioma português, indexados nas bases de dados MEDLINE, BDENF e LILACS, nos últimos 05 anos. Ressalta-se como critério de inclusão a consonância entre a temática do artigo e os objetivos desta pesquisa. Foram excluídas publicações como: teses, dissertações, monografias, trabalhos de conclusão de curso, manuais, resenhas, notas prévias, pesquisas com metodologias do tipo revisão integrativa e/ou sistemática, reflexões e duplicidades.

Ressalta-se que a busca e a seleção dos dados se deram por dois revisores de forma independente, no intuito de analisar os dados com maior rigor metodológico, e as discordâncias foram solucionadas no devido instante da detecção, a fim de não comprometer o prosseguimento metodológico.

Em relação à população do estudo, foi aplicado o instrumento de coleta de dados pré-estabelecido, englobando informações sobre o título do artigo, autor(es), ano de publicação, periódico, objetivos, características metodológicas, e ideia central.

A busca ocorreu no mês de abril de 2023, nas bases de dados (MEDLINE, BDNF e SCIELO), e com os descritores, resultou no total de 9249 artigos. Aplicados os critérios de elegibilidade, a população foi de 146 artigos. Após critérios de exclusão, foram desconsiderados 49 artigos, dos quais 33 devido à duplicidade e 16 por desenho metodológico. Realizada a leitura flutuante de títulos e resumos, foram excluídos 73 artigos por não estarem dentro do escopo desejado. Assim, 25 artigos foram selecionados para leitura na íntegra e aplicação do instrumento de coleta de dados, os quais compuseram a amostra final (Figura 1).

Figura 1 – Fluxograma de seleção da amostra final. João Pessoa/PB, 2023.



Fonte:

Dados da pesquisa, 2023.

A análise, a apresentação dos resultados e a discussão final foi realizada de forma descritiva, com o uso de estatística simples por porcentagem, sob a forma de gráficos, tabelas e quadros.

RESULTADOS

A seleção dos artigos, oriundos da revisão integrativa, levou a um resultado de 25 artigos que fizeram parte do corpo amostral da pesquisa. De maneira geral, os estudos estiveram distribuídos majoritariamente no ano de 2022 (10 / 40%), com abordagens transversais e abordagem quantitativa (22 / 88%), e Qualis CAPES (2017-2020) B1. O quadro 1 resume as informações que foram retiradas dos estudos selecionados de acordo com o instrumento de coleta de dados.

Quadro 1 – Caracterização dos estudos publicados quanto ao título, ano de publicação, objetivo, método, periódico de indexação, qualis CAPES (2017-2020) e ideia central João Pessoa/PB, Brasil, 2023.

	Título	Ano	Objetivo	Método	Indexação	Qualis	Ideia
A1	Razões para viver e risco do suicídio em graduandos de uma universidade pública de Pernambuco.	2023	Investigar as razões para viver e os riscos da ideação suicida para os graduandos da universidade de Pernambuco.	T +	Enferm Foco	B1	Ideação suicida entre estudantes.
A2	Isolamento social e solidão em estudantes de enfermagem no contexto da pandemia Covid-19.	2022	Identificar a ocorrência de isolamento social e solidão e sua relação com fatores sociodemográficos e de saúde em graduandos de enfermagem no contexto da pandemia de COVID-19.	T +	Rev enferm UERJ	A4	Saúde mental de estudantes na pandemia.
A3	Transtornos Mentais Comuns e rotina acadêmica na graduação em Enfermagem: impactos da pandemia de COVID-19.	2022	Investigar a prevalência de transtorno mental comum entre estudantes de Enfermagem em relação a aspectos sociodemográficos, acadêmicos e da pandemia da COVID-19, e descrever formas de alívio/ manejo	T +	<u>Rev. port. enferm. saúde mental</u>	B1	Saúde mental de estudantes na pandemia.

			em saúde mental na percepção desses estudantes.				
A4	Fatores de estresse em estudantes de enfermagem na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica.	2022	Verificar os fatores de estresse comumente vivenciados por estudantes do curso de Enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas da formação acadêmica.	T +	Cienc Saude Cuid	B1	Fatores de adoecimento entre estudantes.
A5	Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na Auto eficácia percebida em estudantes de enfermagem.	2021	Identificar a relação da autoeficácia percebida com a autoestima e a presença de sintomas de ansiedade e depressão de estudantes no início do curso de graduação em Enfermagem.	T +	Acta Paul Enferm.	A4	Autopercepção da saúde mental.
A6	Análise da ocorrência de estresse entre Estudantes de enfermagem.	2019	Analisar a ocorrência de estresse com discentes de enfermagem inseridos em vivências práticas na modalidade de internato em uma Escola de Enfermagem.	T +	Enferm. Foco	B1	Fatores de adoecimento entre estudantes.
A7	Perfil epidemiológico do suicídio entre estudantes de enfermagem.	2019	Identificar o perfil do comportamento suicida entre estudantes de enfermagem de instituição privada de ensino superior do Distrito Federal.	T +	Rev enferm UERJ,	A4	Ideação Suicida entre estudantes.
A8	Investigação das alterações emocionais e comportamentais de universitários iniciantes em Medicina e Enfermagem.	2020	Investigar a saúde mental de universitários iniciantes dos cursos de medicina e enfermagem de uma universidade particular, a partir dos aspectos emocionais e comportamentais.	T +	Rev. Psicol. Divers. Saúde	B1	Epidemiologia do adoecimento mental em estudantes.

A9	Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre.	2021	Buscou evidenciar índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes dos cursos de enfermagem e medicina de um centro universitário do Acre.	T +	Rev. Psicol. Divers. Saúde,	B1	Epidemiologia do adoecimento em estudantes.
A10	Estresse, má qualidade do sono e desfechos negativos a saúde em estudantes de Enfermagem.	2021	Analisar o perfil biossocial-acadêmico, nível de estresse e qualidade de sono Em estudantes de enfermagem no primeiro ano do curso.	PRO	Journal Health NPEPS.	B2	Epidemiologia do adoecimento mental.
A11	Impacto da pandemia na saúde mental dos discentes de enfermagem no contexto da Covid-19.	2022	Investigar os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos discentes de enfermagem e avaliar a relação entre o evento e os indicadores para transtorno de estresse pós-traumático (TEPT).	T +	Rev Enferm Atual In Derme	ND	Saúde mental de estudantes na pandemia.
A12	Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica.	2021	Analisar o sofrimento psíquico entre universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica.	QUA	Rev. Enferm. UFSM	B1	Fatores de adoecimento entre estudantes.
A13	Estresse no cotidiano de graduandos de enfermagem de um instituto federal de ensino.	2018	Identificar os níveis de estresse e caracterizar a sintomatologia entre discentes de graduação em enfermagem de um Instituto Federal de Ensino.	T +	Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro	B1	Fatores de adoecimento entre estudantes.
A14	Fatores preditivos da síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. *	2020	Objetivo identificar a prevalência e analisar a existência de fatores preditivos da síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem de	T +	Rev Esc Enferm USP	A2	Fatores de adoecimento entre estudantes.

			uma unidade universitária pública.				
A15	Relação entre a depressão e o apoio social percebido nos estudantes de enfermagem no Contexto de comportamentos suicidas.	2022	Determinar a relação entre a depressão e o apoio social percebido nos estudantes de enfermagem no Contexto de comportamentos suicidas.	COR +	Cogitare Enferm.	B1	Ideação suicida entre estudantes.
A16	Qualidade de vida, sintomas depressivos e psiquiátricos menores em estudantes de enfermagem.	2020	Avaliar qualidade de vida, prevalência de sintomas depressivos e psiquiátricos menores em estudantes de Enfermagem.	T +	Rev Bras Enferm.	A4	Epidemiologia do adoecimento mental.
A17	Risco de suicídio entre estudantes de enfermagem.	2021	Identificar o risco e o grau de risco de suicídio em estudantes de enfermagem de uma instituição pública do interior de Pernambuco, Brasil.	T +	Rev Bras Enferm.	A4	Ideação suicida entre estudantes.
A18	Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal.	2022	Identificar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão e verificar os fatores sociodemográficos, acadêmicos e de saúde associados à ocorrência desses em estudantes de graduação em Enfermagem.	T +	Acta Paul Enferm.	A4	Epidemiologia do adoecimento mental.
A19	Dor crônica, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de Enfermagem em tempos de pandemia.	2022	Identificar as manifestações de dor crônica (DC), ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de Enfermagem de uma universidade pública federal em tempos de pandemia, analisando a associação entre essas variáveis, e	T +	Esc Anna Nery	B1	Saúde mental de estudantes na pandemia.

			descrever as características sociodemográficas e de hábitos de vida na população estudada.				
A20	Avaliação de um software de promoção da saúde mental para graduandos de enfermagem dos anos iniciais.	2022	Avaliar um software de promoção da saúde mental destinado a estudantes dos anos iniciais da graduação em enfermagem.	T +	Rev Esc Enferm USP	A2	Estratégias de promoção da saúde mental em estudantes.
A21	Relação entre Perfil, Hábitos, Vivências Acadêmicas e Resiliência de Universitários.	2022	Verificar se há relação entre o perfil, os hábitos de vida, as vivências acadêmicas e a resiliência de graduandos das áreas da saúde e psicologia.	T +	Psicologia: Ciência e Profissão	A2	Autopercepção da saúde mental.
A22	A importância do trabalho de conclusão de curso e sua influência no estado de saúde: percepções de acadêmicos de enfermagem.	2020	Identificar a percepção de estudantes de enfermagem sobre o processo de elaboração de trabalho de conclusão de curso e sua relação com seu estado de saúde.	T +	REVISA	B1	Fatores de adoecimento mental entre estudantes
A23	Fatores de risco para uso de fármacos do Sistema Nervoso Central entre estudantes de enfermagem.	2022	Verificar fatores de risco sociodemográficos, acadêmicos e de saúde para o uso de fármacos do Sistema Nervoso Central entre estudantes de enfermagem.	T +	Rev Bras Enferm.	A4	Fatores de adoecimento mental entre estudantes.
A24	Nível de estresse percebido em estudantes de enfermagem em uma Universidade pública do Brasil.	2021	Identificar os níveis de estresse percebido em estudantes de graduação em Enfermagem em uma universidade pública no Sul do Brasil.	T +	REME - Rev Min Enferm.	B1	Epidemiologia do adoecimento mental.
A25	Estratégias de coping em situações de ansiedade por graduandos de Enfermagem.	2020	Estimar a prevalência das estratégias de coping utilizadas em situações de Ansiedade por	T +	Artigo de investigação/revisão	B1	Estratégias de promoção da saúde mental em estudantes.

			discentes do curso de enfermagem nos quatros anos de graduação.				
--	--	--	---	--	--	--	--

Legenda: T+ - Estudos transversal com abordagem quantitativa

COR + - Estudos correlacionais com abordagem quantitativa

QUA – Estudos com abordagem qualitativa

PRO – Estudos prospectivos

Fonte: Elaboração Própria.

Ainda em conformidade com os dados apresentados, os artigos foram agrupados em seis categorias temáticas, organizados de forma decrescente de acordo com a prevalência da seguinte ordem: Fatores de adoecimento entre estudantes (A4, A6, A12, A13, A14, A20, A22, A23); epidemiologia do adoecimento mental (A8, A9, A10, A16, A18, A24); saúde mental de estudantes na pandemia (A2, A3, A11); ideação suicida entre estudantes (A1, A7, A15, A17); estratégias de promoção à saúde mental (A19, A25); e auto percepção da saúde mental em estudantes (A5, A21).

DISCUSSÃO

Os dados evidenciaram um quantitativo significativo da produção científica sobre a temática desde o ano de 2018, com maior ênfase nos três últimos anos, o que aponta a relevância da temática, especialmente após a pandemia da COVID-19. As categorias temáticas encontradas apontam para assuntos relevantes no âmbito da atuação da enfermagem e para saúde de maneira ampla.

A categoria “**Fatores de adoecimento entre estudantes** (A4, A6, A12, A13, A14, A20, A22, A23) ” contempla oito estudos que versam sobre o processo de formação acadêmico, estressores que influenciam a saúde mental dos estudantes, bem como, o suporte à saúde mental destes.

Evidenciam-se como estressores relacionados à formação acadêmica durante o curso de Enfermagem e seu modus operandi: realização de atividades teóricas e práticas com destaque para medo de cometer erros durante a assistência ao paciente, sentimento de ter adquirido pouco conhecimento para fazer provas práticas, insegurança ou medo de fazer provas teóricas e obrigatoriedade de realizar trabalhos extraclasse, dificuldades de adaptação no início do curso, construção do trabalho de conclusão de curso, idade, à insatisfação com o relacionamento com os colegas de curso, insônia, doença crônica, conflitos pessoais, afetivos e familiares que emergiram durante sua vida acadêmica, além de expectativas quanto ao

término da graduação (FERREIRA *et al.*, 2020; LIMA *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2022; ABREU *et al.*, 2022).

Outro ponto de destaque foi a presença da síndrome de Burnout entre os estudantes, principalmente naqueles que apresentam ou já apresentaram desejo de desistir do curso (VASCONCELOS *et al.*, 2020). Pesquisa desenvolvida por Santana e colaboradores (2018) enfatiza que todos os períodos do curso de graduação em enfermagem apresentaram níveis preocupantes de estresse, porém, variam de acordo com o período do curso em que estão matriculados (SANTANA *et al.*, 2018).

A presença do estresse no cotidiano acadêmico, independente do seu grau de acometimento, consiste em um dado preocupante, pois pode-se inferir a possibilidade da continuidade ou agravamento no exercício da profissão, ou ainda na vida acadêmica. Na enfermagem, essa intensidade ganha proporção maior por se tratar de uma profissão que, além de envolver o cuidado direto a pessoas com saúde debilitada, também abrange um processo de trabalho que pode acarretar desgaste físico e psicológico (BRITO *et al.*, 2019). A preocupação com a formação profissional, a notável demanda de disciplinas teóricas cursadas em um mesmo período e a dificuldade de organizar o tempo para conciliar atividades acadêmicas, sociais e familiares são elementos do ambiente dos estudantes de enfermagem que precisam ser reconsiderados no processo de ensino-aprendizagem (COSTA *et al.*, 2021).

A segunda categoria “**Epidemiologia do adoecimento mental** (A8, A9, A10, A16, A18, A24)” retrata a difusão das doenças mentais no meio acadêmico.

Estudo de Pinheiro e colaboradores (2020) identificou alta prevalência de sintomas psiquiátricos menores e sintomas depressivos entre os estudantes, com maior prevalência nos primeiros semestres, o que corrobora com os achados da primeira categoria temática dissertada nesta pesquisa.

Percebe-se, a partir do presente estudo, a alta prevalência de sintomas de ansiedade e depressão entre os universitários, principalmente nos níveis moderados e graves, e a sua associação com diversas variáveis, sendo elas características pessoais, da vida acadêmica e saúde (RAULINO *et al.*, 202; SILVEIRA *et al.*, 2022). Portanto, faz-se pertinente a exploração de aspectos emocionais e comportamentais para determinadas disciplinas e/ou estágios e avaliação quanto as expectativas de pós-formados na contribuição de sintomas patológicos, como depressão e ansiedade (TSUDA *et al.*, 2020).

Reafirma-se que os estudantes de enfermagem estão inseridos em um ambiente com potencial para o alto estresse e a má qualidade do sono, bem como seus desfechos negativos à saúde física e emocional, posto que as particularidades inerentes às exigências do ensino

superior têm impacto significativo na qualidade de vida e na saúde mental dos acadêmicos, devendo as políticas públicas de acesso e permanência nas universidades considerar tal problemática no desenvolvimento de suas ações (COSTA *et al.*, 2021; SANTIAGO *et al.*, 2021).

Para a terceira categoria temática “**Saúde mental de estudantes na pandemia** (A2, A3 e A11)” destacam-se as discussões sobre o impacto da pandemia e do isolamento social sobre o aumento de sintomas/sofrimento mental de estudantes.

De maneira global, os estudos apontam o aumento na prevalência de transtornos mentais comuns, isolamento e solidão associados com depressão, ansiedade e estresse, além de outras variáveis, de forma mais enfática do que antes da pandemia. Fatores relacionados à rotina acadêmica como histórico de trancamento, reprovação em disciplina e situação irregular no curso são possíveis causadores de sofrimento psíquico, bem como, observou-se que a pandemia aumentou ainda mais o sentimento de incapacidade em relação ao futuro acadêmico (GUNDIN *et al.*, 2022; JANTARA *et al.*, 2022).

Todas as transformações e incertezas da pandemia da Covid-19 repercutiram nos mais diversos aspectos da humanidade. Dessa forma, é imprescindível investigar a temática, para que se possam estabelecer os mecanismos e reações psicológicas posteriores a um período de vida tão atípico e estressante, o que pode representar um desafio a sociedade científica e educacional (MACEDO *et al.*, 2022; JANTARA *et al.*, 2022).

Sobre a categoria “**Ideação suicida entre estudantes** (A1, A7, A15, A17)”, consubstancia-se que os artigos versaram sobre a prevalência da situação entre os estudantes, as nuances atreladas a essa prevalência e fatores protetivos que podem prevenir atos suicidas.

O suicídio pode ser compreendido de diversas formas, sendo relacionados com diversos fatores, individuais, relacionais, estruturais e organizacionais. No contexto educacional acadêmico, um estudo de Albuquerque e colaboradores (2019) aponta que o comportamento suicida entre acadêmicos de enfermagem tem sua maior magnitude entre os estudantes mais jovens, e mulheres durante os primeiros dois anos do curso. Entretanto, não se pode desconsiderar o risco também detectado no período relativo ao início das atividades práticas contínuas.

Dando continuidade, Andrade *et al.* (2023), evidencia que a ausência de religiosidade, faixa etária e sexo masculino, são variáveis associadas a ideação suicida, muito embora o estresse acadêmico seja considerado agravante para o estado de saúde mental destes indivíduos, pois quando esses aspectos não levam a efetividade da ideação suicida/suicídio,

acarretam dificuldades secundárias, como o baixo desempenho acadêmico, caracterizando um ciclo de frustrações e problemas.

Ainda seguindo a perspectiva acima, Martinez *et al.*, (2022) explicita que as mudanças nas condições de saúde mental e no comportamento suicida fazem parte do ambiente que envolve os estudantes universitários como um fenômeno social e não se limitam a casos específicos.

Assim, o apoio social percebido, grupos de apoio ou espaços educacionais focados na conscientização social da saúde mental, e ter um companheiro, podem se constituir um fator de proteção e promoção da saúde mental, o que reduz o risco de suicídio (MORAIS *et al.*, 2021; MARTINEZ *et al.*, 2022).

Quanto à ideia “**Estratégias de promoção à saúde mental (A19, A25)**” apenas dois artigos se deteram a falar sobre o tema, embora na maioria dos artigos lidos, sugestões tenham sido referenciadas. As estratégias abrangeram a constituição de grupos de meditação, terapias e afins, com o intuito de ajudar os alunos a minimizarem o estresse enquanto estudante e praticarem a utilização do coping no Cotidiano (MACHADO *et al.*, 2020). Além disso, propõe-se a utilização de softwares de promoção da saúde mental destinados à estudantes dos anos iniciais da graduação em enfermagem (BALDASSARINI *et al.*, 2022).

O desenvolvimento de medidas de intervenção a fim de melhorar sua qualidade de vida e de reduzir danos ao longo da vida acadêmica e profissional dos estudantes é premente, frente à prevalência dos casos de adoecimento mental nessa população. No entanto, parece ser um desafio à saúde e à ciência, haja vista o quantitativo de artigos citando sua necessidade, porém sem mencionar possibilidades.

A sexta categoria “**Auto percepção da saúde mental em estudantes (A5, A21)**” reflete o comprometimento do bem-estar dos alunos. Melo e colaboradores (2021) encontraram escores reduzidos de autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem, relacionados à presença de sintomas ansiosos e depressivos, especialmente nos primeiros anos da graduação. Em contrapartida, Rosendo *et al.*, (2022) observou relação entre ter maior nível de resiliência e cursar períodos mais iniciais, bem como ter melhor autopercepção sobre a saúde e estar em processo psicoterapêutico.

Em geral, existe a necessidade de cuidados efetivos e atrativos à saúde mental no âmbito acadêmico, enfaticamente nos primeiros semestres, em que as intervenções focadas no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e resiliência podem contribuir para o desenvolvimento de indivíduos mais preparados para lidarem com suas emoções, frustrações, pressões e saúde (MELO *et al.*, 2021; ROSENDO *et al.*, 2022).

A saúde mental dos estudantes é uma preocupação crescente, uma vez que esses indivíduos enfrentam desafios únicos de conciliar as demandas acadêmicas, pessoais e familiares. A combinação de tantas necessidades pode gerar níveis diferentes de estresse, sentimentos de exaustão, ansiedade e depressão. Esse equilíbrio/desequilíbrio delicado pode levar a um impacto significativo na saúde mental dos estudantes.

CONCLUSÃO

Atendendo ao objetivo proposto, os resultados dessa pesquisa de evidências científicas sobre a saúde mental de estudantes de enfermagem, estiveram relacionados a seis ideias centrais: fatores de adoecimento entre estudantes, epidemiologia do adoecimento mental; saúde mental de estudantes na pandemia; ideação suicida entre estudantes; estratégias de promoção à saúde mental; e auto percepção da saúde mental em estudantes. Ao final do estudo, conclui-se que a saúde mental dos estudantes pode estar em risco.

Portanto a pesquisa evidenciou a realidade atual dos estudantes universitários, trazendo consigo as consequências que podem se estender a longo prazo, desde a presença de transtornos comuns, depressão, ansiedade, isolamento social, e sofrimento mental, até situações mais complexas como ideação suicida.

Os dados encontrados mostram a necessidade de intervenções urgentes nas promoções à saúde mental dos universitários, considerando a presença de fatores de risco modificáveis. A oferta de ações integradas com características pedagógicas e curriculares durante o período acadêmico é premente no meio. Para tanto, é importante que as instituições de ensino revejam a estrutura de seus currículos, preparem os alunos para lidar com os estresses e organizem seu tempo, para que possam conduzir suas atividades acadêmicas de maneira eficaz, sem afetar sua vida social e familiar.

Além disso, mudanças curriculares, avaliações de conteúdo e metodologia instrucional, gestão adequada de atividades acadêmicas, introdução de terapias alternativas, por meio de redes familiares e sociais, programas de prevenção, estudos de protocolos de intervenção para ajudar a controlar o estresse durante a graduação, programas e estratégias voltadas para a prevenção de pensamentos suicidas e redução de fatores de risco, são os pontos a serem priorizados.

A vida acadêmica traz diversos fatores que influenciam na vida social, além disso, há uma pressão constante para obter bons resultados e atender às expectativas pessoais e familiares, como também a competição entre os colegas de classe pode aumentar a ansiedade

e o medo do fracasso. Muitas vezes, a privação do sono, a má alimentação e a falta de atividade física adequada também podem afetar negativamente o andamento acadêmico. Adoecer mentalmente durante a graduação não é incomum, mas é possível superar esses desafios, com apoio adequado e a busca de equilíbrio na saúde. Por fim, sugere-se a realização de estudos com foco mais direcionado as causas e efeitos de situações acadêmicas específicas.

REFERÊNCIAS

ABREU, V. S. M., Fatores de risco para uso de fármacos do Sistema Nervoso Central entre estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75.2022

ALBUQUERQUE, R. N. D., BORGES, M. D. S., MONTEIRO, P.S. Perfil epidemiológico do suicídio entre estudantes de enfermagem. **Rev. enferm. UERJ**, e45607-e45607. 2019.

ANDIFES. **Plano Nacional de Assistência Estudantil**, maio 2019. _____. Ministério da Educação e Cultura.

ANDRADE, M. T. D., et al. Razões para viver e risco do suicídio em graduandos de uma universidade pública de Pernambuco. **Enferm. foco** (Brasília), p: 1-6.2023.

BALDASSARINI, C. R., Avaliação de um software de promoção da saúde mental para graduandos de enfermagem dos anos iniciais. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 56, 2022.

BOTELHO, L.; CUNHA, C.; MACEDO, M.. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**. v. 5., n. 1, p. 121-136., 2011.

BRITO, M. D. C. C. Análise da ocorrência de estresse entre estudantes de enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 10, n. 6, 2019.

COSTA, A. L. S., et al. Estresse, má qualidade do sono e desfechos negativos a saúde em estudantes de enfermagem/Stress, poor sleep quality and negative health outcomes in nursing students/Estrés, mala calidad del sueño y resultados de salud negativos en estudiantes de enfermería. **Journal Health NPEPS**, v. 6, n. 2, 2021.

FERREIRA, W. M et al. A importância do trabalho de conclusão de curso e sua influência no estado de saúde: percepções de acadêmicos de enfermagem. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 9, n. 2, p. 271-281. 2020.

GAINO, LV. *et al* . O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo*. SMAD, **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto. v.14, n. 2, p. 108-116, 2018.

GUNDIM, V. A., et al. Transtornos Mentais Comuns e rotina acadêmica na graduação em Enfermagem: impactos da pandemia de COVID-19. **Rev. port. enferm. saúde mental**, p. 21-37.2022.

- JANTARA, R. D., et al. Isolamento social e solidão em estudantes de enfermagem no contexto da pandemia COVID-19 [Social isolation and loneliness in nursing students in the context of the COVID-19 pandemic][Aislamiento social y soledad entre estudiantes de enfermería en el contexto de la pandemia COVID-19]. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 30, n. 1, p: 63609.2022.
- LIMA S. L., et al. Estresse no cotidiano de graduandos de enfermagem de um instituto federal de ensino. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 8, 2018.
- LIMA, D.W.D.C., et al. Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 11, 2021.
- MACÊDO, D.P.L., et al. Impacto da pandemia na saúde mental dos discentes de enfermagem no contexto da covid-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 96, n. 39, 2022.
- MACHADO, F.P., et al. Estratégias de coping em situações de ansiedade por graduandos de enfermagem. Portuguese Journal of Mental Health Nursing. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saude Mental**, n. 26, 2021..
- MARTÍNEZ, E. D., et al. (Relação entre a depressão e o apoio social percebido nos estudantes de enfermagem no contexto de comportamentos suicidas. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, 2022.
- MELO, H. E. D., et al. Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021.
- MORAES, S. M. A. B., et al. Risco de suicídio entre estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021.
- MORETTI, FA; HÜBNER, MMC. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional?. **Revista Psicopedagogia**. v. 34, n. 105, p. 258-267, 2017.
- NOGUEIRA, GEC. **Variáveis clínicas e sociodemográficas em adultos com e sem perturbações emocionais: um olhar sobre os clientes de uma Clínica Pedagógica de Psicologia**. FCHS (DCPC) - Dissertações de Mestrado. 2018.
- PINHEIRO, J. M. G., et al. Qualidade de vida, sintomas depressivos e psiquiátricos menores em estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 73, 2020.
- RABELO, LM; SIQUEIRA, AKA; FERREIRA, LS. Desencadeadores do transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem: uma revisão sistemática. **Revista Liberum accessum, Brasília**, v.7, n. 1, p. 1-15. 2021.
- RAULINO, M. E. F. G., et al. Nível de estresse percebido em estudantes de enfermagem em uma universidade pública do brasil. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 25, n. 1, 2021.
- ROSENDO, L. D. S., et al. Relação entre Perfil, Hábitos, Vivências Acadêmicas e Resiliência de Universitários. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, 2022.

SANTIAGO, MB., et al. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 10, n 1, p. 73-84. 2021.

SANTOS, I. L.C., Fatores de estresse em estudantes de enfermagem na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica/Stress factors in nursing students in the realization of theoretical-practical activities of academic training. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 21, 2021.

SILVA, A. F. et al. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30, 2020.

SILVA, AF. *et al.* Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 30, 2020.

Silveira, G. E. L., et al. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, 2021.

SOUZA, M. T ; SILVA, M. D; CARVALHO, R. Integrative review: what is it? How to do it?. **einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010.

TSUDA, M., HAUY, F. N., ZOTESSO, M. C. Investigação das alterações emocionais e comportamentais de universitários iniciantes em Medicina e Enfermagem. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 9, n. 1, p: 35-45. 2020.

VASCONCELOS, E. M. D., et al. Fatores preditivos da síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v.54.2020.