



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE - UFCG**  
**CENTRO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES - CFP**  
**UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM - UAENF**  
**CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

**JÉSSICA DE FREITAS SOARES**

**IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NA VIDA DE ESTUDANTES DO ENSINO  
SUPERIOR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**CAJAZEIRAS-PB**

**2019**

**JÉSSICA DE FREITAS SOARES**

**IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NA VIDA DE ESTUDANTES DO ENSINO  
SUPERIOR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de conclusão de Curso de Graduação apresentado a Unidade Acadêmica de Enfermagem do Centro de Formação de Professores, da Universidade Federal de Campina Grande como requisito parcial para a obtenção de título de Bacharel em Enfermagem.

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup> Dra. Aissa Romina Silva do Nascimento

**CAJAZEIRAS-PB**

**2019**

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação - (CIP)  
Iustivan Coelho dos Santos Vasconcelos - Bibliotecário CRB 15-764  
Cajazeiras - Paraíba

56761 Soares, Jéssica de Freitas.  
Impactos da saúde mental na vida de estudantes do ensino superior:  
uma revisão integrativa / Jéssica de Freitas Soares. - Cajazeiras, 2019.  
43f. il.  
Bibliografia.

Orientadora: Prof.ª Dra. Aíssa Rosanna Silva do Nascimento.  
Monografia (Bacharelado em Enfermagem) UFCG CFP, 2019.

I. Saúde mental. 2. Estudantes de ensino superior. 3. Acadêmicos. 4.  
Vivências acadêmicas. I. Nascimento, Aíssa Rosanna Silva do. II.  
Universidade Federal de Campina Grande. III. Centro de Formação de  
Professores. IV. Título.

UFCG CFP BS

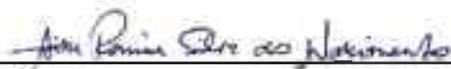
CDU - 613.86

**JÉSSICA DE FREITAS SOARES**

**IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NA VIDA DE ESTUDANTES DO ENSINO  
SUPERIOR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

TCC aprovado em: 05/12/2019

**BANCA EXAMINADORA**



---

Profª. Dra. Aissa Romina Silva do Nascimento  
UAENF-CFP-UFCG  
(Orientadora)



---

Profª. Dra. Anúbes Pereira de Castro  
UAENF-CFP-UFCG  
(Examinadora)



---

Profª. Dra. Nozângela Maria Rolim Dantas  
UAE-CFP-UFCG  
(Examinadora)

**CAJAZEIRAS-PB**

**2019**

Dedico este trabalho a todos os discentes que passaram por algum problema psicológico durante o seu processo de formação acadêmica, em especial a TXXII.

## AGRADECIMENTOS

Por meio desse pequeno texto venho agradecer a todos que contribuíram, mesmo que minimamente, na minha formação acadêmica, demonstrando uma imensa gratidão a tudo que me foi proporcionado, a todo conhecimento adquirido durante essa jornada que ainda está só no começo.

Agradeço primeiramente a Deus, pelo dom da vida, por ser uma pessoa saudável e por ter me dado a oportunidade de traçar um caminho tão bonito durante minha caminhada acadêmica.

Aos meus pais que foram indispensáveis durante toda a minha caminhada acadêmica, por serem compreensivos, amorosos e dedicados, em especial a minha mãe que me ajudou nos momentos em que eu achei que não iria conseguir, sempre me estimulando a fazer o meu melhor, e que até hoje continua a fazer isso. Amo vocês de uma forma que eu não sei nem explicar, vocês dois e nossa família são o meu alicerce.

Aos meus 3 irmãos que sempre me auxiliavam, me animavam e fazem o possível e o impossível para me ver bem, mesmo com todo cansaço e estresse. Eu não seria ninguém sem vocês.

Às minhas melhores amigas de toda a graduação, Myrelle e Elionay, vocês me deram forças em momentos que nem eu sabia o que fazer. E não sabem o quanto fazem a diferença na minha vida, o quanto foram essenciais nessa caminhada acadêmica. Também não poderia deixar de citar Ana Paula, a quarta integrante do nosso grupo, que apesar de todas as brigas e tribulações se manteve unido.

Às minhas amigas Yandra e Jessielly, que tiveram um papel muito importante nessa etapa final do curso, sou extremamente grata a vocês.

Aos meus amigos da graduação, Amanda, Clarice, Danielly, Eduardo, Elionay, Hemerson, Isadora, Jéssica, Kandice, Kaysa, Marcinha, Millena, Núbia, Samara e Wellyta, cada um de vocês me marcou de alguma forma, além de tornarem essa longa caminhada algo mais leve e mais fácil de se viver.

À minha amiga Graziela, por me auxiliar nessa fase da graduação, você foi muito importante;

À minha orientadora Dra. Aíssa Romina, por compartilhar comigo essa caminhada final que é o TCC, e por todo apoio, paciência que teve comigo, além de

ser essa pessoa empática e dona de uma sensibilidade única, que passou por todo esse processo comigo.

À banca examinadora, composta por professora Dra. Anúbes Pereira de Castro e Professora Dra. Nozângela Maria Rolim Dantas, por todas contribuições feitas para a melhora do trabalho.

A todo corpo docente do curso de Enfermagem da UFCG que contribuíram para minha formação acadêmica, sou imensamente grata a todos os ensinamentos passados durante toda essa trajetória.

“O que prevemos raramente ocorre; o que menos  
esperamos geralmente acontece”.

(Benjamin Disraeli)

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

### FLUXOGRAMAS

<b>Fluxograma 1: Seleção de Estudos.....</b>	<b>28</b>
--	-----------

### QUADROS

<b>Quadro 1: Literatura Seleccionada.....</b>	<b>29</b>
---	-----------

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

**BDTD** – Biblioteca Brasileira de Teses e Dissertações

**BDENF** – Banco de Dados da Enfermagem;

**BVS** – Biblioteca Virtual em Saúde;

**CAPS** – Centro de Atenção Psicossocial;

**CFP** – Centro de Formação de Professores;

**LILACS** - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde;

**MEDLINE** – *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*;

**MS** – Ministério da Saúde;

**OMS** – Organização Mundial da Saúde

**PB** – Paraíba;

**SCIELO** – *Scientific Eletronic Library Online*

**UAENF** – Unidade Acadêmica de Enfermagem;

**UFCG** – Universidade Federal de Campina Grande;

**TMM** – Transtornos Mentais Menores

## RESUMO

O início da vida acadêmica traz consigo uma série de mudanças para a vida dos estudantes do ensino superior. Por se tratar de uma época repleta de novas vivências e descobrimentos, alguns universitários não conseguem reagir bem a todas essas mudanças e isso faz com o mesmo acabe desenvolvendo algum problema psicológico, o que pode causar uma série de impactos na vida acadêmica do mesmo, podendo levar a uma diminuição do seu rendimento, problemas de interação social e biológicos, além do desenvolvimento de comportamentos de risco. Objetivo: analisar os principais impactos vivenciados por estudantes do ensino superior após o início da sua vida acadêmica. Metodologia: trata-se de um estudo de revisão integrativa de caráter exploratório. A primeira etapa, partiu do interesse pela temática, seguida da elaboração da questão norteadora: Quais os principais problemas de saúde mental são enfrentados por estudantes do ensino superior e de que forma estes podem impactar a sua trajetória acadêmica? Dando continuidade, o local onde foi realizada a pesquisa se deu através nas bases de dados BVS, LILACS, MEDLINE e BDNF, também foram consultados os sites do Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde (OMS). com estudos sem delimitação de tempo. Considerações finais: Os dados analisados revelaram que o início da vida acadêmica traz consigo uma série de mudanças para a vida dos acadêmicos, nos mais diversos âmbitos, como: social, psicológicos, econômicos e afetivo. Sendo que, muitas vezes a entrada na universidade faz com que os acadêmicos se distanciem da sua família, acarretando sofrimentos psíquicos ainda maiores.

**Palavras-chaves:** Saúde mental. Ensino superior. Acadêmicos. Vivências acadêmicas.

## ABSTRACT

The beginning of academic life brings with it a series of changes for the lives of higher education students. Because it is a time full of new experiences and discoveries, some college students cannot react well to all these changes and this causes the same developing some psychological problem, which can cause a series of impacts on the academic life of it. lead to decreased income, social and biological interaction problems, and the development of risk behaviors. Objective: To analyze the main impacts experienced by higher education students after the beginning of their academic life. Methodology: This is an exploratory integrative review study. The first step was based on the interest in the theme, followed by the elaboration of the guiding question: What are the main mental health problems faced by higher education students and how can they impact their academic career? Continuing, the place where the research was conducted was through the databases VHL, LILACS, MEDLINE and BDNF, were also consulted the websites of the Ministry of Health, World Health Organization (WHO). with studies without time limits. Final considerations: The data analyzed revealed that the beginning of academic life brings with it a series of changes for the life of academics, in the most diverse areas, such as: social, psychological, economic and affective. Being that, many times the entrance in the university makes the students distance themselves from their family, causing even greater psychological sufferings.

**Keywords:** Mental Health. Higher education. Academics. Academic experiences.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>14</b>
<b>2</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	<b>16</b>
	2.1- LOUCURA E SAÚDE MENTAL- CONSIDERAÇÕES HISTÓRICAS .....	<b>16</b>
	2.2- SAÚDE MENTAL NO BRASIL: DO SURGIMENTO DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA À REFORMA PSIQUIÁTRICA .....	<b>17</b>
	2.3 REFORMA PSIQUIÁTRICA .....	<b>20</b>
	2.4 VIDA ACADÊMICA E SAÚDE MENTAL .....	<b>21</b>
<b>3</b>	<b>TRANSTORNOS MENTAIS DOS TEMPOS MODERNOS</b> .....	<b>23</b>
	3.1 ANSIEDADE: .....	<b>23</b>
	3.2 DEPRESSÃO: .....	<b>24</b>
	3.3 SUICÍDIO: .....	<b>25</b>
<b>4</b>	<b>PERCURSO METODOLÓGICO</b> .....	<b>26</b>
	4.1 TIPO DE ESTUDO .....	<b>26</b>
	4.2 FONTES CONSULTADAS .....	<b>27</b>
	4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO .....	<b>27</b>
<b>5</b>	<b>DISCUSSÃO</b> .....	<b>29</b>
<b>6.</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>40</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>42</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente, quando se fala em saúde, muitas pessoas ainda têm uma visão que por vezes dissocia a saúde mental da saúde física, levando em consideração no processo saúde-doença apenas fatores biológicos, físicos, objetivos e cientificamente explicáveis, uma vez que essa era a visão tida por profissionais de saúde e comunidade científica até meados do século XX, em que predominava o modelo de saúde biomédico, que tinha o enfoque apenas na doença. Apenas após esse período, é que a comunidade científica e os profissionais de saúde começaram a considerar os fatores físicos, sociais e culturais, mesmo que agindo de forma separada. Atualmente, o indivíduo já é visto no seu contexto biopsicossocial, fazendo com que outros fatores sejam levados em consideração no momento que ele chega ao serviço de saúde (ALMEIDA, 2014).

Existem uma série de fatores que podem interferir a definição do termo Saúde Mental, sendo assim, não se tem uma descrição exata, uma vez que ela pode ser influenciada por condições de trabalho, julgamentos subjetivos, diferenças culturais, discriminação de gênero, orientação sexual e estilo de vida. Sendo assim, saúde mental está diretamente ligada a qualidade de vida, uma vez que ter saúde mental, significa muito mais que não possuir transtornos 'mentais, mas sim está bem consigo e ter capacidade de exercer suas atividades de vida diária sabendo como conviver com tensões, mudanças emocionais, pressão social e possíveis riscos do dia a dia. Mas para que isso seja possível, é de extrema importância que o ambiente em que se vive seja adequado e ofereça os recursos necessários para que as pessoas consigam enfrentar esses desafios (OMS, 2016).

Dessa forma, a partir dessa concepção, se torna importante enfatizar sobre a saúde mental dos estudantes do ensino superior, onde tem sido foco na literatura, por estes terem sido alvo de preocupação crescente, ultimamente. Pois, os estudantes do ensino superior ao entrar na faculdade, passam por uma série de transformações, físicas, psicológicas, biológicas e sociais, no qual precisam abandonar hábitos construídos ao longo de suas vidas escolares e se adaptar ao novo ambiente, buscando sua autonomia, e esse processo demanda tempo e esforço (GRANER, 2019). Assim, exige do estudante muito esforço, dedicação e por muitas vezes se torna uma sobrecarga para o mesmo, fazendo com que sinta incapaz e com isso torna-os propensos a desenvolver problemas psicológicos, que por vezes são

desconhecidos, quando não diagnosticada e tratada, esses problemas poderá trazer implicações significativas no sucesso acadêmico e nos relacionamentos sociais destes indivíduos.

São inúmeros fatores que podem contribuir para o desenvolvimento de problemas que prejudicam a saúde mental desses indivíduos, problemas estes que provocam impactos marcantes e duradouro na saúde e bem-estar do mesmo, comprometendo o seu desenvolvimento e maturidade (cognitiva, psicossocial e vocacional), além de interferir no percurso acadêmico, diminuindo o rendimento escolar e aumentando a taxa de abandono (NOGUEIRA, 2017).

Uma das maneiras de ajudar o estudante com sua saúde mental prejudicada, é através do suporte social que pode ocorrer por meio de recursos que podem ser oferecidos por todos que cercam a pessoa, fornecendo apoio emocional importante e oportunidade de compartilhar interesses comuns e situações em que o indivíduo se sinta compreendido e respeitado. É importante ressaltar que não é apenas a presença desses recursos que proporciona o suporte social, é a percepção que a pessoa tem de tal presença que torna o suporte eficaz (PADOVANI, 2014).

Dessa forma, o presente trabalho torna-se relevante, levando em consideração a importância social da temática abordada e os altos índices dos problemas de saúde mental na atualidade, para que a partir dessa análise possa se ter um melhor entendimento dos fatores associados a esse problema. A iniciativa para explorar essa temática se deu a partir de um interesse pessoal, associado a vivências do cotidiano acadêmico. Para isso foi elaborada a seguinte questão norteadora: Quais os principais problemas de saúde mental são enfrentados por estudantes do ensino superior e de que forma estes podem impactar a sua trajetória acadêmica? Tendo como objetivo identificar na literatura os problemas que influenciam a saúde mental de discentes das instituições de ensino superior.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1- Loucura e Saúde Mental- Considerações Históricas**

Ao longo do tempo, a visão da sociedade sobre a saúde mental foi sendo modificada, seguindo crenças, costumes e comportamentos de cada época, sendo assim, em determinados períodos de tempo ela foi sendo tratada de formas distintas. Ao fim da Idade Média, a lepra, que um dos principais problemas que se tinha até então, desaparece e com isso também desaparecem os leprosários, lugar destinado ao isolamento de pessoas que possuíam essa patologia. Com isso, os valores e a imagem atribuídos aos personagens portadores da lepra passam a ser associados a pessoa em sofrimento mental, fazendo com que a pessoa classificada como louca ficasse em um espaço moral de exclusão na sociedade, o que acabou gerando um fenômeno social bastante complexo (FOUCAULT, 1978).

Durante o período da Renascença a exclusão da loucura na sociedade se dava através do Nau de Loucos, que eram embarcações que tinham por objetivo expulsar os loucos das cidades e transportá-los para um território distante e isolado. Na época, medidas como essa tinham uma única utilidade social, que visava garantir a segurança dos cidadãos e através disso evitar que os loucos ficassem vagando livres pela cidade. Essa viagem no Nau de Loucos, além de significar a exclusão dos loucos da sociedade, também ocupava um espaço no imaginário na sociedade, pois era vista como uma viagem simbólica que visava uma busca da fortuna e da revelação dos destinos desses loucos, além de visar a revelação das verdades dessas pessoas, o que fez com que a loucura representasse uma experiência cósmica para a sociedade durante a Renascença (FOUCAULT, 1978).

Já a partir do século XVII, sob uma forte influência do Classicismo e com isso, sob influência da predominância da razão, a loucura passou a ser vista de uma forma diferente, sendo associada pela primeira vez ao internamento, de forma semelhante a lepra, que até o início da Idade Média era tratada com medidas de aprisionamento e exclusão social. Um dos destaques desse período, é que o internamento não tinha nenhuma ligação com decisões médicas, mas sim uma determinação de um tribunal jurídico, que julgava e decidia o futuros das pessoas em sofrimento mental sem levar em consideração fatores médicos ou psicológicos, mas sim fatores sociais, morais e religiosos. Essa associação entre loucura e internamento é levada até o fim do século

XVIII, quando o louco passa a ser visto de outra maneira na sociedade e o internamento passa a não ser mais uma forma de tratamento. A partir dessa época, o internamento passa a ser uma medida adotada para o confinamento de pessoas como as prostitutas, os libertinos e os enfermos (FOUCAULT, 1978).

As experiências proporcionadas pelo internamento até o fim do século XVIII, fizeram com que a loucura fosse sendo objeto de estudo, e com isso, foi possível se ter uma evolução na forma de entender o indivíduo que era tido como louco, levando em consideração as suas particularidades foi sendo observado que eles possuíam diferenças, apesar de serem mantidos no mesmo espaço e nas mesmas condições. A partir de então, a loucura passou a ser entendida de outra forma e adquire uma linguagem própria, o que faz com que ela ganhe mais espaço (FOUCAULT, 1978).

Somente a partir do início do século XIX é que se tem uma conquista que revolucionou a loucura, quando a teoria médica começa a ser associada ao espaço do internamento, se tem origem a psiquiatria positivista, uma vez que foi possível perceber que as medidas tomadas até então não traziam nenhum benefício a pessoa em sofrimento mental. Com isso, as casas de internamento passam a dar lugar aos asilos, com isso esses espaços deixam de ter um objetivo de correção e exclusão e passam a ser usados com um fim terapêutico (FOUCAULT, 1978).

## **2.2- Saúde Mental no Brasil: Do surgimento da Santa Casa da Misericórdia à Reforma Psiquiátrica**

No Brasil, até o ano de 1830 as pessoas em sofrimento mental eram classificadas como loucas, somente a partir dessa data é que a Sociedade de Medicina do Rio de Janeiro decide que deve ser realizado um diagnóstico dessa parte da população e com isso, elas passam a ser consideradas como doentes mentais e a partir disso é vista a necessidade de se ter um local próprio para a reclusão e tratamento dessas pessoas. Assim, são criadas as Casas de Misericórdia para abrigar em seus porões essa parte da população do Rio de Janeiro, mas em 1835 José Martins da Cruz Jobim, um dos pioneiros da psiquiatria no Brasil, faz uma discurso denunciando as condições insalubres em que se encontravam esses locais, que estavam em péssimas condições (BRASIL, 2010).

No ano de 1852, seguindo o decreto nº: 82 de 18 de julho de 1841 criado por Dom Pedro II, o Brasil inaugura o seu primeiro manicômio, e se torna o primeiro país

da América Latina a fundar um manicômio no século XIX, que inicialmente foi nomeado de Hospício Dom Pedro II, que ficou conhecido popularmente como o Palácio dos Loucos. As condutas adotadas nesse manicômio eram baseadas em medidas adotadas no alpinismo existente na França, em 1956 de acordo com relatórios o mesmo passa a ser acusado de superlotação, e além disso, foi possível identificar que lá estavam sendo recebido tanto pacientes em sofrimento mental quanto indigentes. Após passar por algumas mudanças no ano 1890 passa a ser chamado de Hospital Nacional dos Alienados. A criação desses manicômios tinha por objetivo criar locais em que as pessoas em sofrimento mental pudessem ser tratadas de uma forma normatizada que tinha por objetivo discipliná-las, além de tentar produzir comportamentos socialmente aceitos, retirá-los da convivência em sociedade e facilitar as intervenções psiquiátricas (MELO, 2012).

Somente em 1903, por meio do decreto nº 1.132, de 22 de dezembro de 1903, é criada a Lei de Assistência aos Alienados, que foi a primeira legislação brasileira criada especificamente para tratar as pessoas em sofrimento mental, que na época eram classificados como alienados. Mas essa legislação só foi promulgada no ano de 1912, juntamente com a regulamentação da psiquiatria como uma especialidade médica autônoma e reconhecida, o que fez com que houvesse um grande aumento no número de instituições destinadas ao tratamento de pessoas em sofrimento mental através da internação. A institucionalização da pessoa em sofrimento mental nessa época era feita tendo por objetivo a segregação e exclusão social, além de utilizar métodos que só levavam em consideração o foco na doença, fazendo com que eles não tivessem nenhuma autonomia no seu tratamento, além de não ter as suas vontades respeitadas, sendo submetidos a condições degradantes e tratamentos desumanos (FREITAS, 2018).

Somente a partir de 1950 ocorreram mudanças nas políticas de saúde mental na sociedade como um todo, que tiveram início em países europeus como França e Itália, além dos Estados Unidos no continente americano. Essas mudanças só chegaram ao Brasil um certo tempo depois, o que deu início ao processo da reforma psiquiátrica na década de 70, e se intensificaram somente após a década de 80 e 90, tendo como principal aliado o Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental, que tinham por objetivo reivindicar mudanças na forma de tratamento da pessoa em sofrimento mental, juntamente com demais componentes da sociedade como um todo, além de familiares, usuários e outras associações que apoiavam a causa. Essa

busca da sociedade por mudanças ficou conhecida como o movimento da luta antimanicomial, que visava a desinstitucionalização (HIRDES, 2009).

A partir do processo que deu origem a Reforma psiquiátrica ocorreram uma série de mudanças e uma reorientação no modelo assistencial que se tinha até então, que incluem mudanças na maneira de cuidar os pacientes, deixando o modelo que visava a internação e focando no acolhimento, mudanças na rede de atenção psicossocial, além de mudanças no olhar o paciente como um todo deixando de lado a visão centrada somente na doença, levando em consideração o indivíduo na sua totalidade, levando em consideração todo o seu contexto biopsicossocial (BRASIL, 2013).

Em 1989, a luta antimanicomial ganhou mais força, uma vez que o Deputado Paulo Delgado enviou um Projeto de Lei para o Congresso Nacional, que tinha por objetivo acabar progressivamente com os manicômios no Brasil, além iniciar um processo de normatização dos direitos das pessoas em sofrimento mental, garantindo assim direitos e mais autonomia. Esse fato é um marco muito importante na história da saúde mental, uma vez que a partir dele é que se tem verdadeiramente o início da reforma psiquiátrica no poder legislativo e executivo brasileiro. Somente após um longo período de tempo, mais especificamente, em abril de 2001 é que ocorre a promulgação da PL, dando origem a Lei da Reforma Psiquiátrica, a Lei nº: 10.216 de 06 de abril de 2001, o que mudou drasticamente a forma que os problemas mentais eram tratados a partir de então. (FREITAS, 2018).

### 2.3 Reforma Psiquiátrica

A reforma psiquiátrica foi implementada no Brasil a partir da promulgação da lei nº: 10.216 de 06 de abril de 2001, após um período de muita luta dos movimentos sociais que defendiam o fim do modelo manicomial e hospitalocêntrico, associado a implementação da rede de atenção psicossocial. O que representou um grande salto na forma de se trabalhar a saúde mental no Brasil, mudando quase que totalmente a visão tida pela sociedade, uma vez que se tinha uma naturalização do internamento compulsório da pessoa em sofrimento mental. A partir dessas mudanças, as ações em saúde mental passaram a ser descentralizadas, humanizadas e adequadas a realidade de cada um dos pacientes (BRASIL, 2013).

Uma grande aliada nesse processo é a rede de atenção básica, que por estar mais próxima da comunidade como um todo, tem uma facilidade maior em executar ações de saúde, trabalhar estratégias que visam a integração dessa população na comunidade geral, além de diminuir o estigma, proporcionar aos profissionais uma facilidade maior em desenvolver intervenções que envolvam a família dos pacientes e além disso, integrar a família no cuidado, identificar problemas que possam influenciar diretamente na saúde dos mesmos, além de facilitar o acesso ao cuidado (BRASIL, 2013).

A partir das pautas discutidas durante a III Conferência Nacional de Saúde Mental, realizada em 2001, foi decidido que deveriam ser criados serviços para substituir os serviços de internação das pessoas em sofrimento mental, que deveriam ser instituições de atenção diária, localizados dentro do território, que deveriam ser classificados de acordo com a sua complexidade. A partir disso, foram criados os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), organizados em três tipos diferentes CAPS I, CAPS II e CAPS III, que são classificados em ordem crescente, de acordo com o grau de complexidade do público atendido (MENDES, 2012).

Os CAPS's surgiram com uma proposta totalmente diferente das instituições que se tinham até então, sendo considerado uma grande inovação, uma vez que nele a atenção aos pacientes se dá através de toda uma equipe multiprofissional diversificada que trabalha a interdisciplinaridade durante o processo de acompanhamento, diferente do que se tinha até antes, onde o espaço nas instituições era centrado ao cuidado médico, que muitas vezes acabava não sendo eficaz o suficiente. Por ser um serviço composto por profissionais de diversas especialidades,

o CAPS está apto a atender pacientes em todas as fases da vida, em situações de crise ou não, além de ser um serviço que presta atendimento aos usuários dependentes de álcool e outras drogas (BRASIL, 2013).

## **2.4 Vida Acadêmica e Saúde Mental**

A transição do fim do ensino médio para o início da vida acadêmica é um momento muito esperado na vida dos estudantes, por se tratar de uma fase de mudanças e de descobrimento profissional e pessoal. Nisso a universidade se constitui como um espaço fundamental para o desenvolvimento dessas habilidades, além de ser um espaço de convivência do estudante com os demais acadêmicos. Na maioria das vezes, esse processo ocorre juntamente com a passagem do final da adolescência para o início da vida adulta e acaba sendo um período complexo, o que gera uma série de impactos na vida desses estudantes, associado a novas demandas originárias da vida acadêmica, o que requer uma adaptação à nova realidade o que pode acabar se tornando um agente estressor e impactando na qualidade de vida (ARIÑO, 2018).

Essa fase de adaptação é caracterizada por muitos acadêmicos como complexa, por ser um período em que é necessário enfrentar uma rotina com novas cobranças, um ritmo de estudo mais acelerado, novas formas de avaliação, a inserção em um novo grupo social e novas metas, além de ser um período que, na maioria das vezes das vezes, é marcado pelo distanciamento da família, já que muitas vezes é necessário que o estudante saia da sua cidade natal e passe a morar em outro local. Na busca de tentar amenizar essa realidade e enfrentar os problemas, muitos acadêmicos acabam utilizando de forma abusiva drogas lícitas e ilícitas, o que pode favorecer ainda mais o desenvolvimento de novos problemas, e em casos mais complexos, a dependência química (RAMOS, 2018).

Então, devido a todos esses fatores descritos acima, os acadêmicos se veem inseridos em uma comunidade desconhecida, deslocados de sua realidade rotineira, sem amigos, lidando com novos agentes estressores, muitas vezes compartilhando a moradia com colegas de classe, ou acadêmicos da mesma instituição. Junto a tudo isso, também vem a necessidade de gerenciar o seu dinheiro, controlando gastos, priorizando o suficiente para se ter uma melhor qualidade de vida possível, limitando

muitas vezes os gastos com atividade da vida social e alguns gastos supérfluos (CANHA, 2009).

### **3 Transtornos Mentais dos Tempos Modernos**

#### **3.1 Ansiedade:**

A ansiedade é uma patologia que está associada a um grupo heterogêneo de transtornos e atinge atualmente cerca de 10% da população, mas que muitas vezes é confundida pela sociedade geral com sintomas de ansiedade cotidiana, que sempre tem uma causa conhecida. Possuindo sintomas e comportamentos que muitas vezes se estão associados a mais de uma patologia, sendo que de todos eles, o mais comum é a ansiedade patológica, que pode se apresentar de forma tanto cognitiva, quanto física, com esses sintomas associados ou separados ((BRUNONI, 2008).

Quando seus sintomas se apresentam de forma cognitiva, a pessoa ansiosa passa a ter pensamentos com antecipações negativas e desastrosas de eventos futuros, medo excessivo de algo ou alguém, comportamento imitativo ou recluso da sociedade, insônia severa, entre outros. Em casos em que os sintomas da ansiedade se apresentam de forma física, a pessoa ansiosa apresenta uma série de sintomas como taquicardia, sudorese, dor abdominal, dores musculares, falta de ar, que são tidos como sintomas de liberação autonômica (BRUNONI, 2008).

Além dessas duas formas mais comuns, a ansiedade ainda pode se apresentar de uma forma menos comum, em que os seus sintomas são mais severos e podem chegar a causar a cisão da consciência, que é caracterizado como um mecanismo de defesa que tem por objetivo dispersar impulsos destrutivos, levando a um desencadeamento de fenômenos dissociativos, que podem se apresentar de diversas formas, como: alucinações, amnésias seletivas e perda temporária da identidade. Muitas vezes a ansiedade está associada a outras doenças, como síndrome do pânico, fobia social, agorafobia e transtorno obsessivo compulsivo, mas em alguns casos, a pessoa ansiosa acaba desenvolvendo essas patologias em associação a ansiedade. Nas suas diversas formas de apresentação, a ansiedade patológica vai ser tratada através da associação de psicotrópicos estabilizadores de humor como o Lítio, Malpronto, Carbamazepina e Olanzapina, associados a agentes ansiolíticos (BRUNONI, 2008).

### 3.2 Depressão:

A depressão é um transtorno do humor caracterizado pelo sentimento de apatia e pela falta e/ou perda do prazer na realização das atividades de vida diária e representa um grave problema de saúde pública, tanto por ser um problema que possui alta prevalência atualmente, quanto por gerar uma série de impactos na vida da pessoa em sofrimento mental. De acordo com um relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS), entre os anos de 2005 e 2015 o número de pessoas com depressão no mundo aumentou cerca de 18%, atingindo um total de 332 milhões de pessoas, já no Brasil a depressão atinge cerca de 11,5 milhões de pessoas, o que representa um total de 5,8% da população (GUIMARÃES, 2018).

As principais alterações causadas pela depressão podem ser divididas em 5 grupos distintos: Alterações Cognitivas, como: diminuição da capacidade de raciocínio adequado e coerente e dificuldades para realizar atividades que exijam uma maior concentração e diminuição na capacidade da tomada de decisões; Alterações Psicomotoras, como: sensação de fraqueza e cansaço, fadiga e lentidão; Alterações do Sono, como: insônia ou hipersonolência, no qual a insônia é a alteração mais frequente; Alterações do Apetite, como: aumento ou diminuição do apetite, podendo ou não está associada a distúrbios alimentares; Além de alterações no comportamento, como: diminuição do interesse sexual, ideação suicida, retração social e prejuízo nas atividades escolares, ou do trabalho (TADOKORO, 2012).

Assim como a ansiedade, muitas vezes a depressão é confundida de forma errônea pela população com a tristeza duradoura, mas trata-se de uma doença que trás diversas alterações afetivas e sociais por um longo período de tempo, modificando a forma como o indivíduo valoriza a vida e a sua realidade. Ainda não se tem conhecimento de uma causa certa para a depressão, mas já se sabe que fatores do cotidiano podem causar e/ou intensificar os episódios depressivos: mudanças bruscas na vida da pessoa em sofrimento mental, como: a perda de um familiar, demissão, divórcio e até algumas doenças que causam um grande sofrimento (TADOKORO, 2012).

Buscando sempre o melhor para a pessoa em sofrimento mental, para se obter resultado satisfatório no tratamento como um todo, o tratamento medicamentoso deve ser associado a mudanças no estilo de vida, visando promover uma melhor qualidade

de vida e levando sempre em consideração o aspecto biopsicossocial, associada a psicoterapia (TADOKORO, 2012).

### **3.3 Suicídio:**

Ao longo da história da humanidade, o suicídio vem sendo um fenômeno social presente desde os primórdios e está associado a uma série de fatores biológicos, psicológicos, sociais, ambientais, morais e culturais. Assim como a depressão, o suicídio também é considerado como um grave problema de saúde pública, mas apesar da gravidade, se a tendência suicida for identificada em um período de tempo oportuno, ele pode ser evitado, através de medidas relativamente simples baseadas em evidências presentes na literatura e com baixo custo financeiro (BRASIL, 2018).

O comportamento de pessoas em sofrimento mental que incluem planos, pensamentos e tentativas de suicídio, são classificados pela OMS como comportamento suicida. Além dessa classificação da pessoa que possui comportamento suicida, a OMS identificou as três principais características no comportamento das pessoas que tentam cometer o suicídio, que são: 1º Ambivalência: Um conflito interior entre o desejo de morrer e o desejo de viver, procurando através da dor e da morte a alternativa mais rápida e eficaz para fugir das angústias da vida; 2º Impulsividade: pensamentos e sentimentos negativos, que impulsionam a pessoa em sofrimento mental a cometer o suicídio; 3º Rigidez: pensamentos fixos e recorrentes sobre suicídio, tido por essas pessoas como a única estratégia para solucionar os seus problemas (BRASIL, 2018).

De acordo com a OMS, todos os anos, cerca de 800 mil pessoas perdem sua vida através do suicídio, sendo que 79% de todos esses casos ocorrem em países de que são classificados como de baixa e média renda. Sendo que, ele é classificado como a segunda principal causa de morte entre os jovens de 15 a 29 anos. Nos anos de 2012 a 2016 no Brasil ocorreram em média 11 mil suicídios, dos quais 3.043 foram cometidos por jovens, se tornando a quarta causa de morte entre esse grupo (BRASIL, 2018).

## **4 Percurso Metodológico**

### **4.1 Tipo de Estudo**

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura, por ser uma abordagem metodológica que permite realizar uma ampla discussão sobre a temática escolhida, permitindo incluir os mais diversos estudos, tanto da literatura empírica, quanto da literatura teórica, além de abordagens quantitativas e qualitativas, afim de compreender o fenômeno analisado na sua totalidade, tendo como base o conhecimento pré-existente do tema estudado. (POMPEO; ROSSI; GALVÃO, 2009).

De acordo com Moreira (2004) a revisão de literatura pode reunir e discutir o que foi elaborado ou apresenta-se de forma integrativa, investigando o trabalho de forma ágil. A revisão vai além desse conceito, ela permite observar, para reunir os achados e analisar de maneira criteriosa as publicações do tema em específico.

É um estudo que tem como objetivo levar ao leitor conhecimento, renovação e posicionamento do mesmo e do pesquisador a respeito do tema abordado e do que está ocorrendo, se existe novas publicações, se houve retrocesso, entre outros. A revisão de literatura permite reunir vários artigos em apenas um único, resumindo tudo o que já foi abordado sobre a temática, facilitando a compreensão do leitor (MOREIRA, 2004).

Segundo Botelho, Cunha e Macedo (2011) a construção da revisão, ocorre por meio da síntese de diversos assuntos, resultando em um apanhado geral levando grande entendimento acerca do assunto aos leitores.

Para a operacionalização e melhor execução desta revisão utilizaram-se as seguintes etapas: definição do tema; definição dos critérios de inclusão e exclusão; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados (categorização dos estudos); análise e interpretação dos dados; avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa e apresentação da revisão ou síntese do conhecimento.

## **4.2 Fontes consultadas**

As bases de dados utilizadas para realizar essa revisão foram Biblioteca Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), sendo que dentro dessas foram selecionadas as seguintes bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe e, Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) as quais reúnem publicações de literaturas de países latino-americanos incluindo o Brasil, além disso, também foram consultados os sites do Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde (OMS).

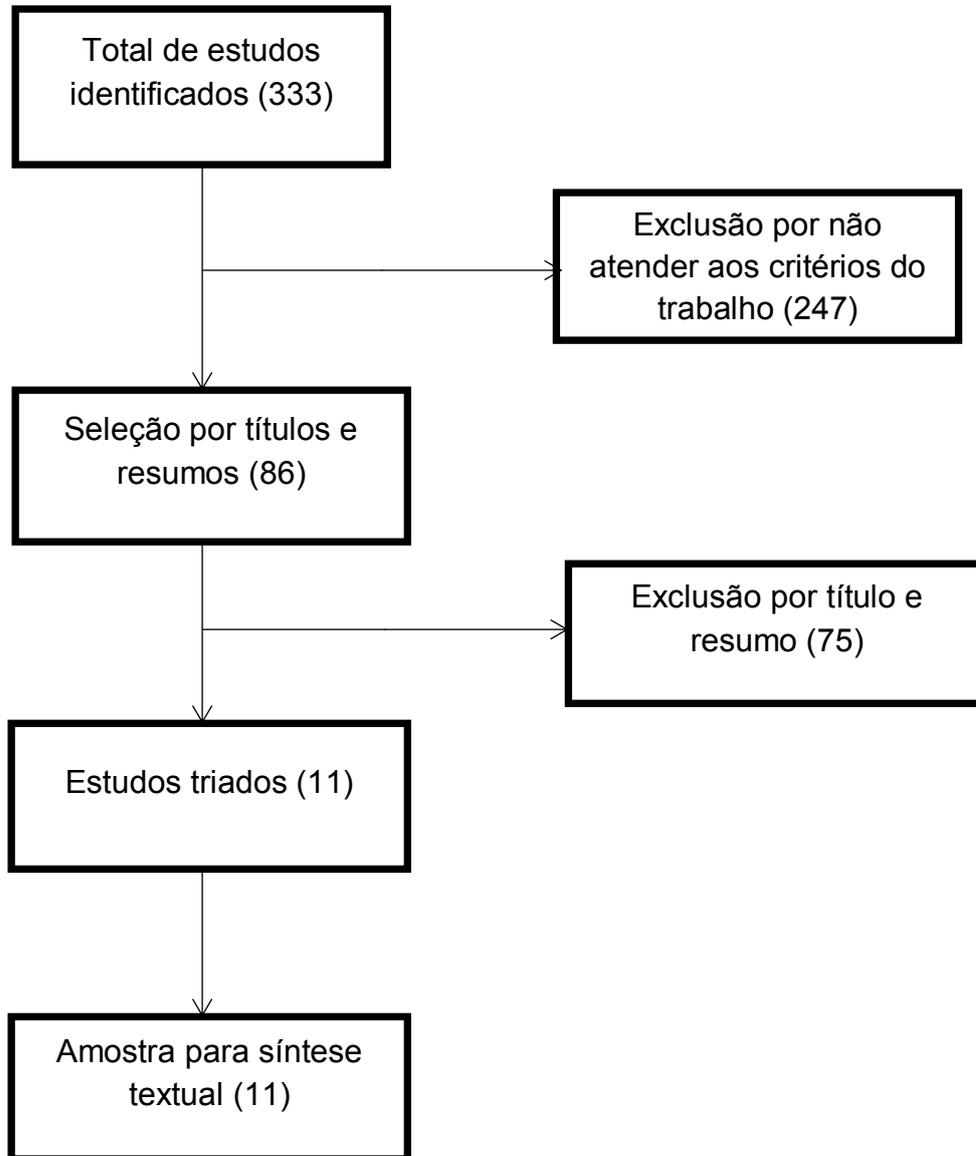
## **4.3 Critérios de inclusão e exclusão**

Os critérios de inclusão foram pesquisas qualitativas ou quali-quantitativas, somente estudos em português, disponíveis gratuitamente nos meios eletrônicos nas referidas bases de dados, em texto completo, sem critério de tempo. Para levantamento dos artigos utilizaram-se as palavras chaves: Saúde Mental, Graduandos, Ensino superior, Vida Acadêmica. Para aumentar o escopo da revisão, foi utilizado o operador booleano AND, como segue: DeCs 1 and DeCs 2 and DeCs 3. Os critérios de exclusão foram: artigos repetidos em mais de uma base de dados, pesquisas que não atendiam ao objetivo do estudo e artigos em inglês ou espanhol.

## **4.4 Análise e interpretação**

À medida que foram empregados os descritores, uma quantidade razoável de pesquisas voltadas para o público acadêmico foi encontrada, mas como é uma área muito ampla e perpassa por inúmeras áreas do conhecimento, foi realizado o direcionamento através da associação dos termos saúde mental e graduandos, diminuindo significativamente o número de pesquisas disponíveis e mais uma vez mostrando a importância de se trazer tal temática ao protagonismo. Assim, após o processo de triagem e leitura seletiva do material, restaram 12 estudos sobre os quais elaborou-se os resultados e discussões pontuando as questões mais recorrentes.

## FLUXOGRAMA 1 – Seleção de estudos



Fonte: Própria Pesquisa/2019

## 5 DISCUSSÃO

A saúde mental é um dos principais aspectos do ser humano, a qual é responsável por influenciar a forma como estes veem a vida e tomam suas decisões. Durante a sua trajetória acadêmica, os alunos do ensino superior são expostos a uma série de desafios, em diversos aspectos, desde enfrentar uma nova rotina de estudos, estabelecimento de vínculos, até mudanças no seu grupo social (FREITAS, MALHEIROS, LOURENÇO, 2018). Portanto, está intrínseco à realidade acadêmica de todos os estudantes universitários, fruto de mudanças sociais, biológicas e psicológicas, gerando impactos em todos os aspectos da sua vida.

A tabela 1, dispõe sob as bases de dados em conformidade com os artigos pesquisados, descrevendo sistematicamente sua apresentação quanto aos seguintes pontos: título, periódico, autor, ano e resultado das pesquisas.

**QUADRO 1 - Literatura Selecionada**

TÍTULO	PERIÓDICO	AUTOR	ANO	RESULTADOS
Holismo só na teoria: a trama de sentimentos do acadêmico de enfermagem sobre sua formação	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Esperidião	2004	Teve por objetivo identificar e analisar a percepção e sentimentos de acadêmicos de Enfermagem a relativos à sua formação como pessoa/profissional no âmbito da Enfermagem, uma vez que essa é uma etapa de muitas descobertas e pouco espaço para o aluno. Levando em consideração que a formação acadêmica tem priorizado conteúdos teóricos e ensinamentos práticos embasados nas inúmeras técnicas através de aulas exaustivas, e que na maioria das vezes, esquece que o aprendizado deve ser norteado por premissas que atendam às questões de caráter mais pessoal, como independência,

				auto iniciativa, responsabilidade, libertação de criatividade e tendência para se tornar mais.
Prevalência de Transtornos Mentais Menores em Estudantes Universitários	Revista Estudos de Psicologia	Cerchiari	2005	Este estudo teve por objetivo estimar a prevalência de Transtornos Mentais Menores (TMM) na população de estudantes universitários. como também verificar a associação de algumas variáveis sociais e acadêmicas com os TMM. E através do mesmo, foi possível observar que os distúrbios psicossomáticos foram os principais problemas de saúde mental da população estudantil universitária com prevalência de 29%, seguido por tensão ou estresse psíquico, com 28%, e falta de confiança na capacidade de desempenho e auto eficácia com 26%. Por fim, foi possível perceber que há uma alta prevalência total (25%) de TMM nos estudantes, o que evidencia a necessidade de um projeto político-pedagógico que vise o bem-estar dessa população e promoção da saúde mental, diagnóstico e tratamento precoce.
Felicidade, Bem-Estar Subjetivo e Comportamento Acadêmico de Estudantes Universitários	Revista Psicologia em Estudo	Coleta	2006	Este estudo teve como objetivo determinar índices de felicidade e bem-estar e sua relação com o comportamento acadêmico. Nele, o autor indica que a concepção de bem-estar

				<p>relatada pelos acadêmicos, passa prioritariamente pela satisfação de exigências relativas à saúde, paz, amizades, amor, dinheiro, família, trabalho, realizações, religiosidade e educação. Enfatizando que esses sentimentos estão diretamente relacionados com a conduta acadêmica, demonstrando-se que os acontecimentos nesta área particular estão associados a uma vida psicologicamente rica e saudável, entre estudantes universitários.</p>
<p>Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de Uma Universidade Privada do Rio Grande Do Sul</p>	<p>Revista Interinstitucional de Psicologia</p>	<p>Brandtner</p>	<p>2009</p>	<p>Este estudo buscou identificar a sintomatologia de ansiedade e depressão em estudantes universitários. A partir dele, foi possível avaliar sintomas de ansiedade e depressão em acadêmicos. Tendo como resultado uma alta comorbidade entre depressão e ansiedade, maiores níveis de ansiedade e depressão entre as mulheres do que entre homens e índices significativamente mais altos de depressão entre alunos de início de curso do que os de final de curso. Através desses resultados, o autor ressaltou a importância da avaliação de aspectos relativos ao bem-estar emocional durante a graduação e da criação de</p>

				serviços de apoio ao estudante.
Satisfação de Vida, Comprometimento Com a Carreira e Exploração Vocacional em Estudantes Universitários	Revista Arquivos Brasileiros de Psicologia	Bardagi	2010	Este estudo teve por objetivo identificar as relações entre satisfação de vida, comprometimento com a carreira e exploração vocacional em alunos de graduação, analisando as questões da exploração vocacional e os aspectos de área de formação e período no curso. Os resultados obtidos confirmam que a experiência universitária é, em grande parte, determinada por estas categorias, influenciando trajetórias acadêmicas, percepções de oportunidades e problemas, entre outros aspectos. Ressaltando que, qualquer proposta de intervenção com alunos de Ensino Superior é de extrema importância e deve considerar essas variáveis em suas formulações.
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	Leão	2018	Este estudo teve por objetivo estimar a prevalência e os fatores associados à depressão e ansiedade em estudantes universitários da área da saúde. Predominou o sexo feminino, estudantes com menos de 20 anos de idade e solteiros. As prevalências de depressão e ansiedade foram de 28,6% e 36,1%, respectivamente. Estudantes

				<p>menos satisfeitos com o curso apresentaram chance quase quatro vezes maior de terem depressão. Destacaram-se ainda fatores de risco como relacionamento familiar insatisfatório e relacionamento com amigos insatisfatório. A prevalência de ansiedade esteve mais associada ao sexo feminino e entre os estudantes que apresentaram relacionamento insatisfatório com familiares, amigos e colegas. Apresentar insônia, não fazer atividade física e maior preocupação com o futuro também apresentaram associação significativa com um quadro de ansiedade.</p>
Fatores Intervenientes na Qualidade de Vida Do Estudante de Enfermagem	Revista de Enfermagem Ufpe On Line	Freitas	2018	<p>Este estudo teve como objetivo avaliar o grau de qualidade de vida dos estudantes concluintes do curso de enfermagem de uma universidade privada acerca dos fatores considerados estressantes. Nele, foi possível observar que a maioria entrevistada é do sexo feminino, com idade entre 23 e 27 anos, que a qualidade de vida destes alunos foi classificada como média a baixa, o que pode ser considerados preocupantes, uma vez que ela implica diretamente no desempenho acadêmico e emocional do</p>

				indivíduo, ocasionando problemas na sua saúde mental.
Relação Entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários	Revista Psicologia em Pesquisa	Ariño	2018	Este estudo teve como objetivo analisar as relações entre ansiedade, depressão e stress com a qualidade das vivências acadêmicas e a auto eficácia. Através dele foi possível perceber que os acadêmicos demonstram uma correlação negativa, estatisticamente significativa, entre ansiedade, stress e depressão e as vivências acadêmicas e, também, com a auto eficácia. Dentre os aspectos relacionados à universidade, carreira e estudo que podem influenciar o aumento do índice de adoecimento desta população, tem-se a baixa qualidade da experiência acadêmica, ou melhor, uma percepção negativa das vivências acadêmicas experienciadas. Considerando a importância dessa etapa para o desenvolvimento cognitivo, pessoal e profissional dos estudantes, é necessário conhecer e intervir sobre essa realidade, para que os estudantes universitários possam vivenciar o período de formação superior sem adoecer

				em decorrência de fatores acadêmicos associados.
Intervenções Psicológicas Com Universitários em Serviços De Apoio ao Estudante	Revista Brasileira de Orientação Profissional	Ramos	2018	O ingresso no ensino superior apresenta desafios, sendo importante oferecer programas que promovam a saúde mental do universitário e o preparem para a realidade profissional e para os desafios da carreira.
Práticas Integrativas e Complementares Na Saúde Mental do Estudante Universitário	Revista Arquivos Brasileiros de Psicologia	Belasco	2019	Um dos grandes desafios hoje para o ensino superior no Brasil é a diminuição da taxa de evasão, pois tem-se um grande investimento na manutenção de cursos públicos, custeados pela sociedade, e muitos deles com pouquíssimos alunos matriculados. Por outro lado, percebe-se a ânsia dos jovens em ingressar no ensino superior público e a dificuldade em manter-se até o final do curso escolhido. A grande maioria dos estudantes da UFSB queixam-se de ansiedade e insônia, devido ao desenvolvimento das atividades acadêmicas, que afetam o ciclo de sono e repouso. a eficácia da acupuntura auricular no tratamento de ansiedade dos universitários na época dos exames, colaborando para a melhora do rendimento dos estudantes.
Revisão Integrativa: Sofrimento Psíquico em	Revista Ciência e Saúde Coletiva	Graner	2019	Este estudo teve por objetivo identificar fatores de risco e proteção para sofrimento psíquico em estudantes

<p>Estudantes Universitários e Fatores Associados</p>			<p>universitários, possibilitando traçar um panorama sobre o sofrimento psíquico e transtornos mentais comuns (TMC) entre estudantes universitários, focalizando especialmente os fatores de risco e proteção a eles associados. As características da vida acadêmica e relacionais foram as que mais frequentemente associaram-se à presença de sofrimento psíquico entre universitários, sendo fatores passíveis de modificação, mostrando a importância do planejamento de intervenções favorecendo o bem-estar dos alunos e vivências mais positivas no ambiente educacional.</p>
---	--	--	---

Fonte: Própria Pesquisa/2019

### *CATEGORIA 1- Pesquisas Neste Tema*

O marco inicial desta pesquisa, é possível perceber que existem uma série de trabalhos na área da saúde mental, mas no que se diz respeito à saúde mental dos discentes do ensino superior, nota-se uma grande escassez de estudos até os anos 2000, o que mostra como essa era uma realidade pouco discutida até o início do século XXI, o que fez com que por muito tempo os aspectos biológicos e sociais não fossem levados em consideração quando se falava em acadêmicos, fazendo com que esse sujeito não fosse visto na sua integralidade e por vezes, anulando a sua saúde mental. A partir dos anos 2000, foi possível perceber um aumento no número de trabalhos relacionados à essa temática, tendo um aumento considerável a partir dos anos de 2018, onde a mesma foi alvo de mais produções acadêmicas. Ariño (2018) destaca que atualmente, frente as necessidades percebidas, vem se desenvolvendo pesquisas para investigar possíveis relações entre as vivências acadêmicas com a saúde dos estudantes, além de tentar identificar possíveis estressores e/ou fatores de risco para a saúde mental dos universitários

### *CATEGORIA 2- Vulnerabilidade Psicológica*

Nesta categoria foram abordados os textos que relacionavam a vida acadêmica com os principais fatores que eram tidos como influência para a saúde psicológica dos discentes.

De acordo com Ariño (2018), por vezes a vida acadêmica está diretamente relacionada ao aumento dos índices de adoecimento dos estudantes, já que a preocupação com a carreira acadêmica muitas vezes é caracterizada como um fator que impacta na saúde mental dos estudantes, além de destacar que acadêmicos que se encontram em situação de vulnerabilidade psicológica tem uma tendência a perceber as vivências pessoais negativas com mais intensidade, além de apresentarem variações de humor, sentimento de tristeza, desorientação e confusão em uma frequência maior.

Leão (2018) destaca que a prevalência dos TMM como ansiedade e depressão em discentes da área da saúde foram muito maiores que entre a população em geral. Atrelado a tudo isso, Ramos (2018) destaca que frente ao adoecimento e o sofrimento psicológico, muitos acadêmicos encontram nas drogas lícitas e ilícitas uma forma de

enfrentar os problemas vivenciados no ensino superior. De acordo com Belasco (2019), as principais queixas relatadas por acadêmicos que se encontram em um estado de sofrimento psicológico são: ansiedade, labilidade emocional, dores cervicais e lombares, insônia, cefaleia, falta de concentração, desânimo e sonolência, sendo que em muitos casos, esses sintomas podem aparecer de maneira associada.

### *CATEGORIA 3- Aspectos de Saúde*

Levando em consideração todos os fatores aos quais os estudantes universitários estão expostos, Ariño (2018), diz que, conhecer melhor o processo do adoecimento na população universitária, pode fazer com que se possibilite pensar em uma formação com uma qualidade de vida superior a que se tem atualmente, e com isso, diminuindo os fatores de risco que poderiam desencadear uma série de problemas psicológicos, gerando novas demandas em saúde, como o aumento de comportamentos de risco.

Graner (2019), diz que os comportamentos de risco desencadeados pelo sofrimento psíquico podem fazer com que o discente tenha dificuldades em conciliar os projetos acadêmicos com sua vida pessoal, facilitando o desenvolvimento de problemas de saúde e estresse. Em seu discurso Leão (2018), relata que uma das principais características referidas por acadêmicos em sofrimento mental é a ansiedade, associada a insônia.

### *CATEGORIA 4- Vivências Acadêmicas*

De acordo com Ramos (2018) a saída do ensino médio e a adaptação ao novo contexto universitário costuma ser uma fase cheia de desafios, para a maioria dos acadêmicos este representa uma nova fase, repleta de atividades complexas em diversos âmbitos, como: acadêmico, pessoal, social e vocacional, associado a isso, também se tem a definição de metas e carreiras a serem atingidas. Associada a essa temática, Graner (2019) diz que as vivências acadêmicas são influenciadas por diversos fatores, como relacionamento com amigos, adaptação à nova rotina, apoio social e emocional.

Além disso Graner (2019) ele identificou que os acadêmicos dos primeiros e últimos períodos foram os que apresentaram um índice de sofrimento mental consideravelmente maior quando comparados a estudantes de outro período, uma vez que esses jovens se deparam com mudanças na vida pessoal e social, sendo que em alguns casos, por esses motivos, discentes pensam em abandonar o curso, percebiam-no como fonte de estresse, desconforto, em especial, durante as avaliações, insatisfação com o curso e baixas expectativas com o futuro profissional apresentaram elevado sofrimento psíquico.

Ariño (2018) fala que os acadêmicos percebem suas experiências dentro da universidade, e, através delas são percebidas as suas vivências, que por vezes são percebidas de maneira mais negativa. A dimensão das vivências que apresentou maior impacto no adoecimento dos graduandos foi a Pessoal e Emocional, onde são avaliadas as percepções de bem-estar. Além disso, ele identificou o curso como fonte de estresse, associado à expectativas ruins em relação à carreira profissional, insatisfação com o curso, ter pouco interesse pelo mesmo e sentir desconforto durante as avaliações, sentimentos negativos, não compartilhar problemas, comer muito/gastar dinheiro, ambos de forma compulsiva, neurotíquíssimo, perfeccionismo e baixa autoestima (GRANER, 2019).

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho de revisão demonstrou que, o início da vida acadêmica traz consigo uma série de mudanças para a vida dos acadêmicos, nos mais diversos âmbitos, como: social, psicológicos, econômicos e afetivo. Sendo que, muitas vezes a entrada na universidade faz com que os acadêmicos se distanciem da sua família, acarretando sofrimentos psíquicos ainda maiores. Ingressar no ensino superior ainda vem sendo caracterizado como um dos principais objetivos dos jovens atualmente e isso faz com que muitos deles idealizem a vida universitária de uma maneira um pouco irreal.

De maneira geral, os 11 artigos selecionados para compor este estudo, trouxeram resultados expressivos frente às vivências acadêmicas relatadas por estudantes do nível superior de ensino, relatando quais os principais problemas enfrentados por esse grupo, além de abordar fatores que estão ligados a esse processo. a exemplo do padrão de sono deficitário. Contudo, também proporcionou vislumbrar acerca de outros fatores de riscos a qual esse grupo está exposto, como: consumo de drogas lícitas e ilícitas, como uma forma de tentar enfrentar os problemas.

O início da vida acadêmica trás consigo uma série de mudanças para a vida dos acadêmicos, nos mais diversos âmbitos, como: social, psicológicos, econômicos e afetivo. Sendo que, muitas vezes a entrada na universidade faz com que os acadêmicos se distanciem da sua família, acarretando sofrimentos psíquicos ainda maiores. Ingressar no ensino superior ainda vem sendo caracterizado como um dos principais objetivos dos jovens atualmente e isso faz com que muitos deles idealizem a vida universitária de uma maneira um pouco irreal.

Quando os acadêmicos não são capazes de enfrentar os problemas que podem surgir durante esse percurso universitário, eles podem desenvolver uma série de problemas psicológicos com o passar do tempo, como ansiedade, depressão, e outros TMM. Muitas vezes o desenvolvimento dessas patologias está atrelado a forma como os acadêmicos enxergam e desenvolvem a sua vida acadêmica, além de como os mesmos enfrentam os problemas decorrentes dessa fase.

A escassez bibliográfica e sua relação com a saúde mental dos acadêmicos é a principal fragilidade encontrada durante a construção desse trabalho, uma vez que esse é tema que ainda é pouco discutido na literatura, o que faz com que ainda não se tenha um embasamento teórico mais completo para discutir essa temática.

Lembrando que o adoecimento mental em acadêmicos é algo cada vez mais frequentes, sendo este quadro é ainda mais crítico ao focar no grupo de acadêmicos da área da saúde. No âmbito da saúde mental dos acadêmicos, é possível perceber que, desde o início do século XXI ocorreu um aumento nas pesquisas acadêmicas nessa temática, mas que ainda não é o ideal, uma vez que a necessidade de entender o processo saúde doença entre esse grupo é extremamente necessário, visando entender melhor o cenário atual.

É importante que as instituições de nível superior e os órgãos públicos disponibilizem de atividades para a valorização das vivências acadêmicas durante o período em que o universitário está inserido no meio acadêmico, fazendo com que essa temática seja mais discutida na sociedade atual. Além de atualizações, capacitações, treinamentos em saúde para os profissionais estarem sempre aptos a intervir de forma humanizada em casos onde a vivência negativa esteja afetando diretamente a vida dos acadêmicos.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J. S. P. **A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: estudo de prevalência e correlação**. 2014. 237 f. Tese (Mestrado em Saúde Mental) - Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, 2014.
- ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. 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, set./dez.2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde mental**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 176 p.
- . Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial**. Brasília: Ministério da Saúde, 2004. 86 p.
- . Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social. **Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros 2012 a 2016**. Universidade de Brasília, Observatório de Saúde de Populações em Vulnerabilidade. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 85 p.
- BARDAGI, M. P. HUTZ, C. S. Satisfação de vida, comprometimento com a carreira e exploração vocacional em estudantes universitários. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 62, n. 1, p. 159-170, 2010.
- BELASCO, Isabel Cristina; PASSINHO, Renata Soares; VIEIRA, Valéria Aparecida. Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 71, n. 1, p. 103-111, 2019.
- BRANDTNER, M. BARDAGI, M. P. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. **Gerai: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 2, n. 2, p. 81-91, 2009.
- BRUNONI, A. R. Transtornos mentais comuns na prática clínica. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 87, n. 4, p. 251-263, 2008.
- CERCHIARI, E. A. N. et al. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia (Natal)**, 2005.
- COLETA, J. A, D. COLETA, M. F. D. Felicidade, bem-estar subjetivo e comportamento acadêmico de estudantes universitários. **Psicologia em estudo**, v. 11, n. 3, p. 533-539, 2006.
- FREITAS, B. L. A EVOLUÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO BRASIL: REINSERÇÃO SOCIAL. **Revista Científica Semana Acadêmica**, Fortaleza, v. 01, p. 126-126, 2018.

GONCALVES, A. M. C. et al. Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. **Revista Jornal Brasileiro de psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 67, n. 2, p. 101-109, jun. 2018.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019. DOI: 10.1590/1413-81232018244.09692017.

GUIMARÃES, A. N., et al. Tratamento em saúde mental no modelo manicomial (1960 a 2000): histórias narradas por profissionais de Enfermagem. **Revista Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 2, n. 22, p. 361-369, 2013.

HIRDES, A. A reforma psiquiátrica no Brasil: uma revisão. **Revista Ciência E Saúde Coletiva**, v. 14, n. 1, p. 297-305, 2009.

LEÃO, A. M. 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 Prevalence and Factors Associated with. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018

MELO, A. F. **História da saúde mental no Brasil: entre a desassistência e a atenção integral**. 2012. 51 p. Monografia (Especialização em Gestão em Saúde) – Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2012.

MENDES, K. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Revista Texto Contexto – Enfermagem**, Florianópolis. v.17, n.4, p.758-764, 2018.

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

PADOVANI, R. C. et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de terapias cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 02-10, jun. 2014.

POMPEO, D. A.; ROSSI, L. A.; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: etapa inicial do processo de validação de diagnóstico de enfermagem. **Revista Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 22, n. 4, p. 434-438, 2009.

RAMOS, F. P. et al. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 19, n. 2, p. 221-232, 2018.

TADOKORO, D. C. Transtornos mentais na atenção primária: uma reflexão sobre a necessidade de organizar e acolher a demanda de usuários do SUS. 2012. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/4829>. Acesso em: 24/09/2019.

VIEIRA, P. P. Reflexões sobre a história da loucura de Michel Foucault. **Revista Aulas**, Campinas, v. 1, n. 3, mar. 2007.