

Impactos da vida acadêmica: Saúde mental e uso de psicofármacos entre estudantes de enfermagem

Impacts of Academic Life: Mental Health and Use of Psychotropic Drugs Among Nursing Students

Impactos de la vida académica: Salud mental y uso de psicofármacos entre estudiantes de enfermería

Dieniffer Luize Vargas Custodio¹

Queli Ghilardi Cancian²

Vilmar Malacarne³

Resumo: A transição do Ensino Médio para o Ensino Superior é responsável por diversas mudanças na vida dos jovens, onde, por vezes, a nova realidade pode impactar na saúde mental, implicando em intervenção psicológica e até mesmo no uso de medicamentos. Este estudo investigou a saúde mental e o uso de psicofármacos entre estudantes de graduação do curso de Enfermagem de uma Universidade de Cascavel/PR. Trata-se de um estudo exploratório, misto (Quali-Quanti), com aplicação de questionários e revisão bibliográfica. Dos 69 participantes, a maioria era do sexo feminino (89,8%). Os resultados indicaram que grande parte percebe sua saúde mental como regular ou ruim, destacando o estresse como fator comum, seguido por diagnósticos de ansiedade e depressão com intervenção clínica e uso de psicofármacos em 18 casos.

Palavras-chave: Estudantes de Enfermagem. Estresse. Psicofármacos. Saúde Mental.

Abstract: The transition from High School to Higher Education is responsible for several changes in the lives of young people, where sometimes the new reality can impact mental health, requiring psychological intervention and even the use of medications. This study investigated mental health and the use of psychotropic drugs among undergraduate Nursing students at a University in Cascavel/PR. It is an exploratory, mixed (Quali-Quantitative) study, utilizing questionnaires and a literature review. Of the 69 participants, the majority were female (89.8%). The results indicated that most perceive their mental health as regular or poor, highlighting stress as a common factor, followed by diagnoses of anxiety and depression, with clinical intervention and use of psychotropic drugs in 18 cases.

Keywords: Nursing Students. Stress. Psychotropic Drugs. Mental Health.

Resumen: La transición de la educación secundaria a la educación superior es responsable de varios cambios en la vida de los jóvenes, donde, a veces, la nueva realidad puede afectar la salud mental, lo que requiere intervención

¹ Graduanda em Enfermagem (PIBIC). Universidade do Oeste do Paraná. <https://orcid.org/0009-0001-3612-5492>. E-mail: dienifferluize@outlook.com

² Doutoranda em Educação; Doutorada em Estudos Globais. Universidade do Oeste do Paraná; Universidade Aberta-PT. <https://orcid.org/0000-0002-6135-1432>. E-mail: quelicancian@gmail.com.

³ Doutor em Educação. Universidade do Oeste do Paraná. <https://orcid.org/0000-0002-5222-4722>. E-mail: vilmar.malacarne@unioeste.br

psicológica e incluso el uso de medicamentos. Este estudio investigó la salud mental y el uso de psicofármacos entre estudiantes de grado del curso de Enfermería en una Universidad de Cascavel/PR. Se trata de un estudio exploratorio, mixto (Cualitativo-Cuantitativo), con la aplicación de cuestionarios y revisión bibliográfica. De los 69 participantes, la mayoría era del sexo femenino (89,8%). Los resultados indicaron que la mayoría percibe su salud mental como regular o mala, destacando el estrés como un factor común, seguido de diagnósticos de ansiedad y depresión, con intervención clínica y uso de psicofármacos en 18 casos.

Palabras clave: Estudiantes de Enfermería. Estrés. Psicofármacos. Salud Mental.

Submetido 05/09/2024

Aceito 19/12/2024

Publicado 07/01/2025

Introdução

O ingresso no Ensino Superior representa um período de transição significativa na vida dos jovens, implicando mudanças importantes em diversos aspectos da vida cotidiana. Assim, a entrada na universidade exige que o estudante se adapte ao novo ambiente, assumindo novas responsabilidades que esta fase de formação impõe. Nesse processo, muitos estudantes precisam mudar de cidade, se afastar da família, arcar com suas próprias despesas e, ao mesmo tempo, lidar com os constantes desafios e pressões acadêmicas (Ribeiro et al., 2018; Freitas et al., 2022).

A rotina do estudante de graduação é bastante intensa, pois o desenvolvimento do curso está diretamente relacionado a uma série de atividades, tanto dentro quanto fora da sala de aula. Grande parte do seu tempo é dedicada a essas atividades, que envolvem estudos, pesquisas e outras demandas acadêmicas. Em decorrência desse contexto, o estudante começa a desenvolver respostas adaptativas que, muitas vezes, resultam em insegurança, ansiedade e pressão nas esferas pessoal, social e familiar (Ferreira et al., 2021).

De acordo com Ferreira et al. (2021) ao longo do curso, o estresse se intensifica devido às atividades acadêmicas e pendências, o que pode agravar-se progressivamente, comprometendo a saúde física e mental do estudante. Quanto à vivência acadêmica, Almeida et al. (2002) *apud* Gundim et al. (2022, p. 4) destacam que:

O estudante, comumente, se sente pressionado e confuso, adquirindo algumas vezes como resultado falta de motivação para estudar, dificuldade de concentração, baixo desempenho acadêmico, reprovação, trancamento de disciplinas e, com isso, evasão. Ressaltando que as vivências acadêmicas estão diretamente relacionadas à qualidade de adaptação do estudante à universidade e à rotina acadêmica, fatores esses que influenciam em seu bem-estar biopsicossocial.

No que diz respeito aos transtornos mentais, estes são definidos como problemas psicológicos com características clínicas, frequentemente associados ao mal-estar e/ou incapacidade nas atividades diárias. As doenças mentais envolvem alterações nas condições de humor, raciocínio e comportamento, podendo afetar o desenvolvimento social e emocional do indivíduo (Gomes et al., 2020).

Considerando o contexto acadêmico e, especificamente, o foco desta pesquisa, a saúde mental dos estudantes de Enfermagem deve ser vista como uma preocupação para as

instituições de ensino que oferecem esses cursos. A sobrecarga de atividades acadêmicas, muitas vezes, pode levar ao adoecimento do estudante. Nesse sentido, o estado de saúde do estudante pode ser um fator decisivo na permanência ou evasão do curso (Penha et al., 2020; Rosa et al., 2022). Da mesma forma, a saúde mental do estudante de Enfermagem é frequentemente negligenciada, o que pode resultar na desistência do curso ou no desenvolvimento de problemas psicológicos, como ansiedade, depressão, ou, em casos mais graves, doenças crônicas (Rosa et al., 2022).

A partir dessa problemática, o presente estudo se propôs investigar a saúde mental e o uso de psicofármacos entre os estudantes de Graduação do curso de Enfermagem de uma Universidade de Cascavel/PR. O estudo justifica-se pela necessidade de promover ações que melhorem o ambiente acadêmico e a qualidade de saúde dos estudantes de graduação.

Percurso metodológico

A proposta de estudo se enquadra na perspectiva mista (quali-quantitativa), exploratória e descritiva, desenvolvida a partir da pesquisa de campo e da revisão bibliográfica. Segundo Hernández Sampieri et al. (2013, p. 548), “[...] a meta da pesquisa mista não é substituir a pesquisa quantitativa nem a pesquisa qualitativa, mas utilizar os pontos fortes de ambos os tipos, combinando-os e tentando minimizar seus potenciais pontos fracos”. No método de pesquisa misto, ambos os métodos são empregados para proporcionar um exame mais aprofundado sobre o tema, o que permite uma maior integração e discussão das informações coletadas.

O estudo exploratório tem como objetivo investigar um determinado tema ou problema de pesquisa que ainda possui poucos estudos e/ou apresenta dúvidas que necessitam de maior exploração. Esse tipo de estudo visa preparar o campo para investigações mais aprofundadas, como os estudos descritivos, correlacionais ou explicativos (Hernández Sampieri et al., 2013).

O desenvolvimento da pesquisa de campo faz parte de um projeto maior intitulado “Qualidade de vida e saúde mental dos estudantes de graduação: um estudo de uma universidade na cidade de Cascavel/Paraná”. Esse projeto investiga diferentes aspectos sociais e ambientais relacionados à qualidade de vida e saúde dos estudantes de diversos cursos de graduação. Importante destacar que a pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética, sendo aprovada sob o parecer de número: 6.082.509 (CAAE: 69255723.4.0000.0107).

Neste estudo, será utilizado parte do instrumento de pesquisa proposto no projeto mencionado, desenvolvido por Cancian (2020), adaptado para os estudantes de graduação. O estudo consiste na aplicação e análise dos blocos das “questões sociodemográficas, relações da saúde geral, relações da saúde mental e uso de psicofármacos”

O público-alvo da investigação foram os estudantes devidamente matriculados no curso de Enfermagem. De acordo com dados fornecidos pela coordenação do curso, a coleta de dados realizada entre os meses de novembro e dezembro de 2023 revelou que o curso de Enfermagem registrava 177 matrículas, conforme apresentado no (Quadro 1).

Quadro 1: Número de matrícula no curso de Enfermagem no ano de 2023⁴

Local/Crs. Grl	Curso	Ser. Atual	F	N	Total
CCSC-23	Enfermagem (CSC0040) Integral BL	1	38	9	47
		2	30	5	35
		3	25	0	25
		4	22	5	27
		5	40	3	43
Total			155	22	177

Fonte: Coordenação do curso de Enfermagem (Unioeste, 2023).

Após a coleta de dados, as informações foram organizadas, codificadas e tabuladas no programa Excel for Windows (2016) e na sequência analisadas por estatística descritiva (frequência e porcentagem) mediante o uso do programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SSPS) versão 22.0 em português.

Desafios da Vida Acadêmica: Impactos na Saúde Mental dos Estudantes de Enfermagem e o Uso Indiscriminado de Psicofármacos

Fatores como a pressão e a autocobrança para obter um bom desempenho acadêmico podem ser grandes desencadeadores dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) em estudantes. Isso ocorre porque, muitas vezes, esses estudantes se sentem pressionados a superar não apenas as próprias expectativas, mas também as de familiares e conhecidos. Tais cobranças contribuem

⁴ O informe com o número de estudantes devidamente matriculados no curso de Enfermagem no ano de 2023, foi fornecido pela Coordenação do curso, mediante a solicitação realizada pelos pesquisadores via protocolo.

para o aumento dos transtornos psicológicos, prejudicando a qualidade de vida e o futuro profissional do estudante (Ansolin et al., 2015; Rosa et al., 2022).

A entrada do estudante na universidade é marcada por várias mudanças significativas em sua vida. Nesse contexto, podemos concluir que esses estudantes estão mais propensos a adotar práticas inadequadas, prejudiciais à sua saúde física, o que pode afetar também sua saúde mental, impactando negativamente na sua qualidade de vida (Backhaus et al., 2020; Freitas et al., 2022).

Cruz et al. (2019) e Rosa, Marques e Lopes (2022) destacam diversos fatores e acontecimentos responsáveis pelo desenvolvimento dos transtornos mentais em estudantes, como a distância da família, as novas responsabilidades da vida adulta, a mudança no convívio social, a dificuldade de se relacionar com novos grupos e a pressão por um bom desempenho acadêmico.

A trajetória acadêmica é desafiadora e, em seu contexto geral, pode afetar gravemente a percepção da qualidade de vida e saúde dos estudantes. Nesse sentido, Freitas et al. (2018) constatam que os últimos anos da graduação são os mais desafiadores, devido ao aumento considerável das atividades acadêmicas, como o estágio curricular e o trabalho de conclusão de curso (TCC), além das altas expectativas em relação ao futuro profissional.

A vivência acadêmica pode ser encarada de forma particularmente pesada por muitos estudantes universitários, que vivenciam diversas experiências, tanto boas quanto ruins, contribuindo para o adoecimento estudantil (Preto et al., 2018; Barros, 2022).

Ao longo da graduação, é possível observar altos níveis de estresse e ansiedade nos estudantes, ocasionados pela sobrecarga acadêmica, cobranças familiares, frustrações, conflitos entre alunos e docentes, e a conciliação da rotina acadêmica com a vida social. Esses fatores podem, de diversas formas, influenciar o desenvolvimento de sofrimento mental (Tavares et al., 2021).

Para Santos (2017), o estresse acadêmico pode ser tanto um reflexo da realidade, baseada na percepção objetiva dos fatos e evidências, quanto uma percepção subjetiva distorcida, que considera as experiências pessoais, emoções, crenças e valores do indivíduo. Nesse contexto, é essencial abordar o estresse de maneira saudável, reconhecendo suas causas e implementando estratégias eficazes de enfrentamento, a fim de garantir o equilíbrio entre o desafio acadêmico e o bem-estar pessoal.

Núñez-Rocha et al. (2020) e Freitas et al. (2022) concordam que existe uma preocupação maior com a saúde mental dos estudantes da área da saúde, devido ao ambiente desafiador em que estão inseridos. Esses estudantes enfrentam diversos fatores estressores diariamente, como o aumento das responsabilidades, já que serão responsáveis pelo cuidado de pessoas em situações complexas de vulnerabilidade.

Em relação à diferença entre estudantes de outros cursos e os de enfermagem, Fernandes et al. (2018) apud Sousa et al. (2022, p. 3) consideram que:

Quando comparados a universitários de outros cursos, os alunos de enfermagem possuem fatores adicionais que podem acarretar ansiedade como: a experiência da prática clínica, o relacionamento com o paciente, o receio de cometer erros, o sofrimento psíquico, somados às circunstâncias em que precisam lidar com a iminência de morte. Esses aspectos tendem a desencadear ansiedade no decorrer do curso, refletindo negativamente sobre o bem-estar, e se tornam um obstáculo para um bom desempenho durante e após a graduação.

Ao considerar os estudantes de enfermagem, Cachoeira et al. (2016) apontam que, nos últimos anos da graduação, estes tendem a se sentir mais apreensivos. O autor atribui essa apreensão ao desenvolvimento do estágio curricular e ao aumento das atividades que envolvem maior responsabilidade, já que o trabalho do enfermeiro está diretamente relacionado à vida humana, e erros não podem ser cometidos. Com toda essa pressão, o estudante tende a ficar mais ansioso e estressado.

Graner e Ramos (2019), Tavares et al. (2021), Barros (2022) e outros autores têm evidenciado que cada vez mais estudantes de graduação sofrem com transtornos mentais comuns (TMC), como depressão e ansiedade, apresentando sintomas como insônia, cansaço, irritabilidade, perda de memória, desconcentração, além de sintomas físicos como dor, falta de ar e tremores.

No contexto do curso de Enfermagem, estudos mostram que esses estudantes são mais suscetíveis a desenvolver ansiedade devido ao estresse durante a graduação. É necessário que o estudante mantenha o controle psicológico e emocional (Pereira et al., 2019). Nos casos em que o estudante identifica sintomas de ansiedade que prejudicam o seu dia a dia, os autores recomendam que busque ajuda o quanto antes para evitar prejuízos na vida acadêmica e pessoal (Pereira et al., 2019).

Funai (2019), Freire et al. (2020) e Barros (2022) destacam que as estudantes de enfermagem do sexo feminino apresentam índices mais elevados de comprometimento, relacionados à insatisfação com o curso, expectativas sobre o futuro profissional, sedentarismo, uso excessivo de álcool e outras drogas, falta de suporte financeiro e vivência de dissabores na universidade.

Diversos autores concordam que muitos estudantes universitários que enfrentam dificuldades relacionadas à vida acadêmica recorrem ao uso de psicofármacos, buscando melhorar o cotidiano, como a regulação do sono, o rendimento acadêmico e para diminuir a ansiedade e preocupação antes de apresentações de trabalhos ou provas importantes. Esse uso, no entanto, pode levar à dependência do medicamento, comprometendo a saúde e a qualidade de vida dos estudantes (Feodrippe et al., 2013; Luna et al., 2018; Araujo et al., 2021).

Em uma pesquisa realizada em uma universidade pública do Estado do Paraná, foi constatado que os psicofármacos mais utilizados por jovens de 18 a 24 anos são os destinados ao tratamento de depressão e ansiedade. Destacou-se que a posse de planos de saúde e o consumo recente de substâncias ilícitas são as características mais influentes para o uso desses medicamentos. Além disso, fatores como insatisfação com o ambiente acadêmico, dependência de mídias sociais e o diagnóstico de depressão foram identificados como elementos favoráveis ao uso de psicotrópicos (Gianjacom, 2020)

A partir da análise dos dados relacionados à vivência acadêmica e saúde mental do estudante de graduação, é necessário descrever, com base nos autores, o conceito de saúde mental e transtornos mentais, destacando as principais características dos Transtornos Mentais Comuns (TMC), que têm maior prevalência no adoecimento dos estudantes. Também é pertinente abordar o uso de psicofármacos entre jovens e estudantes.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde mental é o estado em que o indivíduo consegue se recuperar de estresses vivenciados no dia a dia, sendo capaz de contribuir para a coletividade e manter um bom comportamento social (Brasil, 2017).

Sobre os transtornos mentais, comportamentais e de neurodesenvolvimento, a Classificação Internacional de Doenças (CID-11) descreve que:

Transtornos mentais, comportamentais e de neurodesenvolvimento são síndromes caracterizadas por distúrbio clinicamente significativo na cognição, regulação emocional ou comportamento de um indivíduo, que reflete uma

disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou do desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental e comportamental. Esses distúrbios estão geralmente associados a sofrimento ou comprometimento no funcionamento pessoal, familiar, social, educacional, ocupacional ou em outras áreas importantes do funcionamento (CID, 11, 2019, n.p.).

Segundo Soares e Meucci (2018), os Transtornos Mentais Comuns (TMC) apresentam sintomas como insônia, fadiga, perda de memória, irritabilidade, dificuldade de concentração, além de sintomas físicos, como taquicardia, dor de cabeça e dores no corpo. Mesmo com sintomas mais leves, o TMC é de grande relevância para a saúde pública e a qualidade de vida do indivíduo.

Em relação à ansiedade, Melo et al. (2021) apontam que se trata de um sentimento negativo relacionado a situações desagradáveis e desafiadoras que ocorrem no dia a dia. No entanto, quando a ansiedade gera preocupação excessiva e prejudica a vida do indivíduo, ela se torna uma doença, causando diversos prejuízos à saúde.

As medicações responsáveis por modificar as funções psíquicas e o estado mental, alterando a ação de neurotransmissores no sistema nervoso central, são denominadas psicofármacos. Elas são principalmente utilizadas no tratamento de psicoses, transtornos de ansiedade e depressivos, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), e transtornos bipolares (Araujo et al., 2021).

Essas medicações são classificadas em antipsicóticos, ansiolíticos, hipnóticos, antidepressivos e antimaníacos. O efeito dessas substâncias psicoativas no organismo depende de uma série de fatores que podem variar de pessoa para pessoa. Alguns fatores importantes que influenciam o efeito são o tipo de droga, a via de administração, as condições psicológicas e físicas da pessoa, bem como a tolerância e a dependência do medicamento (Brunton et al., 2018; Araujo et al., 2021).

Quanto ao uso de psicofármacos, Tavares et al. (2021) afirmam que essas medicações deveriam ser prescritas somente como um auxílio terapêutico, e não como a única solução de tratamento. A prescrição deve ser sempre analisada com base no risco-benefício, considerando os possíveis efeitos colaterais. A autora também questiona o uso desses psicofármacos por pessoas sem sofrimento mental, apenas com o intuito de se sentirem bem, melhorando seu desempenho e concentração nas atividades cotidianas, o que pode levar ao uso recorrente e inadequado, contribuindo para a dependência do medicamento.

Embora existam várias razões que possam levar os estudantes a recorrerem ao uso de psicofármacos, seu uso indiscriminado pode resultar em várias consequências negativas, como dependência, efeitos colaterais prejudiciais, comprometimento do desempenho acadêmico e profissional, além do risco de desenvolver problemas de saúde mental mais graves.

Outro fator a ser considerado é o acesso facilitado aos psicofármacos. Em algumas situações, os estudantes podem ter acesso fácil a esses medicamentos, seja por meio de prescrições médicas, compartilhamento entre colegas ou mesmo por automedicação adquirida de forma clandestina no mercado negro (Brunton et al., 2018; Araujo et al., 2021; Rosa et al., 2022).

Rosa et al. (2022) enfatizam a necessidade de as instituições de ensino superior oferecerem um ensino de qualidade, humanizado e acolhedor, que atenda tanto às necessidades pedagógicas quanto emocionais dos estudantes. Essas instituições devem promover atividades que favoreçam a qualidade de vida e o cuidado com a saúde mental, auxiliando na formação acadêmica e profissional.

Para abordar esse problema, é essencial que as instituições de ensino superior disponibilizem recursos adequados, como apoio psicológico, para lidar com o estresse acadêmico e promover a saúde mental dos estudantes. Além disso, é fundamental conscientizar sobre os riscos do uso indiscriminado de psicofármacos e incentivar os estudantes, quando necessário, a buscar ajuda profissional.

Resultados e Discussões

Os resultados foram obtidos por meio de um estudo de campo, cujo objetivo foi investigar, analisar e identificar a saúde mental e o uso de psicofármacos entre os estudantes do curso de Enfermagem da Unioeste, campus Cascavel. Os participantes foram convidados a preencher um questionário composto por questões fechadas e questões abertas complementares. A amostra foi composta por 69 alunos do curso de Enfermagem, do 1º ao 5º ano, a maioria do sexo feminino (89,8%), conforme dados sociodemográfico apresentados na (Tabela 1).

Tabela 1 - Dados sociodemográficos dos participantes

Variáveis	F	%	Média	DP	Mediana	Mínimo	Máxima
Idade			22,28	±4,06	21,00	18	41
Sexo							
Feminino	62	89,8					
Masculino	07	10,1					
Total	69	100,0					
Ano do curso							
1º ano	20	29,0					
2º ano	13	18,8					
3º ano	17	24,6					
4º ano	7	10,1					
5º ano	11	15,9					
Ausente	1	1,4					
Total	69	100,0					
Estado civil							
Solteiro	58	84,1					
Casado	7	10,1					
Outros	4	5,8					
Total	9	100,0					
Filhos							
Não	65	94,2					
Sim	4	5,8					
Total	69	100,0					

Fonte: dados da pesquisa (2024)

Em relação ao estado civil, observou-se que a maioria dos participantes era solteira, com predomínio do sexo feminino. A maior parte dos respondentes estava matriculada no 1º e no 3º ano. Entre as estudantes que tinham filhos, uma possuía quatro filhos, enquanto três tinham dois filhos cada.

Tabela 2 - Características sociodemográficas

Variáveis	F	%
Trabalhador/estudante		
Não	53	76,8
Sim	16	23,2
Total	69	100,0
Local de residência		
Sempre morei na cidade	34	49,3
Precisei me mudar	33	47,8

Ausente	2	2,90
Total	69	100,0
Responsabilidade das despesas		
Somente meus pais e/ou alguns familiar	44	63,8
Sou responsável por parte das minhas despesas, recebo auxílio dos pais e/ou de algum familiar	15	21,7
Somente eu	10	14,5
Total	69	100,0
Recebe assistência social		
Não	61	88,4
Sim	8	11,6
Total	69	100,0
Participante em projeto de extensão		
Não	41	59,4
Sim	27	39,1
Ausente	1	1,4
Total	69	100,0
Participante em projeto de pesquisa		
Não	54	78,3
Sim	14	20,3
Ausente	1	1,4
Total	69	100,0
Bolsista		
Não	55	79,7
Sim	14	20,3
Total	69	100,0

Fonte: dados da pesquisa (2024)

De acordo com as características sociodemográficas apresentadas na (Tabela 2), dos 69 participantes, 16 relataram que trabalhavam. Desses, sete atuavam na área hospitalar, como técnicos de enfermagem ou em outras funções relacionadas não especificadas. Os demais exerciam atividades em áreas administrativas ou trabalhos informais, como manicure. Quando questionados sobre o meio de transporte utilizado para chegar à universidade, a maioria mencionou o uso de transporte público, motocicletas e carros.

Em relação à responsabilidade pela manutenção das despesas, 63,8% dos participantes declararam depender integralmente dos pais ou responsáveis. Entre os 69 participantes, oito relataram receber algum tipo de assistência social, sendo que 62,5% mencionaram o Bolsa Família, 25% o CadÚnico e 12,5% o Auxílio Brasil.

A minoria dos participantes está envolvida em projetos de extensão ou pesquisa, uma vez que a maioria ainda se encontra no primeiro ano da graduação. Dos participantes, 14

recebem bolsas de iniciação científica, distribuídas da seguinte forma: 42,9% da Fundação Araucária, 21,43% do CNPq, 7,14% do PFEE, 7,14% da Caixa Econômica, 7,14% da Unioeste e 7,14% da SETI – Curitiba.

Na (Tabela 3) são apresentados os diferentes aspectos da saúde geral dos estudantes. Entre os participantes, oito relataram possuir algum diagnóstico de doença crônica não transmissível. Dentre esses diagnósticos, 25% apresentaram hipertensão, 25% hipotireoidismo, 12,5% bronquite asmática, 12,5% endometriose, 12,5% obesidade grau III, 12,5% sinusite e 12,5% asma.

Em relação ao uso de medicação, sem menção aos nomes comerciais, foi identificado o uso de medicamentos para tratamento de tireoide, distúrbios do sono, asma, hipertensão, epilepsia, esquizofrenia e medicamentos de tarja preta para controle da dor. Sobre o uso de medicamentos considerados paliativos para dor de acesso comum sem prescrição médica, 14,4% dos participantes apontaram que recorrem a esse tipo de medicação entre muitas vezes e frequentemente, no relato dos participantes esses medicamentos são utilizados na maioria das vezes em casos de dores de cabeça e dores de estômago.

Sobre a manutenção da saúde, 59,4% dos participantes declararam realizar exames de rotina e cuidados relacionados. Quanto à avaliação geral de sua saúde, 46,3% dos participantes a classificaram como ruim ou regular.

Tabela 3 - Saúde geral

Variáveis	F	%
Diagnóstico de doença crônica não transmissível		
Não	61	88,4
Sim	8	11,6
Total	69	100,0
Uso contínuo de medicação para doenças crônicas não transmissíveis		
Não	61	88,4
Sim	8	11,6
Total	69	100,0
Usa algumas medicações para distúrbios do sono		
Não	48	69,6
Sim	21	30,4
Total	69	100,0
Uso de medicamentos para dor		
Nunca	23	33,3

Poucas vezes	36	52,2
Muitas vezes	5	7,2
Frequentemente	5	7,2
Total	69	100,0
Rotina exames para prevenção e manutenção da saúde		
Não	28	40,6
Sim	41	59,4
Total	69	100,0
Avaliação da saúde geral		
Muito ruim	2	2,9
Ruim	7	10,1
Regular	25	36,2
Boa	33	47,8
Excelente	2	2,9
Total	69	100,0

Fonte: dados da pesquisa (2024)

Sobre as condições de saúde mental apresentada na (Tabela 4), identificou-se que poucos estudantes se sentem constrangidos em admitir a necessidade de ajuda psicológica. Mais da metade dos participantes relatou já ter buscado algum tipo de auxílio psicológico ou psiquiátrico. Entre os que buscaram ajuda, 69,3% confirmaram a necessidade de tratamento e receberam um diagnóstico relacionado à saúde mental. Além disso, 17,4% dos estudantes, mesmo sem diagnóstico, já tiveram acompanhamento psicológico ou optaram por terapias alternativas.

Tabela 4 - Saúde mental

Variáveis	F	%
Constrangimento em buscar auxílio psicológico		
Não	58	84,1
Sim	11	15,9
Total	69	100,0
Já realizou alguma consulta com psicólogo ou psiquiatra		
Não	30	43,5
Sim	39	56,5
Total	69	100,0
Necessidade de se manter em tratamento		
Não	12	30,8
Sim	27	69,3
Total	39	100,0
Diagnostico de saúde mental		

Não	35	50,7
Sim	27	39,1
Faço acompanhamento, sem diagnostico	3	4,3
Faço terapias alternativas, sem diagnostico	4	5,8
Total	69	100,0
Caso tenha feito ou faça algum tipo de acompanhamento psicológico, considera que essa necessidade possa ser atribuída a Graduação		
Não	0	0,0
Sim	31	91,2
Desconheço a causa	1	2,9
A graduação contribuiu	2	5,9
Total	34	100,0
Já se sentia adoecido antes de ingressar na graduação		
Não	19	55,9
Sim	15	44,11
Total	34	100,0
A graduação agravou a condição de saúde mental		
Não	4	26,7
Sim	4	26,7
Contribuiu	6	40,0
Total	15	100,0
Faz uso de antidepressivo ou ansiolítico		
Não	9	33,3
Sim	18	66,7
Total	27	100,0

Fonte: dados da pesquisa (2024)

Em relação às causas do adoecimento mental, 91,2% dos estudantes apontaram a graduação como o principal fator contribuinte. Contudo, 44,1% destes reconheceram que já havia indícios de adoecimento mental antes do ingresso na universidade. Dentre esses, 66,7% relataram que a graduação acentuou ou agravou seu estado de saúde mental.

No que diz respeito ao uso de psicofármacos, observou-se a associação de até três tipos diferentes de medicamentos, incluindo Oxalato de Escitalopram, Lítio, Clonazepam, Cloridrato de Trazodona, Risperidona, Alprazolam e Cloridrato de Clomipramina. O tempo de uso dessas medicações variou de um mínimo de 6 meses até um máximo de 5 anos, com uma média de aproximadamente 2,9 anos, mediana de 2,5 anos e desvio padrão (DP) de $\pm 1,59$.

De acordo com Coimbra (2020), a maioria dos estudantes universitários começa a utilizar psicotrópicos após ingressar no ensino superior. Em sua pesquisa com 79 acadêmicos,

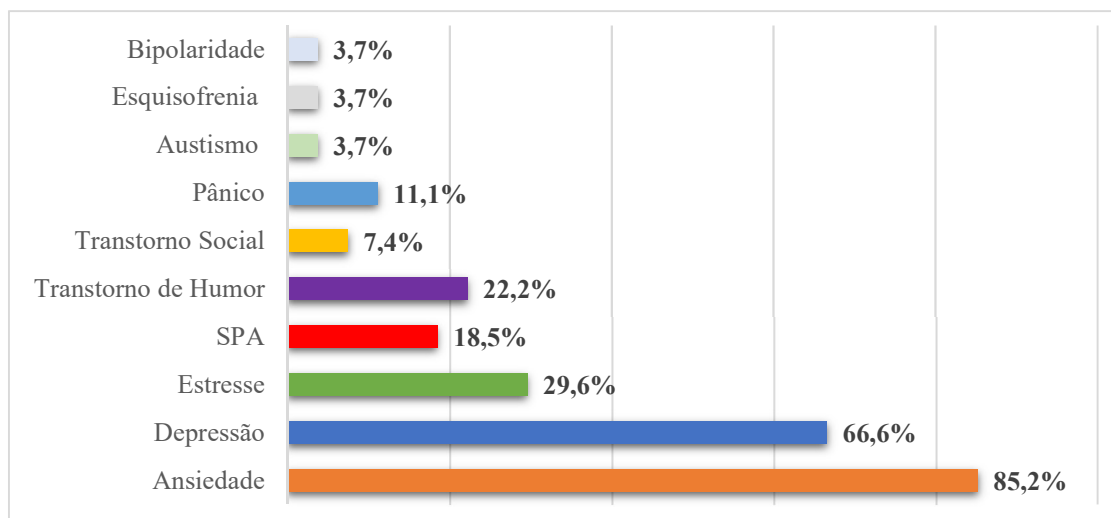
ficou evidenciado que 61,54% dos que fazem uso de psicofármacos iniciaram esse hábito após o ingresso, e que 16% do total de graduandos consomem ansiolíticos ou antidepressivos.

Araujo e Felisbela (2019), em um estudo censitário com 1.111 estudantes dos cursos de odontologia e medicina de duas universidades, uma pública e outra privada, localizadas em Maceió-AL, constatou que 14,7% dos participantes relataram o uso de psicofármacos no último mês. Esse percentual aumentou para 36,7% quando considerada a utilização ao longo da vida.

Filho, Sperandio e Ferreira (2019) realizaram uma pesquisa para investigar a prevalência, as causas e as consequências do uso de ansiolíticos e psicoestimulantes entre universitários. Por meio de um questionário online aplicado a 96 estudantes, identificaram que 46% dos participantes já haviam utilizado medicamentos antidepressivos.

Para compreender melhor o adoecimento mental, os estudantes foram solicitados a informar quais diagnósticos receberam, conforme apresentado no (Gráfico 1). Com base no relato dos estudantes, observa-se que a ansiedade, seguida da depressão, são as condições com maior índice de diagnósticos entre os participantes. Vale ressaltar que o estresse, embora não seja classificado como um diagnóstico de condição mental, atua como um fator causador do adoecimento. Nesse contexto, a literatura aponta que a constante exposição ao *distresse* — forma negativa do estresse — contribui para o desenvolvimento de condições de saúde mental, resultando em adoecimento psicológico.

Gráfico 1- Diagnósticos de adoecimento mental



Fonte: dados da pesquisa (2024)

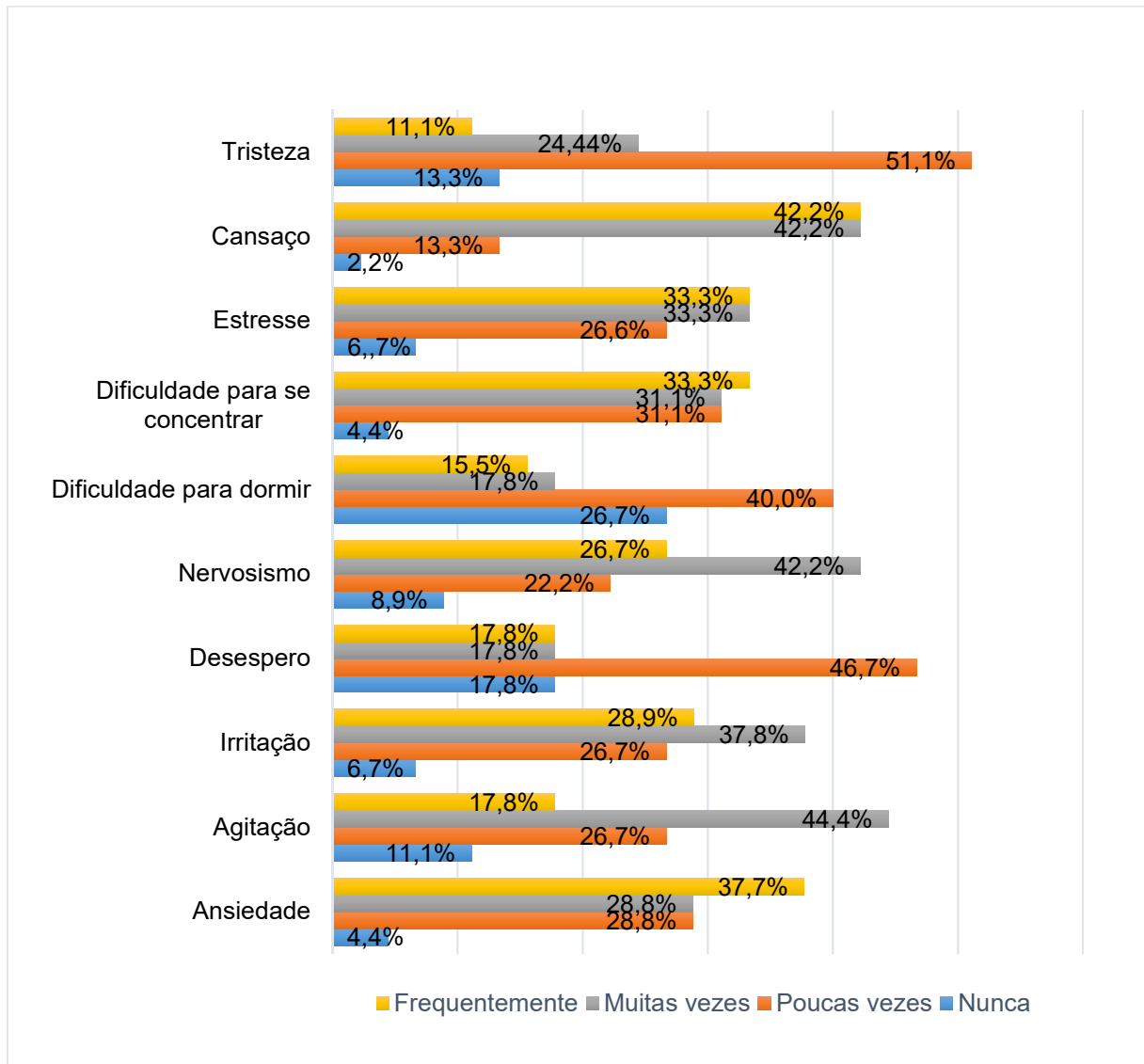
Ao considerar a ansiedade como um problema que afeta significativamente os estudantes de enfermagem, Araújo et al. (2021) aplicaram a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão em acadêmicos de enfermagem. O estudo constatou que mais da metade dos participantes apresentaram altos níveis de sintomas ansiosos.

Em uma revisão integrativa da literatura, Souza et al. (2022) indicaram que os estudantes de enfermagem apresentam níveis moderados a altos de ansiedade, e níveis baixos a moderados de depressão. Os autores destacam que a graduação em Enfermagem é particularmente estressante, dado que os acadêmicos frequentemente vivenciam situações similares às enfrentadas por profissionais já formados.

Leão et al. (2018) revelaram que a prevalência de depressão e ansiedade é maior entre estudantes da área da saúde quando comparados a estudantes de outras áreas e à população geral brasileira. Os fatores como má qualidade do sono e inatividade física foram identificados como contribuintes significativos para o surgimento ou agravamento da depressão nesse grupo.

Considerando o ambiente acadêmico e as diferentes demandas das relações pessoais, os estudantes foram questionados sobre a frequência dos seguintes sintomas: tristeza, cansaço, estresse, dificuldade de concentração, dificuldade para dormir, nervosismo, desespero, irritação, agitação e ansiedade, foram apresentados nos últimos seis meses, considerando uma escala de (nunca, poucas vezes, muitas vezes e frequentemente). Os dados estão apresentados no (Gráfico 2).

Gráfico 2 – Percepção de sintomas sentidos nos últimos seis meses



Fonte: dados da pesquisa (2024)

Com base nos dados, observou-se que os sintomas mais prevalentes entre os estudantes, em ordem decrescente, são: cansaço, nervosismo, irritação, estresse, ansiedade, dificuldade em se concentrar, desespero, dificuldade para dormir e agitação.

Tabela 5 - Percepção da saúde mental

Variáveis	F	%
Considera que o estresse e a ansiedade são fatores comuns a maioria dos colegas		
Não	1	1,5
Algumas vezes	19	27,5
Sim	33	47,8
Ausente	16	23,2
Total	69	100,0
Influência da pandemia da covid-19 na saúde mental		
Nenhum pouco	2	2,9
Pouco	14	20,3
Razoavelmente	26	37,7
Muito	19	27,5
Extremamente	8	11,6
Total	69	100,0
Classificação da saúde mental		
Muito ruim	9	13
Ruim	15	21,7
Regular	33	47,8
Boa	11	15,9
Excelente	1	1,4
Total	69	100,0

Fonte: dados da pesquisa (2024)

A percepção dos estudantes indica que estresse e ansiedade são sintomas frequentemente sentidos pela maioria dos colegas. No contexto da pandemia, os participantes relataram que os medos e preocupações impactaram de forma moderada a intensa suas condições de saúde mental. De maneira similar, o grupo avaliou sua condição atual de saúde mental com base em sua própria autoavaliação e percepção subjetiva.

Considerações finais

O curso de Enfermagem apresenta complexidades que incluem a concentração de disciplinas e uma carga excessiva de conteúdos acumulados desde o primeiro ano. Este estudo evidenciou uma presença significativa de transtornos mentais entre os estudantes, com necessidade de intervenções clínicas (como uso de psicofármacos) e psicológicas (terapias). Ansiedade e depressão foram os transtornos mais diagnosticados, sendo que 18 dos 27 participantes com diagnóstico de saúde mental relataram o uso de psicofármacos.

Os sintomas mais frequentemente mencionados foram cansaço, nervosismo, irritação, estresse, ansiedade, dificuldade de concentração, desespero, dificuldade para dormir e agitação. Os estudantes perceberam estresse e ansiedade como sintomas comuns entre os colegas. Quanto à pandemia de COVID-19, relataram que medos e preocupações afetaram suas condições de saúde mental de forma moderada a intensa.

A avaliação da condição de saúde mental foi baseada na autoavaliação e percepção subjetiva dos estudantes. A principal causa do adoecimento mental foi atribuída à pressão do curso, mencionada por 91,2% dos participantes. Destes, 41,1% já apresentavam indícios de adoecimento antes da universidade, e 66,7% afirmaram que a experiência acadêmica agravou sua saúde mental.

Os altos índices de estresse, ansiedade e outros sintomas de adoecimento mental destacam a necessidade urgente de estratégias preventivas e de acompanhamento para estudantes em situação de vulnerabilidade física, mental ou social. Recomenda-se a implementação de programas de aconselhamento, workshops sobre gestão de estresse e iniciativas voltadas ao bem-estar e qualidade de vida. Um atendimento individualizado também é essencial, dada a diversidade de diagnósticos e tratamentos, resultando em abordagens mais eficazes.

Adicionalmente, propõe-se a ampliação das políticas de auxílio financeiro estudantil, considerando que a maioria dos estudantes depende de suporte familiar para permanecer no curso. Muitos enfrentam dificuldades para conciliar trabalho e estudos, uma vez que o curso de Enfermagem é em período integral.

Por fim, como limitação deste estudo, destaca-se seu caráter transversal, que impede uma análise aprofundada sobre o impacto direto da graduação no desenvolvimento do adoecimento mental. Para pesquisas futuras, sugere-se a realização de estudos longitudinais, capazes de mapear a realidade acadêmica ao longo do tempo e identificar com maior precisão os fatores que contribuem para o adoecimento dos estudantes.

Referências

ANSOLIN, A. G. A. et al. Prevalência de transtorno mental comum entre estudantes de psicologia e enfermagem. **Arquivos de Ciências da Saúde**, Umarama, v. 22, n. 3, p. 42-45, 2015.

ARAUJO, A. F. L. L.; RIBEIRO, M. C.; VANDERLEI, A. D. Automedicação de psicofármacos entre estudantes universitários de odontologia e medicina. **Revista Internacional de Educação Superior**, Campinas, v. 7, p. e021037-e021037, 2021.

ARAUJO, A. FELISBELA, L.L. **Investigação sobre o uso de psicofármacos entre estudantes universitários**. Dissertação (Mestrado em Saúde). Centro Universitário Cesmac, Maceió, 2019.

ARAÚJO, M. S. P. et al. Ansiedade em acadêmicos de enfermagem: análise pela escala hospitalar de ansiedade e depressão. **Revista Brasileira de Educação e Saúde-REBES**, Pombal, v.11, n. 4, 503-511, 2021.

BACKHAUS, I. et al. Health-related quality of life and its associated factors: results of a multi-center cross-sectional study among university students. **Journal of Public Health**, Oxford, v. 42, n. 2, p. 285-293, 2020.

BARROS, L. O. D. S. Autoavaliação de saúde mental de acadêmicos de enfermagem de uma instituição do recôncavo da Bahia. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Enfermagem). Centro Universitário Maria Milza, Governador Mangabeira, 2022.

BRASIL. Saúde Mental. **Ministério da Saúde**. gov.br. Brasília, 2017. Disponível em: [Saúde mental — Ministério da Saúde \(www.gov.br\)](http://Saúde mental — Ministério da Saúde (www.gov.br)). Acesso em: 15 mar. 2024

BRUNTON, L. L. et al. The pharmacological basis of therapeutics. **Goodman**, Palm Beach v.11, p. 1280-1281, 2018.

CACHOEIRA, D. V. A. de C. et al. Relação do perfil sociodemográfico com o risco de adoecimento por transtornos mentais comum em alunos do curso de enfermagem. **Rev. enferm. UFPE, on-line**, Recife, p. 4501-4508, 2016.

CANCIAN, Q. G. **Trabalho e Ciência**: Um olhar para a saúde e qualidade de vida dos professores universitários. Dissertação (Mestrado em Educação). Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, Cascavel. 2020.

CID 11. Classificação Internacional de Doenças Transtornos mentais, comportamentais ou do neurodesenvolvimento. **Associação Pan Americana da Saúde CID- 11**. 2019.

COIMBRA, M. B. P.; ARAÚJO, R. A. F. Avaliação do uso de antidepressivos e ansiolíticos por acadêmicos do curso de enfermagem. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem). Universidade Federal de Mato Grosso, Rondonópolis. 2020.

CRUZ, P. L. B. *et al.* Transtorno Mental Comum entre Estudantes de Enfermagem e Fatores Envolvidos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, Divinópolis, v.9. 2019.

FEODRIPPE, A. L. O.; BRANDÃO, M. C. F.; VALENTE, T. C. de O. Medical students' quality of life: a review. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 37, p. 418-428, 2013.

FERNANDES, M. A. et al. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Revista brasileira de enfermagem**, Brasília, v. 71, n.5, p. 2169-2175, 2018.

FERREIRA, V. A. et al. Qualidade de vida do estudante de graduação em enfermagem: uma análise quantitativa. **Enfermagem em Foco**, Brasília, v.12, n. 5, 2021.

FILHO, M. L. V.; SPERANDIO, G.; FERREIRA, E. D. F. Análise da prevalência de uso de antidepressivos e psicoestimulantes e seus efeitos sobre acadêmicos de medicina de uma universidade da região noroeste do Paraná. **XI EPCC -Encontro Internacional de Produção Científica**. Maringá, 2019.

FREIRE, K. do E. S. et al. **A Saúde Mental de Estudantes Universitários Brasileiros: uma Revisão de Literatura Integrativa**. In: Santos, G. G. dos; Sampaio S. M. R. Observatório da vida estudantil: interdisciplinaridade, vida estudantil e diálogo de saberes. Salvador: Ed. UFBA; p. 437- 454, 2020.

FREITAS, A. C. M. de et al. (2018) Fatores Intervenientes na Qualidade de Vida do Estudante de Enfermagem. **Revista de Enfermagem. UFPE online**, Recife, p. 2376-2385, 2018.

FREITAS, P. H. B. et al. Perfil de qualidade de vida e saúde mental de estudantes universitários da área da saúde. **Research, Society and Development**, Itabira, v. 11, n. 1, 2022.

FUNAI, A. **Comportamentos de saúde, sofrimento mental e padrão de consumo de álcool entre estudantes universitários**. Tese (Doutorado em Ciências). Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto. 2019.

GIANJACOMO, T. R. F. **Caracterização do consumo de medicamentos psicofármacos por estudantes de uma universidade pública**. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas). Universidade Estadual de Londrina, 2020.

GOMES, C. F. M. et al. (2020). Common mental disorders in university students: epidemiological approach about vulnerabilities. SMAD. **Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas**, São Paulo, v.16, n.1, 1-8, 2020.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. de A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciênc. Saúde coletiva**. Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 327-1346, 2019.

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**, Coimbra, p. 21-37, 2022.

LEÃO, A. *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. **Rev. Bras. Educ. Méd.**, Rio de Janeiro, v.42, n.4, p. 55-65, 2018.

LUNA, I. S. de *et al.* (2018). Consumo de psicofármacos entre alunos de medicina do primeiro e sexto ano de uma universidade do estado de São Paulo. **Colloquium Vitae**, Presidente Prudente, v.10, n. 1, p.22-28, 2018.

MELO, H. E. *et al.* Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 34, eAPE01113. 2021.

NÚÑEZ-ROCHA, G. M. *et al.* Lifestyle, Quality of Life, and Health Promotion Needs in Mexican University Students: Important Differences by Sex and Academic Discipline. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basileia, v.17, n. 21, p.1-12, 2020.

PENHA, J. R. L. *et al.* Saúde Mental do Estudante Universitário: revisão integrativa. **Journal Health NPEPS**, Fortaleza, v.5, n. 1, p. 369-395, 2020.

PEREIRA, F. L. R. *et al.* Anxiety signs experienced by nursing undergraduates / Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, Goiânia, v.11, n. 4, p. 880-886, 2019.

PRETO, V. A. *et al.* PERCEPTION OF STRESS IN NURSING ACADEMICS. **Journal of Nursing UFPE/Revista de Enfermagem UFPE**, Recife, v. 12, n. 3, 2018.

RIBEIRO, Í. JS *et al.* Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. **Springer**, v. 4, n. 2, p. 70-77, 2018.

ROSA, B. K. C. *et al.* Transtornos psicológicos desenvolvidos por discentes da enfermagem no decorrer da graduação. **Revista Salusvita**, Bauru, v.41, n. 3, p.1-18, 2022.

SAMPIERE R. *et al.* **Metodologia de pesquisa**. 5.ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SANTOS, F. S. al. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 41, n. 2, p. 194-200, 2017.

SOARES, P. S. M.; MEUCCI, R. D. Epidemiologia dos Transtornos Mentais Comuns entre mulheres na zona rural de Rio Grande, RS, Brasil. **Ciência & saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 8, p. 3087-3095, 2020.

SOUZA, P. C. *et al.* Fatores associados à ansiedade e depressão em acadêmicos de enfermagem. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, Fortaleza, v. 16, n. 24, p. 19-32, 2022.

TAVARES, T. R. *et al.* Avaliação do uso de psicofármacos por universitários. **Revista de Ciências Médicas e biológicas**, Ilhéus, v. 20, n. 4, p. 560-567, 2021.