

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E EPIDEMIOLÓGICO DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

Sociodemographic and epidemiological profile of common mental disorders in university students in the health area

Perfil sociodemográfico y epidemiológico de los trastornos mentales comunes en estudiantes universitarios del área de la salud

Renato Galvão Gonçalves Vilela¹

Nicoli Aparecida Lourenço²

Julia Ernandes Cardoso²

Carla Eloísa Kulik²

Alan Kevin dos Santos Cardoso³

Cristina Terumy Okamoto⁴

Maria Cecília Da Lozzo Garbelini⁵

RESUMO

Os transtornos mentais comuns (TMC) são condições que podem comprometer o rendimento acadêmico, laboral e as relações sociais e familiares. Este estudo teve como objetivo analisar a epidemiologia dos TMC em estudantes da área da saúde, em associação com as características sociodemográficas e acadêmicas, incluindo a identificação de sintomas psíquicos relevantes que podem ser determinantes para esses desfechos. Trata-se de um estudo epidemiológico transversal, de abordagem quantitativa, realizado com 570 estudantes de enfermagem, medicina e psicologia, por meio do instrumento SRQ-20. Observou-se predominância do sexo feminino (76,8%), com alta frequência de diagnóstico prévio de depressão/ansiedade (52,8%) e histórico familiar dessas condições (75,2%). A prevalência de TMC foi de 70,5%, indicando elevada ocorrência entre os participantes. O rastreamento evidenciou sinais frequentes de sofrimento psíquico, reforçando a importância de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental, com foco no acolhimento, fortalecimento de vínculos e suporte aos estudantes.

Palavras-chave: Ensino. Estudantes Universitários. Transtornos Mentais.

¹Médico. Mestre em Ensino nas Ciências da Saúde. Faculdades Pequeno Príncipe.

²Graduanda em Medicina. Faculdades Pequeno Príncipe.

³Contador. Mestre em Ensino nas Ciências da Saúde. Faculdades Pequeno Príncipe.

⁴Doutora em Ciências da Saúde pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Docente da Universidade Positivo e da Faculdade Evangélica Mackenzie do Paraná.

⁵Doutora em Ciências pela Universidade São Paulo. Docente do Programa de Pós Graduação Stricto Sensu - Ensino nas Ciências da Saúde. Faculdades Pequeno Príncipe.

Autor de Correspondência:

*Maria Cecília Da Lozzo Garbelini. E-mail: maria.garbelini@fpp.edu.br

ABSTRACT

Common mental disorders (CMDs) are conditions that can compromise academic and work performance, as well as social and family relationships. This study aimed to analyze the epidemiology of CMDs in health science students, in association with sociodemographic and academic characteristics. This study aimed to identify relevant psychological symptoms that may be determinants of these outcomes. It is a cross-sectional epidemiological study with a quantitative approach, conducted with 570 nursing, medical, and psychology students using the SRQ-20 instrument. A predominance of females (76.8%) was observed, with a high frequency of previous diagnosis of depression/anxiety (52.8%) and a family history of these conditions (75.2%). The prevalence of mental health disorders was 70.5%, indicating a high occurrence among the participants. The screening revealed frequent signs of psychological distress, reinforcing the importance of institutional strategies aimed at promoting mental health, focusing on welcoming, strengthening bonds, and supporting students.

Keywords: Education. University Students. Mental Disorders.

RESUMEN

Los trastornos mentales comunes (TMC) son afecciones que pueden comprometer el rendimiento académico y laboral, así como las relaciones sociales y familiares. Este estudio tuvo como objetivo analizar la epidemiología de los TMC en estudiantes de ciencias de la salud, considerando características sociodemográficas y académicas, e identificar síntomas psicológicos asociados que puedan ser determinantes de dichos eventos. Se trata de un estudio epidemiológico transversal con un enfoque cuantitativo, realizado con 570 estudiantes de enfermería, medicina y psicología utilizando el instrumento SRQ-20. Se observó un predominio de mujeres (76,8%), con una alta frecuencia de diagnóstico previo de depresión/ansiedad (52,8%) y antecedentes familiares de estas afecciones (75,2%). La prevalencia de TMC fue del 70,5%, lo que indica una alta incidencia entre los participantes. El cribado reveló signos frecuentes de malestar psicológico, lo que refuerza la importancia de las estrategias institucionales dirigidas a promover la salud mental, centrándose en la acogida, el fortalecimiento de los vínculos y el apoyo a los estudiantes.

Palabras clave: Educación. Estudiantes Universitarios. Trastornos Mentales.

INTRODUÇÃO

O conceito de Transtornos Mentais Comuns (TMC) desenvolveu-se na década de 1970 por meio de pesquisas sobre adoecimento mental no âmbito da Atenção Primária em Saúde (APS). A expressão TMC, criada por Goldberg e Huxley¹, refere-se a doenças psiquiátricas que englobam transtornos depressivos (excetuando os sintomas psicóticos), de ansiedade e somatoformes, como dor, náuseas e tonturas². Considerando esse panorama, a vida universitária, marcada pelo desenvolvimento das habilidades acadêmicas e sociais que assinalam o início de uma escolha profissional, pode configurar um contexto de vulnerabilidade, uma vez que é repleta de mudanças e cobranças sociais, familiares e individuais, favorecendo o surgimento ou agravamento de TMC entre estudantes³.

No Brasil, a prevalência de TMC varia de 19,7% a 43,7% evidenciando uma parcela significativa da população em potencial necessidade de atendimento especializado⁴. Entre os diversos grupos sociais, destaca-se a maior vulnerabilidade dos estudantes universitários ao desenvolvimento de transtornos mentais, especialmente ansiedade e depressão. Evidências apontam que a prevalência desses agravos entre estudantes da área da saúde é superior à observada na população em geral, o que pode estar relacionado às exigências acadêmicas intensas, à elevada carga horária e ao contato precoce com situações de sofrimento e responsabilidade profissional⁵.

A formação universitária constitui um período marcado por transformações intensas e, frequentemente, significativas na vida dos estudantes. Entre os fatores de risco associados às vivências acadêmicas que podem contribuir para o adoecimento mental, destacam-se: a etapa do curso em que o estudante se encontra, a dificuldade em conciliar a graduação com outras atividades, o desconforto diante das avaliações, a insatisfação ou a falta de interesse pelo curso, bem como as baixas expectativas em relação ao futuro profissional⁶.

Autores relatam outras demandas institucionais que podem oferecer risco para o adoecimento nesse público, tais como o excesso de carga horária de estudo, as exigências quanto ao processo de formação, a adaptação a um novo contexto, novas rotinas de sono, novas demandas de organização de tempo e estratégias de estudo, entre outras³. Há também entendimento de que os diversos cursos, e também áreas do conhecimento, oferecem diferentes estressores podendo ocasionar mais ou menos adoecimento entre os estudantes, sendo os cursos da área de saúde registrados com altos índices de adoecimento⁷. Nos cursos da área da saúde isto pode ocorrer em razão da carga excessiva de estudos e do contato frequente com situações de incapacidade, cuidado de pacientes críticos ou risco de morte, apresentam maior vulnerabilidade ao desencadeamento desses transtornos⁸.

Pelos motivos citados justifica-se o presente estudo, pois entender melhor os desafios que esses estudantes enfrentam e desenvolver intervenções eficazes é uma forma de contribuir para que esses futuros profissionais de saúde estejam preparados para oferecer um atendimento de qualidade no exercício da profissão. Assim, busca-se responder a seguinte questão norteadora: quais estressores relacionados às variáveis sociodemográficas e acadêmicas estão associados à ocorrência de TMC em estudantes universitários da área da saúde? Para atender esta questão objetiva-se analisar a epidemiologia dos TMC em estudantes da área da saúde, em associação com as características sociodemográficas e acadêmicas, incluindo a identificação de sintomas psíquicos relevantes que podem ser determinantes para esses desfechos. Entende-se que, mapeados os TMC permitir-se-á a criação de campanhas com foco em resultados que poderão melhorar a qualidade de vida dos estudantes

MÉTODO

Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, desenvolvido em uma Instituição de Ensino Superior (IES) privada localizada na capital paranaense. A população alvo do estudo, selecionada por conveniência, foi formada por estudantes universitários, de ambos os sexos, dos cursos de Medicina, Enfermagem e Psicologia num total de 1100 estudantes. Pelo cálculo amostral, considerando 95% de confiança e margem de erro de 5%, verificou-se a necessidade de alcançar 285 respostas aos instrumentos de pesquisa. Como critérios de inclusão apontou-se por: ser estudante regularmente matriculado nos cursos citados e maior de 18 anos. Não houve critério de exclusão.

Inicialmente aplicou-se um questionário elaborado pelos autores para coleta de dados sociodemográficos e acadêmicos. Posteriormente, aplicou-se o instrumento *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), amplamente utilizado para o rastreio de indicadores de TMC especialmente em contextos de atenção primária e estudos epidemiológicos. Optou-se por analisar de forma descritiva os itens específicos do SRQ-20, devido à sua relevância clínica, incluindo o item relacionado à ideação suicida. Essa análise teve caráter exploratório e complementar aos desfechos principais do estudo.

O Instrumento SRQ-20, validado por Mari e Williams⁹ (1986), é composto por 20 questões com respostas binárias, abrangendo a dimensão humor ansioso e depressivo, sintomas somáticos, decréscimo de energia e pensamentos depressivos. Cada resposta afirmativa corresponde a um ponto, totalizando escores de 0 a 20. Foi adotado o ponto de corte ≥ 7 respostas positivas para indicar provável TMC. O instrumento apresenta adequada validade e confiabilidade, sendo amplamente utilizado em estudos de saúde mental. Escores iguais ou superiores a 7 sugerem sofrimento psíquico, enquanto 20 respostas afirmativas indicam elevada probabilidade de TMC.

Para a análise dos dados foi utilizado o Software livre R. Cran versão 4.3.3, com os pacotes específicos. Em seguida foi efetuada a análise descritiva, com base nas frequências absoluta e relativa das variáveis investigadas. A verificação de possíveis associações entre os resultados do SRQ-20 com variáveis demográficas foram feitas usando-se o teste t de *Student* (quando variáveis dicotômicas), teste ANOVA (quando variáveis qualitativas politômicas) e correlação r de Pearson (quando variáveis contínuas), e confiabilidade interna foi calculada pelo coeficiente alfa de Cronbach. A análise inferencial, feita com a associação entre baixa indicação de TMC e indicação de TMC e as variáveis sociodemográficas dos participantes, utilizou os testes



de Qui-quadrado de Pearson ou Exato de Fisher, conforme a adequação dos dados. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

O estudo teve como fundamento os preceitos éticos das Resoluções 466/12 do CNS e do Ofício Circular no 2/2021/CONEP/SECNS/MS e teve a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da FPP sob Parecer Consubstanciado n. 7.094.640.

RESULTADOS

Ao todo, 570 estudantes responderam ao instrumento de pesquisa, sendo 232 (40,7%) do curso de medicina, 118 (20,7%) de enfermagem e 220 (38,6%) de psicologia. Quanto à idade, a média dos respondentes foi de 22,93 anos (sd - 6), variando entre 18 e 53 anos. A idade média por curso não apresentou diferenças significativas, tendo a medicina média de 22,62 anos (sd - 4,1), a enfermagem 22,99 (sd -6,76) e a psicologia 23,23 (sd - 7,16).

No estudo, a maioria dos estudantes é do sexo feminino, correspondendo a 437 (76,8%) participantes. Quanto às características acadêmicas e sociodemográficas, 337 (59,1%) têm aulas em apenas um turno; 415 (72,8%) cursam os períodos iniciais; 512 (89,8%) são solteiros; e 361 (63,3%) seguem alguma religião.

Em relação aos hábitos de vida, 262 (46,1%) relataram dispor de duas horas diárias de lazer e 369 (64,7%) praticam atividade física. Observou-se ainda que 457 (80,7%) não fazem uso de Práticas Integrativas e Complementares (PIC).

No que se refere às condições de saúde mental, 300 (52,8%) referiram diagnóstico prévio de depressão e/ou ansiedade, enquanto 427 (75,2%) relataram histórico familiar dessas condições. Além disso, 336 (59,3%) não exercem atividade remunerada e 405 (71,2%) não são bolsistas nem possuem financiamento acadêmico.

Um dado relevante do estudo indica que 402 (70,5%) dos respondentes apresentaram indicação de TMC. Dentre esses, 142 (61,2%) são estudantes de medicina, 84 (71,2%) de enfermagem e 176 (80,0%) de psicologia.

As respostas ao instrumento de pesquisa SRQ-20 indicaram que 307 (54,0%) dos participantes relataram dores de cabeça frequentes; 309 (54,2%) referiram dormir mal; 486 (85,3%) afirmaram sentir-se nervosos(as), tensos(as) ou preocupados(as); e 293 (51,4%) relataram sentir-se tristes recentemente. Além disso, 331 (58,4%) informaram dificuldades para realizar suas atividades diárias com satisfação; 294 (51,8%) relataram dificuldade na tomada de decisões; 405 (71,3%) afirmaram sentir-se cansados(as) o tempo todo; e 404 (70,9%) declararam cansar-se com facilidade.

Um dado significativo, referente à Questão 17, indica que 51 estudantes (9,0%) do total de respondentes relataram ideação suicida, sendo 14 (6,1%) do curso de medicina, 13 (11,0%) de enfermagem e 24 (10,9%) de psicologia.

Destaca-se que o coeficiente alfa de Cronbach do instrumento aplicado foi de 0,84, indicando boa consistência interna. Esse resultado evidencia que os itens do instrumento apresentam adequada homogeneidade e confiabilidade para a avaliação do constructo investigado na amostra estudada.

O Gráfico 1 apresenta a distribuição das respostas categorizadas em dois grupos: (1) “Sim” e (2) “Não”. As questões estão organizadas em ordem crescente, do menor para o maior percentual de respostas positivas. No cômputo geral, a questão Q17: “Tem tido ideia de acabar com a vida?” apresentou 9% de respostas afirmativas. Em contrapartida, a questão Q6: “Sente-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)?” registrou 85% de respostas positivas, posicionando-se ao final do gráfico nas informações gerais. Observa-se que, para os três cursos, a distribuição percentual coincide quanto à questão com menor índice (Q17) e àquela com maior índice (Q6); entretanto, a sequência intermediária das questões apresenta variações entre os cursos.

Gráfico 1 - Distribuição das respostas categorizadas em 2 grupos: “Sim” (1) e “Não” (2).

GRÁFICO GERAL DAS RESPOSTAS

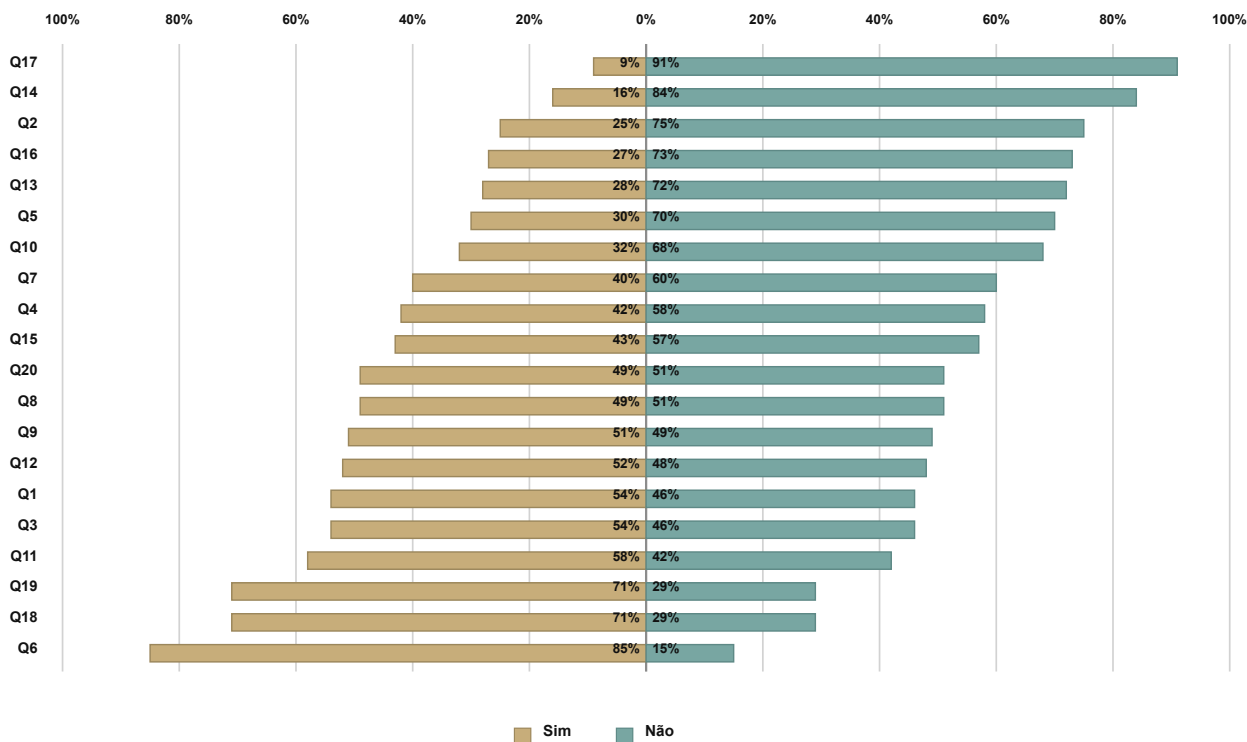


GRÁFICO MEDICINA

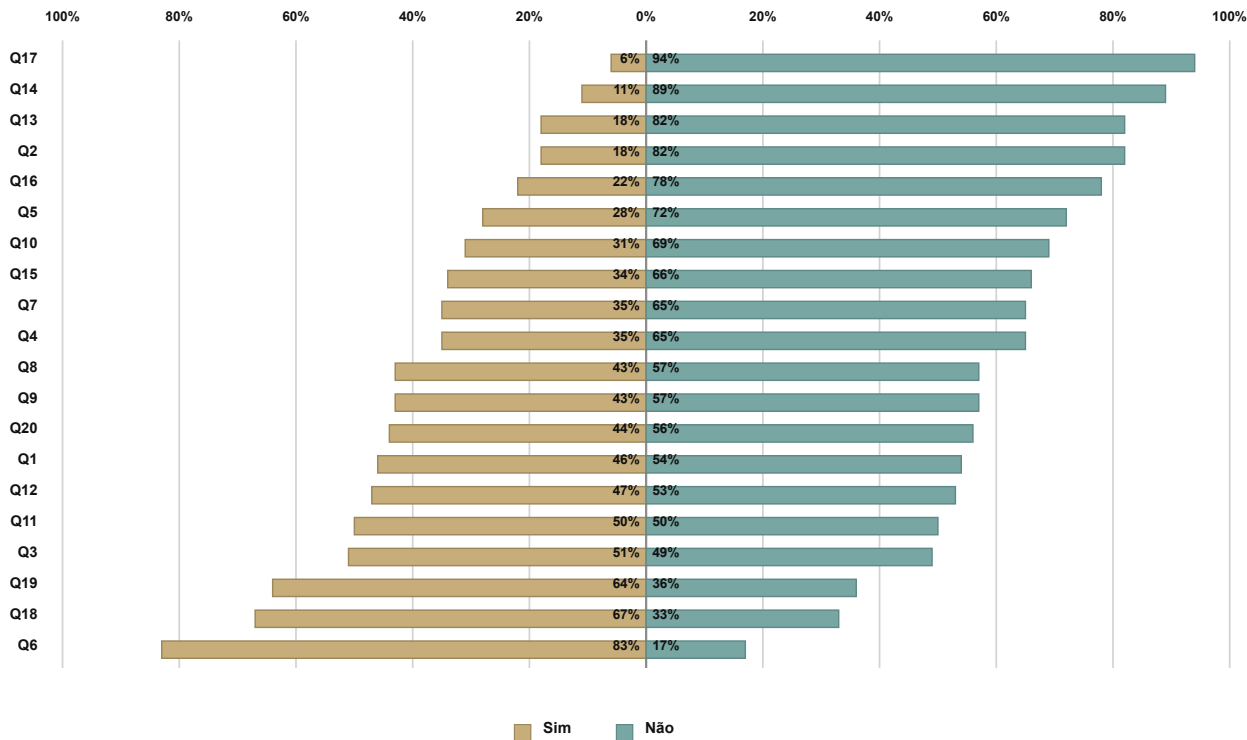


GRÁFICO ENFERMAGEM

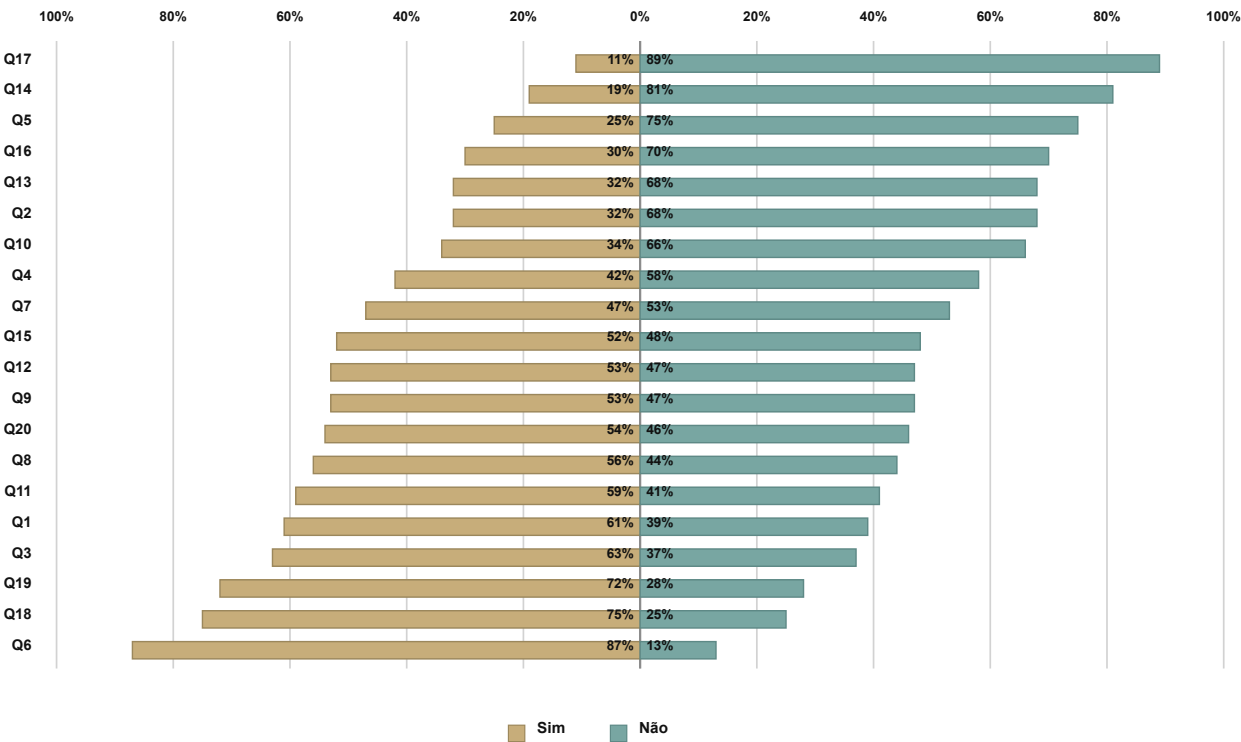
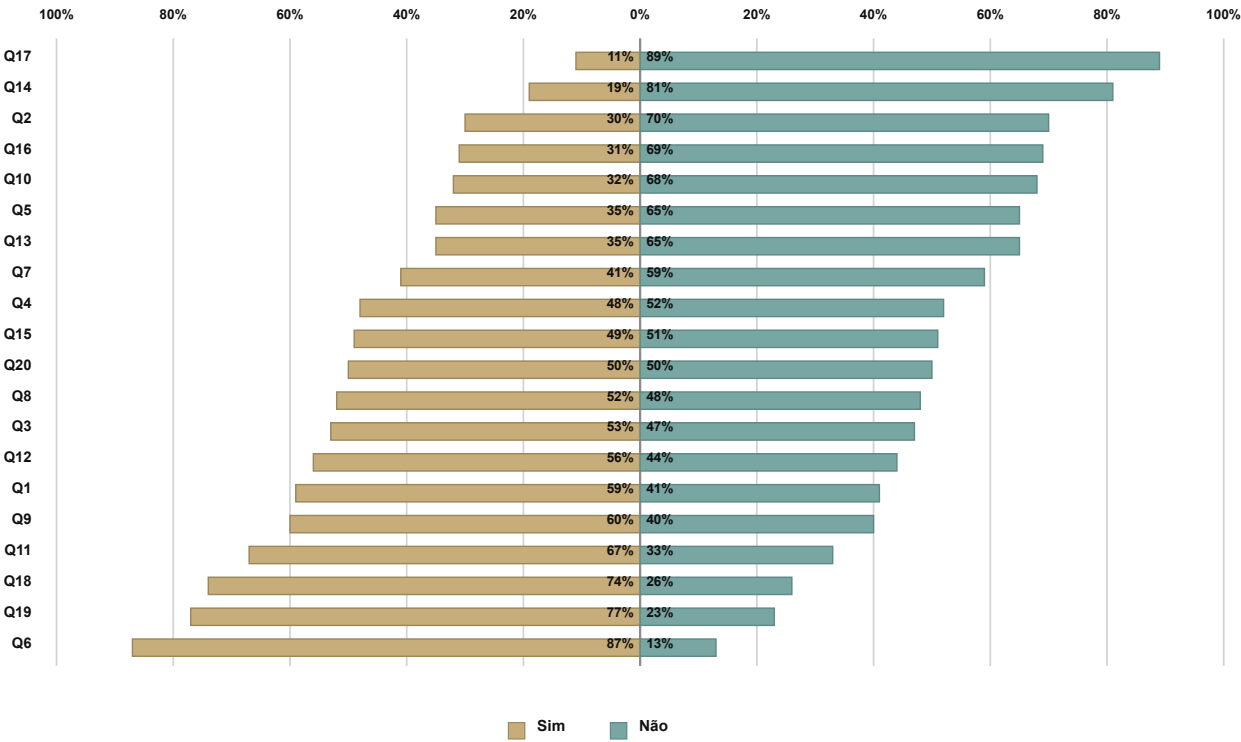


GRÁFICO PSICOLOGIA



Fonte: Dados da pesquisa.

A seguir apresenta-se a análise das respostas ao instrumento SRQ-20 reunida em grupos de sintomas (dimensões) a saber: Fator I: humor ansioso e depressivo questões; Fator II: sintomas somáticos questões; Fator III: decréscimo de energia questões; Fator IV: pensamento depressivo questões.

A distribuição das questões de modo agrupado nas quatro dimensões (Tabela 1), mostra os resultados gerais e específicos para cada curso. Destaca-se que os respondentes de psicologia e enfermagem apresentaram os maiores percentuais em relação aos sintomas avaliados.

Tabela 1 - Grupos de sintomas do *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20): distribuições das respostas positivas dos respondentes, por curso.

Dimensão	N	% Geral	N Med	% Med	N Enf	% Enf	N Psico	% Psico
Humor depressivo ansioso	300	52.54	111	47.95	64	54.03	124	56.59
Sintomas Somáticos	239	41.93	86	36.93	55	46.89	98	44.55
Decréscimo de energia vital	312	54.71	111	47.99	68	57.77	132	60.15
Pensamentos Depressivos	135	23.73	42	18.1	33	27.97	60	27.39

Fonte: Dados da pesquisa. Humor ansioso e depressivo questões: Q4, Q6, Q9 e Q10; sintomas somáticos questões: Q1, Q2, Q3, Q5, Q7 e Q20; decréscimo de energia questões: Q8, Q11, Q12, Q13, Q18 e Q19; pensamento depressivo questões: Q14, Q15, Q16 e Q17

Em relação ao Fator I (humor ansioso e depressivo), a questão 6 “Sente-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)?” apresentou 486 (85,3%) respostas afirmativas, com predominância entre estudantes de enfermagem, que totalizaram 103 (87,3%) respostas “sim”. No que se refere ao Fator II (sintomas somáticos), a questão 1 “Dorme mal?” registrou o maior número de respostas positivas, com 309 (54,2%) afirmações, sendo a maior prevalência observada no curso de psicologia, com 117 (53,2%) respostas afirmativas. Quanto ao Fator III (decréscimo de energia), a questão 18 “Sente-se cansado(a) o tempo todo?” apresentou 405 (71,0%) respostas positivas, com destaque para o curso de enfermagem, que contabilizou 89 (75,4%) respostas “sim”. Por fim, no Fator IV (pensamento depressivo), a questão 15 “Tem perdido o interesse pelas coisas?” obteve 246 (43,2%) respostas afirmativas, novamente com maior frequência entre estudantes de enfermagem, que registraram 61 (51,7%) respostas positivas.

Para a análise inferencial dos participantes foi calculado o escore total do questionário SRQ-20, somando o número de respostas SIM. Com base nesse escore, os participantes foram categorizados em dois grupos: aqueles com baixa indicação de TMC (com escore ≤ 7), e aqueles com indicação de TMC (com escore ≥ 7) em associação com as variáveis sociodemográficas.

Observou-se associação estatisticamente significativa com a indicação de TMC para as seguintes variáveis: gênero ($p < 0,001$), turno ($p < 0,001$), seguir alguma religião ($p < 0,001$), horas de lazer por dia ($p < 0,02$), prática de atividade física ($p < 0,004$), diagnóstico prévio de depressão/ansiedade ($p < 0,001$), histórico familiar de depressão/ansiedade ($p < 0,001$) e ser bolsista ou possuir financiamento ($p < 0,021$). Para as demais variáveis analisadas neste estudo, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Ao realizar a análise estratificada por curso, observou-se que, entre os estudantes de Medicina, houve diferença estatisticamente significativa na indicação de TMC para as seguintes variáveis: gênero ($p < 0,002$), diagnóstico prévio de depressão ($p < 0,001$), histórico familiar de depressão/ansiedade ($p < 0,001$) e ser bolsista ou possuir financiamento ($p < 0,016$). Entre os estudantes do curso de Enfermagem, verificou-se diferença significativa para gênero ($p < 0,009$) e diagnóstico prévio de depressão/ansiedade ($p < 0,04$). Já no curso de Psicologia, observou-se diferença estatisticamente significativa apenas para a variável diagnóstico prévio de depressão/ansiedade ($p < 0,004$) em relação à indicação de TMC.

DISCUSSÃO

No presente estudo, observou-se prevalência do sexo feminino, correspondendo a 437 (76,8%) estudantes nos três cursos investigados. Esse achado é semelhante ao estudo realizado na Universidade Federal de Campina Grande, que analisou sintomas depressivos no contexto pandêmico e também evidenciou maior participação e envolvimento de mulheres (64,74%)¹⁰.

Ao analisar os cursos separadamente, ainda em relação ao gênero, observou-se diferença estatisticamente significativa para o curso de medicina ($p < 0,002$) e para o curso de enfermagem ($p < 0,009$). Por outro lado, no curso de psicologia, a associação não apresentou significância estatística ($p = 0,091$). Tais dados vão ao encontro de outros achados na literatura, realizados em diferentes contextos, que apontam a associação positiva de TMC em indivíduos sexo feminino em estudantes de enfermagem¹¹, e de medicina¹²⁻¹³.

A maior prevalência de ansiedade no sexo feminino pode ser compreendida a partir da interação de fatores biológicos e hormonais que influenciam tanto o desenvolvimento quanto a manifestação desses sintomas. Do ponto de vista biológico, diferenças hormonais desempenham papel relevante, uma vez que oscilações nos níveis de estrogênio e progesterona podem impactar a regulação do humor e da resposta ao estresse. Além disso, a testosterona tem sido associada a possíveis efeitos protetores contra sintomas de ansiedade e depressão, contribuindo para diferenças observadas entre os sexos¹⁴.

Os dados obtidos no estudo evidenciam que, no cômputo geral dos três cursos pesquisados, 402 (70,5%) dos estudantes têm indicação de TMC, ou seja, tiveram pontuação de respostas positivas igual ou superior a 7. O rastreamento revelou sinais de adoecimento psíquico, com sintomas prevalentes e comuns a todos os cursos, tais como distúrbios do sono, sensação de nervosismo, tensão e preocupação, dificuldade em realizar atividades diárias com satisfação e cansaço frequente.

Corroborando com estes dados Oliveira¹¹, ao investigar estudantes, especialmente da área da saúde, identificou que 72,6% dos participantes apresentaram pontuação indicativa de TMC, com maior prevalência no sexo feminino (74,8%) e em associação com pior autoavaliação do estado de saúde. De modo semelhante, Abreu e Macedo¹⁵, ao pesquisarem estudantes de psicologia, também evidenciaram elevada prevalência de TMC (60,2%), sendo mais frequente entre mulheres (77,7%) e solteiros (68,2%).

Segundo a literatura, tais achados podem ser parcialmente explicados pelo fato de que o ingresso e a permanência no ensino superior correspondem a um período de intensas transformações pessoais, cognitivas, afetivas e sociais. Trata-se de uma fase marcada por múltiplas experiências acadêmicas e por desafios decorrentes da adaptação à vida universitária, fatores que podem contribuir significativamente para o sofrimento psíquico nessa população¹⁶.

Nesse contexto, os universitários da área da saúde mostram-se ainda mais propensos ao desenvolvimento de TMC, uma vez que precisam aprender a lidar cotidianamente com a dor, o sofrimento e a responsabilidade profissional, sendo a recorrência desses transtornos associada ao avanço nos anos de formação. Segundo os autores, os principais distúrbios psíquicos desencadeados no ambiente universitário são a depressão e a ansiedade, com níveis mais elevados desses sintomas entre mulheres que cursam medicina¹⁷.

No que se refere à variável prática de atividade física, o presente estudo identificou associação significativa com a indicação de TMC ($p < 0,004$). Resultados semelhantes foram descritos, nos quais a participação em atividades físicas de lazer estava relacionada à promoção do bem-estar^{13,18}. Além disso, o envolvimento em práticas físicas associa-se à preservação de um estilo de vida saudável, configurando-se como importante estratégia de promoção da saúde e de melhoria da qualidade de vida¹⁹.

Considerando a variável horas de lazer por dia, as análises realizadas apontam resultado significativo em relação à indicação de TMC ($p < 0,02$), na qual os respondentes que têm 2 horas ou mais de lazer por dia tem menor risco de indicação para TMC. Segundo a literatura, a rotina intensa resulta em poucos ou raros

horários livres dos estudantes para a realização de lazer, tornando-os predispostos a TMC. Outro estudo aponta que foi observada, proporcionalmente, maior frequência de estudantes com TMC entre aqueles que relataram dispor de menos de duas horas diárias de lazer, demonstraram insatisfação com o tempo disponível para atividades de lazer e afirmaram não praticar atividade física regularmente²⁰.

Para a variável ter diagnóstico prévio de depressão/ansiedade os achados encontrados neste estudo foram significativos ($p < 0,001$) em relação à indicação de TMC, assim como para a variável histórico familiar de depressão/ansiedade ($p < 0,001$). Os dados obtidos podem estar associados a fatores preditivos de TMC, presentes desde antes da graduação, levando-se em consideração tanto os fatores genéticos como ambientais. Outro estudo²¹ também encontrou associação entre TMC e histórico familiar de transtorno mental, reforçando o modelo multicausal dos transtornos psíquicos, que envolve a interação entre fatores genéticos e ambientais e pode ser agravado por experiências estressoras ao longo da vida.

A pesquisa identificou associação significativa entre ser bolsista ou possuir financiamento estudantil e a ocorrência de TMC ($p < 0,021$), indicando que a vulnerabilidade socioeconômica pode impactar negativamente a saúde mental dos estudantes. Estudo com universitários, incluindo estudantes de medicina da região Norte do Brasil²², também aponta a baixa renda familiar como um dos principais fatores associados à maior prevalência de sofrimento psíquico e TMC.

A dimensão espiritual também se destacou como importante indicador de saúde. Neste estudo, seguir alguma religião mostrou-se um fator protetivo contra o desenvolvimento de TMC ($p < 0,001$), sendo relatado por 361 (63,3%) dos participantes. Estudo aponta que a religiosidade e a espiritualidade favorecem o bem-estar, auxiliam no enfrentamento de situações adversas e atuam como fatores de proteção contra ansiedade, depressão e suicídio. Apesar desses benefícios, essa temática ainda recebe pouca atenção no ambiente universitário²³.

O presente estudo identificou prevalência de 70% de rastreamento positivo para TMC, resultado semelhante ao observado em outras pesquisas que utilizaram o SRQ-20²⁴⁻²⁵. Entre os sintomas avaliados, destacou-se a questão “sentir-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)”, que apresentou a maior frequência de respostas positivas, evidenciando a predominância de manifestações de ansiedade e estresse no contexto acadêmico. Achado semelhante foi relatado em estudo com estudantes de enfermagem, reforçando que sintomas de humor depressivo-ansioso constituem um padrão frequente entre universitários da área da saúde²⁶.

Em relação ao Fator II (sintomas somáticos), destacou-se a questão “Dorme mal?”, com elevada frequência de respostas positivas, indicando importante comprometimento da qualidade do sono entre os estudantes. Esse resultado é preocupante, pois a literatura²⁷ aponta que o sono é essencial para a saúde física e emocional, e sua má qualidade está associada à ocorrência de TMC, além de aumentar o risco de ansiedade, depressão e prejuízos no desempenho acadêmico. Esses achados reforçam a necessidade de ações voltadas à promoção de hábitos saudáveis de sono no ambiente universitário.

No âmbito do Fator III (decréscimo de energia vital), o sintoma mais prevalente foi “Sente-se cansado(a) o tempo todo?”, indicando fadiga. Achado semelhante foi descrito entre graduandos de enfermagem²⁸. Para os autores, esses estudantes apresentam elevados níveis de estresse, com manifestações psicológicas e fisiológicas mais frequentes do que em estudantes de outros cursos da área da saúde. Tal vulnerabilidade relaciona-se a múltiplas demandas universitárias, como deficiências na qualidade do ensino e no ambiente educacional, questões pessoais, incertezas quanto ao planejamento da carreira, necessidade de organização frente ao grande volume de informações, estresse decorrente das atividades práticas e, ainda, o contato constante com a morte.

Referente ao Fator IV (pensamentos depressivos), a questão com maior frequência de respostas positivas foi “Tem perdido o interesse pelas coisas?”. Embora nenhuma questão dessa dimensão tenha apresentado predominância de respostas positivas, o percentual de ideação suicida (8,95%) merece atenção. Estudo indica²⁹ que dificuldades de adaptação ao ambiente acadêmico, relações interpessoais fragilizadas e menor

rede de apoio estão associadas ao aumento do risco de ideação suicida. Além disso, maiores prevalências foram observadas entre estudantes homossexuais, pretos e pardos³⁰ e entre aqueles sem vínculo religioso²⁵. Esses achados reforçam a importância de estratégias institucionais que promovam integração social, apoio psicossocial e atividades extracurriculares como medidas de prevenção ao sofrimento mental e ao suicídio.

Uma meta-análise com estudantes de medicina identificou que fatores como pior condição de saúde mental, sexo feminino, morar sozinho, consumo de álcool, histórico de negligência parental, abuso físico ou sexual e antecedentes familiares de transtornos mentais estão associados a maior risco de ideação suicida³¹. Além disso, o SRQ-20 tem demonstrado validade clínica para diferenciar populações clínicas e não clínicas e para prever risco de suicídio, reforçando sua utilidade como instrumento de triagem para TMC e identificação precoce de situações de risco³².

Ao examinar as distribuições das respostas positivas dos respondentes, por curso, os estudantes de medicina não apresentaram respostas afirmativas acima de 50% em nenhum fator. Destaca-se que os estudantes de psicologia e enfermagem apresentaram os maiores percentuais em relação aos sintomas avaliados, acima de 50%, nos Fatores “Humor depressivo-ansioso” e “Decréscimo de energia vital”.

Portanto, as evidências observadas reforçam a importância dos serviços de assistência à saúde mental no contexto estudantil. Autores³³ destacam a necessidade de que as IES valorizem a promoção da saúde mental e a educação para o bem-estar dos universitários, reconhecendo que o equilíbrio psíquico é essencial para o sucesso acadêmico.

Corroborando essa perspectiva, ao evidenciar que uma parcela expressiva do corpo discente universitário apresenta quadros de TMC, destaca-se a importância do reconhecimento precoce desses sintomas³⁴. Além disso, reforça-se a necessidade da implementação de programas preventivos e interventivos direcionados ao sofrimento psíquico entre universitários³⁵. Esses programas devem considerar o contexto sociocultural e as especificidades da vida acadêmica, visando à promoção do bem-estar, ao fortalecimento de estratégias de enfrentamento e ao cuidado integral com a saúde mental dos estudantes. Tais programas devem ser sensíveis ao contexto sociocultural e às especificidades dos estudantes, visando à promoção do bem-estar e do cuidado integral.

Nesse contexto, recomenda-se, como estratégia de prevenção e manejo dos sintomas, a realização de oficinas grupais, as quais proporcionam um espaço de interação, escuta e troca de experiências entre os participantes. Esses espaços favorecem a construção coletiva de estratégias de enfrentamento, fortalecem vínculos e estimulam o apoio mútuo³⁶. Além disso, as oficinas contribuem para validar e acolher o sofrimento dos estudantes, promovendo maior conscientização sobre questões relacionadas à saúde mental e incentivando o desenvolvimento de habilidades de autocuidado e regulação emocional.

CONCLUSÕES

O presente estudo identificou elevada prevalência de TMC entre estudantes da área da saúde de uma instituição privada de ensino superior da capital paranaense. Apesar de a amostra ser representativa, sua restrição a uma única instituição limita a generalização dos resultados. Os principais sinais de sofrimento psíquico observados foram distúrbios do sono, nervosismo, tensão, preocupação, fadiga e dificuldade em realizar atividades cotidianas com satisfação. Além disso, a presença de ideação suicida em parte dos participantes reforça a necessidade de investigações mais aprofundadas e da implementação de estratégias permanentes de promoção da saúde mental, prevenção e identificação precoce de situações de risco.

A comparação entre os cursos da área da saúde pesquisados revelou diferenças na prevalência de TMC, com maior ocorrência entre estudantes de psicologia em relação aos de enfermagem e medicina. Esse achado sugere que características curriculares, emocionais e formativas podem influenciar o sofrimento psíquico dos acadêmicos, evidenciando a necessidade de estratégias de promoção da saúde mental adaptadas às especificidades de cada curso, em vez de abordagens institucionais uniformes.

Como contribuição adicional, ressalta-se a realização do estudo em uma IES privada, contexto ainda pouco explorado na literatura nacional, amplia a compreensão sobre o fenômeno em diferentes realidades acadêmicas. Nesse sentido, recomenda-se o desenvolvimento de ações baseadas em pesquisa translacional, que permitam transformar esses achados em intervenções práticas, adaptadas às especificidades de cada formação, com vistas à promoção da saúde mental no ambiente universitário.

Considerando a importância do cuidado com o ser humano as coordenações dos cursos investigados devem unir esforços para promover ações preventivas e terapêuticas junto aos estudantes, visando reduzir a ocorrência de transtornos mentais severos. Desta forma, os achados do estudo apontam para a necessidade de desenvolvimento de estratégias no âmbito da pesquisa translacional no contexto da IES, de modo a converter evidências epidemiológicas em intervenções práticas voltadas à saúde mental dos estudantes.

Os resultados devem ser interpretados considerando as limitações do delineamento transversal, que permite identificar associações, mas não estabelecer relações de causa e efeito. Ainda assim, o estudo contribui para o rastreamento epidemiológico do sofrimento psíquico em universitários e destaca a necessidade de pesquisas longitudinais para identificar seus principais preditores ao longo da graduação. Os achados reforçam a importância da implementação de espaços de acolhimento e apoio aos estudantes, favorecendo a promoção da saúde mental, o fortalecimento de vínculos e o desenvolvimento de políticas institucionais de assistência estudantil.

REFERÊNCIAS

1. Goldberg D, Huxley P. Common mental disorders: a bio-social model. London; New York: Tavistock; Routledge, 1993. 194p.
2. Rodrigues EP, Rodrigues US, Oliveira LMM, Laudano RCS, Nascimento Sobrinho CL Prevalência de transtornos mentais comuns em trabalhadores de enfermagem em um hospital da Bahia. Revista Brasileira de Enfermagem [Internet]. 2014 [citado 25 mar. 2025]; 67(2):296-301. Disponível em <http://scielo.br/j/reben/a/8cTX7L9pgrbBS8sdXwcsTLy/?format=pdf&lang=pt>
3. Ribeiro ALB, André BP. Reflexões sobre a saúde mental dos estudantes universitários: uma revisão bibliométrica. Caderno Pedagógico [Internet]. 2024 [citado 25 mar. 2025]; 21(5) e4477. DOI: 10.54033/cadpedv21n5-185
4. Santos GBV, Alves MCP, Goldbaum M, Cesar CLG, Gianin RJ. Prevalence of common mental disorders and associated factors in urban residents of São Paulo, Brazil. Cadernos de Saúde Pública [Internet]. 2019 [citado 25 mar. 2025]; 35(11). DOI: 10.1590/0102-311X00236318
5. Leão AM, Gomes IP, Ferreira MJM, Cavalcanti LPG. 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 [Internet]. 2018 [citado 25 mar. 2025]; 42(4):55-65. DOI: 10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092
6. Graner, KM, Cerqueira ATAR. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. Ciência & Saúde Coletiva [Internet]. 2018 [citado 30 mar. 2025]; 24:1327-46. DOI: 10.1590/1413-81232018244.09692017
7. Lopes FM, Lessa RT, Carvalho RA, Reichert RA, Andrade ALM, Micheli D. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. Revista Psicologia em Pesquisa [Internet]. 2022 [citado 31 mar. 2025]; 16(1):1-23. DOI: 10.34019/1982-1247.2022.v16.31105
8. Oliveira EB, Zeitoune RCG, Gallasch CH, Pérez Júnior EF, Silva AV, Souza TC. Common mental disorders in nursing students of the professionalizing cycle. Revista Brasileira de Enfermagem [Internet]. 2020 [citado 31 mar. 2025]; 73(1):e20180154. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0154>

9. Mari JJ, Williams P. A validity study of a psychiatric screening questionnaire (SRQ-20) in primary care in the city of Sao Paulo. The British Journal of Psychiatry [Internet]. 1986 [citado 5 abr. 2025]; 148(1):23-6. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/the-british-journal-of-psychiatry/article/abs/validity-study-of-a-psychiatric-screening-questionnaire-srq20-in-primary-care-in-the-city-of-sao-paulo/94BFEEFAF754ADABF52A244AEA28BC436>
10. Leite HMS, Cayana EG. Sintomas depressivos entre acadêmicos da área de saúde de uma universidade pública em contexto pandêmico: um estudo de prevalência. Brazilian Journal of Health Review [Internet]. 2024 [citado 5 abr. 2025]; 7(1):5926-44. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n1-479>
11. Oliveira ARCL. Fatores associados ao uso de psicofármacos e aos sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Psiquiátrica) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2023 [citado 5 abr. 2025]; Doi:10.11606/D.22.2023.de-15052023-164215.
12. Gomes CFM, Pereira Junior RJ, Cardoso JV, Silva DA. Common mental disorders in university students: epidemiological approach about vulnerabilities. SMAD. Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas [Internet]. 2020 [citado 9 abr. 2025]; 16(1):1-8. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v16n1/en_v16n1a09.pdf
13. Oliveira MP, Stahnke DN, Horta RL, Costa JSD. Prevalência de depressão entre estudantes de Medicina em universidade de Goiás. Revista Brasileira de Educação Médica [Internet]. 2024 [citado 12 abr. 2025]; 48(2):e045. DOI: 10.1590/1981-5271v48.2-2023-0178
14. Mchenry J, Carrier N, Hull E, Kabba M. Sex differences in anxiety and depression: role of testosterone. Frontiers in neuroendocrinology [Internet]. 2014 [citado 10 abr. 2025]; 35(1):42-57. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2013.09.001>
15. Abreu MM, Macedo JP. Saúde mental em estudantes de Psicologia de uma instituição pública: prevalência de transtornos e fatores associados. Revista da SBPH [Internet]. 2021 [citado 10 abr. 2025]; 24(1):91-103. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v24n1/09.pdf>
16. Castro VR. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. Revista Gestão em Foco [Internet]. 2017 [citado 12 abr. 2025]; 9(1):p. 380-401. Disponível em: https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf
17. Santos, ALT, Souza JF, Ribeiro CL, Nascimento PAC, Santana TB, Pereira HCV. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes da área da saúde e os fatores relacionados. Saúde Coletiva (Barueri) [Internet]. 2021 [citado 12 abr. 2025]; 11(67): p. 6677-90. DOI: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i67p6677-6690>
18. Toneli LS, Almeida CL, Silva RG, Caldeirão TD, Haddad PCMB, Silva DA. Transtornos mentais comuns em enfermeiros: uma revisão integrativa. Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem [Internet]. 2021 [citado 20 abr. 2025]; 14(42):110–21. DOI: 10.24276/rrecien2024.14.42.110121. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/826>
19. Oliveira VA, Gomes LMD, Freitas PHC, Silva RQ, Ferreira JB. Benefícios da prática regular da atividade física no tratamento da depressão: Uma revisão narrativa da literatura. Research, Society and Development [Internet]. 2024 [citado 20 abr. 2025]; 13(5):e8013545827-e8013545827. DOI: 10.33448/rsd-v13i5.45827
20. Grether EO, Becker MC, Menezes HM, Nunes CRO. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). Revista brasileira de educação médica [Internet]. 2019. [citado 20 abr. 2025]; 43(1):276-85. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180260>

21. Rocha ES, Sassi, AP. Transtornos mentais menores entre estudantes de medicina. *Revista brasileira de educação médica* [Internet]. 2013 [citado 20 abr. 2025]; 37(02):210-6. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/pdf/rbem/v37n02/v37n02a08.pdf>
22. Rocha IL, Varão FS, Nunes JR. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *Brazilian Journal of Development* [Internet]. 2020 [citado 20 abr. 2025]; 6(12):102989-3000. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n12-698>
23. França LCM, Gomes JRS, Costa MB, Gomes C, Dib RV, Oliveira ACS et al. Espiritualidade e religiosidade para universitários: uma revisão e literatura. *Enfermagem Brasil* [Internet]. 2023 [citado 10 mai. 2025]; 22(2):258-74. DOI: <https://doi.org/10.33233/eb.v22i2.5315>
24. Lima HR, Oliveira PK, Silva MZ, Martins CM, Zuber JFS, Muller EV. Correlação entre qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes da área da saúde. *SaudColetiva* [Internet]. 2025 [citado 05 abr. 2026]; 15(93):14670-89. DOI: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2025v15i93p14670-14689>
25. Bianchi GC, Miasso, AI. Fatores associados aos transtornos mentais comuns, risco suicida e uso de estimulantes em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Enfermagem*. [Internet]. 2025 [citado 05 abr. 2026]; 78(6): e20240501. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2024-0501pt>
26. Araujo Filho ACA, Silva SM, Alves JS, Alves HLC, Monteiro AKC, Araújo AKL. Prevalência e fatores preditivos de transtornos mentais comuns em estudantes de enfermagem. *Journal of Nursing and Health* [Internet]. 2024 [citado 20 mai. 2025]; 14(2):e1426126-e1426126. DOI: <https://doi.org/10.15210/jonah.v14i2.26126>
27. Ferreira CMG, Kluthcovsky ACG, Cordeiro TMG. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de medicina: um estudo comparativo. *Revista Brasileira de Educação Médica* [Internet]. 2016 [citado 20 mai. 2025]; 40(2):268-76. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v40n2e02812014>
28. Carleto CT, Moura RCD, Santos, VS, Pedrosa LAK. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. *Revista Eletrônica de Enfermagem* [Internet]. 2018 [citado 20 mai. 2025]; 20: v20a01-v20a01. DOI: <https://doi.org/10.5216/ree.v20.43888>
29. Sunde RM, Oliveira NC, Jaeger Filho CC, Esteves LF, Paz BM, Machado WL. Risk factors associated with suicide in university students: a scoping review. *Estudos e Pesquisas em Psicologia* [Internet]. 2022 [citado 20 mai. 2025]; 22(2): 832-52. DOI: <https://doi.org/10.12957/epp.2022.68656>.
30. Santos AVO, Santos Júnior FMF, Galvão LR, Suzart NS, Moreira TDS. Relação entre variáveis sociodemográficas e saúde mental em estudantes do ensino superior brasileiro: uma revisão sistemática. *ARE* [Internet]. 2025 [citado 05 mai 2026] [citado 05 de maio de 2026]; 7(6):29064-89. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/5574>
31. Seo C, Di Carlo C, Dong SX, Fournier K, Haykal KA. Risk factors for suicidal ideation and suicide attempt among medical students: A meta-analysis. *PLoS One* [Internet]. 2021 [citado 05 mai 2026]; 22;16(12):e0261785. Disponível em: [10.1371/journal.pone.0261785](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261785). PMID: 34936691; PMCID: PMC8694469
32. Pereira TA, Nascimento VSM, Amorim APD, Amorim AM, Mussi RFF. Saúde mental e cotidiano universitário: uma breve revisão integrativa. *Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva* [Internet]. 2024 [citado 02 jun. 2025]; 5: e20265, DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14712583>
33. Silveira LB, Kroef CR, Teixeira MAP, Bandeira DR. Uso do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) para Identificação de Grupo Clínico e Predição de Risco de Suicídio. *Revista Psicologia e Saúde* [Internet]. 2021 [citado 05 mai 2026]; 13(4):49-61. DOI: <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1219>

34. Bonfim LGS, Marchiorato AAL, Barbosa DAP, Mäder BJ. Níveis de estresse e ansiedade em uma residência interprofissional em pediatria. Espaço Saúde [Internet]. 2021 [citado 02 jun. 2025];22. DOI: <https://doi.org/10.22421/1517-7130/es.2021v22.e748>
35. Rodrigues DS, Cruz DMC, Nascimento JS, Cid MFB. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional [Internet]. 2022 [citado 02 jun. 2025]; 30:e3305. DOI: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO252833051>
36. Mota AAS, Pimentel SM, Mota MRS. Expressões de sofrimento psíquico de estudantes da Universidade Federal do Tocantins. Educação e Pesquisa [Internet]. 2023 [citado 10 jun. 2025]; 49: e254990. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202349254990>

