

# IDENTIFICAÇÃO E INCIDÊNCIA DE TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ESTUDANTES DOS CURSOS DE SAÚDE NO CONTEXTO DO ENSINO SUPERIOR

Drº Luan Paris Feijó<sup>1</sup>

Marcelo Paim Contri<sup>2</sup>

## RESUMO

O cenário acadêmico traz consigo adversidades de diversos aspectos, dentre eles o aumento da presença dos transtornos mentais comuns (TMC) tem-se provado desafiador para os acadêmicos dos cursos de saúde que almejam manter um ideal de saúde mental. Todavia o entendimento sobre este fenômeno encontra-se prejudicado pela carência de estudos inerentes a esta conjuntura. O objetivo do estudo foi mapear e analisar o contexto de saúde mental apresentado pelos estudantes dos cursos de saúde no ambiente do ensino superior. Os dados foram coletados por meio de um formulário online estruturado que mapeou os dados sociodemográficos e sofrimento mental através do *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20). Os resultados revelaram que 98,02% dos participantes apresentaram sofrimento mental, sendo 54,46% moderado. Sintomas como nervosismo, cansaço constante e dificuldades nas atividades diárias foram os mais relatados. A maioria dos respondentes buscou psicoterapia nos últimos 12 meses, principalmente em serviços particulares, indicando barreiras no acesso ao apoio institucional. A alta prevalência de TMCs aliada às medidas protetivas de saúde mental subutilizadas apontaram a necessidade da construção de políticas de atendimento especializada, levando em consideração os aspectos biopsicossociais dos estudantes.

**Palavras-chave:** Estudantes; Saúde; Transtornos Mentais Comuns; Identificação.

## ABSTRACT

The academic setting presents challenges in multiple aspects, among which the increased prevalence of Common Mental Disorders (CMDs) has proven particularly demanding for health students striving to maintain sound mental health. However, understanding of this phenomenon remains limited due to a scarcity of studies addressing this specific context. This study aimed to map and analyze the mental health conditions exhibited by health students in higher education. Data was collected through a structured online questionnaire

---

<sup>1</sup> Psicólogo, doutor em Psicologia, orientador. Universidade La Salle - Canoas. Contato: luan.feijo@unilasalle.edu.br

<sup>2</sup> Acadêmico do Curso de Psicologia. Universidade La Salle - Canoas/RS. Contato: marcelo.contri0161@unilasalle.edu.br

assessing sociodemographic factors and psychological distress using the *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20). Results revealed that 98.02% of participants experienced mental distress, with 54.46% reporting moderate levels. Symptoms such as nervousness, persistent fatigue, and difficulties in daily activities were most frequently reported. Most respondents sought psychotherapy within the last 12 months, primarily through private services, indicating barriers to accessing institutional support. The high prevalence of CMDs combined with underutilized protective mental health measures underscores the need to develop specialized care policies that account for students' biopsychosocial aspects.

**Keywords:** Students; Health; Common Mental Disorders; Identification.

## INTRODUÇÃO

Estima-se que 1 em cada 8 pessoas no mundo (cerca de 970 milhões) vive com algum transtorno mental (OMS, 2022). Podemos destacar que, devido às características das psicopatologias, temos uma disparidade no modo como as mesmas são experienciadas e relatadas por cada pessoa, trazendo assim certa dificuldade para a captação e mensuração destes dados (Mars *et al.*, 2016).

Com o aumento da procura por serviços de saúde, principalmente após o período de pandemia da COVID-19, é possível observar em conjunto o crescimento dos casos em busca por serviços especializados em saúde mental. Não somente por usuários tradicionais do sistema único de saúde (SUS), mas também por profissionais da área, onde tais profissionais sofrem não apenas das comorbidades relacionadas aos transtornos mentais comuns como também com fatores associados à prevalência de tais transtornos em função de agravantes de estressores ocupacionais (Maturino *et al.*, 2024). Todavia, nem sempre a população consegue e pode ter acesso à serviços adequados e regulamentados por órgãos competentes, que em tese garantem a qualidade do serviço prestado e a autenticidade das informações ali distribuídas (Achtyses *et al.*, 2023).

Com o acréscimo da demanda em saúde mental sob os sistemas de saúde brasileiros, podemos observar o desgaste físico e emocional daqueles profissionais que atuam em contato direto com as perspectivas limitadas quanto ao trabalho de saúde mental para a população (Victor *et al.*, 2022). O que por sua vez causa um comportamento que vem mostrando-se de maneira intensa no meio universitário, a busca por informações de maneira informal através da internet (Melcher; Hays; Torous, 2020).

Estudos apontam que houve aumento no número de estudantes universitários que identificam-se de certa forma com estressores de saúde mental e seus desfechos devido a vivência a longo prazo com estes sintomas (Knapstad *et al.*, 2021; Melcher; Hays; Torous, 2020). Juntando este fator, com o avanço no mapeamento do diagnóstico diferencial dos Transtornos Mentais Comuns no meio da graduação como também nos profissionais de saúde (Pacheco *et al.*, 2017) é necessário olhar para a área da saúde como um todo, explorando as consequências da atuação nos profissionais capacitados e futuros profissionais em formação.

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa de abordagem quantitativa, transversal e observacional, em que a mesma foi realizada com estudantes dos cursos de ensino superior da área da saúde. A pesquisa coletou dados sociodemográficos e utilizou o questionário *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) para rastrear sofrimento mental, com uma amostra estratificada de 101 participantes matriculados nos cursos de Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Farmácia, Nutrição ou Psicologia.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A exposição vivenciada no campo da saúde, principalmente tratando-se de alunos em prática curricular nos estágios obrigatórios dos cursos da área, é um fator crucial para o desenvolvimento profissional dos estudantes que através desta prática podem então aproximar seus conhecimentos teóricos e práticos. Entretanto, a experiência pode ser comprometida se alguns fatores não forem levados em consideração ao incumbirmos as atribuições dos estudantes, de maneira a gerar prejuízo tanto para o acometido quanto para aos que estão diretamente afetados pela prática supervisionada daquele aluno (Nakamura *et al.*, 2022).

A combinação de fatores aos quais estes alunos podem ser expostos deve ser analisada com cautela, uma vez que é possível relacionar sintomas de sofrimento psicológico aos mesmos, onde alguns destes fatores podem ser exemplificados pela alta carga horária em prática de estágio, precarização do ambiente de atuação dos profissionais de saúde, estresse acadêmico devido à cobrança excessiva, entre outros; de modo que tais fatores já podem ser associados com a presença de características de burnout em estudantes da área da saúde (Yusoff; Hadie; Yasin, 2021).

Apenas supor o tipo de demanda e o estresse gerado pela mesma que um estudante acadêmico poderá enfrentar ao longo do período em graduação não é o suficiente para

determinarmos a matriz dos sintomas que são gerados por esta vivência. É necessário analisarmos de maneira sistemática a diversidade de fatores que corroboram para o adoecimento dessa população em específico, apenas através do mapeamento minucioso será possível o maior entendimento das perspectivas possíveis para esta conjuntura.

Além dos de fatores comuns que universitários apresentam, como: depressão, ansiedade, pensamentos suicidas, transtornos alimentares e vícios (como álcool e drogas). Se faz necessário constatar também os fatores de risco apresentados por esses indivíduos e como os mesmos estão expostos a eles. Dentre eles, podemos citar fatores acadêmicos como cargas excessivas de estudo, desempenho acadêmico insuficiente comparado aos seus pares, também como a adaptação a novos ambientes e seus desafios. Fatores sociais e socioeconômicos como isolamento social, bullying e discriminação, assim como situações de pobreza e desamparo social. Fatores que, quando agregados tornam-se extremamente adversos àquele que está acometido, trazendo prejuízos cognitivos, implicando no baixo desempenho acadêmico, abandono de estudos e comportamentos de risco (Limone; Toto, 2022).

Podendo observar os fatores de risco que a população estudantil está sujeita, é possível então analisarmos os impactos gerados pela vivência neste enquadramento adverso ao qual muitas pessoas estão sujeitas. A aparição de fadiga crônica devido às demandas acadêmicas inadequadas, o aumento no distanciamento do ambiente acadêmico juntamente com a crescente falta de interesse pelo mesmo, sentimentos de incompetência em quesitos estudantis, maior prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e complicações no sono, são apenas alguns dos reflexos dos fatores risco aos quais esses indivíduos estão expostos (Castillo-Navarrete *et al.*, 2024).

Segundo Cardoso *et al.*, 2024, fatores como dupla jornada de trabalho, baixa renda, isolamento social, gênero, orientação sexual, assim como área de estudo, estão relacionados com a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão na população universitária. Em revisão sistemática dos estudos transversais e descritivos em questão com amostra total de 4.225 participantes, revelou-se que 29.3% de estudantes universitários apresentaram sintomas de ansiedade e 42.7% apresentaram sintomas de depressão, de um total de 4.225 participantes. Ainda dentro do estudo, observa-se que alguns grupos estão extremamente suscetíveis aos efeitos destes transtornos, como mulheres e comunidade LGBTQIAPN+, em que os mesmos procuram usufruir de recursos e medidas protetivas de suporte social como medidas de enfrentamentos para essas comorbidades.

Com o advento da internet e seu acesso sendo popularizado, há um fluxo de

informações que são criadas e dispostas em plataformas digitais por indivíduos que sofrem, ou consideram sofrer, de alguma comorbidade mental. Comumente podemos observar esta movimentação sendo realizada dentro do contexto das redes sociais, como o YouTube, Instagram, Facebook, entre outras. Devido à sua característica socialmente interativa, tais plataformas podem influenciar negativamente, através das curtidas e comentários nas publicações, assim como o número de seguidores, como alguns aspectos pessoais são notados pelos indivíduos que utilizam destes meios de comunicação para compartilhar sua perspectiva perante o tópico da saúde mental (Beyari, 2023).

Todavia, esta interação com o mundo virtual é de cunho ambivalente, visto que não é plausível ignorarmos os benefícios diversos que este acesso à informação nos apresenta, como a conexão social através da identificação com os pares assim como o suporte emocional que esse encontro acarreta, acesso rápido e democratizado à informações de saúde mental e espaço para expressão e criatividade da individualidade de cada pessoa em um contexto de saúde mental. Porém, alguns fatores podem alterar o resultado de toda esta interação, o tipo de uso (passivo ou ativo) das redes, o excesso de tempo disposto aos meios sociais digitais e a comparação exacerbada com padrões inalcançáveis podem ampliar o risco do surgimento de psicopatologias em função do uso indevido da rede (Khalaf *et al.*, 2023).

Com a disseminação das informações acerca das questões de saúde mental, acontecem alguns eventos que já podem ser observados e estudados de maneira minuciosa, uma vez que estes fenômenos podem interferir no trabalho dos profissionais capacitados para o atendimento das demandas específicas deste contexto da saúde. A aproximação da população com os conceitos e definições que estipulam o que é considerado como transtorno mental, sensibiliza, capacita e facilita o reconhecimento e busca por tratamento especializado destas questões. Entretanto, a discussão incessante dos conceitos pode ocasionar uma demasia dos limites que levamos em consideração em um enredo científico para definir o que de fato são comorbidades relevantes de tratamento. Tal exercício desta limitação ocasiona em diagnósticos equivocados - onde não há a busca por serviços adequados para avaliação -, possível exposição ao sobretratamento de sintomáticas que não necessariamente se beneficiaram de intervenções adequadas, assim como uma sobrecarga dos serviços de saúde mental especializada que tentam acatar essa nova demanda (Haslam; Tse, 2025).

Ao longo da história, os transtornos mentais foram frequentemente estigmatizados ou negligenciados (Earnshaw *et al.*, 2022). No entanto, nas últimas décadas, condições como depressão, ansiedade e estresse ganharam destaque na saúde pública devido ao seu impacto significativo na qualidade de vida e produtividade, especialmente em indivíduos que

trabalham diretamente ligados à área da saúde. Os Transtornos Mentais Comuns (TMC), embora não sejam tão graves quanto psicoses ou transtornos bipolares, afetam milhões de pessoas globalmente, representando um desafio para sistemas de saúde e políticas públicas. Este trabalho busca explorar seu conceito, características e critérios diagnósticos conforme as classificações internacionais do CID-11 e DSM-5-TR (Søvold *et al.*, 2021).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2001), cerca de 1 em cada 4 pessoas será afetada por um transtorno mental ao longo da vida, sendo os TMC os mais prevalentes; no Brasil, os dados fornecidos pela OMS apontam que a ansiedade atinge aproximadamente 9,3% da população, já onde na mesma população a depressão atinge cerca de 5,8%, com custos indiretos relacionados ao absenteísmo e redução da produtividade. Diante desse cenário, compreender a definição, os sintomas e os critérios diagnósticos desses transtornos torna-se essencial para intervenções eficazes.

A classificação dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) varia conforme os manuais diagnósticos: enquanto o CID-11, da OMS, enfatiza uma abordagem dimensional, o DSM-5-TR, da Associação Psiquiátrica Americana, prioriza critérios categóricos. Este estudo analisa as semelhanças e divergências entre esses sistemas, tomando como base transtornos como depressão maior, ansiedade generalizada e transtornos de adaptação, visando esclarecer suas características clínicas e implicações para o diagnóstico.

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR), publicado pela Associação Psiquiátrica Americana (APA), é um dos sistemas de classificação mais utilizados mundialmente para diagnóstico em saúde mental. Para os Transtornos Mentais Comuns (TMC), como depressão, ansiedade e estresse, o manual estabelece critérios específicos baseados em evidências, garantindo padronização clínica e facilitando a comunicação entre profissionais. Apesar de sua utilidade, o DSM-5-TR recebe críticas por sua rigidez categórica, que pode desconsiderar nuances culturais ou subtipos de TMC. Por exemplo, sintomas somáticos são frequentemente negligenciados em favor de critérios psicológicos. Contudo, sua estrutura detalhada permanece fundamental para pesquisas e práticas baseadas em evidências.

Apesar do debate em saúde mental apontar um crescente interesse pelo entendimento generalizado dos conceitos e suas demandas, tanto entre a população que está para além dos profissionais em saúde, quanto para aqueles que vivenciam este cenário, ainda existem barreiras a serem discutidas e enfrentadas por aqueles indivíduos que buscam auxílio para suas necessidades. Tratando-se da procura por este serviço, devemos considerar alguns aspectos decorrentes deste processo, como por exemplo o estigma associado àqueles que

usufruem de algum tratamento em saúde mental, como também há um estigma associado ao tratamento em si. Apesar de seu impacto moderado na busca e adesão aos tratamentos, o estigma deve ser levado em consideração, uma vez que seu funcionamento pode ser enraizado em questões internas e externas para cada indivíduo (Clement *et al.*, 2015). Para o jovem brasileiro, além do estigma, existem barreiras consideradas estruturais e sistemáticas ao qual estes indivíduos estão sujeitos. São elas, custo de tratamento, facilidade de acesso a profissionais qualificados, diferenciação das percepções sobre o tratamento conforme a região do país, assim como uma rede de apoio familiar desestruturada (FUKUDA *et al.*, 2023).

A combinação dos fatores acima ainda evidencia os resquícios sintomáticos dos processos e consequências da mudança pela qual a esfera de saúde mental perpassa. É notada a escassez de estudos direcionados ao estudante dos cursos superiores de saúde, principalmente no contexto brasileiro. Todavia, existem estudos que apontam tendências quanto à prevalência de sintomas psicopatológicos relacionados aos transtornos mentais comuns no cenário dos estudantes de medicina, dentre os problemas de saúde mental estão: depressão (30,6%), uso problemático de álcool (32,9%), estresse (49,9%), baixa qualidade do sono (51,5%) e ansiedade (32,9%) (Pacheco *et al.*, 2017).

Também é possível notar a precarização da condição dos estudantes de psicologia ao longo do período da graduação, altos níveis de ansiedade e insegurança foram observados nos calouros, assim como baixos níveis de interesse, alegria, atenção, engajamento, entusiasmo, disposição e produtividade foram identificados. Já nos estudantes que se encontram ao final do curso, notam-se outros desafios para além dos citados, entretanto é notado maior engajamento, atenção, determinação e empolgação em comparação aos calouros. Esta comparação evidencia que o correr do curso é por si um período crítico tratando-se da saúde mental dos estudantes, destacando a importância de ações institucionais, redes de apoio, campanhas e estratégias de conscientização e promoção do bem-estar, em função destes indivíduos (Feijó *et al.*, 2023).

## **MÉTODO**

### **Delineamento**

Trata-se de um estudo quantitativo, onde foram utilizados questionários padronizados para a coleta de dados, como o SRQ-20, assim como foram empregadas análises estatísticas para mensurar variáveis relacionadas aos Transtornos Mentais Comuns (TMC);

observacional, onde foi realizado o registro dos dados sem interferência direta dos pesquisadores envolvidos e sem a manipulação das variáveis apresentadas; transversal, onde os dados foram coletados ao longo de um período determinado, sem a previsão de acompanhamento a longo prazo e comparativo (Marin, 2021). A dimensão comparativa foi operacionalizada por meio do teste Kruskal-Wallis, que analisou diferenças entre grupos, embora os resultados tenham indicado homogeneidade na distribuição dos sintomas ( $p > 0.05$ ).

## Participantes

Participaram do estudo uma amostra do tipo não probabilística de 101 estudantes de universidades variadas, sendo estes devidamente matriculados em um dos seguintes cursos de ensino superior da área de saúde, tais como, Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Farmácia, Nutrição ou Psicologia.

A maioria declarou-se do sexo feminino (89,11%,  $n = 90$ ), de raça/cor autorreferida branca (83,17,  $n = 84$ ), de estado civil solteiro(a) (69,31,  $n = 70$ ), realizando sua graduação no período noturno (86,14,  $n = 87$ ) onde a média de idade dos participantes encontrada foi de (28,98 anos), o desvio padrão (10,13), a idade mínima (19.00 anos) e a idade máxima (61 anos). Onde a maioria declara ter buscado por serviços de psicoterapia nos últimos doze meses (73,27%,  $n = 74$ ).

## Instrumentos

(a) *Ficha de dados sociodemográfica*: foram coletadas informações sobre as seguintes variáveis: idade, gênero, raça ou cor autorreferida, estado civil.

(b) *SRQ-20*

De acordo com Santos, Araújo e Oliveira (2009), o SRQ-20 demonstrou um desempenho aceitável na avaliação de transtornos mentais comuns em populações urbanas, onde através de um estudo para avaliar as propriedades psicométricas da ferramenta, nota-se o desempenho adequado mediante análise fatorial onde a mesma corroborou a estrutura multidimensional do SRQ-20, mostrando agrupamentos consistentes entre os sintomas.

Também apresentando coeficiente global de consistência interna (KR-20) de 0,80, considerado aceitável.

O SRQ-20 tem papel fundamental na identificação prática de uma sintomatologia inicial de aspectos psicopatológicos dos transtornos mentais comuns, possibilitando o acesso à instrumentalização dos processos básicos de saúde para a população que usufrui da estrutura de saúde pública disponibilizada. Abrangendo sintomas dos transtornos comuns em sua apuração (depressão e os transtornos de ansiedade) é utilizado de maneira mais efetiva em triagens onde o intuito é o entendimento da probabilidade de sofrimento mental do avaliado, onde o processo de apuração, avaliação e resultado obtido através da aplicação do SRQ-20, servirá apenas para a realização de uma triagem inicial, jamais substituindo a prática da avaliação clínica dos aspectos sondados pelas perguntas e interpretação dos resultados (Barreto do Carmo *et al.*, 2017).

(c) *Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)*

Documento de consentimento livre e esclarecido para participação na pesquisa disponibilizado no próprio formulário.

#### Coleta de dados

Os estudantes foram convidados a responder por meio de divulgações online nas redes sociais dos pesquisadores, utilizando de chamadas padronizadas e cards contendo as informações primárias sobre a pesquisa. A coleta das respostas ocorreu do dia 02 a 20 de maio de 2025, mediante leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, disponível no próprio formulário.

O questionário online de característica autoaplicável foi constituído em três blocos para respostas: (1) Questionário de dados sociodemográficos (idade, gênero, raça ou cor autorreferida, estado civil.), (2) Dados acadêmicos (curso, semestre, ano de ingresso, turno e instituição de ensino), (3) SRQ-20, instrumento de rastreamento desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para identificar possíveis transtornos mentais comuns (TMC), como depressão, ansiedade e sintomas somáticos, principalmente em contextos de atenção primária à saúde. O mesmo questionário foi respondido de maneira individual e online, este instrumento conta com 20 perguntas de autorrelato com possibilidades dicotômicas de resposta sim ou não. Cada afirmativa pontua o valor de 1 para composição do

escore final do somatório de valores onde ao final, os escores indicam a provável presença de transtorno mental, variando de 0 (nenhuma probabilidade) a 20 (extrema probabilidade). Os formulários serão armazenados em um pendrive, e retirados da nuvem, para evitar o vazamento de informações. Para o descarte futuro dos dados, será realizada uma formatação no pendrive.

#### Procedimentos de análise de dados

Os dados obtidos pelo questionário online foram tabulados e analisados no programa JASP, utilizando estatística descritiva e inferencial (médias, desvio padrão, frequência e porcentagem). Para a análise quantitativa, os dados foram organizados em categorias e submetidos a testes estatísticos, adotando um nível de significância de 5% ( $p \leq 0,05$ ).

Foram empregadas estatísticas descritivas para a caracterização da amostra e das variáveis do estudo. Além disso, foi realizada uma análise crítica e ética dos dados, considerando o referencial teórico previamente discutido. Para identificar diferenças entre os grupos, foi aplicado o Teste ANOVA para amostras independentes ou seu equivalente não paramétrico, conforme a adequação dos dados.

#### Procedimentos Éticos

O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade La Salle, sob o CAAE: 87662025.4.0000.5307. onde em sequência foi realizada a coleta de dados, conforme Resolução n. 466 de 12 de dezembro de 2012. O acesso ao questionário sucedeu-se somente após assinatura dos participantes do TCLE, coletado de forma virtual por meio de um Formulário Google, estes foram armazenados em um pendrive, além do próprio Google Drive onde foram coletados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021). Os nomes e dados pessoais obtidos por meio deste estudo foram utilizados exclusivamente para os fins declarados e não serão disponibilizados para qualquer outra finalidade ou entidade, nem serão utilizados em pesquisas futuras. O participante teve liberdade para desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, bem como deixar de responder a qualquer questão que lhe cause desconforto. É ressaltado que disponibilizou-se o contato do pesquisador para quaisquer esclarecimentos. Salienta-se que não houve custos ou ganhos financeiros aos participantes. Todos estes procedimentos estão de acordo com o Ofício Circular n. 2/2021/CONEP/CNS/MS.

## RESULTADOS

Conforme os resultados obtidos da coleta quantitativa dos dados através dos questionários sociodemográficos, como também do SRQ-20, foi realizada a comparação entre grupos de modo que a mesma não apresenta resultados significativos para a análise, devido ao baixo número de respondentes ( $p > 0,05$ ). Considerando este aspecto da pesquisa, foi realizada a análise levando em conta a população de respostas como totalitária para o entendimento dos processos de TMC nos estudantes da área da saúde.

No SRQ-20 nota-se que quase a totalidade dos participantes apresenta algum nível de sofrimento mental, aproximadamente 98,02% dos participantes pontua em nível suficiente para adequação em uma das três categorias que fazem este apontamento. Sendo 29,70% dos participantes categorizados com sofrimento mental leve, 54,46% em sofrimento mental moderado e 13,86% em sofrimento mental grave, apenas 1,98% dos 101 participantes não apresentam sofrimento mental de acordo com os parâmetros do SRQ-20.

Dentre as questões do SRQ-20 analisadas nesta pesquisa, algumas se destacam por apresentarem padrões menos equilibrados em comparação às demais. Dentre os participantes, 64,36% relataram dormir mal; 89,11% apresentaram sentimentos de nervosismo, tensão ou preocupação; 66,34% referiram dificuldades para realizar suas atividades diárias com satisfação; 67,33% disseram sentir-se constantemente cansado e 68,32% mencionaram cansar-se com facilidade. Os sintomas a seguir tiveram respostas equilibradas, sem predominância clara: dores de cabeça frequentes (55,45%), má digestão (51,49%), dificuldade para pensar com clareza (49,50%), tristeza recente (50,50%); sensações estomacais desagradáveis (54,46%) e desinteresse pelas coisas ficou equilibrada (52,48%).

Entre as perguntas que apresentaram predominância de respostas negativas, destacam-se as seguintes: "Tem tido ideia de acabar com a sua vida?", com 92,08% de respostas negativas, indicando baixa prevalência de ideação suicida na amostra; "Você se sente uma pessoa inútil, sem préstimo?" e "Tem falta de apetite?", ambas com 74,26% de respostas negativas; "É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida?", com 77,23% de rejeição, sugerindo que a maioria não se percebe como disfuncional; Sintomas como tremores nas mãos (64,36% de "Não") e assustar-se com facilidade (62,38% de "Não") também foram minoritários.

Para além dos resultados obtidos através do SRQ-20, se faz necessário analisar alguns aspectos considerados sociodemográficos que também puderam ser observados

através da coleta e análise das respostas. Quando questionados sobre um possível diagnóstico de transtorno mental 50,50% dos participantes responderam positivamente enquanto 47,52% responderam negativamente, 1,98% dos participantes preferiram não responder. Quando questionados sobre a procura por psicoterapia nos últimos 12 meses 73,27% responderam positivamente, enquanto 26,73% responderam negativamente dentre outras opções, corroborando com este dado quando questionados sobre o tipo de serviço buscado para realizar atendimento psicoterápico mais de 75% das respostas indicam a busca por serviços particulares.

## DISCUSSÃO

Considerando a perspectiva dos resultados, nota-se que 98,02% dos participantes deste estudo apresentaram algum tipo de sofrimento mental, com o destaque para a predominância de casos de sofrimento moderado (54,46%). Em escala global, considerando os Transtornos Mentais Comuns como sendo um fator que permeia o campo da saúde como um todo, principalmente tratando-se do meio estudantil, é possível observar - de maneira sistemática - a prevalência de depressão e ansiedade no contexto citado anteriormente; onde não necessariamente tal prevalência estaria associada ou subdividida entre determinados grupos de estudantes em função de seus aspectos sociodemográficos (Auerbach *et al.*, 2018). Quando comparado mundialmente, o cenário brasileiro dos estudantes acometidos por quadros de TMCs segue as tendências apresentadas anteriormente em outros países e por consequência necessitam de intervenções psicossociais para a promoção e manutenção da saúde mental daqueles que apresentam estes fatores como observado nos estudos de (Cuijpers *et al.*, 2021; Pacheco *et al.*, 2017).

Na amostra analisada, é possível realizar o apontamento de sintomáticas que se destacam dentre as demais dispostas durante o preenchimento do SRQ-20, Nervosismo/tensão (89,11%), cansaço constante (67,33%) e dificuldade em atividades diárias (66,34%) foram alguns dos mais relatados. Esta tríade de sintomas pode ocasionar estresse crônico nos estudantes que apresentam estes fatores de maneira sincronizada e contínua em sua vivência acadêmica; esses achados corroboram com as considerações de Yusoff *et al.* (2021) que apontam para a relação entre estresse acadêmico e neuroticismo com o aumento do sofrimento psicológico em estudantes do campo da saúde. Embora menos frequentes, as respostas positivas para ideação suicida (7,92%) e sentimentos de inutilidade (25,74%) devem ser considerados achados relevantes. A menor prevalência pode estar associada ao

estigma social associado à temática do suicídio, o que potencialmente influencia o autorelato nos instrumentos de pesquisa (Westberg *et al.*, 2022). Tais dados, mesmo em proporções reduzidas, demandam atenção, uma vez que refletem sofrimento psíquico grave e exigem intervenções direcionadas no contexto acadêmico.

Com sua maioria feminina (89,11%) é necessária atenção para a possibilidade de um viés nas respostas, uma vez que segundo Cardoso *et al.* (2024) mulheres teriam maior propensão ao autorrelato de fatores associados aos TMCs. A ocorrência de dupla ou tripla jornada é um fator a ser considerado, principalmente com uma amostra majoritariamente feminina e a cobrança social atrelada ao papel da mulher; o que vai de encontro aos achados sobre a relação entre jornadas excessivas de trabalho e estudos em junção a condições sociais adversas e a privação de sono e seus efeitos negativos no desempenho acadêmicos, conforme discutido Castillo-Navarrete *et al.* (2024). A exposição prematura dos estudantes aos estágios curriculares em conjunto com ambientes de promoção de saúde precarizados somado à expectativa de desempenho acadêmico singular e competência técnica excepcional pode ser um agravante para os fatores anteriormente citados (Nakamura *et al.*, 2022).

Dois dados sociodemográficos que se destacam no contexto da análise são a idade média dos participantes, assim como a predominância do público feminino. Nestes quesitos é importante atentarmos aos indicativos que a junção destes cenários nos apresenta. Considerando a ampla margem de idades apresentadas nos dados - com a idade mínima sendo 19 anos e a máxima 61 - a média das idades sendo em torno dos 29 anos e o desvio padrão alto (10 anos) apresentado, é possível traçarmos indícios das diferentes necessidades e perspectivas sobre saúde mental conforme o período da vida em que a pessoa se encontra (Mitchell; McMillan; Hagan, 2017); em conjunto com a maioria feminina das respostas (89,11%), que pode representar um reflexo da composição de gênero dos cursos de saúde, como também pode indicar a maior propensão da mulher na participação em pesquisas sobre saúde mental (Rosemberg, 2001).

O elevado percentual de participantes que buscaram serviços de psicoterapia nos últimos 12 meses (73,27%) pode refletir tanto a crescente demanda por saúde mental entre universitários quanto particularidades da amostra estudada. Considerando que a maioria dos respondentes cursava o período noturno (86,14%), é plausível supor que muitos conciliam estudos com trabalho e/ou outras responsabilidades, configurando uma dupla ou até tripla jornada. Essa sobrecarga, associada às exigências acadêmicas, pode aumentar a vulnerabilidade ao estresse, à ansiedade e a outros transtornos mentais, justificando a maior procura por atendimento psicológico (Ramón-Arbués *et al.*, 2020). Além disso, a maioria da

amostra relata ter optado pelos serviços de psicoterapia no formato particular, o que pode ser reflexo das barreiras encontradas em outras modalidades de serviço, principalmente via rede pública ou institucionalizados, apresentando vulnerabilidade no acolhimento da demanda crescente do meio estudantil como também para além deste contexto (Azevedo; Costa, 2010).

Em contrapartida dos dados encontrados sobre o sofrimento mental dos participantes, há uma outra perspectiva a ser observada, pois mesmo com a alta demanda identificada, a maioria dos participantes tem ou teve acesso à algum tipo de serviço de psicoterapia, mesmo que de maneira particular, o que pode sinalizar a disponibilidade de recursos, mesmo que nem todos tenham acesso facilitado aos serviços públicos (de Souza Bezerra; Barbosa, 2023). Paralelamente mais da metade dos participantes afirmarem que sua instituição oferece suporte psicológico, há uma subutilização deste serviço. Aliado à esta proatividade dos cuidados sobre a saúde mental, metade dos respondentes indicam terem sido diagnosticados com algum transtorno mental, o que pode sugerir uma maior conscientização e busca por diagnóstico profissional.

## **CONCLUSÃO**

A análise dos dados coletados evidencia alta prevalência de sofrimento mental entre os estudantes da área da saúde que participaram da pesquisa (98,02%) segundo os resultados obtidos através da análise do SRQ-20, com predominância de sintomas moderados (54,46%). Os sintomas relatados mais frequentes foram nervosismo (89,11%), cansaço constante (67,33%) e dificuldade nas atividades diárias (66,34%).

Em virtude da alta demanda relacionada à saúde mental dos estudantes, a implementação de políticas institucionais para divulgação no contexto acadêmico deve ser um tópico a ser considerado para um possível acolhimento dessa população. Uma vez que, mais da metade dos estudantes relatam algum tipo de programa de apoio em sua universidade, porém o mesmo se encontra subutilizado quando consideramos a gravidade da situação.

A pesquisa apresenta algumas limitações, há uma amostra limitada (101 participantes) e não probabilística, o que limita a capacidade de generalização dos resultados, há também um viés de gênero na composição das respostas (89,11% mulheres), o que sinaliza a necessidade de investigações futuras com maior diversidade. Uma amostra mais diversificada, aliada com estudos longitudinais observando a evolução dos TMCs ao longo da

graduação poderia expandir os conhecimentos sobre o impacto na psique dos indivíduos afetados.

O contexto da saúde mental em estudantes vai além da identificação dos sintomas e divulgação da importância dos cuidados com a saúde mental, é necessário entendermos a crescente demanda relacionada aos TMCs de maneira global, investigando os aspectos que levam cada indivíduo a desenvolver este quadro. É fundamental que as instituições de ensino e o sistema público de saúde adotem uma abordagem biopsicossocial no atendimento aos estudantes, implementando medidas de acolhimento que garantam tanto o suporte imediato quanto o encaminhamento adequado para serviços especializados em psicoterapia, quando necessário.

Para compreender mais profundamente o cenário analisado neste estudo, faz-se necessário investigar os aspectos relacionados aos TMCs e sua relação com o contexto vivenciado pelos estudantes da área da saúde. Sugere-se, portanto, o incentivo a pesquisas que explorem as nuances do surgimento desses transtornos e seu impacto nessa população, avaliando tanto os prejuízos para a saúde mental quanto às consequências na futura atuação profissional dos indivíduos afetados

## REFERÊNCIAS

ACHTYES, Eric D *et al.* Telepsychiatry in an Era of Digital Mental Health Startups. **Current psychiatry reports**, [s. l.], v. 25, n. 6, p. 263–272, 2023.

AUERBACH, Randy P *et al.* WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. **Journal of abnormal psychology**, [s. l.], v. 127, n. 7, p. 623–638, 2018.

AZEVEDO, Ana Lucia Martins de; COSTA, André Monteiro. A estreita porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS): uma avaliação do acesso na Estratégia de Saúde da Família. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, [s. l.], v. 14, n. 35, p. 797–810, 2010.

BARRETO DO CARMO, Maria B *et al.* Screening for common mental disorders using the SRQ-20 in Brazil: what are the alternative strategies for analysis?. **Brazilian Journal of Psychiatry**, [s. l.], v. 40, n. 2, p. 115–122, 2017.

BEYARI, Hasan. The Relationship between Social Media and the Increase in Mental Health Problems. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [s. l.], v. 20, n. 3, p. 2383, 2023.

CASTILLO-NAVARRETE, Juan-Luis *et al.* Academic stress in college students: descriptive analyses and scoring of the SISCO-II inventory. **PeerJ**, [s. l.], v. 12, p. e16980, 2024.

CLEMENT, S *et al.* What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A

systematic review of quantitative and qualitative studies. **Psychological medicine**, [s. l.], v. 45, n. 1, p. 11–27, 2015.

CUIJPERS, Pim *et al.* The Associations of Common Psychological Problems With Mental Disorders Among College Students. **Frontiers in psychiatry**, [s. l.], v. 12, p. 573637, 2021.

DE SOUZA BEZERRA, Hélyda; BARBOSA, Isabelle Ribeiro. Poor access to health services for depression treatment in Brazil. **Revista de Saúde Pública**, [s. l.], v. 57, n. 1, p. 49–49, 2023.

EARNSHAW, VA *et al.* Integrating time into stigma and health research. **Nature reviews psychology**, [s. l.], v. 1, n. 4, 2022.

HASLAM, Nick; TSE, Jesse Sy. Public awareness of mental illness: Mental health literacy or concept creep?. **Australasian psychiatry : bulletin of Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists**, [s. l.], v. 33, n. 1, p. 18–20, 2025.

KHALAF, Abderrahman M *et al.* The Impact of Social Media on the Mental Health of Adolescents and Young Adults: A Systematic Review. **Cureus**, [s. l.], v. 15, n. 8, p. e42990, 2023.

KNAPSTAD, Marit *et al.* Trends in self-reported psychological distress among college and university students from 2010 to 2018. **Psychological medicine**, [s. l.], v. 51, n. 3, p. 470–478, 2021.

LIMONE, Pierpaolo; TOTO, Giusi Antonia. Factors That Predispose Undergraduates to Mental Issues: A Cumulative Literature Review for Future Research Perspectives. **Frontiers in public health**, [s. l.], v. 10, p. 831349, 2022.

MARS, Becky *et al.* Using Data Linkage to Investigate Inconsistent Reporting of Self-Harm and Questionnaire Non-Response. **Archives of suicide research: official journal of the International Academy for Suicide Research**, [s. l.], 2016.

MATURINO, Manuela Matos *et al.* Dimensions of the COVID-19 pandemic: prevalence of common mental disorders in “invisible” health workers and their association with occupational stressors. **Revista brasileira de epidemiologia = Brazilian journal of epidemiology**, [s. l.], v. 27, p. e240039, 2024.

MELCHER, J; HAYS, R; TOROUS, J. Digital phenotyping for mental health of college students: a clinical review. **Evidence-based mental health**, [s. l.], v. 23, n. 4, 2020.

MITCHELL, Caroline; MCMILLAN, Brian; HAGAN, Teresa. Mental health help-seeking behaviours in young adults. **The British journal of general practice : the journal of the Royal College of General Practitioners**, [s. l.], v. 67, n. 654, p. 8–9, 2017.

NAKAMURA, Koki *et al.* Impact of general practice / family medicine clerkships on Japanese medical students: Using text mining to analyze reflective writing. **Fukushima journal of medical science**, [s. l.], v. 68, n. 1, p. 19–24, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório Mundial de Saúde 2001: transtornos mentais afetam uma em cada quatro pessoas. Genebra: OMS, 2001. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-09-2001-the-world-health-report-2001-mental-disorders-a>

ffect-one-in-four-people.

PACHECO, João P *et al.* Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Brazilian Journal of Psychiatry**, [s. l.], v. 39, n. 4, p. 369–378, 2017.

RAMÓN-ARBUÉS, Enrique *et al.* The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [s. l.], v. 17, n. 19, p. 7001, 2020.

SØVOLD, LE *et al.* Prioritizing the Mental Health and Well-Being of Healthcare Workers: An Urgent Global Public Health Priority. **Frontiers in public health**, [s. l.], v. 9, 2021.

VICTOR, Sarah E *et al.* Only Human: Mental-Health Difficulties Among Clinical, Counseling, and School Psychology Faculty and Trainees. **Perspectives on psychological science: a journal of the Association for Psychological Science**, [s. l.], 2022.

WESTBERG, Katrin Häggström *et al.* Mental Health Problems among Young People-A Scoping Review of Help-Seeking. **International journal of environmental research and public health**, [s. l.], v. 19, n. 3, 2022.

YUSOFF, Muhamad Saiful Bahri; HADIE, Siti Nurma Hanim; YASIN, Mohd Azhar Mohd. The roles of emotional intelligence, neuroticism, and academic stress on the relationship between psychological distress and burnout in medical students. **BMC Medical Education**, [s. l.], v. 21, n. 1, p. 1–10, 2021.

ROSEMBERG, Fúlvia. Educação formal, mulher e gênero no Brasil contemporâneo. *Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 9, n. 2, p. 515-540, 2º sem. 2001.

CARDOZO, R. A. *et al.* Ansiedade e depressão em universitários: uma revisão sistemática da literatura. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, [S. l.], v. 16, n. 9, p. 01–26, set. 2024. DOI: 10.58065/cuadredeo-059.

FEIJÓ, L. P.; SILVA, D. R. Q.; MARTINI, S. R.; FAGUNDES, A. S. Saúde mental de estudantes de psicologia de uma universidade privada do sul do Brasil. *Concilium*, [S. l.], v. 23, n. 11, p. 1-17, 2023. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/375808659>.

FUKUDA, Cláudia Cristina; PENSO, Maria Aparecida; AMPARO, Deise Matos do; ALMEIDA, Bruno Coimbras de; MORAIS, Camila de Aquino. Saúde mental de jovens brasileiros: barreiras à busca por ajuda profissional. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, [S. l.], v. 33, n. 2, 2023.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). Censo da Educação Superior. Brasília, DF: INEP, [2023]. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/pesquisas-estatisticas-e-indicadores/censo-da-educacao-superior>. Acesso em: 3 abr. 2025.

SANTOS, K. O. B.; ARAÚJO, T. M.; OLIVEIRA, N. F. Estrutura fatorial e consistência interna do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) em população urbana. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 214-222, jan. 2009.

World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.