

VULNERABILIDADE, POTENCIALIDADE DA SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA INSTITUIÇÃO DA ZONA DA MATA MINEIRA

Guilherme Carvalho Pereira ¹
Helielton Souza Olevate ¹
Ana Lígia de Souza Pereira²
Renata Aparecida Fontes³
Rafael Rodrigues Polakiewicz⁴

professor.rafao@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: saúde mental; universitários; ensino superior; ansiedade; promoção de saúde.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como "um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade". Por isso, a saúde mental é essencial para o bem-estar geral dos indivíduos e da sociedade. Contudo, no cotidiano agitado de um universitário, manter o autocontrole entre esses aspectos pode ser um desafio (Silva *et al.*, 2021). A transição para a vida acadêmica envolve mudanças físicas e psicossociais significativas, o que pode contribuir para o surgimento ou agravamento de transtornos mentais. O sofrimento psicológico durante a graduação, por sua vez, é influenciado por diversos fatores, como pressões acadêmicas, condições socioeconômicas, predisposições psicológicas, hábitos de vida e qualidade das relações interpessoais (Oliveira *et al.*, 2024). No Brasil, os estudos sobre saúde mental de universitários concentram-se, sobretudo, em universitários de cursos da área da saúde. A complexidade do cuidado em saúde pode gerar sofrimento psíquico, especialmente entre aqueles que iniciam atividades práticas, devido à insegurança e à proximidade com a dor e a morte. Nos cursos da área da saúde, a exposição a fatores estressantes ocorre desde a adaptação inicial, passando pela insegurança diante da complexidade do cuidado ao longo da formação, até a preocupação com a inserção no mercado de trabalho e as exigências profissionais no final do curso (Gaiotto *et al.*, 2021). As consequências desse sofrimento psíquico são significativas, incluindo queda no desempenho acadêmico, esgotamento físico e emocional, dificuldades nos relacionamentos interpessoais e, em casos extremos, risco de suicídio (Lameira *et al.*, 2024). Por outro lado, pesquisas sobre a qualidade de vida (QV) dos estudantes

¹ Acadêmicos do curso de Enfermagem do Centro Universitário Vértice - Univértix – Matipó

² Mestre em Gestão Integrada do Território, Coordenadora e Professora do curso de Enfermagem do Centro Universitário Vértice – Univértix – Matipó.

³ Farmacêutica Bioquímica Analista Clínica – Mestre em ciências Farmacêuticas – Professora do centro Universitário Vértice – Univértix - Matipó

⁴ Doutor em Ciências do Cuidado e Saúde pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Professor do curso de Enfermagem do Centro Universitário Vértice – Univértix - Matipó

universitários, embora recentes, apontam que os altos níveis de estresse, ansiedade e depressão não se restringem apenas à área da saúde, sendo uma realidade em diversos cursos (Alves *et al.*, 2024). Pesquisas realizadas em universidades brasileiras reforçam a gravidade do problema. Foi identificado que 78,1% dos universitários da Universidade Federal do Triângulo Mineiro relataram estresse, 70,4% apresentaram sintomas de ansiedade e 59,2% demonstraram sinais de depressão. De forma semelhante, ao analisar universitários da Universidade Federal do Pará, observaram dificuldades relacionadas a questões interpessoais, vulnerabilidade econômica e adaptação à vida universitária, fatores que contribuem para o sofrimento mental, desse modo se observa que é um problema que ocorre, apesar de forma diferente, em todo o país. Portanto, é possível identificar o alto índice de estresse por parte dos universitários, em variadas regiões do país (Mattos; Rodrigues, 2025). A relevância deste estudo está fundamentada na crescente preocupação com a saúde mental dos universitários, especialmente daqueles da área da saúde, que estão expostos a fatores estressantes desde o início da formação. Alterações na condição de saúde mental, podem estar relacionadas ao ambiente acadêmico e a questões clínicas anteriores, condição econômica do estudante e outros determinantes de saúde. A articulação dos dados e as discussões sobre as perspectivas teóricas e conceituais, torna-se um instrumento para reduzir os indicadores do bem-estar psicológico, apontando os fatores de risco, bem como indícios de estresse e ansiedade entre estudantes universitários possuem no ambiente acadêmico (Oliveira; Vêras, 2023). Diante deste cenário desafiador, da formação acadêmica, especialmente na área da saúde, quais são as principais vulnerabilidades e potencialidades que influenciam a saúde mental dos universitários? Este estudo tem como objetivo avaliar a saúde mental dos acadêmicos da área de saúde de um centro universitário da Zona da Mata Mineira

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa do tipo transversal, com abordagem quantitativa, sem intervenção do pesquisador sobre as variáveis analisadas (Sampaio, 2022). O estudo será realizado em uma instituição de ensino superior localizada na Zona da Mata Mineira, em um município com cerca de 18.552 habitantes. A instituição oferece 21 cursos de graduação e conta com mais de dois mil alunos matriculados. A pesquisa abrangerá os oito cursos da área da saúde da instituição: Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Medicina, Nutrição, Odontologia e Psicologia. Serão incluídos estudantes regularmente matriculados no ano letivo de 2025, com 18 anos ou mais, de ambos os sexos, que frequentem as aulas regularmente. Os participantes serão selecionados por amostragem estratificada nos períodos 2º, 6º e 10º, com o objetivo de representar diferentes estágios da formação acadêmica. A coleta de dados será feita por meio de questionário estruturado com 39 perguntas, elaborado no Google Forms. O convite será feito presencialmente pelos pesquisadores nas salas de aula, e o link do formulário será enviado aos alunos pelos coordenadores de curso via WhatsApp. A pesquisa só será iniciada após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP/UNIVÉRTIX), conforme Resoluções nº 466/2012 (Brasil, 2012) e nº 510/2016 (Brasil, 2016), e respeitará os princípios éticos da pesquisa com seres humanos. A participação será voluntária, garantindo anonimato, confidencialidade e possibilidade de desistência a qualquer momento, sem prejuízos. Serão utilizados dois instrumentos: um Questionário Sociodemográfico e um Questionário de Qualidade de Vida baseado em (Oliveira, 2020). Os dados coletados serão transferidos para

armazenamento local seguro, excluindo-se os registros online, e analisados com o software Microsoft Excel. As análises incluirão frequência, média, desvio padrão e ANOVA para verificar associações estatísticas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No contexto de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), exige que as fases de coleta e análise de dados sejam previamente aprovadas pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP/UNIVÉRTIX). Esta ação garante o respeito às normas éticas em vigor, preservando a integridade dos envolvidos. Após a autorização, os resultados serão analisados e comparados com a literatura disponível.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por se tratar de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), a conclusão será apresentada após a finalização da pesquisa, com base na análise dos dados obtidos. Nessa etapa, serão destacadas as principais contribuições do estudo para a compreensão da saúde mental dos universitários da área da saúde, além de apontar caminhos para novas investigações e possíveis ações de promoção do bem-estar no ambiente acadêmico.

REFERÊNCIAS

ALVES, B. O.; BORGES, S. P.; SOUZA, M. G.; CAVALCANTI, M. A.; CUNHA, A. S. de. Estresse, ansiedade e depressão e associação com qualidade de vida, sexo e uso de psicofármacos em estudantes universitários: estudo transversal. **Revista Psicologia e Saúde**, São Paulo, v. 16, jan./dez. 2024, e16342495. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v16/2177-093X-rpsaude-16-e16342495.pdf>. Acesso em: 26 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Diretrizes e normas regulamentadoras sobre pesquisa envolvendo seres humanos**: Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, DF, 2012. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/aceso-a-informacao/legislacao/resolucoes/2012/resolucao-no-466.pdf/view>. Acesso em: 24 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Diretrizes e normas regulamentadoras sobre pesquisa envolvendo seres humanos**: Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Brasília, DF, 2016. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/aceso-a-informacao/atos-normativos/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf/view>. Acesso em: 24 fev. 2025.

GAIOTTO, E. M. G.; SILVA, M. T.; GALLO, L. G.; ANDRADE, K. R. C.; BARBOSA, G. P.; SCHIMIDT, A. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 55, e3363, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/194750>. Acesso em: 28 fev. 2025.

LAMEIRA, Y. C.; LIMA, M. R.; SILVA, M. A.; RIBEIRO, F. J.; COSTA, R. L.; SILVA, J. G. Além do estetoscópio: ansiedade e depressão no cotidiano de estudantes da área de saúde. **Revista Foco**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 11, p. 01-16, 2024. Disponível em:

<https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/6725/5028>. Acesso em: 26 fev. 2025.

MATTOS, R. M.; RODRIGUES, A. M. Saúde mental de estudantes universitários: um estudo de caso das políticas de assistência estudantil da Universidade de Taubaté (2014-2024). **Mental**, Campinas, v. 16, n. 30, p. 11-22, abr. 2025. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/mental/v16n30/1679-4427-mental-16-30-0011.pdf>. Acesso em: 1 abr. 2025.

OLIVEIRA, J. C.; NEVES, V. R.; CÉSPEDES, J. G.; D'ALMEIDA, V.; OKUNO, M. F. P.; FIGUEIREDO, L. L.; CERQUEIRA, A. R. de B.; ROSA, A. da S. Fatores predisponentes para sintomas de ansiedade, depressão e insônia em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 77, n. 6, e20230387, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/PCbvstCcHYFMSHHTjfGm4N/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25 fev. 2025.

OLIVEIRA, L. S. **Sofrimento psíquico e estratégias de enfrentamento entre estudantes de Psicologia da Universidade Federal do Ceará**. 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2020. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/53459/3/2020_dis_Isoliveira.pdf. Acesso em: 25 abr. 2025.

OLIVEIRA, R. A.; VÉRAS, R. M. Bem-estar psicológico de estudantes universitários de graduação: fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de cuidado em saúde mental. **Aprender: Caderno de Filosofia e Psicologia da Educação**, Fortaleza, n. 30, p. 137–158, 29 dez. 2023. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/376956588>. Acesso em: 6 mai. 2025.

SAMPAIO, T. B. **Metodologia da pesquisa**. Santa Maria: UFSM, CTE, UAB, 2022. Disponível em: https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/26138/MD_Metodologia_da_Pesquisa.pdf?sequence=1. Acesso em: 26 mar. 2025.

SILVA, M. E. A.; SANTOS, R. R.; MEDEIROS, R. V. de J.; SOUZA, S. L. de C.; SOUZA, D. F.; FERREIRA, D. P. V. Saúde mental dos estudantes universitários. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, Salvador, v. 10, n. 1, p. 100-110, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/6228/3966>. Acesso em: 26 fev. 2025.