

SAÚDE MENTAL EM CRISE: ANSIEDADE E MEDICALIZAÇÃO ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Maria Vitória Fagundes Martins¹
Pedro Henrique Mayrink Martins²
Natasha Pinheiro Barbosa Toledo³

natasha.pinheiro.barbosa@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: saúde mental; universitários; ansiedade; psicofármacos; automedicação.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental de estudantes universitários tem recebido crescente atenção devido ao aumento da prevalência de transtornos mentais comuns, especialmente ansiedade e depressão. O ingresso no ensino superior envolve mudanças pessoais, sociais e acadêmicas, além de elevada carga de estudos, pressão por desempenho e incertezas quanto ao futuro, fatores que podem desencadear sofrimento psíquico e comprometer a qualidade de vida e o rendimento acadêmico (*World Health Organization*, 2022; *American Psychiatric Association*, 2022). Corroborando esse cenário, o estudo de Silva e Rolim (2025), realizado com 231 universitários brasileiros, identificou que 71% dos participantes apresentavam risco para transtornos mentais comuns, além de associação entre sofrimento psicológico e uso de ansiolíticos e antidepressivos. Os autores ressaltam que, embora o uso desses medicamentos esteja frequentemente relacionado ao acompanhamento profissional, os resultados reforçam a necessidade de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental e ao uso racional de psicofármacos no ensino superior. A ansiedade destaca-se entre os transtornos mais frequentes nessa população e, quando intensa e persistente, pode causar prejuízos emocionais, cognitivos e comportamentais. Estudantes da área da saúde apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de sintomas ansiosos em razão da carga horária elevada, do contato precoce com o sofrimento humano e das exigências acadêmicas (Graner; Cerqueira, 2019; Leão et al., 2018). Paralelamente, observa-se aumento no consumo de psicotrópicos, tanto por prescrição quanto por automedicação, fenômeno relacionado à medicalização da vida cotidiana, em que dificuldades emocionais passam a ser tratadas prioritariamente por intervenções farmacológicas (Conrad, 2007). Diante disso, o presente estudo propõe analisar, por meio de revisão da literatura, a relação entre ansiedade em estudantes universitários e uso de psicofármacos, discutindo fatores associados ao sofrimento psíquico, a influência das demandas acadêmicas e os impactos da

¹ Graduanda em Farmácia pelo Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX.

² Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX.

³ Psicóloga, Especialista em Docência do Ensino Superior e Professora do Curso de Psicologia no Centro Universitário Vértice Univértix.

medicalização. Espera-se contribuir para o fortalecimento de estratégias institucionais voltadas ao acolhimento psicológico, à promoção da saúde mental e ao uso racional de medicamentos no ambiente universitário.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, realizada com o objetivo de analisar as evidências científicas sobre a relação entre ansiedade em estudantes universitários e uso de medicamentos psicotrópicos. A busca foi conduzida entre março e junho de 2026 nas bases *SciELO*, *PubMed/MEDLINE*, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Google Scholar*, utilizando descritores relacionados à saúde mental, estudantes universitários, ansiedade, psicotrópicos, automedicação e medicalização, em português e inglês, combinados pelos operadores booleanos *AND* e *OR*. Foram incluídos artigos publicados entre 2018 e 2025, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem saúde mental de universitários, ansiedade, uso de psicofármacos, medicalização ou automedicação. Excluíram-se estudos duplicados, trabalhos de conclusão de curso, resumos de eventos, editoriais, cartas ao editor e pesquisas sem relação direta com o tema. Inicialmente, foram identificados 94 estudos; após a aplicação dos critérios de elegibilidade, 33 artigos foram selecionados para leitura na íntegra e, ao final, 4 estudos compuseram a amostra final. Os dados extraídos foram organizados em eixos temáticos relacionados aos fatores associados à ansiedade, à influência do ambiente universitário no adoecimento psíquico, ao uso de psicofármacos, à automedicação e à medicalização da saúde mental no ensino superior.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados evidencia uma elevada prevalência de sintomas de ansiedade entre estudantes universitários, associada principalmente à pressão acadêmica, à sobrecarga de atividades, à adaptação ao ambiente universitário e às incertezas quanto ao futuro profissional. Esses fatores são amplamente descritos na literatura como determinantes para o desenvolvimento de sofrimento psíquico, impactando diretamente o rendimento acadêmico, a qualidade de vida e a permanência dos estudantes no ensino superior (Graner; Cerqueira, 2019; Leão *et al.*, 2018). Nesse sentido, Silva e Rolim (2025) identificaram que aproximadamente 71% dos universitários avaliados apresentavam risco para transtornos mentais comuns, evidenciando associação significativa entre sofrimento psicológico e o uso de ansiolíticos e antidepressivos. Esses achados reforçam a necessidade de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental e à prevenção do adoecimento psicológico no ambiente acadêmico. Os resultados também demonstram aumento no uso de psicofármacos, especialmente ansiolíticos e antidepressivos, como estratégia de enfrentamento da ansiedade e de outros transtornos emocionais. Embora esses medicamentos constituam importantes recursos terapêuticos quando prescritos de forma adequada, observa-se que parte dos estudantes recorre à automedicação ou ao uso indiscriminado, o que pode favorecer dependência, reações adversas, interações medicamentosas e mascaramento de problemas psicológicos que demandam acompanhamento multiprofissional. Esse cenário evidencia o processo de

medicalização do sofrimento psíquico no ensino superior, no qual os psicofármacos passam, muitas vezes, a funcionar como mecanismos para suportar uma rotina marcada por intensa cobrança, múltiplas avaliações e elevada carga horária, em vez de representar apenas uma estratégia terapêutica (Conrad, 2007). Diante desse contexto, torna-se imprescindível que as Instituições de Ensino Superior desenvolvam estratégias permanentes de promoção da saúde mental, incluindo ações de acolhimento psicológico, acompanhamento psicopedagógico, educação em saúde e incentivo ao uso racional de medicamentos. Destaca-se, nesse sentido, a relevância do Núcleo de Apoio Psicopedagógico (NAPE), enquanto espaço de suporte aos estudantes em situação de vulnerabilidade emocional, contribuindo para o enfrentamento das dificuldades acadêmicas e para a permanência estudantil. Além disso, a atuação integrada de médicos e farmacêuticos mostra-se essencial para a assistência à saúde mental dos universitários, tanto na avaliação clínica e prescrição adequada quanto na orientação sobre o uso seguro de psicofármacos e na prevenção da automedicação.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidenciou que a saúde mental de estudantes universitários é um tema relevante, diante da elevada prevalência de sintomas de ansiedade nessa população. A literatura analisada mostrou que fatores como pressão acadêmica, sobrecarga de atividades e incertezas profissionais contribuem para o sofrimento psíquico, além de apontar relação entre ansiedade e uso de psicofármacos, tanto por prescrição quanto por automedicação. Destaca-se a importância do acompanhamento profissional, do uso racional de medicamentos e do papel das instituições de ensino na promoção da saúde mental, por meio de ações de acolhimento e suporte, como o NAPE. Ressalta-se, ainda, a continuidade do estudo com pesquisa voltada aos acadêmicos da Univértix.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, ib. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders, Text Revision (DSM-5-TRTM)**. American Psychiatric Pub, 2022. Disponível em: <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/search-directories-databases/conference-publications/2022/annual-meeting-program>. Acesso em: 14 jun. 2026.

CONRAD, Peter. **The Medicalization of Society: On the Transformation of Human Conditions into Treatable Disorders**. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2007. Disponível em: <https://www.torrossa.com/gs/resourceProxy?an=2233846&publisher=FM0520>. Acesso em: 20 jun. 2026.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327–1346, 2019. Disponível

em: <https://www.scielo.org/article/csc/2019.v24n4/1327-1346/pt/>. Acesso em 20 jun. 2026.

LEÃO, Andrea Mendes *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista brasileira de educação médica**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kyYq35bwkZKHpKRTjyqjMYz/?lang=pt>. Acesso em: 20 jun. 2026.

SILVA, Fernando de Sá; ROLIM, Gustavo Sattolo. Uso de ansiolíticos, antidepressivos e sofrimento psicológico em universitários. **Revista do Instituto Adolfo Lutz**, São Paulo, v. 84, e41444, 2025. Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/RIAL/article/view/41444>. Acesso em: 26 jun. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. World Mental Health Report: **Transforming Mental Health for All**. Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em: 14 jun. 2026.