



PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS E FATORES DE RISCO ENTRE UNIVERSITÁRIOS

Prevalence of common mental disorders (tm) and risk factors among university

Joyce Freitas de Sousa¹
Cleide Correia de Oliveira²
Joaquim Rangel Lucio Penha³

RESUMO

O estudo objetivou analisar a prevalência dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) entre os graduandos de uma universidade pública do interior do estado do Ceará e identificar os fatores de risco que predisõem aos TMC entre estudantes. Tratou-se de uma pesquisa exploratória, descritiva com abordagem quantitativa. A amostra do estudo foi composta por 192 universitários, matriculados e frequentando a universidade. O instrumento de coleta foi utilizado um questionário para obtenção de dados relativos a identificação sócio-demográfica dos participantes e a versão brasileira do *Self Report Questionnaire* (SRQ-20), instrumento validado que avalia o estado de sofrimento mental dos indivíduos. A maioria dos participantes é do sexo feminino (74,5%). A prevalência de TMC na população estudada correspondeu a 69,8% dos estudantes. A cobrança pessoal dos estudantes avaliados foi elevada, correspondendo a 67,7% dos casos, e destes 50% apresentam TMC. Os participantes que possuem TMC apresentaram dificuldade para dormir (43,2%) e desconforto físico (52,6%); apresentaram durante a infância e/ou adolescência as seguintes situações: medo (3,1%), timidez (9,9%), ansiedade (6,3%), bullying (2,6%), reprovações (0,5%), entre outros. Os estudantes com TMC possuíam as seguintes fontes de tensão durante a vida universitária: graduação em si (21,9%), provas e seminários (8,9%), professor (3,1%), disciplina (2,1%), estágios (1%), falta de tempo (1%), entre outros. Os resultados demonstraram a necessidade de fortalecimento de atividades para melhorar o estado de saúde mental dos universitários, onde há a necessidade de desenvolverem uma assistência psicopedagógica de forma efetiva no decorrer de toda a graduação.

Palavras-chave: Aspectos Emocionais. Afetivos. Psicossociais.

ABSTRACT

The study aims to analyze the prevalence of Common Mental Disorders (CMD) among undergraduate students at a public university in the interior of the state of Ceará and to identify the risk factors that predispose to CMD among students. This is an exploratory, descriptive research with a quantitative approach. The study sample consisted of 192 university students, enrolled and attending university. The collection instrument used a questionnaire to obtain data on the socio-demographic identification of the participants and the Brazilian version of the Self Report Questionnaire (SRQ-20), a validated instrument that assesses the state of mental suffering of individuals. Most participants are female (74.5%). The prevalence of CMD in the studied population corresponds to 69.8% of students. The personal collection of the evaluated students is high, corresponding to 67.7% of the cases, and of these 50% have CMD. Participants who have CMD have difficulty sleeping (43.2%) and physical discomfort (52.6%); presented during childhood and / or adolescence the following situations: fear (3.1%), shyness (9.9%), anxiety (6.3%), bullying (2.6%), failures (0.5%), among others. Students with CMD have the following sources of tension during their university life: graduation itself (21.9%), tests and seminars (8.9%), teacher (3.1%), discipline (2.1%), internships (1%), lack of time (1%), among others. The results demonstrate the need to strengthen activities to improve the mental health status of university students, where there is a need to develop psychopedagogical assistance effectively throughout the entire undergraduate course.

Keywords: Common Mental Disorder. Risk factors. Mental Health.

¹ Graduanda do curso de Enfermagem na Universidade Regional do Cariri – URCA. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8824-4530>.

² Graduada em Enfermagem. Doutorado em Bioquímica Toxicológica pela Universidade Federal de Santa Maria. Líder do grupo de pesquisa saúde e trabalho CNPQ. Professora Associada da Universidade Regional do Cariri das Disciplinas Saúde Mental. Crato, Ceará, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8135-449x>

³ Graduado em Educação Física. Mestre em Saúde da Criança e Adolescente. Membro do grupo de pesquisa em saúde e trabalho CNPQ. Professor efetivo nas SMEs das Cidade de Crato e Várzea Alegre, Ceará, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0325-3495>





1 INTRODUÇÃO

No Brasil, segundo o último Censo da Educação Superior do Ministério da Educação (MEC), em 2018, houve 3.445.935 novos ingressos no ensino superior (INEP, 2019), chegando a um total de mais de 8 milhões de alunos matriculados em cursos de graduação. O quantitativo populacional de graduandos no país é imenso, fazendo-se necessária a análise desta, visto que alguns transtornos psiquiátricos são mais propensos a surgirem nesta fase da vida, devido às exigências impostas aos acadêmicos, podendo afligir grande sofrimento, impactando na saúde geral do indivíduo e em sua vida social, acadêmica e, futuramente, profissional (PEREIRA; CARDOSO, 2015; ARINO; BARDAGI, 2018; MURAKAMI *et al.*, 2018; SILVA; PANOSSO; DONADON, 2018).

Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) são formados por uma combinação de sintomas depressivos e ansiosos, incluindo o stress, insônia, dificuldade de concentração, esquecimento, fadiga entre outros, estes são alguns dos problemas de saúde mental que mais vem crescendo no mundo. Os TMC no ambiente educacional vêm se elevando, ao mesmo tempo o número de estudantes que tem acesso ao ensino superior segue aumentando nos últimos anos pelo fato de possuírem várias formas de se chegar a universidade, seja através de vestibulares ou através da nota do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM).

No ambiente universitário, a presença dos TMC é prejudicial para a manutenção de um bom desempenho no curso; estes possuem uma grande prevalência nessa população pelo fato dos estudantes serem vulneráveis e estarem expostos a estressores tendo a necessidade de melhorar seu desempenho na academia (ARINO; BARDAGI, 2018).

A presença de sinais e sintomas de stress, ansiedade e depressão geralmente fazem parte dos TMC, que são influenciados pela exposição aumentada a estressores que fazem parte da rotina dos estudantes universitários, sendo prejudicial para uma aprendizagem significativa (LANTYER *et al.*, 2016; ARINO; BARDAGI, 2018).

Estudos apontam que a classe universitária tende a apresentar nível de risco três vezes mais elevado para desenvolvimento de transtornos mentais quando comparada à população geral (GRANER; CERQUEIRA, 2019; FERNANDES *et al.*, 2018; IBRAHIN; ADAMS; GLAZEBROOK, 2013). Isso porque a vida acadêmica exige muito dos graduandos, as responsabilidades complexas, as habilidades e competências para se construir no decorrer do percurso necessitam de grande autonomia e dedicação, fazendo com que os discentes deixem de cuidar da sua saúde, em especial da sua saúde mental, por estes ocuparem a mente com as muitas obrigações a cumprir (LANTYER *et al.*, 2016).

A fase de transição da adolescência para a vida adulta e, coincidentemente, do ensino médio para o ensino superior, gera mudanças dos mais diversos âmbitos na vida dos acadêmicos e, geralmente, apresentam-se desordem física, mental e social, impondo a esta população, uma capacidade de rápida adaptação; e quando este ajuste à nova rotina é mal sucedido, resulta em situações de vulnerabilidade, principalmente, à saúde mental (PEREIRA; CARDOSO, 2015; ARINO; BARDAGI, 2018; MEDEIROS; BITTENCOURT, 2017; SANTOS *et al.*, 2015).



Segundo a Organização Mundial da Saúde, o Brasil é o país mais ansioso do mundo, com 9,3% da população acometida pelo transtorno, e o segundo mais depressivo do globo, ficando atrás somente dos Estados Unidos (WHO, 2017); e quando direciona-se o olhar para a questão dos universitários, o quadro torna-se ainda mais alarmante, pois durante a graduação cerca de 15% a 25% dos acadêmicos manifestam algum dos tipos de transtornos em psiquiatria (VASCONCELOS *et al.*, 2015). Há fatores considerados estressores, e por sua vez, podem ser possíveis desencadeadores de transtornos mentais nos estudantes universitários.

Diversos autores citam a própria passagem para o nível de educação superior, a conciliação entre estudo e trabalho, mudança para outro local, afastamento de amigos e familiares, a alta cobrança por rendimento acadêmico tanto de si, quanto de outrem, excesso de carga horária em atividades da formação, alteração no padrão de sono e vigília, a competitividade, projeções antecipadas ou negativas do futuro (GRANER; CERQUEIRA, 2019; ARINO; BARDAGI, 2018; SILVA; PANOSSO; DONADON, 2018).

Entre os estudantes da área da saúde, a proximidade com os processos de morte e sofrimento; dentre outras; que são extremamente comuns no ambiente acadêmico (GRANER; CERQUEIRA, 2019; ARINO; BARDAGI, 2018; SILVA; PANOSSO; DONADON, 2018).

Diante dos estressores, da alta pressão percebida pelos universitários, podem se manifestar sinais de transtornos mentais, geralmente, estresse, ansiedade, depressão, até mesmo Burnout e, ainda, um viés para a utilização de drogas lícitas e ilícitas, podendo enveredar, nos casos mais graves, para tendências suicidas (FERNANDES *et al.*, 2018; SILVA; PANOSSO; DONADON, 2018; SANTOS, *et al.*, 2015; PEREIRA; CARDOSO, 2015; MURAKAMI *et al.*, 2018).

Este estudo justifica-se pela crescente população de estudantes universitários no país e sua alta propensão a desenvolvimento de transtornos de ordem mental, comprometendo a vida e o bem-estar dos jovens, visto que são doenças silenciosas e incapacitantes, gerando sofrimento ao indivíduo acometido. É um grande problema de saúde pública e necessita ser estudado de modo a encontrar alternativas viáveis de ser trabalhado eficazmente em prol da saúde mental desta população de futuros profissionais.

O estudo teve como objetivo analisar a prevalência dos TMC entre os graduandos de uma universidade pública do interior do estado do Ceará e identificar os fatores de risco que predis põem aos TMC entre estudantes.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Tratou-se de uma pesquisa exploratória, descritiva com abordagem quantitativa. O estudo foi realizado no período de outubro de 2018 a fevereiro de 2020, durante os semestres letivos da Instituição de Ensino Superior - IES.

A coleta de dados ocorreu mediante a aplicação de dois questionários estruturados fechados. Foi utilizado um questionário para obtenção de dados relativos à identificação sociodemográfica dos participantes e a versão brasileira do *Self Report Questionnaire* (SRQ-20), um teste validado que avalia o estado de sofrimento mental dos indivíduos. Este instrumento é usado em casos de suspeita diagnóstica do TMC; na versão brasileira deste questionário foram retiradas quatro perguntas sobre os transtornos psicóticos, totalizando dessa forma 20



questões (SANTOS *et al.*, 2010). Com relação às perguntas, foram fechadas e relativas a rede de apoio adaptadas aos estudos de (FIOROTTI, 2010; GREATHER, 2019). A coleta de dados foi desenvolvida dentro da universidade em ambientes como sala de aula e pátio, nos horários livres dos estudantes; os questionários foram aplicados por bolsistas da própria IES.

A população da amostra foi composta por estudantes dos cursos da Universidade Regional do Cariri, ofertados no *Campus* Pimenta na cidade do Crato-CE. O cálculo amostral para população finita foi desenvolvido, utilizando a seguinte fórmula de cálculo (SANTOS, 2017): $n = N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1-p) / Z^2 \cdot p \cdot (1-p) + e^2 \cdot N - 1$. Foi considerado como tamanho da população de universitários ($N = 4817$) da URCA, Campus Pimenta, no período de 2018 a 2019/1. Adotando o nível de confiança de 95% ($Z = 1,96$), estimativa da proporção esperada ($p = 50\%$) e erro amostral ($e = 6,93\%$), pelo qual obteve-se como resultado do tamanho da amostra de 192 graduandos. A seleção dos participantes foi feita de forma aleatória e os critérios de inclusão para o estudo foi ser estudante da Urca, com matrícula ativa em qualquer curso ou semestre da graduação, de ambos os sexos, com idade maior que 18 anos. Assim, foram excluídos os estudantes que não tinham disponibilidade ou que estivessem em situação de trancamento total do curso.

Para análise dos dados, utilizou-se o software SPSS (*Statistical Package for the Social Science*) para realizar uma análise descritiva das suas frequências absolutas, na qual foi criada uma variável para os TMC entre os universitários a partir do resultado de todos os entrevistados pelo SRQ-20, e os acadêmicos foram classificados em dois grupos, “Apresentam TMC” e “Não apresentam TMC”, conforme a nota de corte para classificação dos casos suspeitos de TMC, que é ser igual ou superior a 7; logo após os dados foram interpretados e discutidos segundo a literatura.

O presente estudo envolve seres humanos e está de acordo com a Resolução N°466/12 do Conselho Nacional de Saúde, atentando-se para os aspectos éticos, garantindo a beneficência, não maleficência, justiça e equidade (BRASIL, 2012). Foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Regional do Cariri (URCA), mediante parecer de N° 2.654.249.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A amostra do estudo foi composta por 192 universitários, formados em sua maioria por estudantes do sexo feminino (74,5%), com idade entre 18 e 21 anos (52,1%), 94,8% solteira(o), 78,6% pertenciam à religião Católica, 34,9% residiam com os pais, 41,7% possuíam gasto mensal menor que um salário mínimo, 42,2% era graduando do curso de enfermagem e 46,9% dos seus pais possuíam como escolaridade nível médio.

A prevalência de TMC na população estudada foi de 69,8%, correspondendo a 134 participantes da pesquisa que foram classificados como suspeitos de sofrimento mental como resultado da aplicação do SRQ-20. Dos participantes da pesquisa que apresentam TMC, apenas 7,3% possuíam história de tratamento psiquiátrico e 16,1% história de tratamento psicoterapêutico (Tabela 01).

Dos estudantes participantes, 87 (45,3%) deles recebiam o apoio emocional que necessitavam e 78 (40,6%) não recebiam apoio emocional necessário. No que se refere a



cobrança pessoal dos estudantes avaliados esta foi bastante elevada, correspondendo a 67,7% dos casos; Dos entrevistados, 46,9% possuíam cobrança social da profissão, já em relação a cobrança dos pais nos estudos, a maioria dos entrevistados não possuíam essa cobrança (46,4%) (Tabela 01).

Tabela 01 - Perfil dos estudantes participantes do estudo segundo dados sobre a rede de apoio relacionados a prevalência de transtornos mentais comuns (TMC).

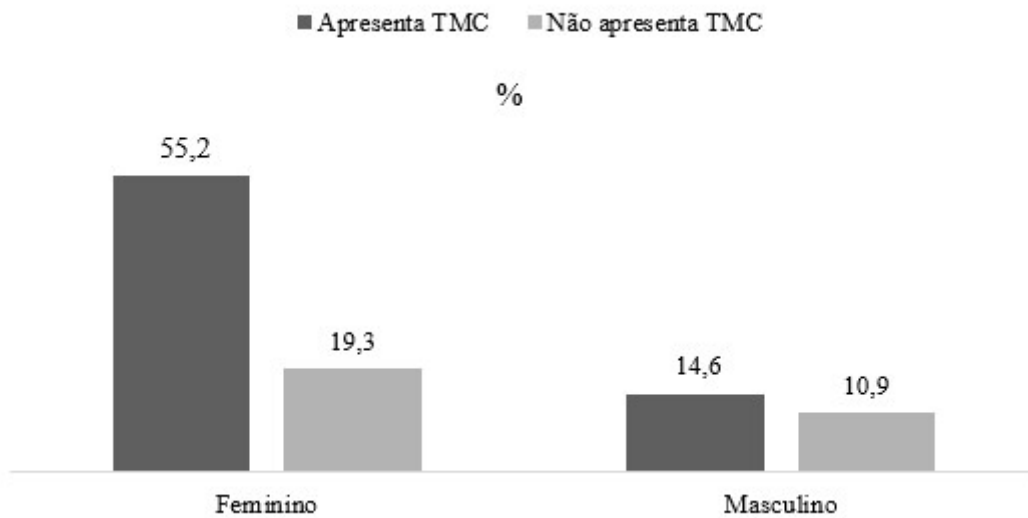
Variável		N	%	%TMC	
				Não	Sim
História de Tratamento Psiquiátrico	Não especificaram	8	4,2	1,6	2,6
	Sim	17	8,9	1,6	7,3
	Não	167	87,0	27,1	59,9
História de Tratamento Psicoterapêutico	Não especificaram	12	6,3	1,6	4,7
	Sim	36	18,7	2,6	16,1
	Não	144	75,0	26,0	49,0
Recebeu o apoio emocional que necessita	Não especificaram	27	14,1	3,1	11,0
	Sim	87	45,3	19,3	26,0
	Não	78	40,6	32,8	7,8
Cobrança Pessoal	Não especificaram	28	14,6	3,6	11,0
	Sim	130	67,7	17,7	50,0
	Não	34	17,7	8,9	8,9
Cobrança social da profissão	Não especificaram	51	26,6	7,8	18,8
	Sim	90	46,9	11,5	35,4
	Não	51	26,6	11,0	15,6
Cobrança dos pais	Não especificaram	25	13,0	3,1	9,9
	Sim	78	40,6	12,5	28,1
	Não	89	46,4	14,6	31,8
Desinteresses por relacionamentos afetivos	Não especificaram	28	14,6	3,6	11,0
	Sim	52	27,1	4,2	22,9
	Não	112	58,3	22,4	35,9
Dificuldades para conciliar estudos com lazer	Não especificaram	24	12,5	3,1	9,4
	Sim	107	55,7	13,0	42,7
	Não	61	31,8	14,1	17,7
Senti dificuldade para dormir	Não especificaram	3	1,6	0,5	1,0
	Sim	101	52,6	9,4	43,2
	Não	88	45,8	20,3	25,5
Dificuldade para fazer amigos	Não especificaram	5	2,6	1,0	1,6
	Sim	64	33,3	6,2	27,1
	Não	123	64,1	22,9	41,2
Desconforto físico	Não especificaram	5	2,6	2,1	0,5
	Sim	129	67,2	14,6	52,6
	Não	58	30,2	13,5	16,7
Apresenta TMC	Sim	134	69,8	0	69,8
	Não	58	30,2	30,2	0

Fonte: Elaboração dos autores, 2020.



A maior parte dos estudantes participantes do estudo que apresentou transtorno mental comum era do sexo feminino, correspondendo a 55,2%, já os do sexo masculino que possuíam sofrimento mental equivalem a 19,3% dos casos (Gráfico 01).

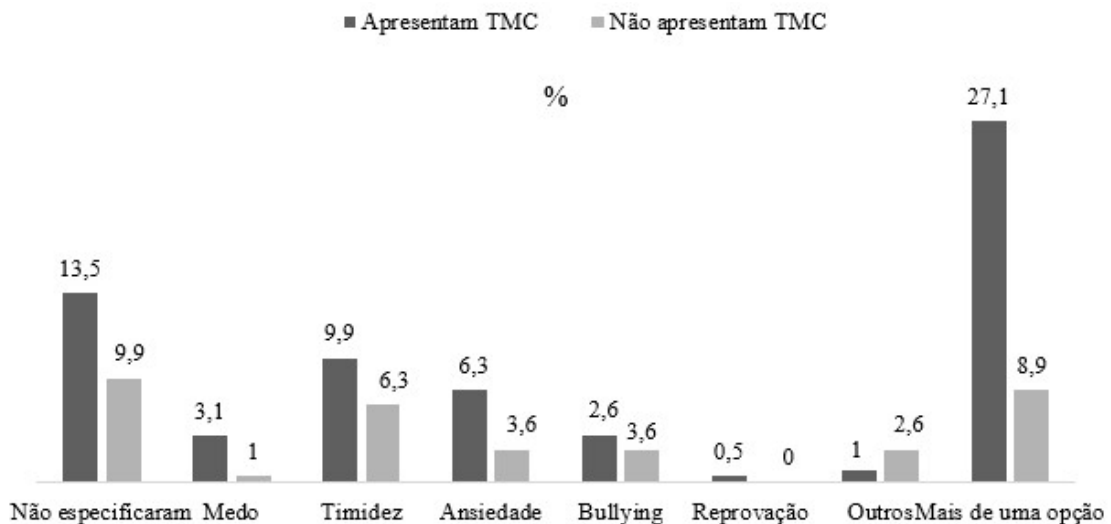
Gráfico 01 - Número de alunos que apresentam sofrimento mental relacionado ao sexo.



Fonte: Elaboração dos autores, 2020.

De acordo com a pesquisa, as situações especiais que os participantes que possuíam TMC apresentaram durante a infância e/ou adolescência incluem: medo (3,1%), timidez (9,9%), ansiedade (6,3%), bullying (2,6%), reprovações (0,5%), outros (1%), 27,1% apresentavam mais de uma das opções apresentadas e 13,5% não especificaram (Gráfico 02).

Gráfico 02 - Prevalência de graduandos que apresentam transtorno mental comum relacionado as situações especiais que apresentaram durante a infância e/ou adolescência.



Fonte: Elaboração dos autores, 2020.

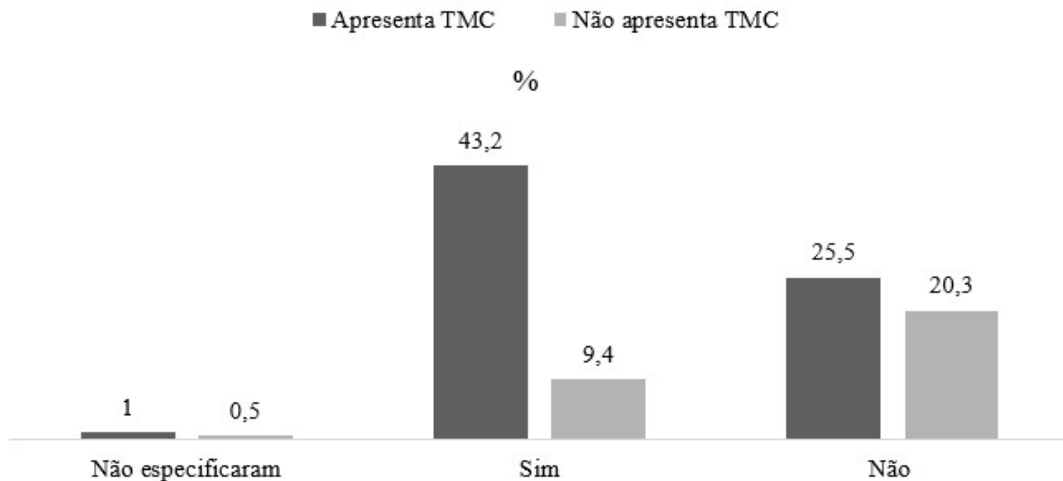
Uma pequena parte dos avaliados no estudo que apresentam TMC possuíam desinteresse por relacionamentos afetivos (22,9%), evidenciando uma ligação fraca com as relações sociais. Segundo os participantes que possuem TMC, a maior fonte de tensão durante a vida universitária foi a graduação em si, correspondendo a 21,9% dos casos, seguidos de provas e



seminários (8,9%), professor (3,1%), disciplina (2,1%), estágios (1%), falta de tempo (1%), outros (10,9%), mais de uma opção (12,5%) e 8,3% não especificaram.

De acordo com a pesquisa, 52,6% dos participantes possuíam dificuldade para dormir, sendo que 43,2% destes apresentaram TMC (Gráfico 03). A partir dos resultados podemos ver como o fato de possuir os TMC pode interferir diretamente na qualidade de vida dos estudantes.

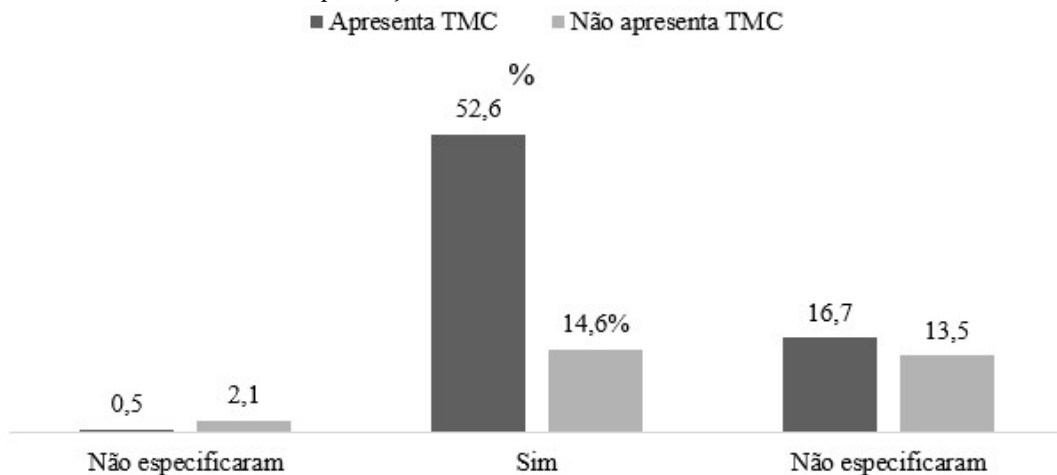
Gráfico 03 - Porcentagem de universitários que sentem dificuldade para dormir relacionado a presença de Transtorno Mental Comum.



Fonte: Elaboração dos autores, 2020.

Como pode ser evidenciado no gráfico 04, 52,6% dos estudantes que possuíam sofrimento mental apresentavam também desconforto físico.

Gráfico 04 - Porcentagem de universitários que apresentam desconforto físico relacionado a presença de Transtorno Mental Comum.



Fonte: Elaboração dos autores, 2020

A Organização Mundial de Saúde (OMS), preocupada com as consequências dos problemas mentais nos países em desenvolvimento, resolveu criar o SRQ com o propósito de avaliar os TMC (SANTOS, ARAUJO; PINHO; SILVA, 2010). O SRQ-20 foi validado em 1986 no Brasil, e no ano de 2008 este foi adequado para o rastreamento do TMC (LUCCHESI *et al.*,



2014). O SRQ-20 foi utilizado para o levantamento de dados na pesquisa por ser um importante instrumento de rastreamento de TMC validado e de fácil compreensão.

Os dados encontrados nesse estudo relacionados ao sexo (feminino 74,5%) e ao estado civil (solteiro 94,8%) apresentam semelhanças com outros estudos desenvolvidos na área, na qual evidenciaram uma alta prevalência de mulheres nos cursos de graduação e indicam um grande predomínio de estudantes com o estado civil solteiro (CACHOEIRA *et al.*, 2016).

A prevalência de TMC na população estudada é alta, correspondendo a 69,8% (n=134) dos participantes, sendo a maioria destes do sexo feminino (55,2%). “A maior vulnerabilidade feminina aos transtornos mentais pode ser devido às alterações no sistema endócrino que ocorrem no período pré-menstrual, pós-parto e menopausa” (SENICATO; AZEVEDO; BARROS, 2018).

No que se refere a presença de tratamento psiquiátrico (8,9%) e psicoterapêutico (18,7%) nos participantes da pesquisa é mínimo, pelo fato de muitos ainda possuírem um determinado preconceito quando se fala em apoio psicológico. Da mesma forma que o resultado exposto nesta pesquisa, o estudo de Graner e Cerqueira (2019) identificou que indivíduos que receberam tratamento psicológico/psiquiátrico, com histórico familiar e pessoal de transtornos mentais, apresentaram maior prevalência de TMC.

Os transtornos mentais causam alterações na mente das pessoas, afetando no desenvolvimento pessoal e nas relações sociais, profissionais e familiares (OLIVEIRA e ARAUJO, 2018). Dessa forma, o envolvimento da família no processo de cuidado da pessoa com transtorno mental e sua inserção nos serviços de saúde podem intensificar os laços afetivos e auxiliar as pessoas com transtornos mentais em suas relações sociais (SIQUEIRA *et al.*, 2018).

A rede de apoio dos estudantes é importante para o fortalecimento de vínculos e para contribuir para melhora do seu estado de saúde mental, e com base nesse estudo cerca de 40,6% (n=78) dos estudantes não recebem o apoio emocional necessário. De acordo com o estudo desenvolvido por Siqueira *et al.* (2018), as redes de apoio envolvem a organização do vínculo de cada sujeito, que pode ser definida como a soma de todas as relações consideradas significativas ou diferenciadas na sociedade.

A rede de apoio para quem vive com transtorno mental é composta por sua família, mas também por seus vizinhos, amigos e sociedade em geral (SIQUEIRA *et al.*, 2018). Desse modo, a interação entre eles acaba interferindo no estado de saúde mental desses indivíduos e quanto mais estes são cobrados em relação aos estudos e futuro quanto profissional, acaba gerando mais alterações emocionais.

O número de internações relacionados a transtornos mentais comuns são raras na infância, sendo mais comuns na adolescência, idade adulta e nos idosos. Os diagnósticos mais comuns na amostra total foram distúrbios relacionados a drogas, seguidos por humor, transtornos relacionados a álcool e psicóticos, mas houve diferenças importantes entre as faixas etárias (SALUM *et al.*, 2020).

De acordo com a pesquisa, as pessoas que apresentam TMC possuem histórico de algumas situações que manifestaram durante a infância ou adolescência, entre elas: medo, timidez, ansiedade, bullying e reprovações. Segundo Lopes *et al.* (2016), os transtornos mentais menores



atingem pessoas de diferentes idades e quando ocorrem durante a infância ou adolescência podem prejudicar no desenvolvimento social e escolar destes indivíduos. Logo, quanto mais cedo identificar-se os sintomas dos TMC melhor para a busca do tratamento adequado.

Ao ingressar no Ensino Superior, o graduando passa a experienciar um novo conjunto de tarefas e demandas complexas, dentre elas, as correspondentes ao domínio social que envolve novos padrões de relacionamento com família, assim como novos padrões de relação com professores e colegas, gerando dificuldade de adaptação a esta nova realidade e então impactar na percepção da própria capacidade de relacionar com os demais, reduzindo sua autoeficácia (ARINO; BARDAGI, 2018).

Os estudantes de graduação são vulneráveis a desenvolver distúrbios mentais pela grande exposição a estressores no seu meio, “como a pressão exercida por familiares e professores, apresentação de trabalhos, realização de provas, falta de lazer, privação do sono, expectativas em relação ao futuro, tendo maior chance de desenvolverem transtornos do humor e ansiedade (MESQUITA *et al.*, 2016).

Conforme os universitários que possuem TMC avaliados, a principal fonte de tensão é a própria da graduação, como também as provas e seminários, professores, disciplinas, estágios e falta de tempo; esses dados mostram semelhança com demais estudos.

O estudo desenvolvido por Grether *et al* (2019) evidenciou uma alta presença de TMC nos alunos que selecionaram como fonte de tensão a elevada carga horária, competitividade, cobrança pessoal, pressão familiar, social e de profissionais da área e professores.

Os universitários avaliados no estudo buscam atender as demandas da graduação e, com isso, grande parte dos estudantes que apresentam TMC acabam apresentando dificuldade para dormir (43,2%) e desconforto físico (52,6%). Segundo Vaz *et al.* (2020), manter uma péssima qualidade de sono gera um quadro de fadiga intensa na execução de suas atividades diárias. O estudo de Leão *et al.* (2018) evidenciou que a insônia está relacionada à presença de ansiedade. A presença de baixa quantidade de sono nos estudantes pode acarretar outros problemas de saúde, sendo importante estimulá-los a destinarem um tempo específico para manter um bom padrão de sono.

Conforme Arino e Bardagi (2018), é necessário promover ações institucionais que busquem instrumentalizar os universitários, de preferência logo no início do curso, a fim de gerenciar a sua vida acadêmica. Bem como, isso favorece para que os estudantes consigam empregar estratégias de estudo eficazes para organizar sua agenda e o tempo de forma equilibrada, buscando estabelecer uma rotina de estudo, cumprir prazos e não desmerecer ou negligenciar horas de sono e lazer para tentar suprir as demandas universitárias.

4 CONCLUSÃO

Os resultados obtidos mostram que a maioria dos participantes do estudo apresentam TMC, tornando essencial o conhecimento do processo saúde/doença nos universitários para a implementação de programas de saúde. O presente estudo apresentou resultados significativos quando analisados sob a perspectiva dos transtornos mentais comuns não psicóticos, ao evidenciar



que estudantes com histórico de situações especiais durante a infância ou adolescência, tais como ansiedade, medo, vítimas de *bullying*, timidez, reprovações, possuem mais casos de TMC, como também aqueles que possuem uma grande cobrança pessoal e não recebem o apoio emocional adequado.

Os estudantes são expostos a muitas fontes de tensão durante a graduação e isso acaba contribuindo também para o desenvolvimento dos TMC, apresentando algumas manifestações como: insônia, desconforto físico, esquecimento, falta de concentração, fadiga, tremores, falta do apetite entre outros. Nesse sentido, o presente estudo reforça a literatura sobre os transtornos mentais comuns entre universitários, vivências acadêmicas, adaptação no curso de graduação e permanência no Ensino Superior. Os resultados obtidos na pesquisa evidenciam uma alta incidência de indivíduos com transtorno mental comum na IES, principalmente nos estudantes dos cursos da saúde Enfermagem e Ciências Biológicas.

Evidencia-se a necessidade de fortalecer ações para melhorar o estado de saúde mental dos universitários, com ênfase no desenvolvimento da assistência psicopedagógica de forma efetiva no decorrer de toda a graduação. Pode-se concluir que é essencial, na universidade, fortalecer os serviços de apoio à saúde mental dos discentes, para melhorar sua qualidade de vida para que, a partir disso, ele consiga desenvolver perfeitamente suas atividades como futuro profissional da sociedade.

REFERÊNCIAS

ARINO, D. O.; BARDAGI, M. P. **Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários.** *Psicologia em pesquisa.* Juiz de Fora , v. 12, n. 3, p. 44-52, 2018.

BRASIL. **Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012.** Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em 19 de Mar. 2020.

CACHOEIRA, Denise Valéria Ananias de Campos *et al.* A relação do perfil sociodemográfico com o risco de adoecimento por transtornos mentais comum em alunos do curso de enfermagem. **Revista de. Enfermagem. UFPE on line.** v. 10, n. 12, p. 4501-4508, 2016.

FERNANDES, Márcia Astrês *et al.* Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Revista Brasileira de Enfermagem.** Brasília , v. 71, supl. 5, p. 2169-2175, 2018.

FIOROTTI, Karoline Pedroti *et al.* Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010. Acesso em 08 Jan. 2021.

GRANER, K.M; CERQUEIRA, A.T.A.R. **Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados.** *Ciência & Saúde Coletiva [online]*, v. 24, n. 4 , p. 1327-1346. 2019.



GRETHER, E. O.; BECKER, M. C.; MENEZES, H.M.; NUNES, C. R.O. **Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina da universidade regional de Blumenau (SC)**. Revista Brasileira de Educação Médica. Brasília , v. 43, n. 1, supl. 1, p. 276-285, 2019.

GRETHER, Eduardo Otávio *et al.* Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). **Rev. bras. educ. med.**, Brasília, v. 43, n. 1, supl. 1, p. 276-285, 2019. Acesso em 08 Jan. 2021. Epub Jan 13, 2020.

IBRAHIM, A. K.; KELLY, S. J.; ADAMS, C. E.; GLAZEBROOK, C. **A systematic review of studies of depression prevalence in university students**. Journal of Psychiatric Research, v.47, n.3, p.391–400.2012.

INEP. **Censo da educação superior**. Brasília, 2019. Disponível em: http://download.inep.gov.br/educacao_superior/censo_superior/documentos/2019/apresentacao_censo_superior2018.pdf. Acesso em 31 de Mar. 2020.

LANTYER, Angélica da Silva *et al.* Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 18, n. 2, p. 4-19, 2016.

LEAO, A. M.; GOMES, I.P.; FERREIRA, M. J. M.; CAVALCANTI, L.P.G. **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, Brasília , v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018 .

LOPES, Claudia *et al.* Prevalência de transtornos mentais comuns em adolescentes brasileiros. **Revista de Saúde Pública** , v. 50, n. supl. 1, p. 14s, 2016.

LUCCHESI, Roselma *et al.* Prevalência de transtorno mental comum na atenção primária. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.27, n.3, p. 200-207. 2014.

MEDEIROS, P.P.; BITTENCOURT, F.O. **Fatores associados à ansiedade em estudantes de uma faculdade particular**. Revista multidisciplinar e de Psicologia. v.10, n. 33, 2017.

MESQUITA, Andressa Medrado *et al.* Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma universidade em Mato Grosso. **Journal Health NPEPS**, v. 1, n. 2, p. 218-230, 2016.

MURAKAMI, Karolina *et al.* Atuações de um centro educacional e psicológico junto a estudantes universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional.**, Florianópolis , v. 19, n. 1, p. 109-119, 2018.

OLIVEIRA, A. M. N.; ARAUJO, T. M. **Situações de desequilíbrio entre esforço-recompensa e transtornos mentais comuns em trabalhadores da atenção básica de saúde. Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro , v. 16, n. 1, p. 243-262, 2018 .

PEREIRA, A.; CARDOSO, F. **Ideação suicida na população universitária: uma revisão da literatura**. Revista E-Psi, v.5. n.2, p.16-34. 2015.

SALUM, Giovanni *et al.* Prevalence and trends of mental disorders requiring inpatient care



in the city of Porto Alegre: a citywide study including all inpatient admissions due to mental disorders in the public system from 2013-2017. **Trends Psychiatry Psychother.** Porto Alegre v. 42, n. 1, p. 86-91, 2020.

SANTOS, Anelise Schaurich dos *et al.* Atuação do psicólogo escolar e educacional no ensino superior: reflexões sobre práticas. **Psicologia Escolar e Educacional**, Maringá , v. 19, n. 3, p. 515-524, 2015.

SANTOS, G. E. O. **Cálculo amostral: calculadora on-line.** 2017. Disponível em: <http://www.calculoamostral.vai.la>. Acesso em 05 de nov. 2019.

SENICATO, C.; AZEVEDO, R. C.S.; BARROS, M. B.A. **Transtorno mental comum em mulheres adultas: identificando os segmentos mais vulneráveis.** Ciências e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 23, n. 8, p. 2543-2554, 2018.

SANTOS, K. O. B.; ARAUJO, T. M.; PINHO, P. S.; SILVA, A. C. C. **Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do self-reporting questionnaire (SRQ-20).** Revista Baiana de Saúde Pública, v.34, n.3, p.544-560. 2010.

SILVA, D. R. da; PANOSSO, I. R.; DONADON, M. F. **Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções - uma revisão crítica da literatura.** Psicologia: Saberes & Práticas, v.1, n.2, p. 1-10, 2018.

SIQUEIRA, D.F. de; XAVIER, M. S.; SERBIM, A.K.; TERRA, A.G. **Redes sociais de apoio no cuidado à pessoa com transtorno mental: reflexões.** Revista de Enfermagem da UFSM, v. 8, n. 4, p. 859-869, 2018.

VASCONCELOS, Tatheane Couto *et al.* Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro , v. 39, n. 1, p. 135-142, 2015.

VAZ, André Luiz de Lucena *et al.* Fatores Associados aos Níveis de Fadiga e Sonolência Excessiva Diurna em Estudantes do Internato de um Curso de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília , v. 44, n. 1, e011, 2020 .

WHO. **Depression and other common mental disorders: global health estimates.** Geneva: World Heal Organ. p. 1-24, 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. Acesso em 16 de Mai. 2020.

Submetido em 31/05/2020

Aceito em 30/06/2020

Publicado em 01/2021