

**FATORES RELACIONADOS AOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM  
ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: REVISÃO INTEGRATIVA**

**FACTORS RELATED TO COMMON MENTAL DISORDERS IN NURSING STUDENTS:  
AN INTEGRATIVE REVIEW**

**FACTORES RELACIONADOS CON LOS TRASTORNOS MENTALES COMUNES EN  
LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA: REVISIÓN INTEGRATIVA**

 <https://doi.org/10.56238/arev7n11-263>

**Data de submissão:** 20/10/2025

**Data de publicação:** 20/11/2025

**Rita de Cássia Batista Sales**

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Centro Universitário FAMETRO (CEUNI-FAMETRO)

E-mail: sallesrita516@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-3343-6385>

**Stefany Freitas dos Santos**

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Centro Universitário FAMETRO (CEUNI-FAMETRO)

E-mail: freitasstefany70@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-4652-2856>

**Graciana de Sousa Lopes**

Mestre em Enfermagem

Instituição: Centro Universitário FAMETRO (CEUNI-FAMETRO)

E-mail: gracilopess@hotmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3615-9040>

**Mirelia Rodrigues de Araujo**

Doutora em Saúde Coletiva

Instituição: Centro Universitário FAMETRO (CEUNI-FAMETRO)

E-mail: mirelia.araujo@fametro.edu.br

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6000-6840>

**RESUMO**

**OBJETIVO:** Identificar os fatores relacionados aos transtornos mentais em acadêmicos de enfermagem. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo analítico, que utiliza como técnica a Revisão Integrativa da Literatura. A busca foi realizada dentro das bases de dados dentro da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS): SCIELO, MEDLINE, BDENF e LILACS, por meio da junção de três DeCS, cruzados com operador booleano “AND”: “transtorno mental” AND “Acadêmico” AND “Enfermagem”. Após a aplicação dos termos utilizados identificamos na literatura 74 artigos que tratavam sobre a temática.

**RESULTADOS:** O ingresso no ensino superior é um acontecimento expressivo na vida dos jovens o qual é marcado por mudanças importantes no aspecto biopsicossocial. Assim, a universidade atua como mediadora de relações humanas e criadora de uma dinâmica psicológica que contempla distintos significados e valores, tornando-se instrumento de regulação e equilíbrio da personalidade do indivíduo. **CONCLUSÃO:** Como contribuição, esse estudo pode nortear protocolos para auxílio de

estudantes que estejam necessitando de cuidados com a saúde mental. No entanto, é importante ressaltar que, apesar de relevante, a temática ainda é pouco explorada no meio acadêmico.

**Palavras-chave:** Transtorno Mental. Saúde Mental. Acadêmicos. Enfermagem.

## **ABSTRACT**

**OBJECTIVE:** To identify the factors related to mental disorders in nursing students  
**METHODOLOGY:** This is an analytical study the Integrative Review of the Virtual Health Library (VHL): SCIELO, MEDLINE, BDENF and LILACS, by joining three DeCS, crossed with the Boolean operator AND: mental disorder AND academic AND Nursing. After applying the terms used, we identified 74 articles on the subject in the literature. **RESULTS:** Entering higher education is a significant event in the lives of young people, which is marked by important biopsychosocial changes. Thus, university acts as a mediator of human relationships and creates a psychological dynamic that includes different meanings and values, becoming an instrument for regulating and balancing the individual's personality. **CONCLUSION:** As a contribution, this study can guide protocols to help students who are in need of mental health care. However, it is important to emphasize that, despite being relevant, the subject is still little explored in the academic world.

**Keywords:** Mental Disorder. Mental Health. Academics. Nursing.

## **RESUMEN**

**OBJETIVO:** Identificar los factores relacionados con los trastornos mentales en los estudiantes de enfermería. **METODOLOGÍA:** Se trata de un estudio analítico que utiliza como técnica la revisión integrativa de la literatura. La búsqueda se realizó en las bases de datos de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS): SCIELO, MEDLINE, BDENF y LILACS, mediante la combinación de tres DeCS, cruzados con el operador booleano «AND»: «trastorno mental» AND «Académico» AND «Enfermería». Tras la aplicación de los términos utilizados, identificamos en la literatura 74 artículos que trataban sobre el tema. **RESULTADOS:** El ingreso en la educación superior es un acontecimiento significativo en la vida de los jóvenes, marcado por importantes cambios en el aspecto biopsicosocial. Así, la universidad actúa como mediadora de las relaciones humanas y creadora de una dinámica psicológica que contempla distintos significados y valores, convirtiéndose en un instrumento de regulación y equilibrio de la personalidad del individuo. **CONCLUSIÓN:** Como contribución, este estudio puede orientar protocolos para ayudar a los estudiantes que necesitan atención de salud mental. Sin embargo, es importante destacar que, a pesar de su relevancia, el tema aún está poco explorado en el ámbito académico.

**Palabras clave:** Trastorno Mental. Salud Mental. Académicos. Enfermería.

## 1 INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais comuns (TMC) são condições que afetam o pensamento, humor e o comportamento do indivíduo, transtornos estes que afetam principalmente estudantes universitários no qual está correlacionado ao desgaste físico ou mental que constantemente não são tratados, contudo diante desta situação ressalva a importância da detecção precoce e tratamento eficiente (Barbosa-Medeiros; Caldeira, 2021).

É definido como transtornos depressivos e ansiosos, gerando impacto no humor ou sentimentos das pessoas afetadas, onde os sintomas variam em termos de gravidade de leve à grave, podendo durar de meses a anos (Santos *et al.*, 2024; Nogueira *et al.*, 2023; Cruz; Silva, 2019; Grether *et al.*, 2019).

Os estudantes dos cursos de saúde enfrentam grandes sacrifícios devido à intensa carga horária e rotina de estudos. As faculdades são ambientes estressantes, com alta tensão psicológica e exigências constantes, impactando a saúde mental desses jovens (Lima *et al.*, 2023).

Entre 15% e 25% dos estudantes do ensino superior sofrem com transtornos mentais, como ansiedade e depressão, sendo essa incidência ainda mais comum entre alunos dos cursos da área da saúde (Cassol *et al.*, 2021). Pesquisas apontam que os universitários apresentam maior suscetibilidade a quadros de estresse, ansiedade e depressão em comparação com a população em geral (Lopes *et al.*, 2022).

Nesse sentido, estudos com estudantes universitários em enfermagem evidenciam que desde a entrada nas instituições de ensino, os acadêmicos encontram um ambiente com regras e obrigações diferentes do ensino médio. O estresse pode aumentar devido à necessidade de socialização com novos colegas e professores, além das regras e conteúdo de aprendizagem que requerem maior autonomia e responsabilidade (Oliveira *et al.*, 2020).

Indivíduos com transtornos mentais vivem com déficits comportamentais ou emocionais que afetam suas funções diárias. Além dos impactos negativos dessas doenças, mais de 40% dos países negligenciam a saúde mental, alocando menos de 1% de seus recursos, resultando em diagnósticos inadequados e altos custos (Feijó *et al.*, 2023).

Segundo Facioli *et al.* (2020) Múltiplos fatores podem influenciar negativamente a saúde mental de estudantes do ensino superior, como destaque para aqueles matriculados em cursos da área da saúde. Nesse sentido, a pergunta de pesquisa desse estudo foi: quais os fatores relacionados aos transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem?

Estudantes frequentemente reclamam da carga horária, cansaço físico e desgaste emocional por lidar com pacientes terminais. A rotina de dormir tarde e levantar cedo causa problemas de sono e afeta a saúde mental (Barbosa-Medeiros; Caldeira, 2021).

A relevância desse estudo está em trazer para o rol das discussões acadêmicas sobre os fatores relacionados aos comportamentos que desencadeiam esse sofrimento entre esses estudantes. Além disso, é relevante realizar a investigação dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) entre os acadêmicos de Enfermagem, considerando que esta categoria profissional opera em um contexto de trabalho caracterizado por ações interdependentes com outros profissionais e usuários dos serviços. Tais atividades são frequentemente executadas sob alta pressão devido às diversas exigências assistenciais e gerenciais.

Para tanto, o objetivo do estudo foi identificar os fatores relacionados aos transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 CONCEITO E CLASSIFICAÇÃO DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS

Um transtorno mental é uma disfunção no funcionamento do cérebro que pode gerar mudanças no comportamento, nas emoções, nas habilidades intelectuais e até na saúde física. Esses problemas podem influenciar o humor, a atenção, a memória, o raciocínio e a maneira como a pessoa se expressa e se comunica. Além disso, estudos apontam que aproximadamente um em cada quatro indivíduos será afetado por algum transtorno mental em algum momento de suas vidas (Santos *et al.*, 2021).

Os transtornos mentais comuns (TMC) englobam manifestações como ansiedade, depressão, cansaço, insônia, estresse, irritabilidade, além de sintomas físicos como anorexia, dor de cabeça e dificuldade para respirar. Embora não atendam aos critérios diagnósticos estabelecidos pelo DSM-5 pela CID-11, esses sinais ocorrem com intensidade e frequência suficientes para gerar sofrimento emocional, comprometendo a rotina diária, os relacionamentos sociais e a qualidade de vida (Santos *et al.*, 2024).

No entanto, no que se refere às classificações dos transtornos mentais, é possível identificar três categorias que se destacam como as mais frequentemente observadas entre os acadêmicos de enfermagem, sendo elas a ansiedade, a depressão e o esgotamento profissional, comumente conhecido como síndrome de burnout. A ansiedade é definida como um estado emocional caracterizado por tensão ou desconforto, geralmente provocado pela antecipação de situações desconhecidas, estranhas ou percebidas como perigosas. Em níveis normais, a ansiedade pode ser benéfica, pois atua como motivadora, estimulando e impulsionando ações (Barbosa-Medeiros; Caldeira, 2021).

Contudo, quando atinge níveis patológicos, pode desencadear sintomas como hiperventilação, taquicardia, tremores e palpitações, além de contribuir para o surgimento de outros transtornos psicológicos, além disso a passagem do Ensino Médio para o Ensino Superior apresenta uma nova

realidade acadêmica, repleta de exigências e dificuldades, demandando que o aluno se adapte a um ambiente de ensino aprendizagem mais complexo e desafiador (Pereira *et al.*, 2022).

Todavia, Facioli *et al.* (2020), evidenciaram que, assim como ansiedade, a depressão é uma doença psiquiátrica séria, caracterizada por um ou mais episódios depressivos que duram, no mínimo, duas semanas. Ela inclui pelo menos quatro sintomas como alterações no apetite e peso, lentidão nos processos mentais, distúrbios no sono e na atividade, falta de energia, sentimento de culpa, dificuldade de concentração, apatia, ausência de prazer, incapacidade de planejar o futuro, pensamentos negativos e até suicidas.

No ambiente universitário, os desafios acadêmicos têm um impacto negativo significativo nos estudantes, afetando tanto o desempenho acadêmico quanto o convívio social, esse ambiente pode contribuir para o surgimento ou agravamento de problemas psicológicos. Globalmente, mais de 300 milhões de pessoas vivem com depressão, enquanto no Brasil, cerca de 10 milhões são afetadas. Esse problema é mais comum entre mulheres, sendo de duas a três vezes mais frequente do que em homens, devido, em parte, a fatores hormonais (Galvão *et al.*, 2023).

Considerando a questão do bem-estar do ser relacionado à saúde mental e ainda, a questão de os estudantes de enfermagem serem vistos, do ponto de vista psicossocial, como um grupo vulnerável, que requer atenção especial devido ao contato constante com o sofrimento emocional e à sobrecarga resultante da tensão presente em sua formação acadêmica (Santos *et al.*, 2021).

Outro distúrbio relevante é a síndrome de Burnout entre estudantes da área da saúde, que se manifesta como estresse emocional relacionado às atividades acadêmicas e ocupacionais. O diagnóstico considera três fatores: exaustão emocional (cansaço extremo), despersonalização (indiferença ou distanciamento emocional) e baixa realização pessoal (baixa autoestima e falta de confiança) (Oliveira *et al.*, 2020).

Além disso identificar a Síndrome de Burnout e compreender seus impactos na vida dos estudantes da área da saúde é essencial para implementar estratégias de enfrentamento desde o início da graduação, contribuindo para uma formação profissional mais saudável e eficaz (Martins; Branco 2021).

## 2.2 TRANSTORNOS MENTAIS MAIS COMUNS ENTRE ACADÊMICOS

Os transtornos mentais estão aumentando no Brasil, com 9,3% da população sofrendo de ansiedade e 5,8% de depressão (Lopes *et al.*, 2022).

A literatura indica que pessoas com doenças mentais têm maior morbimortalidade do que a população geral. Adultos com esquizofrenia enfrentam riscos mais altos de morte prematura e suicídio

em comparação aos demais, devido à exclusão, discriminação, criminalização e estigma (Feijó *et al.*, 2023).

Acadêmicos da saúde são os mais vulneráveis, com altos índices de transtornos psiquiátricos não psicóticos e alta prevalência de suicídio. TMCs incluem sintomas como dificuldade de concentração, irritabilidade, fadiga, insônia, e queixas somáticas como tremores e cefaleia (Grether *et al.*, 2019). Esses transtornos afetam a qualidade de vida e relacionamentos, podendo levar a doenças mentais como ansiedade e depressão, além de alterar o sono e causar doenças crônicas (Lima *et al.*, 2023).

Albuquerque, Borges e Monteiro (2019) afirmam que estudantes de saúde enfrentam fatores que aumentam o risco de exaustão emocional, estresse e suicídio. Eles sofrem pressões por falhas ou falta de preparo devido à possibilidade de morte do paciente, sentem culpa pelo desconhecimento e medo de errar, e experimentam impotência, levando ao abandono do curso e depressão. O estresse acumulado, privação de sono e fácil acesso a métodos para cometer suicídio são problemas frequentes.

Quando se trata de estudantes da graduação de saúde, observam-se que as extensas cargas horárias, as altas intensidade e frequências de trabalho no período, como também os riscos ocupacionais dos estágios, podem gerar o possível surgimento de sinais de TM. Os pesquisadores destacaram que 35,5% dos indivíduos avaliados apresentaram sinais de depressão, enquanto 22,1% demonstraram sintomas de ansiedade. Do mesmo modo constataram que graduandos da área da saúde demonstraram 23,5% de sintomas depressivos (Lopes *et al.*, 2022).

### 2.3 FATORES PREDOMINANTES DE TMC EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM

Alguns fatores se destacam para surgimento de algum tipo de transtorno durante sua vida universitária, como a pressão para obter boas notas, cumprir prazos, equilibrar estudos e vida pessoal, além de preocupações financeiras, relacionamento familiar prejudicada, assim como expectativas relacionadas ao seu futuro profissional, carência de estudos e motivação devido a rotina exaltante (Facioli *et al.*, 2020).

Carleto *et al.* (2018) destacam que a vida universitária traz grandes mudanças e situações estressantes como distância da família, novos relacionamentos, adaptação à vida acadêmica e gerenciamento financeiro. As exigências aumentam a cada etapa do curso, requerendo novas habilidades dos estudantes. Os estudantes de enfermagem podem desenvolver transtornos devido ao estresse do novo, tanto na teoria quanto na prática, sem a preparação psicológica adequada. O uso de álcool, tabaco e alimentação excessiva são respostas ao estresse que prejudicam o desempenho acadêmico e o desenvolvimento pessoal e profissional (Cruz e Silva *et al.*, 2019).

De acordo com Cassol *et al.* (2021) o estresse figura como um dos principais fatores de risco entre estudantes, mantendo-se presente mesmo após o término da trajetória acadêmica. Ressalta-se que a pandemia de COVID-19 em 2020 trouxe mudanças socioeconômicas e impactos psicológicos, especialmente para grupos vulneráveis como universitários (Lima *et al.*, 2023). A transição para a universidade apresenta desafios, caracterizada por preocupações e receios. Em 2020, os estudantes enfrentaram a pandemia, adaptando-se rapidamente ao estudo virtual, o que aumentou ansiedade e estresse (Santos *et al.*, 2024).

A profissão de enfermagem, em particular, é uma das mais estressantes, e os estudantes dessa área se deparam, desde a formação acadêmica, com situações que exigem decisões críticas no cuidado ao paciente. A insegurança e a ansiedade relacionadas a essas decisões podem intensificar o estresse. Além disso, o estresse e a depressão são elementos que prejudicam tanto o desempenho dos alunos quanto o dos profissionais de enfermagem, que precisam demonstrar habilidades cognitivas avançadas e atitudes proativas constantemente (Facioli *et al.*, 2020).

Entre os fatores identificados estão o sedentarismo, tabagismo, uso de substâncias para melhorar o desempenho acadêmico, insatisfação com o próprio rendimento, sono de baixa qualidade, perda de apetite, dores de cabeça recorrentes, problemas digestivos, pensamentos suicidas e sentimento de tristeza. Os transtornos mentais comuns não psicóticos mostraram-se mais frequentes entre mulheres, sem variação significativa quanto ao estágio do curso ou ao tipo de instituição (Santos *et al.*, 2024).

Ligando essa questão à formação acadêmica, destaca-se que, apesar da importância do estágio na área da saúde e do papel desempenhado pelas instituições de ensino, essas vivências podem ser fontes de sofrimento e conflitos para os alunos. A carga de atividades, as noites mal dormidas e o acúmulo de tarefas acadêmicas podem resultar em esgotamento físico e psicológico. A mudança na rotina e as exigências de um curso superior, conforme a literatura aponta, podem gerar estresse, o que frequentemente leva ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade e de humor entre os estudantes (Cassol *et al.*, 2021).

Adicionalmente, estudos sobre estresse entre universitários de enfermagem destacam que fatores socioeconômicos, como sexo, faixa etária, estado civil, renda familiar e despesas com moradia, influenciam o nível de estresse experimentado por esses estudantes. Essas questões, associadas às pressões acadêmicas e à preparação para a carreira, afetam diretamente a saúde e a qualidade de vida dos alunos. Para mitigar esses impactos, são necessárias ações preventivas, como descanso adequado, envolvimento em atividades recreativas e planejamento diário, para evitar o surgimento de transtornos mentais (Martins; Branco, 2021).

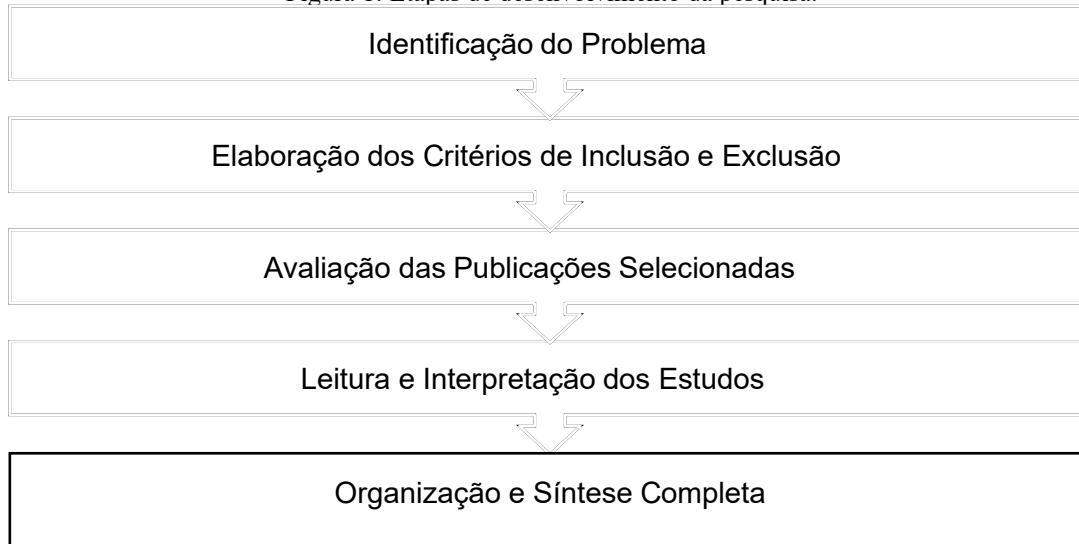
### 3 METODOLOGIA

Este é um estudo de natureza exploratória e descritivo do tipo Revisão Integrativa da Literatura (RIL) que consiste em uma estratégia metodológica que visa coletar, organizar e examinar criticamente as evidências disponíveis sobre um tópico específico. A revisão integrativa envolve uma busca de informações em diversas fontes, sistematizando-as para fornecer uma visão geral sobre a temática abordada, destacando tanto os achados principais quanto as áreas que destacaram de mais investigação (Mendes; Silveira; Galvão, 2023).

Inicialmente foi escolhido a pergunta de pesquisa que serviu para nortear esse estudo: quais os fatores relacionados aos transtornos mentais comuns em acadêmicos de enfermagem? Em seguida foi observado os critérios de elegibilidade, pois esta atividade é primordial para assegurar a validade interna da revisão, de modo a permitir a generalização das conclusões fiáveis e amplas.

Nesse sentido, os critérios de inelegibilidade foram artigos com texto incompleto, resumos, monografias, dissertações de mestrado, teses de doutorado publicados a partir de 2015 a 2025. Os artigos foram selecionados de acordo com os critérios de elegibilidade e inelegibilidade a partir dos com os títulos, posteriormente será realizada a análise de resumos e finalmente os artigos serão lidos na íntegra, sendo elaborado um instrumento para a coleta de informações direto das bases de dados.

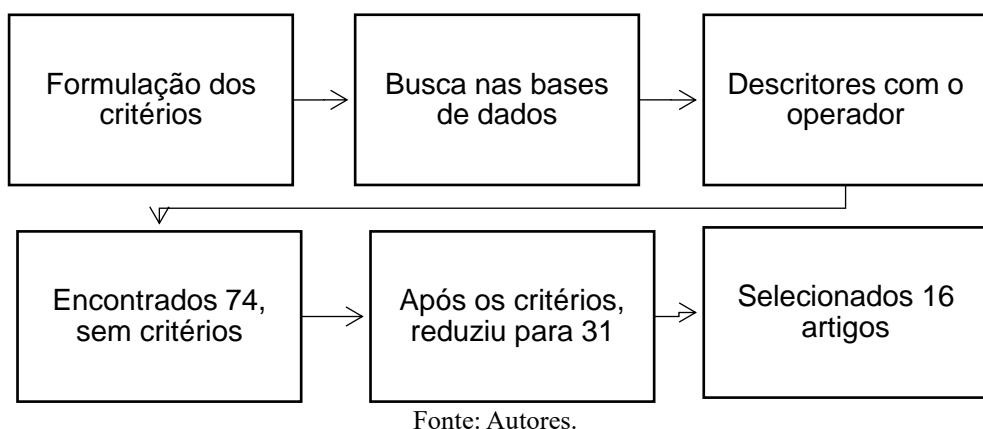
Figura 1: Etapas de desenvolvimento da pesquisa.



Fonte: Autores.

Posteriormente, foi verificada a adequação aos critérios de inclusão do estudo, obtendo assim, os estudos selecionados para a revisão integrativa. Para esta etapa e para facilitar os registros e visualização foi utilizado um Fluxograma da Pesquisa, que segue exposto como Figura 2.

Figura 2: Fluxograma das etapas de seleção dos artigos para a revisão.



Fonte: Autores.

Para coleta de dados, foram utilizadas as bibliotecas virtuais de pesquisa: Biblioteca Científica Eletrônica Online (SCIELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) mediante os seguintes descritores: “transtornos mentais”, “acadêmicos” e “enfermagem”, de acordo com o portal Descritores em Ciências da Saúde (DECS).

Os artigos foram selecionados de acordo com os critérios a partir dos títulos, posteriormente foi realizada a análise de resumos e finalmente os artigos foram lidos na íntegra, e se o artigo estiver a critério da temática proposta foram selecionados para o estudo, sendo elaborado um instrumento para a coleta de informações direto nas bases de dados selecionados para compor esta revisão.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a aplicação dos termos utilizados identificamos na literatura 74 artigos que tratavam sobre a temática. Em seguida a leitura dos títulos, excluímos 25 pesquisas que estavam repetidas nas bases de dados ou não estavam dispostas de forma integral, restando 31 títulos, na qual foi realizada a leitura dos resumos com a exclusão de 22 títulos que não tratavam especificamente da temática estudada, restando 16 estudos inseridos nesta pesquisa (Quadro 1).

Quadro 1. Resultados da busca nas bases de dados e seleção de artigos pertinentes.

Bases de dados	Totalidade	Após critérios N	%
SCIELO	48	22	12
MEDLINE	14	6	03
BVS	12	3	01
<b>TOTAL:</b>	<b>74</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>

Fonte: Autores.

Para melhor organização das publicações presentes/selecionadas para compor está RIL, será apresentada uma síntese conforme autor, ano, título, objetivo estudo, bases, idioma e resultados, contribuindo para o processo de análise e interpretação das publicações presentes nesta revisão (Quadro 2). Os artigos foram divididos em duas categorias: Categoria 1: estudos que tratavam sobre os fatores relacionados aos impactos dos transtornos mentais em acadêmicos e; Categoria 2: estudos que abordem sobre condutas diante dos transtornos mentais mais comuns em acadêmicos de enfermagem.

Quadro 2: Artigos selecionados para revisão segundo a categoria 1.

Nº	AUTOR/ANO IDIOMA BASES DE DADOS	TÍTULO	RESULTADOS
1	Nunes, <i>et al.</i> (2024) Português Medline	Avaliação da saúde mental e qualidade de vida em estudantes de enfermagem de uma universidade pública.	O estudo contou com participação de 41 estudantes de graduação. Desse modo, os dados permitiram apresentar que conforme a avaliação da gravidade dos sintomas de ansiedade generalizada, 30% dos estudantes foram classificados com sintomas graves e 20% com sintomas muito graves, e conforme a gravidade dos sintomas de depressão 26% dos estudantes foram classificados com sintomas moderadamente graves e graves.
2	Lopes <i>et al.</i> (2022) Português BVS	Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura	A prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) identificada variou de 19% a 55,3%, sendo superior a 40% em 11 estudos; uma frequência mais elevada do que a observada em estudos internacionais com universitários.
3	Martins; Branco (2021) Português Scielo	Os impactos da saúde mental em estudantes universitários do curso de Enfermagem: revisão de literatura.	Foram identificadas respostas como elevação dos níveis de estresse e ansiedade, piora na qualidade do sono e sensação de medo, frequentemente relacionadas à falta de organização na rotina diária e ao uso excessivo de mídias sociais e digitais.
4	Silva <i>et al.</i> (2021) Português Scielo	Fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem	De acordo com os estudos consultados, os fatores mais recorrentes que influenciam esse contexto incluem as demandas acadêmicas, a organização da rotina pessoal, as incertezas quanto à carreira profissional e os desafios na execução de procedimentos práticos.

5	Santos <i>et al.</i> , (2021) Português Scielo	Prevalência de depressão em acadêmicos de saúde e fatores associados	Estudantes do sexo feminino mostraram maiores taxas de depressão em comparação aos do sexo masculino. Além disso, maior pressão acadêmica é associada a menos horas de sono.
6	Cavalcante Silva; Ramos (2020) Português Scielo	Saúde mental de estudantes de Enfermagem frente à pandemia de COVID-19: uma revisão integrativa da literatura.	Verificou-se que a pandemia atuou como um fator desencadeador ou agravante de transtornos mentais entre estudantes de enfermagem.
7	Rodrigues; Rodrigues; Carvalho (2020) Português Scielo	Visão geral da saúde mental do estudante de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura.	Estudos indicam alta prevalência de transtornos mentais entre estudantes. O curso de enfermagem é considerado um dos mais exaustivos.
8	Oliveira <i>et al.</i> (2020) Inglês Medline	Transtornos mentais comuns em estudantes de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura	Entre as queixas mais comuns relatadas no SRQ-20, 95,3% dos participantes afirmaram "sentir-se nervosos, tensos ou preocupados", 72,9% relataram "ter dificuldades em tomar decisões", 60% mencionaram "dormir mal" e 37,6% indicaram "ter perdido o interesse pelas coisas".
9	Facioli <i>et al.</i> , (2020) Inglês Scielo	Depressão entre estudantes de enfermagem e sua associação com a vida acadêmica	Os resultados ajudam gestores e docentes a avaliar a saúde mental dos estudantes de enfermagem e identificar áreas que necessitam de mais suporte.
10	Silva <i>et al.</i> (2019) Português Scielo	Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos	A taxa de ocorrência de transtornos mentais comuns (TMC) foi de 41%. A maioria dos estudantes trabalha em tempo integral. Entre os participantes, 12,5% têm acompanhamento em saúde mental e cerca de 15% usam medicação psicoativa, sugerindo automedicação.
11	Leão <i>et al.</i> (2018) Português Scielo	Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil.	Os índices de ansiedade e depressão entre universitários da área da saúde são consideravelmente mais elevados do que os verificados na população em geral. Essa realidade reforça a urgência de um cuidado mais qualificado com esses futuros profissionais, a fim de prepará-los de forma mais eficiente e equilibrada, tanto técnica quanto emocionalmente, para o exercício de suas funções na área da saúde.

Fonte: Autores.

Quadro 3: Artigos selecionados para revisão segundo a categoria 2.

Nº	AUTOR/ANO IDIOMA BASES DE DADOS	TÍTULO	RESULTADOS
1	Silva; Galvão; Araújo (2024) Português/ Scielo	Sofrimento e transtornos mentais em discentes da graduação em enfermagem: revisão integrativa	Recomenda-se ampliar a estrutura dos currículos de enfermagem, levando em conta os fatores de estresse apontados em estudos, de modo a ajustar o tempo destinado às atividades acadêmicas, prevenindo a sobrecarga dos estudantes. Além disso, é importante adotar métodos avaliativos diversificados, que não se limitem a verificação de competências e saberes tradicionais.
2	Gundim <i>et al.</i> (2022) Português Scielo	Transtornos Mentais Comuns e rotina acadêmica na graduação em Enfermagem: impactos da pandemia de COVID-19	Verificou-se que 67,1% dos acadêmicos recorriam a algum tipo de estratégia voltada à saúde mental, como acompanhamento psicológico, uso de medicamentos psicotrópicos e práticas como a musicoterapia.

3	Pereira <i>et al.</i> , (2022) Português Scielo	Transtornos mentais comuns e adaptação ao ensino remoto em acadêmicos de saúde na pandemia COVID19	Os resultados demostram que é necessário implementar projetos e ações voltadas para promoção de saúde mental nesses acadêmicos, como apoio psicológico, apoio acadêmico na realização das atividades e na adaptação às rotinas universitárias.
4	Pinheiro <i>et al.</i> , (2020) Inglês Medline	Qualidade de vida, sintomas depressivos e psiquiátricos menores em estudantes de enfermagem.	Os estudantes de Enfermagem apresentaram uma alta prevalência de sintomas depressivos, ressaltando a importância de implementar ações voltadas para a promoção e prevenção da saúde mental relacionadas à adaptação e ao relacionamento interpessoal.
5	Carleto <i>et al.</i> , (2018) Português Scielo	Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem.	Os resultados mostraram que a adaptação ao ambiente universitário está vinculada ao bem-estar mental dos estudantes de graduação, ressaltando a importância de intervenções voltadas à adaptação acadêmica como forma de promover a saúde mental.

Fonte: Autores.

Em síntese, o estudo identificou ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout como transtornos mentais frequentes entre acadêmicos de enfermagem. Transtorno de ansiedade generalizada e de pânico também são comuns. Fatores como pressão acadêmica, excesso de trabalho, exposição à dor e falta de apoio emocional contribuem para esses quadros. Sintomas incluem tristeza persistente, perda de interesse, alterações no sono/apetite, exaustão e redução da eficácia profissional.

Corroborando com esses resultados, Santiago *et al* (2021) descreveu que os acadêmicos são suscetíveis a experiências estressantes, como a exigência de um bom desempenho acadêmico. Os autores mencionaram a depressão, a ansiedade e o estresse, destacando seus sintomas e evidenciando que os índices de depressão, ansiedade e estresse vêm aumentando principalmente entre estudantes dos cursos da área de saúde.

Já Rodrigues *et al.* (2022) mencionaram irritabilidade, insônia, dificuldade de concentração, esquecimento, queixas somáticas, fadiga, ansiedade e depressão, dados também evidenciados nesse estudo. Os autores descaram ainda que a transição para a universidade coincide com um período crítico e de desafios para o estudante, caracterizado pela individualização e distanciamento da família e amigos, desenvolvimento de novas conexões sociais e aumento da autonomia e responsabilidade.

Complementarmente, Custodio, Ghilardi Cancian e Malacarne (2025), relataram que a trajetória acadêmica é desafiadora e, em seu contexto geral, pode afetar gravemente a percepção da qualidade de vida e saúde dos estudantes. Constataram ainda que os últimos anos da graduação são os mais desafiadores, devido ao aumento considerável das atividades acadêmicas, como o estágio curricular e o trabalho de conclusão de curso (TCC), além das altas expectativas em relação ao futuro profissional.

No que diz respeito à questão do gênero, Farhane- Medina *et al.* (2022), corroboram com o evidenciado neste estudo que as mulheres têm uma maior prevalência em certos transtornos mentais,

como depressão e ansiedade, em consideração aos homens. Ainda segundo esses autores, isso pode ser influenciado por fatores biológicos, como as alterações hormonais (associadas à puberdade, gravidez e menopausa) que afetam neurotransmissores ligados ao humor, e por fatores sociais, como a sobrecarga de tarefas domésticas e profissionais. As flutuações de humor podem ocorrer, especialmente do estrogênio, que é importante para o bem-estar e o humor resultando em aumento da vulnerabilidade a transtornos como ansiedade e depressão.

Já em relação especificamente ao curso de enfermagem ser citado neste estudo como um dos mais exaustivos, Yosetake *et al.* (2018), evidenciaram que este fato se deve tanto a formação acadêmica, devido à grande quantidade de matérias e exigência de dedicação, quanto a profissão, que envolve uma rotina física e emocionalmente desgastante, sobrecarga de trabalho e necessidade de atualização constante, o que pode levar a doenças mentais e físicas. Segundo esses autores, a enfermagem possui uma característica peculiar, pois seu aprendizado envolve lidar com questões como doença e morte. Nesse processo, estudantes enfrentam fragilidades emocionais e racionais, convivendo com sentimentos como dúvida, medo e ansiedade. Trabalhar diariamente com essas situações pode gerar estresse, especialmente diante das demandas da formação acadêmica e dos cenários de sofrimento humano.

Nessa questão da formação, é necessário que o novo profissional seja inserido no mercado de trabalho com a melhor preparação possível de forma que possa prestar a assistência qualificada aos usuários dos serviços de saúde. Garantir que o discente de enfermagem mantenha a qualidade de vida e saúde mental durante o curso garantirá a melhor formação acadêmica desses profissionais. O principal marco legal é a Política Nacional de Saúde Mental, que, embora não seja especificamente direcionada aos universitários, estabelece diretrizes para a atenção psicossocial no país, incluindo a criação da Rede de Atenção Psicossocial. No entanto, nota-se a necessidade de projetos de leis voltadas para essa classe, como projetos de lei e iniciativas específicas para as instituições de ensino superior, buscando promover a saúde mental, prevenir transtornos e garantir acesso a serviços de apoio.

Diversas estratégias de acompanhamento e apoio ao discente vêm sendo implementadas, de maneira geral, por centros especializados que atuam como interlocutores entre a instituição e as demandas do corpo discente. Esses centros são responsáveis por articular e propor ações destinadas a promover a integração dos alunos, bem como a solucionar situações individuais e coletivas que possam impactar o desempenho acadêmico e profissional. Entre as principais ações desenvolvidas destacam-se: orientação a alunos e docentes para resolução de problemas; escuta qualificada e encaminhamento para suporte psicológico e/ou social; participação na elaboração e implementação da Política de Assistência Estudantil; realização de pesquisas sobre as expectativas e satisfação dos alunos em relação

às necessidades acadêmicas; além do acolhimento e acompanhamento de novos estudantes (Fiocruz, 2025).

Nesse sentido Tomellin *et al.* (2018), relataram que no Brasil, nas questões relacionadas à educação inclusiva, é responsabilidade das escolas reconhecer e atender às necessidades individuais de seus estudantes, adaptando-se aos vários estilos e ritmos de aprendizagem, de modo a garantir uma educação de qualidade para todos por meio de currículos adaptados e adequados, de boa organização escolar, de estratégias pedagógicas, de utilização de recursos e de cooperação com as respectivas comunidades. As estratégias de intervenção são desenhadas pelas próprias escolas, porém o combate à discriminação no espaço escolar só é possível por meio de ações pedagógicas participativas que coloquem no centro o estudante que a vivência e que permitam a participação de todos os envolvidos.

Já sobre a questão da Política de Saúde Mental nas universidades, Gomes *et al.* (2023) destacaram o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni) e o Programa Nacional de Assistência Estudantil (Pnaes), propostas voltadas para as instituições federais brasileiras (universidades e institutos federais) e que impulsionaram investimento em ações voltadas para saúde mental do estudante. A ampliação de políticas de inclusão e assistência estudantil passou a ocupar papel central entre as diretrizes da política de saúde mental voltada ao contexto acadêmico. Essa ampliação busca garantir condições que favoreçam a permanência e o bem-estar dos estudantes no ambiente universitário, reconhecendo que fatores socioeconômicos e emocionais influenciam diretamente o desempenho acadêmico e a saúde mental e o acompanhamento psicopedagógico como eixos temáticos fundamentais, voltados à prevenção do adoecimento psíquico e ao fortalecimento de estratégias de apoio integral ao estudante.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo objetivou identificar os fatores relacionados aos transtornos mentais mais comuns em acadêmicos de enfermagem e, vários fatores foram podem ser listados como as questões voltadas para o impacto da vida acadêmica, a rotina, consumo de álcool e outras substâncias, poucas horas de sono e uso de medicamentos. O fato de o estudante necessitar se afastar da família e amigos, assim como as exigências da nova profissão também foram mencionados nas pesquisas.

Por se tratar de um estudo de revisão a limitação do estudo foi não demonstrar o acompanhamento em longo prazo dos alunos, impossibilitando a identificação de fatores de risco que se manifestam ao longo do curso e a relação de causalidade entre variáveis.

Estudos futuros podem examinar a relação entre saúde mental e dimensões acadêmicas de maneira mais detalhada, empregando desenhos longitudinais para identificar preditores de sofrimento psíquico durante a graduação.

## REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, R.N; BORGES, M.S.; MONTEIRO, O.S. Perfil epidemiológico do suicídio entre estudantes de enfermagem. **Revenferm UERJ**, Rio de Janeiro, 2019. e45607. DOI: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2019.45607>
- BARBOSA-MEDEIROS, M. R.; CALDEIRA, A. P.. Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 3, p. e187, 2021.
- CASSOL, M.; et al. Transtornos psiquiátricos nos acadêmicos de medicina / Psychiatric disorders in medical students. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 19471–19475, 2021.
- CARLETO, C.T; MOURA, R.C.D; SANTOS, V.S; PEDROSA, L.A.K. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Rev. Eletr. Enf.** .2018.
- CAVALCANTE, R.D de O.; SILVA, J.L.L da.; RAMOS, G.F.S. Saúde mental de estudantes de Enfermagem frente à pandemia de COVID-19: uma revisão integrativa da literatura. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.] , v. 3, pág. e24211326517, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i3.26517>
- CUSTODIO, D.L.V; GHILARDI CANCIAN, Q.; MALACARNE, V. Impactos da vida acadêmica: saúde mental e uso de psicofármacos entre estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Iniciação Científica**, [S. l.], p. e025003, 2025. Disponível em: <<https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rbic/article/view/2025>>.
- FACIOLI, A. M.; et al. Depression among nursing students and its association with academic life. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 73, n. 1, p. e20180173, 2020
- FARHANE-MEDINA, N.Z; et al. Factors associated with gender and sex differences in anxiety prevalence and comorbidity: A systematic review. **Sci Prog.** 2022;105(4):368504221135469.
- FEIJÓ, L. P.; et al.. Tradução, adaptação e validação da escala MICA-4 no Brasil com aplicação para acadêmicos de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 47, n. 4, p. e133, 2023.
- FIOCRUZ. **Centro de Apoio ao Discente**. 2025. Disponível em: <<https://fiocruz.br/centro-de-apoio-ao-discente>>. Acesso em 09 de setembro de 2025.
- GALVÃO, A.P.F.C.; PINTO, T.F; UCHIDA RR. Depressão em estudantes universitários: fatores predisponentes na área da Saúde **J Manag Prim Health Care**;15: e 007. H, 2023.
- GOMES, L. M. L. D. S.; et al.. Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. **Educação em Revista**, v. 39, p. e40310, 2023.
- GRETHER, E. O.; et al.. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, n. 1, p. 276–285, 2019.
- GUNDIM, V.A.; et al . Transtornos Mentais Comuns e rotina acadêmica na graduação em Enfermagem: impactos da pandemia de COVID-19. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto , n. 27, p. 21-37, jun. 2022.

LEÃO, A. M.; 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, out. 2018.

LIMA, J. K. A.; et al.. Impacto da pandemia de COVID-19 na prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de Medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 72, n. 4, p. 213–220, 2023.

LOPES, F.M; et al., Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. **Psicologia em Pesquisa**. Volume 16, e31105, 2022.

MARTINS, R.C.C; BRANCO, R.P. da C.. Os impactos da saúde mental em estudantes universitários do curso de Enfermagem: revisão de literatura. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento, [S. l.]**, v. 16, pág. e319101624079, 2021. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i16.24079>

NUNES, F.D.D.; et al. Avaliação da saúde mental e qualidade de vida em estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Brazilian Journal of Health Review, [S. l.]**, v. 7, n. 9, p. e75492, 2024. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n9-302>

OLIVEIRA, E. B. de.; et al.. Common mental disorders in nursing students of the professionalizing cycle. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 1, p. e20180154, 2020.

PEREIRA, M.D; et al. Transtornos mentais comuns e adaptação ao ensino remoto em acadêmicos de saúde na pandemia COVID19. **Revista Educar Mais**. Vol 6, 2022.

PINHEIRO, J. M. G.; et al.. Quality of life, depressive and minor psychiatric symptoms in nursing students. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e20190134, 2020.

RODRIGUES, D. DA S. et al.. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, p. e3305, 2022.

RODRIGUES, S.B; RODRIGUES, D. de S.C; CARVALHO, R.D. Panorama da saúde mental dos estudantes de enfermagem: Uma revisão integrativa de literatura. Visão geral da saúde mental do estudante de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Revisão de Saúde**, [S. l.] , v. 3, pág. 5928–5942, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n3-151>

SANTIAGO, M.B.; et al. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador, Brasil, v. 10, n. 1, p. 73–84, 2021.

SANTOS, J.M.O.; et al. Transtornos mentais prevalentes em estudantes de medicina: uma revisão da literatura. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 5, n. 7, p. e575375, 2024.

SANTOS, L.B; et al. Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 17, n. 1, p. 92-100, mar. 2021.

SANTOS, N. M.; et al. Prevalência DE depressão em acadêmicos DE saúde e fatores associados / prevalence of depression in health academic and associated factors. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 7644–7657, 2021

SILVA, A.O. de S.; et al. Fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem / Fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, [S. l.], v. 5, pág. 51962–51981, 2021.

SILVA, P. L. B.C; et al. Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 9, 2019.

SILVA, R.M.S; GALVÃO, L.K.S; ARAÚJO, A.S.S. Sofrimento e transtornos mentais em discentes da graduação em enfermagem: revisão integrativa. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 11, p. 1528–1546, 2024.

TOMELIN, K. N.; et al . Educação inclusiva no ensino superior: desafios e experiências de um núcleo de apoio discente e docente. **Rev. psicopedag.**, São Paulo, v. 35, n. 106, p. 94-103, 2018.

YOSETAKE, Ana Luiza et al . Estresse percebido em graduandos de enfermagem. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 117-124, 2018.