



Universidade de Brasília

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS:
REGISTROS E SILÊNCIOS DA LITERATURA BRASILEIRA DOS ÚLTIMOS DEZ ANOS**

ANA TERRA

Brasília
2019

ANA TERRA

**SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS:
REGISTROS E SILÊNCIOS DA LITERATURA BRASILEIRA DOS ÚLTIMOS DEZ ANOS**

Artigo apresentado à Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília como trabalho de conclusão do curso de graduação em educação física.

Orientadora: Profa. Dra. Júlia Aparecida Devidé Nogueira

Brasília
2019

Saúde mental de estudantes universitários: registros e silêncios da literatura brasileira dos últimos dez anos

Mental health of university students: reports and gaps in the Brazilian literature in the last ten years

Título resumido: Saúde mental de estudantes universitários

Running title: Mental health of university students

Resumo

Embora contemplada desde 1948 na definição de saúde da Organização Mundial da Saúde, junto do bem-estar físico e social, a saúde mental ainda é um desafio em muitos contextos, entre eles a universidade. Este artigo apresenta uma revisão de literatura sobre saúde mental de estudantes em universidades brasileiras. Foram analisados 33 artigos selecionados por meio de buscas no Scielo e no Portal de Periódicos da Capes. Os resultados mostram que parte considerável da produção acadêmica dos últimos dez anos tem sido feita por meio de abordagens quantitativas, com estudos que objetivam a mensuração da ocorrência de dificuldades em saúde mental entre universitários, particularmente dos cursos da área da saúde, definindo prevalências e verificando fatores associados. Apesar de a saúde mental ter múltiplos determinantes, é ainda incipiente na literatura o registro de intervenções em saúde mental de estudantes para além do apoio psicológico e psiquiátrico. Permanecem em silêncio, por exemplo, a interseção com fenômenos como a discriminação na universidade; questões pedagógicas, como as estratégias de ensino-aprendizagem ou a relação entre alunos e professores no ensino superior; e a prática de atividade física como componente importante na promoção da saúde mental.

Palavras-chave: Saúde mental; Estudantes universitários; Ensino superior.

Abstract

Although contemplated since 1948 in the definition of health of the World Health Organization, along with physical and social well-being, mental health is still a challenge in many contexts, including the university. This paper presents a literature review on the mental health of students in Brazilian universities. A total of 33 articles were selected after searches in Scielo and Portal de Periodicos da Capes databases. The results show that a considerable part of the Brazilian research over the last ten years has been based on quantitative approaches, which aimed to measure the occurrence of mental health issues among university students, particularly health students, identifying prevalences and verifying associated factors. Even though mental health has multiple determinants, the studies reviewed tend to focus on psychological and psychiatric support, thus leaving a gap about several other related issues—for example, the intersection with phenomena such as discrimination in the university; pedagogical issues, such as teaching and learning strategies in higher education or the relationship between students and faculty; and the relevance of physical activity in the promotion of mental health.

Key-words: Mental health; University students; Higher education.

Introdução

Ingressar na universidade é uma aposta esperançosa. O ensino superior abre um universo de potencialidades de desenvolvimento profissional, em um horizonte de formação integral como indivíduos e cidadãos, e em uma perspectiva ética e humanística^{1,2}. Na trajetória a ser percorrida desde a entrada na vida universitária até a obtenção do diploma, a expectativa é de anos de intensa descoberta, inquietação, aprendizado, transformação de si e do mundo. No entanto, se de um lado tudo isso é verdadeiro, de outro, essa trajetória não é feita apenas de vivências afortunadas. Há muito sofrimento na universidade.

As observações epidemiológicas apontam as primeiras pistas sobre sofrimento e adoecimento mental dos universitários. Em 2005, um estudo conduzido por Cerchiari et al. em uma universidade brasileira identificou que um a cada quatro estudantes era acometido por transtornos mentais menores – sintomas ansiosos, depressivos e somatoformes –, uma prevalência que chegava a ultrapassar aquelas encontradas em estudos da população em geral³. No mesmo ano, Facundes e Ludermir verificaram entre discentes da área da saúde uma prevalência ainda maior, de 34,1%, de transtornos mentais comuns (insônia, fadiga, irritabilidade, dificuldades de memória e concentração e queixas somáticas)⁴. Em uma população mais diversa, com estudantes das áreas de humanas, artes, saúde, ciências básicas, exatas e tecnológicas em uma universidade do estado de São Paulo, a prevalência de transtorno mental chegou a 58%⁵.

Para além de questões da vida pessoal ou inerentes a essa fase de desenvolvimento do jovem, estão por trás da fragilidade na saúde mental dos estudantes desafios associados à própria vivência acadêmica – por exemplo, mudanças de rotina, adaptação à vida universitária, dificuldades de administrar o tempo e a carga horária, necessidade de conciliar trabalho e estudo, organização do currículo, sobrecarga de tarefas, diminuição do lazer, menor convívio familiar e social, estresse, pressão por desempenho, sono insuficiente, suscetibilidade ao uso

abusivo de substâncias, incertezas quanto ao futuro profissional, falta de acolhimento por parte da instituição, problemas na relação professor-aluno, e mesmo situações de discriminação, abuso e violência na universidade⁶⁻⁸.

Os dados epidemiológicos chamam atenção, mas por que deveriam nos preocupar? Pelo que representam em termos de conflito com a própria ideia de saúde, por suas potenciais implicações e pelo que traduzem a respeito dos determinantes da saúde na universidade. Desde 1948, a Organização Mundial da Saúde (OMS) não apenas descreve a saúde como direito fundamental de todo ser humano, mas também conjuga em sua definição o completo bem-estar social, físico e mental⁹. Assim, embora contemplada há mais de setenta anos no conceito de saúde da OMS, a saúde mental ainda é um desafio em muitos contextos, entre eles a universidade.

Uma pessoa em bom estado de saúde mental percebe as próprias habilidades, tem recursos internos para lidar com as situações de estresse no cotidiano, é capaz de trabalhar de forma produtiva e tem condições de contribuir para sua comunidade; por outro lado, uma pessoa com dificuldades em saúde mental está mais predisposta a eventos como infarto, diabetes e uso abusivo de substâncias¹⁰. Além disso, problemas em saúde mental têm alta relação com mortalidade: a chance de pessoas com depressão e esquizofrenia morrerem prematuramente é entre 40% e 60% maior que a da população em geral¹¹. Entre os jovens de 15 a 29 anos no mundo, o suicídio é a segunda maior causa de morte, e o fator que mais contribui para sua ocorrência é a depressão¹².

Dificuldades em saúde mental prejudicam o desempenho acadêmico e têm papel crucial na conclusão, ou na evasão, do curso pelos estudantes^{13,14} – inversamente, taxas maiores de conclusão do curso podem estar entre os resultados da prevenção, da detecção e do tratamento de desordens mentais^{14,15}. Em um ponto mais extremo da questão está o suicídio entre universitários, que tem alcançado o noticiário nacional e acendido o senso de urgência das instituições em atentar para a saúde mental em seus *campi*¹⁶⁻¹⁸.

Como todo fenômeno de saúde, a saúde mental tem determinantes múltiplos e em complexa interação¹⁹. A Organização Pan-Americana da Saúde enumera, além dos fatores relacionados à subjetividade (como a capacidade de gerenciar os próprios pensamentos, emoções e comportamentos), fatores sociais, culturais, econômicos, políticos e ambientais, ligados, por exemplo, às condições de trabalho, ao apoio comunitário, ao estresse, à nutrição e à exposição a perigos ambientais²⁰.

A notícia animadora é que esses determinantes são modificáveis, isto é, mudanças no ambiente físico e social podem levar a melhoras na saúde mental¹⁰. Para tanto, são necessários políticas e programas em vários setores, entre eles o educacional, bem como ações específicas de prevenção e tratamento, envolvendo, por exemplo, a prática regular de atividades físicas^{21,22}. Em outras palavras, a melhoria da saúde mental dos estudantes passa por cuidar de seus determinantes no contexto acadêmico.

Alguns estudos já fizeram recomendações nesse sentido às universidades. Foi sugerido que as instituições desenhem seus projetos político-pedagógicos visando ao bem-estar de sua população e à promoção da saúde mental, bem como do diagnóstico e tratamento precoce²³, que haja reflexão sobre os processos de ensino-aprendizagem na universidade, especialmente a distribuição das atividades ao longo dos anos de curso, a fim de otimizar o aprendizado e reduzir a sobrecarga dos estudantes, e que se busque melhorar as relações entre professores e alunos, as estratégias pedagógicas e os processos de adaptação dos discentes à vida universitária⁴. Além disso, pontuou-se a importância de as instituições cuidarem das redes de apoio aos universitários, implementando ações que os auxiliem ao longo da vida acadêmica e propiciando uma formação humana, capaz de valorizar a qualidade de vida²⁴.

Diante desse cenário, este estudo foi movido pela seguinte inquietação: como a comunidade acadêmica brasileira tem lidado com a saúde mental dos estudantes universitários? A que estratégias se tem recorrido para promover a saúde mental dos discentes? A partir de que

perspectivas se tem debatido essa questão? A revisão de literatura foi o método escolhido para explorar como o tema da saúde mental de estudantes universitários tem sido abordado nas pesquisas publicadas no Brasil nos últimos dez anos.

Método

Este estudo consistiu na revisão de artigos de periódico publicados no Brasil nos últimos dez anos (2009–2018) sobre saúde mental de estudantes universitários. A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados Scielo e Portal de Periódicos da Capes, com os descritores “saúde mental” e “estudante” ou “estudantes”, tanto em português como em inglês.

A busca no Scielo foi feita em fevereiro de 2019 e recuperou 76 artigos. Desses, foram selecionados 33 estudos após a leitura de títulos e resumos. Ao final, foram excluídos oito por não atenderem ao critério do período definido para esta pesquisa, permanecendo 25 artigos para leitura na íntegra. Já a busca no portal da Capes foi feita em maio de 2019 e gerou 87 artigos de periódicos revisados por pares. Desse total, 28 foram considerados relevantes após a leitura dos títulos e resumos. Dos 28 artigos, foram excluídos 18 que já haviam sido recuperados na biblioteca Scielo. Além disso, excluiu-se um artigo que, embora indexado, correspondia ao gênero textual carta. Ao final, restaram oito artigos, que se somaram aos 25 da busca no Scielo para compor esta análise, totalizando 33 artigos. Esse percurso de seleção da literatura está sintetizado na Tabela 1.

Tabela 1 – Percurso de seleção dos artigos para a revisão

Base de dados	Artigos recuperados na busca	Exclusão por títulos e resumo	Exclusão por duplicidade	Exclusão por ser anterior a 2009	Exclusão por não ser artigo	Artigos selecionados para revisão
Scielo	76	33	0	8	0	25
Portal de Periódicos da Capes	87	28	18	0	1	8
Total						33

Em ambas as buscas, foram excluídos artigos que, embora abordassem saúde mental e estudantes, faziam recortes irrelevantes para esta revisão – por exemplo, estudos com população

escolar ou adolescente; pesquisas sobre percepção ou opinião de estudantes a respeito de saúde mental, sobre ensino ou aprendizagem a respeito de saúde mental; investigações sobre percepção de imagem corporal ou transtornos alimentares; ou ainda estudos focados no fenômeno do trote universitário.

O Quadro 1 exibe a lista dos 33 artigos que compuseram esta análise, organizados por ano, autoria, título e tipo.

Quadro 1 – Artigos captados para a revisão de literatura

Ano	Autoria	Título	Tipo ^a
2018	Almeida; Carrer; Souza; Pillon	Evaluation of social support and stress in nursing students	QT
	Balthazar et al.	Risk factors for substance abuse: perception of student leaders	QL (análise de conteúdo)
	Vieira; Romera; Lima	Lazer entre universitários da área da saúde: revisão de literatura	R
	Bolsoni-Silva et al.	Prediction of course completion by students of a university in Brazil	QT
2017	Brandão; Bolsoni-Silva; Loureiro	The predictors of graduation: social skills, mental health, academic characteristics	QT
	Campos et al.	Academic performance of students who underwent psychiatric treatment at the students' mental health service of a Brazilian university	QL (revisão de prontuários)
	Costa; Mendes; Andrade	Common mental disorders in medical students: a repeated cross-sectional study over six years	QT (prevalência)
	Girardi & Martins Borges	Dimensões do sofrimento psiquiátrico em estudantes universitários estrangeiros	QL (análise de conteúdo)
	Santos et al.	Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina	QT
2016	Bolsoni-Silva; Loureiro	O impacto das habilidades sociais para a depressão em estudantes universitários	QT
	Bolsoni-Silva; Loureiro	Validação do Questionário de Avaliação de Habilidades Sociais, Comportamentos, Contextos para Universitários (QHC-Universitários)	QT
	Ferreira; Kluthcovsky; Cordeiro	Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de medicina: um estudo comparativo	QT (prevalência)
	Mesquita et al.	Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma universidade em Mato Grosso	QT (prevalência)
	Mota et al.	Stress among nursing students at a public university	QT
	Santa; Cantilino	Suicídio entre médicos e estudantes de medicina: revisão de literatura	R
	Souza et al.	Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university	QT
	Tanaka et al.	Adaptação de alunos de medicina em anos iniciais da formação	QT
Tenório et al.	Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino	QL (grupo focal)	
2015	Bolsoni-Silva; Loureiro	Social skills of undergraduates without mental disorders: academic and socio-demographic variables	QT
	Scherer et al.	Manifestação de violência no ambiente universitário: o olhar de acadêmicos de enfermagem	QL (análise de conteúdo)
2014	Andrade et al.	Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina	QT
	Bastos et al.	Age, class and race discrimination: their interactions and associations with mental health among Brazilian university students	QT (prevalência)
	Bolsoni-Silva; Loureiro	The role of social skills in social anxiety of university students	QT
	Costa et al.	Common mental disorders and associated factors among final-year healthcare students	QT (prevalência)
	Silva; Cavalcante Neto	Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários	QT (prevalência)
2013	Esperidião et al.	A saúde mental do aluno de enfermagem: revisão integrativa da literatura	R
	Rocha; Sassi	Transtornos mentais menores entre estudantes de medicina	QT (prevalência)
2012	Costa et al.	Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira	QT (prevalência)
	Horta; Horta; Horta	Uso de drogas e sofrimento psíquico numa universidade do Sul do Brasil	QT (prevalência)
2010	Costa et al.	Common mental disorders among medical students at Universidade Federal de Sergipe: a cross-sectional study	QT (prevalência)
	Fiorotti et al.	Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados	QT (prevalência)
2009	Cunha et al.	Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de medicina	QT (prevalência)
	Gonçalves et al.	Quem "Liga" para o psiquismo na escola médica? A experiência da Liga de Saúde Mental da FMB - Unesp	QL (relato de experiência)

^a QT: quantitativo; QL: qualitativo; R: revisão.

Os 33 artigos foram lidos na íntegra e sistematizados em uma planilha que compilou sua autoria, ano, título, população e amostra, local, instrumentos, métodos, objetivos, resultados e conclusões. Essa planilha permitiu desenhar um panorama dos artigos, viabilizando tanto a memória do conteúdo de cada um como a observação de tendências em termos de tipos de pesquisa, populações estudadas, desenhos metodológicos e outros aspectos. Em outras palavras, com a construção da planilha foi possível analisar a partir de que perspectivas as pesquisas publicadas no Brasil nos últimos dez anos têm abordado o tema da saúde mental de estudantes universitários.

Resultados e discussão

Dos 33 artigos revisados, 18 são de abordagem quantitativa e se preocupam em mensurar a expressão dos fenômenos de sofrimento mental entre universitários, 12 deles com um olhar epidemiológico, definindo prevalências e verificando fatores associados²⁵⁻⁴².

Também são quantitativos seis estudos do campo da psicologia recuperados nas buscas. Esses estudos foram conduzidos pelo mesmo grupo de pesquisadoras e visaram validar questionário sobre habilidades sociais de estudantes^{43,44}, mensurar o impacto dessas habilidades sobre a depressão^{45,46} e prever a conclusão do curso em função do estado de saúde mental^{13,47}.

Por fim, três estudos apresentam revisão de literatura⁴⁸⁻⁵⁰ e seis são pesquisas qualitativas com metodologias variadas: condução de grupos focais, revisão de prontuários, entrevistas submetidas a análise de conteúdo ou relato de experiência^{8,15,51-54}.

O que a literatura conta

Como nos estudos epidemiológicos publicados em 2005^{4,23}, os números trazidos pelos artigos analisados nesta revisão continuam mostrando um cenário desafiador. Entre aqueles que determinaram a prevalência de sofrimento mental entre estudantes de medicina, Costa et al. (2017) verificaram que transtornos mentais comuns acometem entre 12,5% desses graduandos

no primeiro ano do curso e 24,32% no sexto ano³⁹; já Ferreira, Kluthcovsky e Cordeiro (2016), avaliando os dados de início e final do semestre, identificaram prevalência de 35,8% e 51,8%, respectivamente⁴¹; Andrade et al. (2014) verificaram que entre 48,5% e 53,3% dos alunos eram suspeitos de portar transtornos mentais leves em escolas médicas cearenses²⁶; Rocha e Sassi identificaram prevalência geral de 33,6%, independente do período do curso³⁰, um dado que chegou a 37,1% no de Fiorotti et al. (2010)⁴² e a 40% no estudo de Costa et al. (2010)³⁶; por fim, avaliando sintomas depressivos, Costa et al. (2012) encontraram uma prevalência de 40,5%, associada significativamente com variáveis de ensino-aprendizagem e aspectos pessoais³⁷.

Embora se possa hipotetizar que essas prevalências sejam típicas da população de estudantes de medicina, por conta do excesso de demandas característico desse curso, os dados de Costa et al. (2014), que incluíram também graduandos de enfermagem e odontologia, encontraram prevalência semelhante de transtornos mentais comuns, de 33,7%, sem diferença entre os cursos³⁸. Já Silva e Cavalcante Neto (2014), que pesquisaram estudantes da área da saúde em geral – educação física, nutrição, enfermagem, odontologia, farmácia e biologia –, constataram prevalência desses mesmos transtornos de 43,2%³². Em uma amostra ainda mais variada – com estudantes de comunicação, engenharia, história, educação física, psicologia e biologia –, Bastos et al. (2014) verificaram prevalência global de transtornos mentais comuns de 37%, sendo ainda maior entre os estudantes negros (52%) e entre os que estão na universidade há mais tempo (48%)³⁵.

Esses dados mostram ao menos duas tendências da literatura: uma é justamente o empenho em quantificar o sofrimento mental dos estudantes; a outra é o foco, para a observação desse fenômeno, em populações do próprio campo da saúde, principalmente da medicina. Uma hipótese para compreender essa segunda preocupação é a de que saúde mental configure uma inquietação mais comum entre pesquisadores dessa área do que de outras; outra hipótese

é que essas sejam populações mais acessíveis para esses mesmos pesquisadores, facilitando a aplicação de questionários – principal instrumento desse tipo de estudo –, o que portanto influenciaria o desenho metodológico. Independente da hipótese explicativa, o fato é que a literatura pouco nos conta a respeito dos números em saúde mental nas universidades de forma mais ampla, contemplando a diversidade de cursos. O Quadro 2 distingue as populações de estudantes investigadas nos artigos desta revisão.

Quadro 2 – Populações de estudantes investigadas nos artigos

População	Artigo
Medicina	Costa; Mendes; Andrade, 2017 Santos et al., 2017 Ferreira; Kluthcovsky; Cordeiro, 2016 Santa; Cantilino, 2016 Tanaka et al., 2016 Tenório et al., 2016 Andrade et al., 2014 Rocha; Sassi, 2013 Costa et al., 2012, 2010 Fiorotti et al., 2010 Cunha et al., 2009
Enfermagem	Almeida et al., 2018 Balthazar et al., 2018 Mota et al., 2016 Souza et al., 2016 Scherer et al. 2015 Esperidião et al., 2013
Área da saúde em geral	Vieira; Romera; Lima, 2018 (medicina, enfermagem, farmácia) Mesquita et al., 2016 (biomedicina, educação física, enfermagem e farmácia) Costa et al., 2014 (medicina, enfermagem e odontologia) Silva; Cavalcante Neto, 2014 (educação física, odontologia, farmácia, nutrição, enfermagem, ciências biológicas)
Áreas diversas	Bolsoni-Silva et al. 2018 (humanas, exatas e biológicas) Brandão; Bolsoni-Silva; Loureiro 2017 (humanas, exatas e biológicas) Bolsoni-Silva; Loureiro, 2016a, 2016b, 2015, 2014 (cursos variados, sem especificação) Bastos et al. 2014 (comunicação, engenharia, história, educação física, psicologia e biologia) Horta; Horta; Horta, 2012 (sete áreas, sem especificação)

Se de um lado quantificar o sofrimento mental de estudantes – e identificar prevalências tão consideráveis como as verificadas nos estudos aqui revisados – é importante para perceber a magnitude da questão e embasar o argumento pela necessidade de medidas de cuidado e promoção da saúde, de outro, os números por si sós não dão conta da complexidade desse fenômeno. Em outras palavras, há uma lacuna na compreensão do problema da saúde mental entre estudantes universitários que a literatura parece não preencher. É pensando nisso que

passamos a analisar os silêncios verificados nesta revisão: aquilo que a literatura não nos conta, ou conta pouco.

O que a literatura não conta

Um silêncio notável, por exemplo, se faz acerca da influência de fenômenos de discriminação – por raça, gênero, deficiência, classe ou outros – sobre a saúde mental dos estudantes. Dos 33 artigos selecionados para esta análise, apenas um versa sobre esse tema. Avaliando autorrelatos de mais de 400 alunos de uma universidade pública no Rio de Janeiro, Bastos et al. (2014) observaram a interação de experiências de discriminação por idade, classe e raça com a saúde mental e verificaram não só que todos os tipos de discriminação se associam significativamente com maior frequência de transtornos mentais comuns, mas também que o estudante que sofre discriminação por raça e cor tem chance quatro vezes maior de desenvolver esses transtornos³⁵.

Outro silêncio diz respeito à consideração da prática de atividade física nas populações estudadas. É conhecida a relação intrínseca entre saúde mental e saúde física; no entanto, a maioria dos estudos aqui revisados efetua avaliação por meio de questionários psicométricos, e apenas um se dedica a mensurar o nível de atividade física dos estudantes paralelamente a seu estado de saúde mental. Em estudo com 220 universitários de Alagoas, Silva e Cavalcante Neto (2014) usaram tanto um questionário psicométrico quanto o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e constataram que os estudantes inativos eram consideravelmente mais acometidos por transtornos mentais comuns (67,4%) que os estudantes ativos (32,6%), apresentando três vezes mais chances de desenvolver esses transtornos³². Por isso, os autores recomendam que haja programas de atividade física para universitários.

Em linha semelhante, apenas um estudo atenta para o lazer dos universitários e sua relação com a saúde mental. Por meio de revisão de literatura, Vieira, Romera e Lima (2018) argumentam que a falta de lazer prejudica a saúde dos discentes. Segundo os autores, a forma

de lazer mais mencionada na literatura são as práticas corporais; porém, ao longo do curso os estudantes tendem a reduzir essas práticas e aumentar o consumo de bebidas alcoólicas, havendo inclusive associação entre esse consumo e o lazer. Por isso, os autores afirmam ser necessárias estratégias para enfrentar o uso abusivo de álcool por estudantes e educá-los para o consumo consciente, além de inserir na formação universitária o conceito de lazer⁵⁰.

Aliás, a literatura revisada não explora muito sobre abuso de substâncias e sua relação com a saúde mental na universidade. Horta, Horta e Horta (2012) verificaram a associação entre ocorrência de distúrbios psiquiátricos menores e uso de substâncias psicoativas (tabaco, drogas ilícitas, álcool e medicamentos) entre estudantes, professores e demais funcionários de uma universidade na região Sul do país. O estudo identificou maior prevalência de distúrbios psiquiátricos menores entre estudantes que entre professores e funcionários, evidenciando a maior vulnerabilidade e necessidade de cuidados desse grupo. Além disso, corroborou a associação entre transtornos mentais e uso de substâncias psicoativas, em especial benzodiazepinas²⁷.

Balthazar et al. (2018), por sua vez, conversaram com líderes estudantis a respeito de motivações e fatores de risco para o uso de substâncias entre universitários. As autoras identificaram no ambiente acadêmico um meio social favorável ao consumo de substâncias, sendo o uso abusivo parte desse contexto em alguns momentos, como festas, recepções de calouros e *happy hours*. Segundo as autoras, para além de agir de forma específica para oferecer informações e prevenir o uso de substâncias, é preciso reduzir a exposição ao sofrimento psicológico causado pela vida acadêmica, que também levaria ao consumo de substâncias. Elas sugerem que haja intervalos obrigatórios entre as aulas, espaços de discussão e escuta sobre angústias estudantis, espaços físicos para descanso e relaxamento entre aulas e promoção de atividade física. Mais ainda, pontuam que associações estudantis têm papel importante no desenvolvimento de ações preventivas (por exemplo, na promoção de conversas entre pares),

recomendando-se ações em colaboração entre essas organizações e os mecanismos formais de gestão. Em outras palavras, as autoras propõem que as ações institucionais tenham mais proximidade dos estudantes, em parceria com os líderes, e mais relação com o contexto universitário em si⁵¹.

Embora estejam claras na literatura a forte presença de sofrimento mental entre os estudantes, a necessidade de medidas institucionais e mesmo recomendações de possíveis caminhos de atuação, outro silêncio identificado é a respeito de relatos de programas, ações ou projetos de intervenção de fato implementados nesse campo. Dos 33 artigos analisados, apenas dois relatam intervenções, sendo que um deles se restringe à assistência psicológica.

O estudo de Campos et al. (2017) traça o perfil clínico e sociodemográfico dos estudantes atendidos por um serviço de assistência psicológica e psiquiátrica de uma universidade do estado de São Paulo. As autoras detectam que os graduandos assistidos pelo serviço tiveram maior índice de conclusão de curso que o grupo-controle, bem como menor índice de abandono da universidade, o que aponta para a eficácia de oferecer serviços em saúde mental na universidade. Elas explicam que, embora o desenho do estudo não permita inferir que os resultados positivos vieram apenas ou diretamente do serviço, estes encorajam a continuidade de promover assistência aos estudantes¹⁵.

Já Gonçalves et al. (2009) relatam a experiência de uma liga de saúde mental formada por estudantes e professores de uma universidade estadual de São Paulo⁵⁵. A liga é uma atividade extracurricular em que grupos de alunos se articulam para aprofundar estudos e atuar como agentes de transformação social por meio de cursos, aulas, pesquisa e assistência, oferecendo à comunidade atividades educativas, preventivas ou de promoção da saúde. A liga descrita no artigo foi criada em 2004 por estudantes de medicina e docentes de psiquiatria, com participantes das áreas de psiquiatria, psicologia, serviço social, terapia ocupacional e enfermagem. Uma das frentes da liga é dedicada à saúde mental dos estudantes, que promove

atividades de conscientização e integração dos alunos, valorizando aspectos psicossociais na manutenção de sua saúde geral e qualidade de vida.

As atividades da liga são diversas e incluem desde seminários, aulas, discussões de casos clínicos e acompanhamento de atendimentos em serviços de saúde mental do município e de plantões de emergência psiquiátrica até cafés filosóficos e projeções de filmes, seguidos de discussões com profissionais; encontros de arte; saraus; reuniões gastronômicas; vivências de integração para adaptação à vida universitária; atividades de recepção aos calouros de medicina; participação em feiras e campanhas da cidade; elaboração de folhetos para distribuição nos eventos; atividades de psicoeducação; cursos de ingresso na liga; e organização de eventos científicos. Segundo as autoras, apesar das dificuldades associadas à falta de tempo e à sobrecarga dos estudantes, a experiência da liga contribui para a promoção da saúde mental dos estudantes e promove uma formação médica mais humanizada e preocupada com aspectos psicológicos e socioculturais.

O que a literatura recomenda

Uma diversidade de recomendações é feita pelos autores aqui revisados para cuidar da saúde mental no ensino superior. A recomendação mais comum é de que as universidades disponibilizem apoio psicológico e/ou psicopedagógico aos estudantes^{31,34}, que propiciem o ensino sistemático de habilidades sociais⁴⁴ e que ofereçam serviços efetivos e amplamente divulgados⁴⁰. No entanto, essa recomendação parece genérica e talvez não baste para modificar os determinantes de uma realidade tão complexa como o ambiente acadêmico. Se as instituições focassem apenas os serviços de assistência, estariam cuidando de uma única dimensão – instrumentalizar o estudante, como indivíduo, para lidar com fatores como estresse e ansiedade a fim de alcançar bom desempenho acadêmico, devolvendo a ele a responsabilidade por sua saúde mental e deixando de lado as questões contextuais que geram sofrimento na universidade.

Além disso, dadas as altas prevalências de sofrimento mental identificadas nos estudos aqui revisados, parece uma aposta demasiadamente ambiciosa esperar que as instituições tenham recursos suficientes (em termos de infraestrutura e pessoal, entre outros fatores) para oferecer assistência em tão ampla cobertura, algo já apontado por Osse e Costa (2011) em pesquisa sobre a qualidade de vida de alunos que habitam moradia estudantil⁵⁶.

Outros autores oferecem recomendações em maior diálogo entre assistência psicológica e outros aspectos da vida estudantil. Tendo como população graduandos em medicina, Andrade et al. (2014) sugerem que os serviços de apoio psicológico estejam integrados à execução dos planos de ensino e ofereçam suporte nas tensões familiares e na adaptação à nova cidade. Argumentam que, ao prover apoio psicopedagógico, as instituições devem reconhecer os elementos estressores, integrar-se ao enfrentamento de dificuldades pessoais e familiares, aprimorar os métodos de ensino e estimular a realização de atividades extracurriculares de forma ponderada e afinada com os objetivos da formação, sem deixar de lado o lazer e as redes de relações sociais dos alunos²⁶.

Também no campo da formação médica, Rocha e Sassi (2013) recomendam que as instituições reflitam sobre o ensino médico, conheçam as características dos alunos e os momentos cruciais do curso, propiciem aos estudantes um espaço para reflexão sobre seus sentimentos, emoções, vulnerabilidades, limitações e patologias, oferecendo intervenções de acolhimento e cuidado³⁰. Costa et al. (2010, 2012) sugerem, também, que se reflita sobre o ensino médico e medidas preventivas estruturadas em saúde mental para o futuro médico^{36,37}.

Essa dupla recomendação – apoio psicológico e medidas no campo pedagógico – aparece em Bolsoni-Silva et al. (2018) ao explicarem que as universidades podem prevenir problemas em saúde mental em dois campos: acadêmico, ensinando os alunos a otimizar seus estudos e a falar em público, por exemplo; e voltado ao desenvolvimento pessoal, ajudando-os

a fazer amigos, interagir com colegas, sentirem-se aceitos e adaptarem-se à cidade, por exemplo¹³.

Costa et al. (2014) acrescentam a recomendação de promover cursos de formação para os docentes e construir um ambiente mais saudável para melhorar as relações interpessoais na universidade³⁸. Almeida et al. (2018) também sugerem criar espaços mais acolhedores no ambiente acadêmico, bem como promover estratégias para melhorar a transição do estudante para a vida profissional como formas de melhorar a adaptação e o *coping* dos estudantes em situações de estresse²⁵. Ainda no campo pedagógico, Ferreira, Kluthcovsky e Cordeiro (2016) recomendam avaliar e acompanhar os efeitos do processo de ensino-aprendizagem sobre a saúde dos estudantes e detectar em estágio inicial estudantes com distúrbios emocionais ou disfunções acadêmicas⁴¹.

Embora uma variedade de artigos mencione aspectos pedagógicos, estes só aparecem como tema central no artigo de Tenório et al. (2016), que compara a saúde mental de estudantes submetidos a dois modelos de ensino médico, o tradicional e o da aprendizagem baseada em problemas. O artigo compara estudantes de dois *campi* de uma mesma universidade e observa que, apesar de existir variação nos fatores estressores, há sofrimento subjetivo em ambos os grupos, ainda que um pouco menor entre os submetidos à metodologia ativa. Entretanto, não é aprofundada a discussão sobre a conexão entre questões pedagógicas e saúde mental dos discentes⁵⁴.

Considerações finais

Em síntese, os estudos revisados expressam grande preocupação em analisar taxas de sofrimento mental entre estudantes, descrevendo altas prevalências e sugerindo a urgência de medidas de atenção e cuidado. Ainda assim, estão concentrados nas áreas da saúde, de modo

que pouco sabemos a respeito da prevalência desse sofrimento entre universitários de forma mais ampla, contemplando maior diversidade de cursos.

A literatura pouco registra, também, sobre como as instituições têm lidado com outros determinantes importantes da saúde mental, como a interseção com fenômenos de discriminação, as relações sociais no cotidiano acadêmico e a insuficiência de práticas de lazer e atividade física entre os estudantes. Mais ainda, é escasso o registro de intervenções – nesta revisão, apenas dois estudos foram identificados que relatassem estratégias de promoção da saúde colocadas em prática em universidade.

Vale ressaltar, porém, que não é porque a documentação na literatura é escassa que não haja ações sendo efetivadas nas universidades. Sabemos, por exemplo, que algumas universidades brasileiras têm buscado incorporar referenciais de promoção da saúde⁵⁷; que encontros têm sido promovidos para discutir a saúde estudantil, a exemplo do que levou à publicação, em 2016, da Carta de Marília, que faz compromissos em prol da saúde mental de graduandos de medicina⁵⁸; e de outras iniciativas que têm sido divulgadas na mídia, em redes sociais ou mesmo nas páginas institucionais das universidades^{59,60}. Se de um lado as ações estão acontecendo e estratégias de promoção da saúde mental estão sendo desenhadas, de outro, elas parecem ainda não ter ocupado amplamente o espaço por excelência de divulgação e debate na academia, a literatura científica. Nesse sentido, aqui se constata uma limitação deste estudo, dado seu recorte de revisão bibliográfica, e uma possibilidade de pesquisa futura que envolva a análise de documentos ou de entrevistas a respeito de ações, programas ou políticas nas universidades.

Em geral, a literatura revisada neste estudo oferece recomendações genéricas, enfatizando a necessidade de assistência psicológica ou psiquiátrica ao indivíduo, o que parece sugestivo de sua responsabilização pela própria saúde e da atenção incipiente a outros determinantes da saúde mental no contexto universitário. No entanto, é preciso que o debate

sobre sofrimento mental saia do campo da dor individual e alcance outros espaços, isto é, as salas de aula, os projetos político-pedagógicos, as relações aluno-aluno e professor-aluno, a formação continuada dos docentes, as políticas universitárias, o campo da educação em si. Em outras palavras, não parece possível falar de saúde mental dos estudantes sem pensar o papel primordial da universidade na educação e formação humana, como espaço de desenvolvimento, acolhimento, criação de vínculos interpessoais e formação de comunidades. Se nos perdemos em estatísticas, ou apostamos exclusivamente na assistência psicológica, deixamos escapar elementos sensíveis, mas não menos importantes. Deixamos de alcançar, por exemplo, a subjetividade e o sentimento de Ély Lisboa, estudante que cometeu suicídio dentro da Universidade de Brasília em 2018: “você não vai se encontrar na universidade. Você não vai finalmente ter amigos. Seu vazio não vai embora. Tudo vai ser igual, vai ser o mesmo, só que em outro ambiente e com outras obrigações”⁶¹.

Referências

1. Parecer n. 776/1997: orientação para as diretrizes curriculares dos cursos de graduação [Internet]. Ministério da Educação, Conselho Nacional de Educação; 1997. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CES0776.pdf>
2. Nota técnica n. 793/2015: esclarecimento sobre dúvidas frequentes. Ementa: grade curricular de cursos de educação superior [Internet]. Ministério da Educação. Secretaria de Regulação e Supervisão da Educação Superior; 2015. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=17472-nt-n793-2015-grade-curricular&category_slug=maio-2015-pdf&Itemid=30192
3. Cerchiari EAN, Caetano D, Faccenda O. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estud Psicol.* 2005;10(3):413–20.
4. Facundes VLD, Ludermir AB. Common mental disorders among health care students. *Rev Bras Psiquiatr* [Internet]. 2005 Sep [cited 2019 Feb 18];27(3):194–200. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462005000300007&lng=en&tlng=en
5. Neves MCC, Dalgalarro P. Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. *J Bras Psiquiatr* [Internet]. 2007 [cited 2019 Feb 17];56(4):237–44. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852007000400001&lng=pt&tlng=pt
6. Graner KM, Cerqueira AT de AR. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Cien Saude Colet.* 2019;24(4):1327–46.
7. Oliveira CT de, Carlotto RC, Teixeira MAP, Dias ACG. Oficinas de gestão do tempo com estudantes universitários. *Psicol Ciência e Profissão.* 2016;36(1):224–33.

8. Scherer ZAP, Scherer EA, Rossi PT, Vedana KGG, Cavalin LA. Manifestação de violência no ambiente universitário: o olhar de acadêmicos de enfermagem. *Rev Eletrônica Enferm* [Internet]. 2015;17(1):69–77. Disponível em: <http://revistas.ufg.br/index.php/fen/article/view/22983>
9. World Health Organization. Constitution of the World Health Organization [Internet]. Geneva: WHO; 1948. Disponível em: <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/EN/constitution-en.pdf?ua=1>
10. World Health Organization. Promoting mental health : concepts, emerging evidence, practice: summary report. Geneva: WHO; 2004. 70 p.
11. World Health Organization. Mental Health Action Plan 2013-2020 [Internet]. Geneva: WHO; 2013. 1–44 p. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021_eng.pdf;jsessionid=25BC38235AF98A1C9CE7B020B6184159?sequence=1
12. World Health Organization. Depression and other common mental disorders: global health estimates [Internet]. Geneva: WHO; 2017. 24 p. Disponível em: https://www.who.int/mental_health/management/depression/prevalence_global_health_estimates/en/
13. Bolsoni-Silva AT, Barbosa RM, Brandão AS, Loureiro SR, Bolsoni-Silva AT, Barbosa RM, et al. Prediction of course completion by students of a university in Brazil. *Psico-USF* [Internet]. 2018 Jul [cited 2019 Feb 18];23(3):425–36. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712018000300425&lng=en&tlng=en
14. Hunt J, Eisenberg D, Kilbourne AM. Consequences of receipt of a psychiatric diagnosis for completion of college. *Psychiatr Serv*. 2010;61(4):399–404.
15. Campos CRF, Oliveira MLC, Mello TMVF de, Dantas C de R, Campos CRF, Oliveira MLC, et al. Academic performance of students who underwent psychiatric treatment at the students' mental health service of a Brazilian university. *Sao Paulo Med J* [Internet]. 2017 Jan [cited 2019 Feb 18];135(1):23–8. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-31802017000100023&lng=en&tlng=en
16. Cardim N. Em luto, UnB reage: precisamos falar sobre suicídio e saúde mental. *Metrópoles* [Internet]. 2018 Jun 24. Disponível em: <https://www.metropoles.com/distrito-federal/saude-df/em-luto-unb-reage-precisamos-falar-sobre-suicidio-e-saude-mental>
17. Fernandes V. Universitário da UFMG comete suicídio após desabafar com amigo: ‘a ponto de explodir’. *BHAZ* [Internet]. 2018 Apr 10. Disponível em: <https://bhaz.com.br/2018/04/10/universitario-ufmg-suicidio-v/>
18. Sperb P. Alunos de medicina relatam tentativas de suicídio e assédio moral. *Veja* [Internet]. 2018 Aug 11. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/blog/rio-grande-do-sul/alunos-de-medicina-relatam-tentativas-de-suicidio-e-assedio-moral>
19. Alves AAM, Rodrigues NFR. Determinantes sociais e econômicos da saúde mental. *Rev Port Saúde Pública* [Internet]. 2010;28(2):127–31. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpsp/v28n2/v28n2a03.pdf>
20. Organização Pan-Americana da Saúde. Folha informativa: transtornos mentais [Internet]. Brasília: Opas; 2018. Disponível em: http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839
21. Adamoli AN, Azevedo MR. Padrões de atividade física de pessoas com transtornos mentais e de comportamento Patterns of physical activity of people with chronic mental and behavioral disorders. *Ciências & Saúde Coletiva*. 2009;14(1):243–51.
22. Vorkapic-Ferreira C, Góis RS, Gomes LP, Britto A, Afrânio B, Dantas EHM. Nascidos para correr: a importância do exercício para a saúde do cérebro. 2017;23(6):495–503.
23. Cerchiari EAN, Caetano D, Faccenda O. Utilização do serviço de saúde mental em uma

- universidade pública. *Psicol Ciência e Profissão* [Internet]. 2005 Jun [cited 2019 Feb 17];25(2):252–65. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932005000200008&lng=pt&tlng=pt
24. Anversa AC, Filha VAV dos S, Silva EB da, Fedosse E. Qualidade de vida e o trabalho sob a ótica do enfermeiro. *Cad Bras Ter Ocup*. 2018;26(3):626–31.
25. Almeida LY de, Carrer MO, Souza J de, Pillon SC. Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. *Rev da Esc Enferm da USP* [Internet]. 2018 Nov 29 [cited 2019 Feb 17];52(e03405). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342018000100469&lng=pt&tlng=pt
26. Andrade JBC de, Sampaio JJC, Farias LM de, Melo L da P, Sousa DP de, Mendonça ALB de, et al. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2014 Jun [cited 2019 Feb 18];38(2):231–42. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022014000200010&lng=pt&tlng=pt
27. Horta RL, Horta BL, Horta CL. Uso de drogas e sofrimento psíquico numa universidade do Sul do Brasil. *Psicol em Rev* [Internet]. 2012 Dec 14 [cited 2019 May 10];18(2):264–76. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/2335>
28. Mesquita AM, Lemes, Alisséia Guimarães Carrijo, Marcos Vítor Naves Moura AAM de, Couto, Daniela Sanches Rocha, Elias Marcelino da Volpato RJ. Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma universidade em Mato Grosso. *J Heal NPEPS*. 2016;1(2):218–30.
29. Mota NIF, Alves ERP, Leite GDO, Sousa BSMA de, Ferreira Filha M de O, Dias MD. Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. *Rev Eletrônica Saúde Ment Álcool e Drog* [Internet]. 2016 Sep 15 [cited 2019 May 10];12(3):163. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/smad/article/view/120787>
30. Rocha ES, Sassi AP. Transtornos mentais menores entre estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2013 [cited 2019 Feb 18];37(2):210–6. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022013000200008&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
31. Santos FS, Maia CRC, Faedo FC, Gomes GPC, Nunes ME, Oliveira MVM de, et al. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2017 Jun [cited 2019 Feb 18];41(2):194–200. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022017000200194&lng=pt&tlng=pt
32. Silva A de O, Cavalcante Neto JL. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. *Motricidade* [Internet]. 2014 Mar 1 [cited 2019 May 10];10(1):49–59. Disponível em: <http://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/2125>
33. Souza VS de, Costa MAR, Rodrigues AC, Bevilaqua J de F, Inoue KC, Oliveira JLC de, et al. Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university. *Investig y Educ en Enfermería* [Internet]. 2016 Oct 15 [cited 2019 May 10];34(3):518–27. Disponível em: <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/iee/article/view/325707/20783048>
34. Tanaka MM, Furlan LL, Branco LM, Valerio NI. Adaptação de alunos de medicina em anos iniciais da formação. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2016 Dec [cited 2019 Feb 18];40(4):663–8. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000400663&lng=pt&tlng=pt
35. Bastos JL, Barros AJD, Celeste RK, Paradies Y, Faerstein E, Bastos JL, et al. Age, class and race discrimination: their interactions and associations with mental health among Brazilian university students. *Cad Saude Publica* [Internet]. 2014 Jan [cited 2019 Feb 19];30(1):175–86. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2014000100175&lng=en&tlng=en
36. Costa EF de O, Andrade TM de, Silvany Neto AM, Melo EV de, Rosa ACA, Alencar MA, et al. Common mental disorders among medical students at Universidade Federal de Sergipe: a cross-

- sectional study. *Rev Bras Psiquiatr* [Internet]. 2010 Mar [cited 2019 Feb 18];32(1):11–9. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462010000100005&lng=en&tlng=en
37. Costa EF de O, Santana YS, de Abreu Santos ATR, Nogueira Martins LA, de Melo EV, de Andrade TM. Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira. *Rev Assoc Med Bras* [Internet]. 2012 Jan [cited 2019 Feb 18];58(1):53–9. Disponível em: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0104423012704694>
38. Costa EF de O, Rocha MMV, Santos ATR de A, Melo EV de, Martins LAN, Andrade TM, et al. Common mental disorders and associated factors among final-year healthcare students. *Rev Assoc Med Bras* [Internet]. 2014 Dec [cited 2019 Feb 18];60(6):525–30. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302014000600525&lng=en&tlng=en
39. Costa EF de O, Mendes CMC, Andrade TM de, Costa EF de O, Mendes CMC, Andrade TM de. Common mental disorders in medical students: a repeated cross-sectional study over six years. *Rev Assoc Med Bras* [Internet]. 2017 [cited 2019 Feb 18];63(9):771–8. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302017000900771&lng=en&tlng=en
40. Cunha MAB, Neves AA de F, Moreira ME, Hehn FJ, Lopes TP, Ribeiro CCF, et al. Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de Medicina. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2009 Sep [cited 2019 Feb 18];33(3):321–8. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022009000300002&lng=pt&tlng=pt
41. Ferreira CMG, Kluthcovsky ACGC, Cordeiro TMG. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de medicina: um estudo comparativo. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2016 Jun [cited 2019 Feb 18];40(2):268–77. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000200268&lng=pt&tlng=pt
42. Fiorotti KP, Rossoni RR, Borges LH, Miranda AE. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *J Bras Psiquiatr* [Internet]. 2010 [cited 2019 Feb 18];59(1):17–23. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852010000100003&lng=pt&tlng=pt
43. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. The role of social skills in social anxiety of university students. *Paideia (Ribeirão Preto)* [Internet]. 2014 May [cited 2019 Feb 18];24(58):223–32. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2014000200223&lng=en&tlng=en
44. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. Social skills of undergraduates without mental disorders: academic and socio-demographic variables. *Psico-USF* [Internet]. 2015 Dec [cited 2019 Feb 18];20(3):447–59. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712015000300447&lng=en&tlng=en
45. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR, Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. Validação do Questionário de Avaliação de Habilidades Sociais, Comportamentos, Contextos para Universitários. *Psicol Teor e Pesqui* [Internet]. 2016 [cited 2019 Feb 18];32(2). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722016000200211&lng=pt&tlng=pt
46. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR, Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. O impacto das habilidades sociais para a depressão em estudantes universitários. *Psicol Teor e Pesqui* [Internet]. 2016 [cited 2019 Feb 18];32(4). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722016000400212&lng=pt&tlng=pt
47. Brandão AS, Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR, Brandão AS, Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. The predictors of graduation: social skills, mental health, academic characteristics. *Paideia (Ribeirão Preto)* [Internet]. 2017 Apr [cited 2019 Feb 18];27(66):117–25. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2017000100117&lng=en&tlng=en

48. Esperidião E, Barbosa JA, Silva NDS, Munari DB. A saúde mental do aluno de Enfermagem: revisão integrativa da literatura. *Rev Eletrônica Saúde Ment Álcool e Drog* [Internet]. 2013 Dec 1 [cited 2019 May 10];9(3):144. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/smad/article/view/86745>
49. Santa N Della, Cantilino A. Suicídio entre médicos e estudantes de medicina: revisão de literatura. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2016 Dec [cited 2019 Feb 18];40(4):772–80. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000400772&lng=pt&tlng=pt
50. Vieira JL, Romera LA, Lima MCP. Lazer entre universitários da área da saúde: revisão de literatura. *Cien Saude Colet* [Internet]. 2018 Dec [cited 2019 Feb 18];23(12):4221–9. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018001204221&lng=pt&tlng=pt
51. Balthazar EB, Gaino LV, Almeida LY de, Oliveira JL de, Souza J de, Balthazar EB, et al. Risk factors for substance use: perception of student leaders. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2018 [cited 2019 Feb 18];71(suppl 5):2116–22. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001102116&lng=en&tlng=en
52. Girardi JDF, Martins-Borges L. Dimensões do sofrimento psíquico em estudantes universitários estrangeiros. *Psico*. 2018;48(4):256.
53. Braga AL de S, Oliveira AG da S, Ribas BF, Cortez EA, Mattos MMGR, Marinho TG, et al. Promoção à saúde mental dos estudantes universitários. *Rev Pró-UniverSUS* 2017;8(1):48-54.
54. Tenório LP, Argolo VA, Sá HP de, Melo EV de, Costa EF de O, Tenório LP, et al. Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2016 Dec [cited 2019 Feb 18];40(4):574–82. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000400574&lng=pt&tlng=pt
55. Gonçalves RJ, Ferreira EAL, Gonçalves GG, Lima MCP, Ramos-Cerqueira AT de A, Kerr-Correa F, et al. Quem “liga” para o psiquismo na escola médica? A experiência da Liga de Saúde Mental da FMB - Unesp. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2009 Jun [cited 2019 Feb 18];33(2):298–306. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022009000200019&lng=pt&tlng=pt
56. Osse CMC, Costa II da. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estud Psicol*. 2011;28(1):115–22.
57. Mello ALSF de, Moysés ST, Moysés SJ. A universidade promotora de saúde e as mudanças na formação profissional. *Interface Comun Saúde Educ* [Internet]. 2010;14(34):683–92. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832010000300017&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
58. Baldassin SP, Espin Neto J, Dagostino SB, Calado TBM, Guimarães KB dos S, Colares M de FA, et al. I Fórum Paulista de Serviços de Apoio ao Estudante de Medicina — Forsa Paulista — “A Carta de Marília”. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2016 Dec [cited 2019 May 10];40(4):537–9. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000400537&lng=pt&tlng=pt
59. Veloso S. Universidade planeja política de apoio à saúde mental. *UnB Notícias* [Internet]. 2018 Jul 5. Disponível em: <https://noticias.unb.br/publicacoes/76-institucional/2368-universidade-planeja-politica-de-apoio-a-saude-mental>
60. Universidade de Brasília. Faculdade de Ceilândia. Liga Acadêmica IntensaMente: Liga Acadêmica Multidisciplinar de Saúde Mental, Qualidade de Vida e Bem-Estar [Internet]. 2019. Disponível em: <https://www.facebook.com/intensamenteunb/>
61. Fuzeira V. Morte de estudante na Universidade de Brasília suspende aulas. *Metrópoles* [Internet]. 2018 Jun 4. Disponível em: <https://www.metropoles.com/distrito-federal/morte-de-estudante-na-universidade-de-brasilia-suspende-aulas>