



**SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: PRINCIPAIS
TRANSTORNOS**
UNIVERSITY STUDENT MENTAL HEALTH: MAIN DISORDERS

Ricardo Marins Gomes¹
Eleonara Borges²
Or. Valéria Rossi Sagaz³

Data de protocolo: 08/11/2021

Data de aprovação: 23/11/2021

Resumo: Este estudo é sobre a saúde mental de universitários e se caracteriza como qualitativo, exploratório, e bibliográfico. Tem como objetivo geral discorrer sobre os principais transtornos de saúde mental em universitários. Neste estudo de revisão bibliográfica foram consultados artigos, livros e sites que abordam a temática. Foram usadas palavras-chave como saúde mental, estudantes e universitários. Os resultados apontam que há um número significativo de acadêmicos com transtornos de saúde mental nas universidades, sendo os principais transtornos a depressão e a ansiedade, e que os fatores como, pressão excessiva, elevado nível de exigências sobre si próprio e pela sociedade, sobrecarga de assuntos, pouco tempo para o lazer, competitividade entre colegas, excesso de tarefas acadêmicas, desmotivação para os estudos e outros, podem influenciar neste adoecimento. Desta forma, nota-se a importância do papel do psicólogo no auxílio à este público.

Palavras-chave: Saúde mental. Universitários. Fatores estressores. Ansiedade. Depressão.

¹ Acadêmico do curso de Bacharelado em Psicologia, Faculdade Sant'Ana. ricardomarinsgomes@gmail.com

² Acadêmica do curso de Bacharelado em Psicologia, Faculdade Sant'Ana. eleonaraborgespsi@gmail.com

³ Docente do curso de Bacharelado em Psicologia, Faculdade Sant'Ana, Mestre em Educação, valeria.rsagaz@gmail.com

Abstract: This study is about the mental health of university students, and stands out as qualitative, investigatory, and bibliographic. Its general objective is to discuss the main mental health disorders in university students. In this study of bibliographic review, articles, books, and websites that addressed them were consulted. Key words such as mental health, students, and university students were used. The results show that there is a significant number of academics with mental health disorders in universities, the main disorders being depression and anxiety, and that factors such as excessive pressure, high demand for oneself and by society, overload of issues, little time for leisure, competitiveness among fellow students, too many academic tasks, lack of motivation for studies, among others, may influence this illness. Thus, one can see the importance of the psychologist's role in helping this audience.

Keywords: Mental health. College students. Stressors. Anxiety. Depression.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental se caracteriza pela capacidade do indivíduo enfrentar situações adversas do cotidiano, e não pela ausência de problemas. Um sentimento de bem estar está implícito no conceito de saúde mental, assim como o desenvolvimento das habilidades pessoais, de estratégias de enfrentamento dos estresses advindos do meio social, a inserção do indivíduo no trabalho produtivo, e o conceito positivo sobre si próprio e suas emoções.

Os indivíduos que ingressam na universidade deparam-se com uma realidade diferente da que vivenciavam no ensino médio, com a necessidade de desenvolver competências fundamentais para o sucesso acadêmico, e da carreira profissional. (ROSÁRIO et al., 2010).

A proposta deste estudo é discorrer sobre saúde mental e sobre os principais transtornos de saúde mental dos universitários, bem como sobre fatores estressores e as possíveis intervenções do profissional psicólogo neste contexto. A partir de diferentes referências sobre a questão da saúde mental do universitário, bem como de uma compilação que agrupa estudos teóricos sobre esta temática emergente que vem chamando a atenção devido ao aumento do adoecimento mental, esta pesquisa caracteriza-se como qualitativa e exploratória.

O conceito de problema de saúde mental caracteriza-se por ser algo que se insere no caminho como um obstáculo a ser superado, que geralmente vem acompanhado de conflito emocional. Já o transtorno mental se caracteriza por alterações do funcionamento da psique, prejudicando o indivíduo em diversas áreas da vida como familiar, social, pessoal, no trabalho (BALLONE, 2008), constata-se uma expressiva quantidade de estudos científicos que abordam as questões da saúde mental de universitários.

Os transtornos de saúde mental podem acometer qualquer pessoa, gênero ou idade. Entretanto, estudos (PADOVANI *et al.*, 2014) indicam que existe uma alta taxa de prevalência de sintomas de ansiedade e depressão entre a população universitária, mais do que na da população geral.

Há períodos nos quais as pessoas vivenciam situações que exigem muito do seu desempenho e dos seus recursos internos para solução de dificuldades, o que naturalmente pode resultar em um maior nível de ansiedade e/ou depressão.

De acordo com estudos (AMBIEL, SANTOS, & DALBOSCO, 2016; CRUZ, PINTO, ALMEIDA, & ALELUIA, 2010; MORAIS, MASCARENHAS, & RIBEIRO, 2010) a ansiedade quando passa a interferir de forma exorbitante na vida do indivíduo, pode se tornar prejudicial, inclusive no desempenho acadêmico. Crises de pânico, arrancar os cabelos (tricotilomania), morder os lábios, roer as unhas (onicofagia) e outros transtornos de comportamento repetitivo são sinais claros de perturbação elevada nos níveis de saúde mental acadêmico. Diante destes vários conflitos internos, é notável a urgente necessidade de um olhar mais apurado para este público, assim como de intervenções para amenizar o seu sofrimento.

1.1 OBJETIVO GERAL

Discorrer sobre os principais transtornos de saúde mental entre os estudantes universitários.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Apresentar o conceito de saúde mental e de transtornos mentais.
- Levantar os fatores estressores que incidem sobre o acadêmico durante o período do curso de ensino superior.

- Compreender o papel do psicólogo frente a universitários com transtornos mentais.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 FATORES ESTRESSORES E SAUDE MENTAL

De acordo com Milsted, Amorim, & Santos (2009), os fatores estressores são reações, onde o organismo reage á algum elemento que causa danos ao bem estar do indivíduo, seja ele físico ou mental. Dessa forma o organismo entra em estado de alerta para que possa combater ou fugir desse elemento ameaçador. Ele não estabelece como conceito novo e podemos encontrá-lo em diversas áreas como ciências sociais e biológicas. (MONDARDO, A. H. & PEDON, E. A. 2012).

Estudos realizados por meio de revisões bibliográficas que compõem a base teórica deste artigo comprovam o número elevado de universitários que em algum momento da sua vida acadêmica apresentam algum tipo de sintoma depressivo ou de ansiedade. Cavestro& Rocha (2006) discorrem sobre pesquisas com percentuais que variam de 15 a 29% de estudantes universitários que têm, tiveram ou terão algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua vida acadêmica.

Em Pacheco *et al.*(2017),foi realizada uma pesquisa com estudantes de medicina brasileiros, em que mostra uma alta prevalência de depressão, ansiedade e outros transtornos mentais, além do uso excessivo de álcool em 30,6% a 32,9% dos estudantes.

Segundo Lima, S. O.*et al.* (2019, p. 3), cerca de 30% dos estudantes já foram acometidos por sintomas depressivos no ambiente universitário. Segundo ele, certos aspectos acadêmicos como:

Pressão excessiva, elevado nível de exigência imposta sobre si mesmo e sobre a sociedade, a sobrecarga de assuntos, pouco tempo para o lazer, competitividade entre colegas, (...) são identificados como fatores prejudiciais à saúde.

Os problemas de saúde mental em estudantes levaram a Fonaprace (2014, p. 291) a realizar uma pesquisa cujo resultado mostra números surpreendentes sobre sintomas que os estudantes vivenciam, a seguir:

58,36% dos estudantes indicaram sofrer de ansiedade; 44,72% relataram desânimo/falta de vontade de fazer as coisas; 32,57% têm insônia ou

apresentam alterações significativas de sono; 22,55% relataram sentir desamparo/desespero/desesperança e 21,29% sentimentos de solidão. Além dessas dificuldades, também são descritos problemas alimentares (13%), medo/pânico (10,56%), ideia de morte (6,38%) e pensamento suicida (4,13%).

Em Brandtner&Bardagi(2009), são levantados vários aspectos que podem ser percebidos como estressores para os alunos, independente do período que se encontra, seja início, meio ou final de curso. Ainda segundo os autores, fatores como excesso de tarefas acadêmicas, falta de motivação para os estudos, a carreira escolhida, a existência de conflitos com colegas e professores, a apresentação de trabalhos, dificuldades na aquisição de materiais e livros, são os principais fatores estressores destacados por esses autores.

É possível que períodos de transição marcantes como a entrada na universidade e o período anterior à formatura sejam vistos como situações ameaçadoras e consequentemente possam vir a interferir negativamente sobre aspectos cognitivos como o processo de aprendizagem, redução de atenção e de concentração, diminuindo, assim, a aquisição de habilidades (FERREIRA, C. L., et al. 2009).

Segundo Almeida & Soares (2003) as mudanças de ambiente e adaptações ao mundo acadêmico podem criar um estado de vulnerabilidade para certos estudantes universitários, aumentando assim as chances de quadros psicopatológicos e consequentemente às dificuldades no desenvolvimento pessoal e profissional.

Os níveis de saúde mental em estudantes de ensino superior são inferiores quando comparados aos de jovens não estudantes da mesma idade (EISENBERG, HUNT & SPEER, 2013). Como citado em Nogueira *et al.* (2017), os níveis de saúde mental influenciam em fatores como desempenho acadêmico, sucesso acadêmico e transições bem sucedidas.

Com isso, é importantíssimo avaliar as condições psíquicas dos estudantes durante a graduação, em especial a presença de sintomas de ansiedade e depressão, os quais são considerados os mais comuns quando se trata deste público em específico. (BRANDTNER, M.; BARDAGI, M. 2009)

A baixo discorreremos sobre a depressão e ansiedade, transtornos de saúde mental mais comum na população em geral e em universitários.

2.2DEPRESSÃO

A depressão é um problema de saúde tão frequente quanto outras doenças como diabetes e hipertensão (LIMA et. al.,2019). Segundo o Ministério da Saúde (2017) estima-se que cerca de 350 milhões de pessoas sofram de depressão no mundo e que desta parcela, menos da metade busca tratamento.

De acordo com o NICE(2009), a característica básica da depressão é uma perda de afeto positivo que se manifesta com distúrbios do sono, falta de autocuidado, falta de concentração, ansiedade e a falta de interesse nas experiências diárias.

Segundo o DSM-V (2014, p. 161), o Transtorno depressivo maior é caracterizado por sintomas como: humor deprimido na maior parte do dia, quase todos os dias; acentuada diminuição de interesse ou prazer em todas ou quase todas as atividades; perda ou ganho significativo de peso; insônia ou hipersonia, agitação ou retardo psicomotor; fadiga; sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva ou inapropriada; dificuldade de concentração e; pensamentos recorrentes de morte.

Os sintomas para o transtorno depressivo maior devem estar presentes quase todos dias, na maior parte dos dias, com exceção de alteração de peso e ideação suicida. Ainda seguindo as características descritas pelo DSM – V, é apontado crises de choro, irritabilidade, ruminação obsessiva, ansiedade, fobias, preocupações excessivas com a saúde física e queixas de dor.

Segundo a classificação proposta por Beck, Steer& Garbin (1988 apud LIMA et al, 2019, p.03) – Inventário de Depressão de Beck (BDI), os sintomas e atitudes da depressão são:

Humor baixo, pessimismo, senso de fracasso, falta de satisfação, sentimento de culpa, senso de punição, auto antipatia, autoacusação, desejos suicidas, choro, irritabilidade, retirada social, indecisão, distorção da imagem corporal, inibição do trabalho, sono, perturbação, fatigabilidade, perda de apetite, perda de peso, somática, preocupação e perda da libido.

Considerando os sintomas da depressão acima descritos, observa-se uma correlação com os sintomas e transtornos de saúde mental apresentados por acadêmicos.

2.3 ANSIEDADE

A ansiedade pode ser definida como uma condição emocional complexa e aversiva. (BRANDTNER, M.; BARDAGI, M. 2009). O perfil dos sintomas da ansiedade segundo Salkovskis (2004), envolve geralmente crenças disfuncionais focadas em ameaça física ou psicológica a si mesmo ou para outros, com um sentimento aumentado de vulnerabilidade pessoal.

A ansiedade é um sinal de alerta que avisa o ser humano sobre um perigo que está por vir, uma questão biológica e genética, para que este possa lançar suas defesas e mecanismos de luta e fuga. (BRANDTNER, M.; BARDAGI, M. 2009).

Sobre a diferença entre a ansiedade e o medo, no DSM – V (2014, p. 189) o medo é descrito como a resposta emocional para ameaça iminente real ou percebida, enquanto a ansiedade é a antecipação de uma ameaça futura. Os indivíduos com transtornos de ansiedade, de forma geral, superestimam o perigo em situações que temem ou evitam. O medo, ansiedade ou esquiva são quase sempre induzidos por uma situação fóbica, chegando ao ponto de se tornar persistente ou fora de proporção em relação ao risco real que se apresenta (DSM – V, 2014, p. 190).

Segundo o DSM - V (2014), o Transtorno de Ansiedade Generalizada- TAG é caracterizado por sintomas como: ansiedade e preocupação excessiva, dificuldade em controlar a preocupação, inquietação, sensação de estar com os nervos à flor da pele, fatigabilidade, dificuldade em concentrar-se, sensações de “branco” na mente, irritabilidade, tensão muscular, perturbação do sono, sofrimento clinicamente significativo, prejuízo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo. Estes sintomas caracterizam o transtorno de ansiedade se persistirem na maioria dos dias nos últimos seis meses.

Para Kaplan et al (1997), a pessoa com ansiedade tende a se auto diminuir perante sua capacidade de enfrentar riscos. Esta auto sabotagem segundo os autores citados é o que faz com que os sintomas fisiológicos apareçam.

Salkovskis (2004) expõe a necessidade de entender que as emoções são sentidas de acordo como as pessoas avaliam-nas. Segundo este autor, o valor real imposto pelo indivíduo sobre determinada situação é o que desencadeia as emoções propriamente ditas. Assim, o uso da empatia e a compreensão da subjetividade dos acadêmicos faz necessária, pois as experiências vivenciadas

durante o período universitário podem ser vivenciadas de modos diferentes pelos indivíduos.

Portanto, o modo como o estudante percebe as dificuldades presentes no cenário estudantil, serão de fundamental importância para o desenvolvimento ou não de doenças de saúde mental. Saber lidar com as dificuldades impostas é essencial para o bem estar da saúde mental do acadêmico.

A partir destas reflexões, pode-se fazer uma relação com o papel do psicólogo no processo interventivo dentro da demanda estudantil. Veremos estas intervenções no próximo tópico.

2.4 O PAPEL DO PSICÓLOGO FRENTE A UNIVERSITÁRIOS COM PROBLEMAS PSICOLÓGICOS E TRANSTORNOS MENTAIS.

Frente aos números elevados e preocupantes de transtornos mentais em universitários apresentados neste estudo, infelizmente poucos buscam atendimento psíquico para o tratamento ou precaução destas doenças. Pereira *et al.* (2006), aponta que as consultas psicológicas são eficazes no tratamento de problemas pessoais e patológicos.

Para que o profissional de psicologia possa trabalhar com os problemas de saúde mental, é necessário compreender a origem das angústias vivenciadas e considerar a singularidade de cada um dos indivíduos. Já que por sua vez cada pessoa vivencia experiências diferentes, os fatores estressores terão um significado único de sofrimento para cada indivíduo. Os fatores estressores podem contribuir para o desenvolvimento de quadros clínicos de ansiedade e depressão.

A depressão, quando não é adequadamente diagnosticada e tratada, pode resultar em um grande sofrimento para o indivíduo, tornando-o incapaz de trabalhar ou mesmo de se relacionar no meio social e familiar (SERRA *et al.*, 2015).

Dentre as ações e intervenções que o profissional psicólogo poderá no exercício da sua profissão, segundo o Conselho Federal de Psicologia (1992, p. 2), pode-se citar: avaliação e diagnóstico psicológico, entrevistas, observações, aplicação de testes psicológicos, dinâmicas de grupos, atendimentos psicoterapêuticos, elaboração de programas de pesquisa de saúde mental e atuação com equipe multidisciplinar no sentido de identificar, compreender e criar estratégias para trabalhar as questões de problemas de saúde mental.

As intervenções psicológicas, acompanhamentos ou observações que o psicólogo poderá fazer sobre as demandas apresentadas pelos universitários poderão ser de grande valia para o bem estar e saúde mental dos estudantes. A presença do psicólogo neste contexto acadêmico, trabalhando com os estudantes situações de angústia e sofrimento é de grande relevância para a manutenção da saúde mental destes.

O profissional utiliza da promoção e prevenção da saúde mental para ter um desenvolvimento efetivo nos acadêmicos. Assessorar o acadêmico a mover-se a resolução da situação em que se encontra com os fatores estressantes. De modo que o estudante possa organizar seus estudos e desenvolver autonomia no seu processo de aprendizagem e na gestão de sua carreira. Alguns métodos como a escolha da melhor abordagem para trabalhar com a demanda apresentada pelo corpo de alunos ou por alunos de forma singular.

Auxiliar a política estudantil juntamente com a equipe pedagógica e corpo docente no contexto educacional desenvolvendo palestras, campanhas, criar estratégias que foquem no desenvolvimento acadêmico de forma leve. Psicoeducando o mesmo para que saiba lidar com as frustrações e eliminando os fatores estressores. Estas atribuições, dentre o grande nicho de funções que o psicólogo pode exercer, poderão ser utilizadas no contexto apresentado neste estudo.

CONCLUSÃO

Os problemas e transtornos de saúde mental podem afetar a saúde física, as relações sociais, e a aquisição de conhecimentos pelos universitários. Podem também influenciar na própria aprendizagem dos conteúdos durante os estudos, mostrando-se assim uma imensa bola de neve, onde cada vez mais seu rendimento irá sendo menor devido a suas dificuldades emocionais e de saúde mental.

Os principais fatores estressores que podem influenciar no desenvolvimento de transtornos de saúde mental levantados neste estudo, segundo citador anteriormente, são: pressão excessiva, elevado nível de exigência imposta sobre si próprio e pela sociedade, sobrecarga de assuntos, pouco tempo para o lazer, competitividade entre colegas, excesso de tarefas acadêmicas, desmotivação para os estudos, a carreira escolhida, a existência de conflitos com colegas e

professores, a apresentação de trabalhos, dificuldades na aquisição de materiais e livros, períodos de transição marcantes como a entrada na universidade e o período anterior à formatura, mudanças de ambiente e adaptações ao mundo acadêmico.

A partir desta pesquisa preliminar observou-se que os principais transtornos de saúde mental apresentados por alunos do ensino superior são os Transtornos de Depressão e Transtornos de Ansiedade. É notável o elevado número de acadêmicos que tem ou já tiveram algum transtorno de saúde mental decorrente do período universitário.

Dentre o universo de acadêmicos que desenvolvem algum tipo de transtorno de saúde mental, poucos são os que buscam atendimento psicológico. Portanto, é importante que o acadêmico neste estado busque acompanhamento psicológico. É relevante a conscientização destes fatores, bem como a disponibilidade de acompanhamento psicológico nas escolas e universidades, tendo em vista o número elevado de estudantes que sofrem com questões emocionais apresentadas em estudos citados neste artigo. Além da psicoterapia individual é importante a intervenção com os estudantes de forma multidisciplinar, o profissional pode trabalhar com a equipe pedagógica e corpo docente da instituição onde o acadêmico está inserido, para que todos trabalhem com o mesmo objetivo.

Este artigo não esgota o tema pesquisado. São necessários novos estudos sobre a temática, bem como constantes pesquisas e monitoramento destes fenômenos dentro do contexto universitário. Ressaltamos a grande importância de se discutir este tema, em vista de que é algo que engloba uma parcela considerável da população que dedica anos de suas vidas para estudar, se especializar e desenvolver o conhecimento.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. (2003). **Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial.** In MERCURI, E.; POLYDORO, S. A. J., orgs. – “Estudante universitário: características e experiências de formação.” Taubaté : Cabral Editora e Livraria Universitária. ISBN 85-89550-17-6. p. 15-40.

AMBIEL, R. A. M., SANTOS, A. A. A., & DALBOSCO, S. N. P. (2016). Motivos de evasão, vivências acadêmicas e adaptabilidade de carreira em universitários. **Psico** (Porto Alegre), 47(4), 288-297. doi: 10.15448/1980- 8623.2016.4.23872

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS (ABNT). **NBR 6023:** Referências – elaboração. Rio de Janeiro, 2018. 74 p.

BECK, A. T., STEER, R. A., GARBIN , M. G. (1988). **PsychometricPropertiesOfThe Beck depressioninventory:** Twenty-fiveyearsofevaluation. *ClinicalPsychologyReview*, 8 (1), 77 – 100

BRANDTNER, M. & BARDAGI, M.(2009). Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. **Revista Interinstitucional de Psicologia**. vol.2 no.2 Juiz de fora dez. 2009.

CAVESTRO, J. DE M. & ROCHA, F. L. (2006). **Prevalência de depressão entre estudantes universitários**. *JournalofBrazilianPsychiatry*, 55(4),264-267.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. (1992). Atribuições profissionais do psicólogo no Brasil. Brasília, DF: Autor. Recuperado de https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2008/08/atr_prof_psicologo.pdf

EISENBERG, D., HUNT, J., & SPEER, N. (2013). **Mental health in American collegesanduniversities: variationacrossstudentssubgroupsandacrosscampuses**. *JNerv. Ment. Dis.*, 201(1), 60–7. <http://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31827ab077>.

DSM – V. (2014). **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. American PsychiatricAssociation. Artmed, 5^a ed. Porto Alegre. 2014.

FERREIRA, C. L., et al. (2009). Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. **Ciência & Saúde Coletiva**, 14(3):973-981, 2009. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232009000300033

FONAPRACE - Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (2014). **IV Pesquisa do perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior brasileiras**. Brasília: Fonaprace, 291 p., 2014. Disponível em: http://www.andifes.org.br/wpcontent/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduando-das-IFES_2014.pdf.

KAPLAN, H. I. et al.(1997). **Compêndio de psiquiatria**: Ciências do comportamento e psiquiatria clínica (7a ed.) (D. Batista, Trad.). Porto Alegre: Artmed. 1997.

LIMA, S. O. et al. (2019).Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. **Psicologia ciênciaprofissão**. vol.39. Brasília, 2019. Epub Dec. 20, 2019.

NATIONALINSTITUTE FOR HEALTH ANDCLINICALEXCELLENCE - NICE. (2009). **Depression: The treatmentand management ofdepression in adults**(NICE clinicalguideline90, NICE clinicalguideline 23).London, 2009.

NOGUEIRA, M. J.; BARROS, L.; SEQUEIRA, C. (2017). A Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior. Relação com o género, nível socioeconómico e os comportamentos de saúde. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**.no.spe 5 Porto ago. 2017

MILSTED, J. G., AMORIM, C., & SANTOS, M. (2009). Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. IX Congresso Internacional de Educação, 2009, Paraná: PUCPR.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (2017). **07/4: Dia Mundial da Saúde 2017: Depressão.** Biblioteca Virtual em saúde, Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/07-4-dia-mundial-da-saude-2017-depressao/>

MONDARDO, A. H. & PEDON, E. A. (2012). Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários. **Revista de Ciências Humanas**, 6(6), 159-180.

PADOVANI, R. C., NEUFELD, C. B., MALTONI, J., BARBOSA, L. N. F., SOUZA, W. F., CAVALCANTI, H. A. F., & LAMEU, J. N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**. 10(1), 02-10. doi:10.5935/1808-5687.20140002.

PACHECO, J. P., GIACOMIN, H. T., TAM, W. W., RIBEIRO, T. B., ARAB, C., BEZERRA, I. M. et al. (2017). **Mental health problems among medical students in Brazil: A systematic review and meta-analysis.** Brazilian Journal of Psychiatry, 39 (4).

PEREIRA, A. et al. (2006). **Sucesso e desenvolvimento psicológico no Ensino Superior:** Estratégias de intervenção. Análise Psicológica, v.24, n.1, p. 51-59.

ROSÁRIO, P., NUNES, T., MAGALHÃES, C., RODRIGUES, A., PINTO, R., & FERREIRA. (2010). Processos de auto-regulação da aprendizagem em alunos com insucesso no 1º ano de universidade. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**. 14(2), 349-358. doi: 10.1590/S1413-85572010000200017

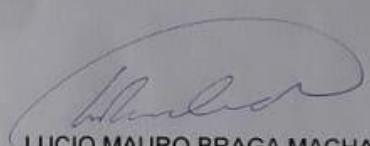
SALKOVSKIS, P. M. (2004). **Ansiedade, crenças e comportamento de busca de segurança.** In P. M. Salkovskis (Org.), Fronteiras da terapia cognitiva (pp.6182). São Paulo: Casa do Psicólogo.

SERRA, R. D., DINATO, S. L. M., CASEIRO M. M. (2015). **Prevalence Of Depressive And Anxiety Symptoms in medical students in the city of Santos.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 64 (3), 213 – 220

Eleonara Borges e Ricardo Marins Gomes

Saúde Mental do Estudante Universitário: revisão bibliográfica e dialética

Trabalho de Conclusão de Curso da Instituição de Ensino Superior Sant'Ana apresentado como requisito parcial para a obtenção do Grau Bacharel em Psicologia. Aprovado no dia 23 de novembro de 2021 18h pela banca composta por Valéria Rossi Sagaz(Orientador), Ludiele Marcowicz e Juliana Vieheneski



LUCIO MAURO BRAGA MACHADO
Coordenador do Núcleo de TCC