

**Panorama da saúde mental dos estudantes de enfermagem: Uma revisão integrativa de literatura****Nursing student mental health overview: An integrative literature review**

DOI:10.34119/bjhrv3n3-151

Recebimento dos originais:01/05/2020

Aceitação para publicação:06/06/2020

**Samuel Barroso Rodrigues**

Pós-doutor em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de São João del Rei

Professor Auxiliar I

Instituição: Universidade de Itaúna - MG

E-mail: samuelbarroso88@gmail.com

**Danielle de Souza Campos Rodrigues**

Enfermeira pela Universidade de Itaúna - MG

Instituição: Universidade de Itaúna - MG

E-mail: daniellescrodriques@gmail.com

**Rafaela Diniz Carvalho**

Enfermeira pela Universidade de Itaúna - MG

Instituição: Universidade de Itaúna - MG

Universidade de Itaúna - MG

E-mail: rafaelac.diniz@yahoo.com

**RESUMO**

Objetivo: Investigar os estudos recentes acerca da saúde mental dos graduandos do curso de Enfermagem. Método: trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada entre os meses de março a novembro. A busca ocorreu nas bases de dados MEDLINE, LILACS, BVS e Pubmed. Resultados: Foram identificados 8 artigos pertinentes ao tema, cuja maioria foi de origem internacional (n = 7; 87,5 %). A partir da análise de conteúdo foram identificadas em três categorias de acordo com a afinidade temática: 1) Desencadeadores de estresse/perturbação mental dos estudantes; 2) Estratégias de enfrentamento do estresse acadêmico e 3) Consequências do estresse acadêmico. Os estudos mostraram que há uma grande prevalência de transtornos mentais em estudantes de graduação e, dentre os cursos, o de enfermagem tem sido considerado como um dos mais exaustivos. Conclusão: É fundamental que as instituições de ensino superior se mobilizem frente a esta clientela, criem estratégias de enfrentamento, realizem acolhimento aos ingressantes. A detecção e o tratamento precoce dos transtornos mentais pode minimizar os riscos e a prevalência desses indicadores entre esse grupo.

**Palavras-Chave:** saúde mental; enfermagem; bacharelado em Enfermagem; estresse fisiológico; estresse psicológico; transtornos relacionados a trauma e fatores de estresse.

**ABSTRACT**

Objective: To investigate recent studies on the mental health of undergraduate nursing students. Method: This is an integrative literature review, conducted from March to November. The search took place in the MEDLINE, LILACS, VHL and Pubmed databases. Results: Eight relevant articles were identified, most of them of international origin (n = 7; 87.5%). From the content analysis were identified in three categories according to thematic affinity: 1) Triggers of stress / mental disturbance of students; 2) Strategies for coping with academic stress and 3) Consequences of academic stress. Studies have shown that there is a high prevalence of mental disorders in undergraduate students and, among the courses, nursing has been considered as one of the most exhaustive. Conclusion: It is essential that higher education institutions are mobilized in front of this clientele, create coping strategies, host newcomers. Early detection and treatment of mental disorders can minimize the risks and prevalence of these indicators among this group.

**Key words:** health mental; education; nursing; baccalaureate; stress physiological; stress; psychological; trauma and stressor related disorders; suicide.

**1 INTRODUÇÃO**

O Sofrimento Mental (SM) é um estado transitório, leve e que geralmente não chega a comprometer o desempenho do indivíduo na vida, enquanto o Transtorno Mental (TM) corresponde a um conjunto de alterações no funcionamento da mente que prejudicam o desempenho do indivíduo em diversos contextos, como familiar, social, trabalho, estudos, na compreensão de si e dos outros.

Os TM's envolvem alterações de autocrítica, tolerância aos problemas e na possibilidade de sentir prazer na vida do sujeito, podendo causar mais sofrimento e incapacidade do que qualquer outro tipo de doença <sup>(1)</sup>.

Epidemiologicamente os TM's constituem-se em um problema de saúde pública, uma vez que cerca de 300 milhões de indivíduos em todo o mundo são acometidos por depressão e 50 milhões sofrem com a demência. A esquizofrenia atinge 23 milhões e o distúrbio bipolar 60 milhões <sup>(2)</sup>. Diante desse fenômeno sabe-se que a população mais acometida com TM são os jovens, incluindo adolescentes e adultos, sobretudo universitários. Metade de todos os transtornos mentais começam aos 14 anos de idade, mas a maioria dos casos não são detectados e tratados. Em termos de carga de doenças entre adolescentes, a depressão é a terceira principal causa sendo o suicídio apontado como a segunda principal causa de morte entre jovens com idade entre 15 e 29 anos <sup>(3)</sup>.

Literaturas nacionais e internacionais fazem alerta quanto à saúde mental da população universitária, constando que a mesma está cada vez mais susceptível ao

desenvolvimento de alguns transtornos mentais, como depressão e transtornos de ansiedade, transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e fobias <sup>(4)</sup>.

Diante disso, a Saúde Mental dos estudantes universitários tem despertado atenção devido ao aumento da prevalência e gravidade de transtornos mentais nessa população. A vida universitária traz consigo características singulares e específicas como a sobrecarga de atividades e de responsabilidades frente a uma vida futura que requer a prestação de assistência e cuidado; além de lidar diretamente com situações de vida e morte.

Durante a graduação os estudantes geralmente passam por grandes mudanças e exigências de aspecto social que instigam certo preparo emocional para adequação e durante o curso podem passar por cobranças no próprio curso ou relacionadas ao sucesso da profissão escolhida. Os transtornos mentais no contexto universitário são problemas emergentes e preocupam pela sua prevalência e por seus efeitos nocivos à saúde dos estudantes <sup>(5)</sup>.

Os estudantes de enfermagem se tornam muitas vezes vulneráveis por viverem entre o racional e o emocional, trabalhar com a fragilidade humana, o que pode acarretar o desenvolvimento de sentimentos de tristeza, negação, angústia, medo, dúvida, ansiedade, sensação de incapacidade. Ademais a sensação de aumento de responsabilidade, dificuldades financeiras e sociais, lidar com o afastamento de amigos e círculo familiar e a pressão do ambiente acadêmico são fatores que podem fomentar no desenvolvimento de sofrimento e transtornos mentais <sup>(6)</sup>.

É certo que graduandos de outros cursos da área de saúde também estão sujeitos a este tipo de sofrimento. No entanto, a escolha neste trabalho de se investigar a saúde mental de estudantes de enfermagem, especificamente, se deu por se tratar de uma população que muitas vezes é vista como adjacente ou subalterna a outras profissões, seja por questões de caráter cultural ou social, que se restringe a visões mercadológicas do século XXI.

Em alguns casos, o que se percebe é que existem pesquisas nesta área, mas o enfoque geralmente se restringe a investigar a saúde mental dos estudantes de forma generalista e pulverizada, ou seja, sem especificar as peculiaridades do curso. Junto a isso, o estigma e o preconceito frente às atribuições do enfermeiro, muitas vezes relacionados à comparação de suas atribuições a outras profissões aliado à incerteza acerca da vida profissional futura são fatores que podem reforçar ainda mais o estressor e desencadear de sofrimentos e transtornos nos estudantes que a elegeram como profissão. Nessa perspectiva, este estudo objetivou realizar um levantamento dos estudos sobre a saúde mental dos graduandos do

curso de enfermagem por meio de uma revisão integrativa da literatura. Para isso elegeu-se a seguinte pergunta norteadora: “Como se apresenta o panorama da saúde mental dos estudantes de bacharelado em Enfermagem ao longo da graduação”?

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de revisão integrativa da literatura realizada entre os meses de março a novembro de 2019 pautada no seguinte percurso metodológico: 1) Definição da pergunta norteadora; 2) delimitação dos descritores, e palavras-chave; 3) definição dos operadores booleanos e dos cruzamentos; 4) escolha das bases de dados; 5) Definição dos critérios de inclusão e exclusão; 6) Leitura de títulos e resumos dos artigos encontrados nos cruzamentos; 7) Seleção dos artigos mais pertinentes e 8) Elaboração dos fichamentos dos artigos selecionados (7).

Foram utilizados os descritores em português: Saúde mental; Enfermagem; Bacharelado em Enfermagem; Estresse Fisiológico; Estresse Psicológico; Transtornos Relacionados a Trauma e Fatores de Estresse. Descritores em inglês: *Health mental; Education, Nursing, Baccalaureate; Stress, Physiological; Stress, Psychological; Trauma and Stressor Related Disorders, Suicide*, permutados entre si com os mecanismos booleanos AND e OR.

A busca ocorreu nas bases de dados MEDLINE via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Pubmed. A questão norteadora para a pesquisa foi elaborada por meio da estratégia PICOT, no qual cada letra possui um significado:

- a) P (população): em quem, em quais pessoas foi realizada essa intervenção;
- b) I (intervenção) como foi feita essa intervenção;
- c) C (controle) se essa intervenção pode ser comparada a outros tipos de intervenção;
- d) O (*outcomes*) quais os efeitos causados pela intervenção e como afetou;
- e) T (tempo) período observado <sup>(8)</sup>.

Diante disso, foi realizada a seguinte pergunta norteadora: “Qual a qualidade da saúde mental dos estudantes de bacharelado em Enfermagem ao longo da graduação?” (figura 1)

Figura 1: Discriminação das etapas da estratégia PICO.



Fonte: Dados da pesquisa.

Os critérios de inclusão foram artigos publicados nos últimos 5 anos, textos completos, nas línguas português, inglês e espanhol. Foram excluídos os artigos de revisão de literatura, os duplicados e aqueles que abordaram temas tangenciais ao objeto de estudo. Também foram excluídos os que mencionaram a saúde mental dos estudantes somente após terem concluído a graduação ou que se restringiram a investigar a sobre a saúde mental de estudantes de outros cursos da área de saúde.

As buscas foram realizadas por três pesquisadores independentes visando eliminar os vieses e, em seguida, os resultados foram confrontados entre si. Após a leitura dos títulos e resumos, foram excluídos aqueles que não atenderam à pergunta norteadora e procedeu-se à leitura sistemática e análise de conteúdo dos artigos pertinentes, tendo sido alocados em categorias em comum por afinidade de tema.

### 3 RESULTADOS

Foram encontrados na primeira busca um total de 111 artigos, sendo que, após a leitura dos títulos e resumos um quantitativo de 8 manuscritos atenderam aos requisitos pré-estabelecidos. A maioria dos achados foram encontrados em revistas internacionais ( $n = 7; 87,5\%$ ) e a minoria em ( $n = 1; 12,5\%$ ) em revista nacional.

Os resultados foram compilados e dispostos em uma tabela na qual discrimina-se o título do artigo, objetivo, ano de publicação, revista, país, tipo de estudo, métodos utilizados e principais resultados, a fim de se otimizar a análise temática por afinidade de conteúdo (tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização dos artigos selecionados. Itaúna, MG, Brasil, 2019

Título do artigo	Objetivo	Ano de publicação	Revista	País	Tipo de estudo	Método utilizado	Resultados encontrados
1. "I was yelled at, intimidated and treated unfairly": Nursing student's experiences of being bullied in clinical and academic settings	Descrever experiências de estudantes de enfermagem sobre bullying em contextos clínicos.	2017	Journal of Clinical Nursing	Austrália	Qualitativo	Uma amostra de conveniência de 29 alunos de primeiro, segundo e terceiro anos estudantes de enfermagem de uma universidade australiana semi-metropolitana foram recrutados para entrevistas semiestruturadas em 2014. Os dados da entrevista foram analisados usando o NVivo.	O tipo de bullying variou de local para local, incluindo ataques verbais e físicos. O impacto do assédio moral foi profundo e fez com que muitos participantes se sentissem ansiosos e angustiados, culminando sua confiança e percepção de competência
2. The influence of socio-demographic factors, resilience and stress reducing activities on academic outcomes of undergraduate nursing students: A cross-sectional research study	Analisar em estudantes de graduação em enfermagem a influência de fatores sociodemográficos, resiliência e redução de estresse nas atividades acadêmicas.	2018	Nurse Education Today	Bélgica	Estudo transversal	Os dados foram por meio de instrumento elaborado e analisados por meio de testes estatísticos.	Foi detectada menor resiliência, atividades mais destrutivas e menos positivas para reduzir o estresse em uma parcela da amostra, que esteve diretamente associada à tentativa de suicídio. Os estudantes mais resilientes foram os que obtiveram maior sucesso acadêmico e os alunos que desistiram do curso mostraram uma resiliência significativamente menor.
3. Distúrbios psíquicos menores em estudantes de graduação em enfermagem: estudo transversal	Verificar a prevalência e os fatores associados aos Distúrbios Psíquicos Menores (DPMs) em estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública do Rio Grande do Sul, Brasil.	2017	Revista de Enfermagem da UFSM	Brasil	Estudo transversal	Desenvolvido em dezembro de 2014, com 149 estudantes de graduação em enfermagem. Utilizou-se questionário autopreenchível com questões sociodemográficas, acadêmicas e de saúde e a versão brasileira do Self Reporting Questionnaire – 20. Para a análise, utilizou-se a estatística descritiva e analítica no programa Predictive Analytics	A prevalência de DPMs foi de 54,4%. Dos fatores avaliados, ter o diagnóstico médico de alguma patologia foi significativo para DPMs.

						Software (PASW Statistics®).	
4. Depression, Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study.	Descrever a prevalência de depressão, ansiedade e sintomas de estresse em estudantes de enfermagem de bacharelado em Hong Kong.	2016	Int J Environ Res Public Health.	Hong Kong	Estudo transversal	Foi realizada uma pesquisa transversal utilizando a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse . A regressão logística múltipla foi usada para determinar relações significativas entre as variáveis.	Trabalhar na área de saúde, ter dificuldades financeiras, ter problemas para dormir, não ter atividades de lazer e ter problemas de saúde mental foram correlatos significativos de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes. Ano de estudo, inatividade física e crise familiar também se correlacionaram significativamente com a depressão.
5. Curriculum development through understanding the student nurse experience of suicide intervention education e A phenomenographic study	Compreender o impacto psicológico e sua influência no processo de aprendizagem	2015	Reino Unido	Nurse Educ Pract.	Qualitativo	Estudo fenomenográfico que buscou compreender as experiências de estudantes do segundo ano do Bacharelado em Enfermagem (saúde mental) que participaram de um workshop denominado Treinamento de Habilidades de Intervenção Aplicada ao Suicídio (ASIST). As experiências foram iluminadas através de dois grupos	O workshop permitiu a imersão total na simulação de papéis, desenvolvendo assim a confiança do aluno. A pedagogia voltada para dar suporte psicológico ao aluno deve ser considerada ao desenvolver a intervenção suicida nos currículos de graduação em enfermagem.
6. Resilience and transition to practice in Direct Entry nursing graduates	Examinar a relação entre resiliência e transição para a prática de enfermagem.	2017	EUA	Nurse Educ Pract.	Quantitativo descritivo	A pesquisa consistiu em quatro partes: Caracterização sociodemográfica; Aplicação da Escala de Satisfação Educacional / Profissional (2016); Aplicação da Escala de Experiência de Enfermeira Casey-Fink (2004) e aplicação da Escala de Resiliência Wagnild & Young (1993).	Os resultados indicaram que a satisfação profissional flutua durante o primeiro ano de prática. Aos 12 meses de pós-graduação, apenas 57% dos entrevistados sentiram que sua formação os preparava para a realidade da prática de enfermagem. Intervenções para melhorar a resiliência em recém-formados em enfermagem podem ser uma maneira de impactar

							positivamente a transição para a prática.
7. Effects of Classical Background Music on Stress, Anxiety, and Knowledge of Filipino Baccalaureate Nursing Students	Avaliar o efeito da integração da música de fundo clássica durante uma palestra sobre estresse, ansiedade e conhecimento.	2017	International Journal of Nursing Education Scholarship	Filipinas	Quantitativo, quase-experimento; estudo de caso-controle	Participaram deste estudo 42 estudantes de enfermagem. Utilizamos teste t de amostra independente e análise de variância multivariada para examinar o efeito da música de fundo clássica.	Os resultados sugerem que a presença ou ausência de música de fundo clássica não afeta os escores de estresse, ansiedade. Embora a música clássica não tenha conseguido influenciar significativamente as variáveis dependentes, a música de fundo clássica durante o horário das aulas pode ser considerada um estímulo que não atrapalha. Recomendamos estudos de acompanhamento sobre o papel da música de fundo clássica na regulação do controle da atenção dos estudantes de enfermagem durante o horário das aulas.
8. Impact of curricular change on the perception of the educational environment by nursing students	Avaliar o impacto da mudança curricular na percepção do Ambiente Educacional (AE) em estudantes de enfermagem.	2014	Invest Educ Enferm.	Chile	Estudo de coorte.	Duas coortes consecutivas foram avaliadas durante o segundo ano, entrando em 2010 (n: 58) e 2011 (n: 57) para currículo anterior e novo, respectivamente. Uma pesquisa sociodemográfica e a percepção da EE foram aplicadas por meio do questionário Dundee Ready Educational Environment Measure (DREEM).	Não foram detectadas diferenças nas variáveis sociodemográficas entre as coortes. Ambos os grupos avaliaram o AE mais positivamente do que negativamente. Observou-se uma pior percepção do ambiente de aprendizagem e do ambiente social, bem como uma avaliação pior das habilidades acadêmicas da coorte de 2011 em comparação à coorte de 2010. A boa preparação que os alunos estão recebendo para a profissão e a relevância das tarefas que estão aprendendo são consideradas pontos fortes pelos alunos de ambos os grupos.

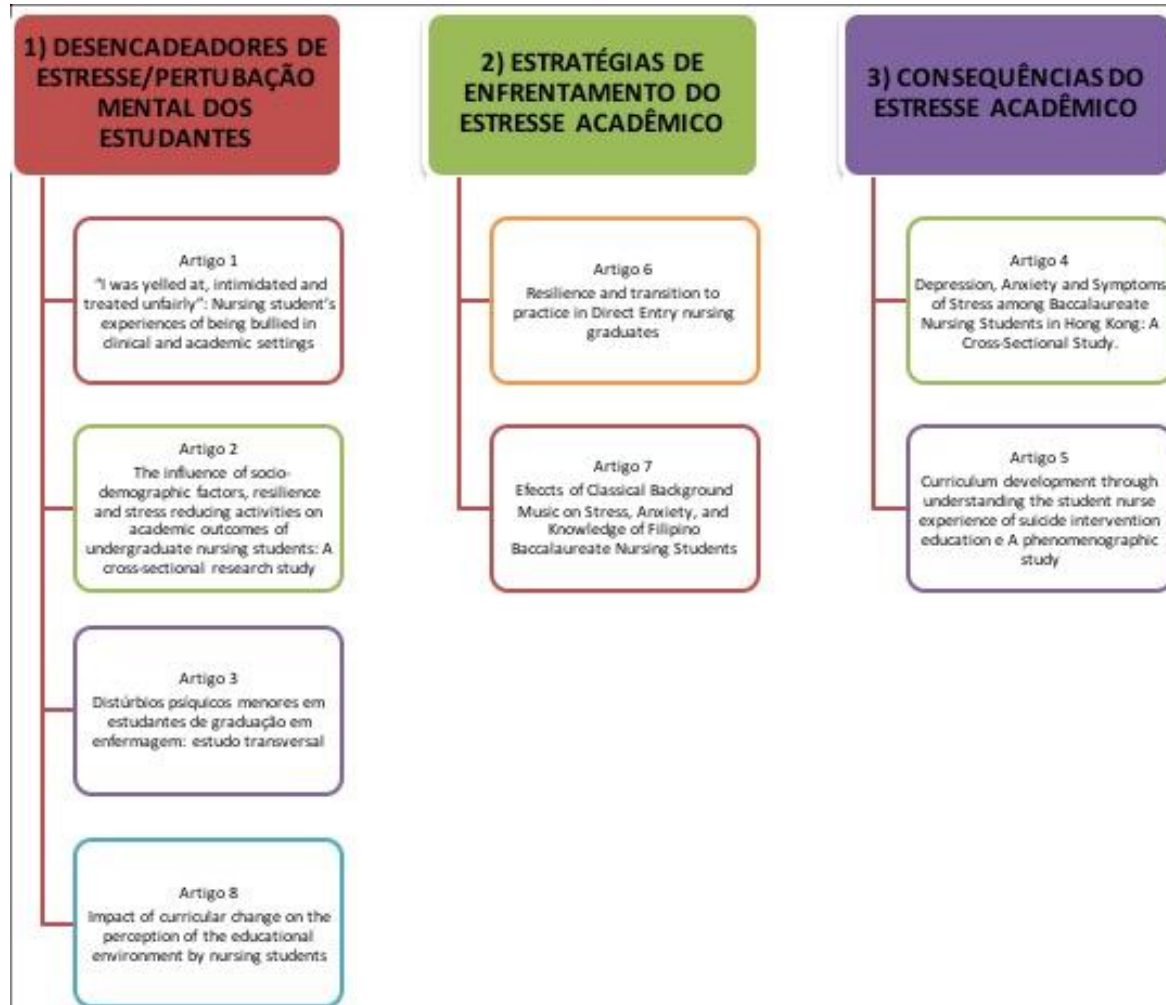
Fonte: Dados da pesquisa.

A partir da análise sistemática dos artigos encontrados no refinamento final, estes foram dispostos em três categorias específicas identificadas de acordo com a afinidade de tema, a saber: 1) Desencadeadores de estresse/perturbação mental dos estudantes; 2)



Estratégias de enfrentamento do estresse acadêmico; e 3) Consequências do estresse acadêmico (figura 2).

Figura 2: Identificação das categorias por convergência temática.



Fonte: Dados da pesquisa.

## 4 DISCUSSÃO

Nota-se a importância de se examinar a saúde mental dos Estudantes de enfermagem, visto que a maioria dos TM's ocorrem durante a graduação<sup>(9)</sup>. Entre os cursos, o de enfermagem tem sido considerado como um dos mais exaustivos, os estudantes são frequentemente confrontados com situações estressantes que afetam seu desempenho acadêmico<sup>(10)</sup>.

Corroborando esta ideia, é importante salientar que em alguns casos a graduação em enfermagem culturalmente é vista pela sociedade como uma má escolha dos estudantes.

Em algumas ocasiões os estudantes que optam por ingressar nesta profissão são vistos como indivíduos frustrados e que acabaram elegendo esta formação por não terem tido alternativa ou serem incapazes de seguirem outra graduação. Em muitas sociedades a Enfermagem é geralmente definida como a ciência do cuidado, simbolizada pela imagem de um paciente idoso de mãos dadas ou uma enfermeira sorridente. Muitas vezes é encarada como uma profissão que se restringe ao amor e à abnegação, fazendo da enfermagem uma lide pessoal e não uma profissão <sup>(11)</sup>.

O conceito de superioridade moral em nossa história explica muito desse fenômeno, uma vez que muitas mulheres em décadas passadas apenas podiam trabalhar fora se o tipo de trabalho escolhido tivesse uma natureza virtuosa. Essa perspectiva, por sua vez, acabou interferindo na concepção da sociedade atual frente a enfermagem, uma vez que um aspirante à profissão muitas vezes é tido como alguém que possui o dom de cuidar, ou seja, sua escolha remete à uma obra de Deus, e não porque ele seria capaz de ter habilidades pautadas aprimoradas pelo seu intelecto <sup>(11)</sup>.

Esta conotação errônea pode ser um dos fatores que contribuem para o aumento do estresse na vida acadêmica, uma vez que a não identificação com a profissão pode ser alimentada por uma necessidade de dar respostas à sociedade acerca de suas escolhas. Aliado às dificuldades do curso, tais fatores podem influenciar negativamente a saúde mental destes estudantes.

No entanto, a evolução dessa concepção apenas se tornará viável mediante uma mudança a nível das organizações sociais e culturais. Por ser um problema de base fenomenológica, é importante sempre que este profissional aprimore seus conhecimentos em sua prática a fim de que tenha mais segurança na tomada de decisões e seja visto, gradativamente, não apenas como um potencial indivíduo gerenciador do cuidado, mas também capaz de se atualizar para deter habilidades promotoras da melhoria da saúde dos indivíduos que assiste <sup>(12)</sup>.

Por outro lado, no que se refere à entrada dos estudantes na vida acadêmica, estudos sinalizam que este período representa sensações de satisfação e de grande relevância pessoal, pois denota a realização de um sonho de se tornar um enfermeiro. Porém, mesmo que instigado pela busca da formação acadêmica, o estudante ainda assim pode não estar preparado para enfrentar esse desafio devido a dificuldades que pode encontrar durante o trajeto da graduação, como a adaptação ao curso, relações sociais, estressores e questões emocionais <sup>(13)</sup>.

Além disso, os estudantes de enfermagem, especificamente, muitas vezes são vulneráveis a experimentar diferentes tipos de estresse, principalmente pela consequência de lidar diretamente com pessoas doentes, com a vida e a morte. Soma-se a este fator o crescente volume de informações resultante de aulas teóricas e práticas e o nível de exigência do curso podem ser fatores predisponentes a um desequilíbrio emocional.

Estudo de Evangelista e colaboradores (2017) as pressões acadêmicas, incluindo a administração do tempo para conciliar os momentos de estudo e preparação para provas com os períodos de lazer são fatores que interferem de forma impactante na vida do graduando <sup>(14)</sup>.

Nessa conjuntura, altos níveis de estresse nos estudantes de enfermagem acabam afetando a memória, a concentração, a motivação e a capacidade de resolver problemas, abrindo caminho para a diminuição da aprendizagem, adaptação e desempenho acadêmico <sup>(15)</sup>.

Percebe-se, portanto, que a grande sobrecarga de atividades, geralmente atrelada a um período da vida em que se torna imperativa a tomada de decisões pelo curso natural da vida adulta acarreta em um desequilíbrio emocional em muitos acadêmicos do curso. Além disso, o estresse, a ansiedade, a ausência das redes de apoio ou a carência de atividades lúdicas e recreacionais dentro das instituições acaba impactando negativamente a vida dos estudantes e, conseqüentemente, o seu desempenho acadêmico.

Neste sentido, as taxas de autoextermínio acabam se tornando crescentes. Estudo de Heyman e colaboradores (2015) evidenciou que as crescentes taxas de suicídio e o impacto na vida dos graduandos de enfermagem mostram a necessidade de uma educação contínua para que o estudantes consigam estabelecer o enfrentamento diante o suicídio <sup>(16)</sup>.

Silva e colaboradores (2019), por sua vez, apontou que há uma tendência entre a depressão com a faixa etária entre 23 a 27 anos em estudantes de graduação em enfermagem. Da mesma forma, Botti e colaboradores (2016) identificaram que dos 179 estudantes investigados em uma universidade do estado de Minas Gerais, um total de 19, ou seja, 10,6% deles apresentaram sintomas de depressão, 17 (9,5%) histórico de ideação suicida e 11 (6,1%) já tentaram o suicídio.

Os resultados encontrados nesta revisão de literatura também sinalizaram que o *bullying* se configura como um importante desencadeador de TM's na enfermagem em seus contextos acadêmicos. Muitas vezes atitudes preconceituosas e negativas frente a estes indivíduos são negligenciadas pelos educadores universidade, indo na via contrária daquilo

que se espera, uma vez que deveriam ter a responsabilidade de auxiliar no enfrentamento dessas práticas <sup>(16)</sup>.

No estudo supracitado, os estudantes de enfermagem sujeitos ao *bullying* relataram uma série de consequências negativas de natureza psicológica, emocional, física, profissional e/ou espiritual. As sensações negativas incluíram desgaste mental, ansiedade, depressão, redução da autoestima, doença, baixa frequência acadêmica e baixo desempenho clínico <sup>(16)</sup>.

Portanto, o *bullying* no ambiente acadêmico pode ter implicações duradouras e influenciar os papéis profissionais e a vida pessoal dos alunos e, tanto o professor quanto a universidade possuem papel de grande relevância no auxílio deste enfrentamento <sup>(16)</sup>.

Pesquisas mostram também a importância de intervenções para melhorar a resiliência dos graduandos de enfermagem. Observaram que a baixa autoestima entre os estudantes leva a um maior desgaste e níveis de depressão, sendo o desgaste mental um resultado do estresse, gerado no decorrer do curso. Os alunos capazes de superar as adversidades e o estresse se baseiam, muitas vezes, em sua autoeficácia e resiliência à medida que progredem no curso <sup>(17)</sup>.

Diante desse problema, reforça-se a necessidade de engajamento das instituições de ensino para atentar-se às possíveis manifestações de *bullying*. É necessário também que as universidades se mobilizem a fim de identificarem os possíveis casos de depressão e ideação/tentativas de autoextermínio a fim de serem elaboradas estratégias eficazes para tentar revertê-las <sup>(18)</sup>.

Diante do exposto, os estudos encontrados sinalizam a necessidade de maior aprofundamento teórico acerca deste objeto de estudo, ou seja, a saúde mental dos estudantes de enfermagem. Percebe-se que muitos trabalhos se destinam a reportar acerca da saúde mental de estudantes da área de saúde como um todo, de forma generalista, sem especificamente focarem na qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estudo propôs descrever como se apresenta a saúde mental dos estudantes universitários. Percebe-se que há uma grande prevalência de TM's em estudantes de graduação e, entre os cursos, o de enfermagem tem sido considerado como um dos mais exaustivos, o que causa um impacto na qualidade de vida e de formação de profissionais de saúde, que estarão ligados às práticas de cuidado e ao processo saúde-doença.

É fundamental que as instituições de ensino superior se mobilizem frente a esta clientela e criem estratégias de enfrentamento junto de seus alunos com vistas a inclusão da família de forma contínua e participativa para oferecimento de escuta. Aos professores e demais funcionários, é imperativa a necessidade de também se mobilizarem a fim de se atentar continuamente às possíveis variações de comportamentos de seus alunos e que sejam trabalhada a perspectiva de humanização do ensino dentro das universidades, desvinculando-se do modelo tradicional de ensino onde o professor é visto como detentor do conhecimento e da razão.

No entanto, a ausência da abordagem da saúde mental nas universidades, sobretudo no que se refere ao suicídio na graduação em enfermagem se dá, muitas vezes, pela insegurança profissional enfrentadas por alunos e professores para lidar com o indivíduo que está em situação de risco para o suicídio. Portanto, é importante que novos estudos investiguem essa temática a fim de que o engajamento em capacitações a curto, médio e longo prazo sejam criadas nas universidades de ensino superior.

Evidencia-se a importância do acolhimento aos ingressantes, por meio de atividades lúdicas, rodas de conversas, com a finalidade de esclarecer dúvidas em relação à futura profissão e as demandas acadêmicas. A detecção e o tratamento precoce de TMs, pode minimizar os riscos e a prevalência desses indicadores entre esse grupo.

Como limitações, o fato de terem sido encontrados poucos estudos que abordam a saúde mental dos estudantes de enfermagem possibilitou uma discussão não aprofundada dos achados. Por outro lado, o quantitativo encontrado reforça ainda mais a necessidade de se desenvolverem mais investigações nesta área, especificamente voltadas a esta clientela. As peculiaridades de cada graduação incitam sensações e comportamentos únicos a cada estudante e devem, por isso, serem analisadas de forma mais aprofundada, a fim de que medidas mais efetivas sejam implementadas junto às universidades.

## REFERÊNCIAS

1. aral OL. INEF, Instituto de Estudos e Orientação da Família. [Online].; 2011. Available from: [HYPERLINK "http://www.inef.com.br/Transtornos.html"](http://www.inef.com.br/Transtornos.html)  
[://www.inef.com.br/Transtornos.html](http://www.inef.com.br/Transtornos.html).
2. S. Organização Mundial da Saúde. [Online].; 2018. Available from: [HYPERLINK  
ps://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5652:folha](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha)

- ormativa-transtornos-mentais&Itemid=839"  
[s://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5652:folha-ormativa-transtornos-mentais&Itemid=839](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-ormativa-transtornos-mentais&Itemid=839) .
3. S. Organização Mundial da Saúde. [Online].; 2018. Available from: [HYPERLINK ps://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5779:folha-ormativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839"](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5779:folha-ormativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839)  
[s://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5779:folha-ormativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5779:folha-ormativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839) .
  4. Leida LS, Soares APC, Ferreira JA. Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. 2002; 1(2): p. 81-93.
  5. da R. Os suicídios e a universidade produtivista. Rev Esp Acad. 2013; 13(149): p. 78-83.
  6. de Azevedo AL, Camargo IML, Luchesi LB, Gherardi-Donato ECS, Teixeira CAB. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.). 2018; 14(2): p. 117-124.
  7. de Moraes CB, Hoga LAK, Peduzzi M, Sangaleti C, Yonekura T, Silva DRAD. Integrative review: concepts and methods used in nursing. Rev. esc. enferm. USP [Internet]. 2014; 48(2): p. 335-345.
  8. Fineout-Overholt E, Melnyk B, Williamson K. Evidence-based practice, step by step: searching for the evidence. Am J Nurs. 2010; 110(5): p. 41-7.
  9. Chung T, Wong S, Wong K, Law L, Ng K, Tong M, et al. Depression, anxiety and symptoms of stress among baccalaureate nursing students in Hong Kong: a cross-sectional study. Int J Environ Res Public Health. 2016; 13(8): p. 779.
  10. de Moraes CMP, Magnago TSBS, Marconato CS, Morais BX, Magnago ACS, Andolhe R. Sintomas psíquicos menores em estudantes de graduação em enfermagem: estudo transversal. Rev Enferm UFSM. 2017; 7(4): p. 629-642.
  11. de Moraes M. Você é tão inteligente!: por que não estudou medicina?. Rev. esc. enferm. USP. 2013; 47(1): p. 9-10.
  12. Ash B, Gordon S. From silence to voice: what nurses know and must communicate to the public. Ithaca: Cornell University Press; 2006.

- 13 Vieira REC, Morais A. Vivências acadêmicas e adaptação de estudantes de uma universidade pública federal do Estado do Paraná. *Revista de Educação Pública*. 2015; 5(57): p. 547-568.
- 14 Angelista K, Macabasag R, Capili B, Castro T, Danque M, Evangelista H, et al. Effects of classical background music on stress, anxiety, and knowledge of filipino baccalaureate nursing students. *Int J Nurs Educ Scholarsh*. Oct. 2017; 14(1): p. 44-145.
- 15 León Mackay MC, Garbarini Crisóstomo A, Parro Fluxá J, Lavín Venegas C. Impact of a structural change on the perception of the educational environment by nursing students. *Investigación y Educación en Enfermería*. 2015; 33(1): p. 63-72.
- 16 Martney-Pratt H, Pich J, Levett-Jones T, Moxey A. "I was yelled at, intimidated and treated unfairly": nursing students' experiences of being bullied in clinical and academic settings. *Nurs*. 2018; 27(5-6): p. e903-e912.
- 17 Paio JMC, Santos GV, Oliveira WA, Silva JL, Medeiros M, Silva MAI. Prevalência de bullying e emoções de estudantes envolvidos. *Texto contexto - enferm*. 2015; 24(2): p. 344-351.
- 18 Roman I, Webster B, S. TS. Curriculum development through understanding the student experience of suicide intervention education: a phenomenographic study. *Nurse Education Today*. 2015; 15(6): p. 498-506.