

Saúde mental de discentes dos cursos de pós-graduação *stricto sensu*

Mental health of students on *stricto sensu* postgraduate courses

DOI:10.34119/bjhrv6n6-466

Recebimento dos originais: 17/11/2023

Aceitação para publicação: 20/12/2023

Egon Emílio Wüst

Pós-Graduando em Psiquiatria

Instituição: Instituto Abuchaim, Centro de Estudos Abuchaim (CEA)

Endereço: Rua Líbero Badaró, 114, Porto Alegre – RS, CEP: 91340-230

E-mail: psiquiatraegonwust@gmail.com

Marcelo Moojen Abuchaim

Graduado em Medicina

Instituição: Instituto Abuchaim, Centro de Estudos Abuchaim (CEA)

Endereço: Rua Líbero Badaró, 114, Porto Alegre – RS, CEP: 91340-230

E-mail: moojenabuchaim@gmail.com

Pâmela Gomes

Pós-Graduanda em Psiquiatria pelo Instituto Abuchaim

Instituição: Hospital Nossa Senhora da Conceição

Endereço: Avenida Presidente Vargas s/n, Urussanga – SC, CEP: 88840-000

E-mail: pamelagomes_@hotmail.com

Cyntia Geller Medina

Pós-Graduanda em Psiquiatria

Instituição: Instituto Abuchaim, Centro de Estudos Abuchaim (CEA)

Endereço: Rua Líbero Badaró, 114, Porto Alegre – RS, CEP: 91340-230

E-mail: dracyntiageller@gmail.com

Diego Teixeira de Farias

Especialista em Atenção Básica pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

Instituição: Hospital Beneficente Dr. César Santos, ESF 1º Centenário

Endereço: Rua Alcides Moura, 100, Passo Fundo – RS, CEP: 99010-640

E-mail: dieguinhof@yahoo.com.br

Eduardo Herz Berdichevski

Doutor em Pediatria e Saúde da Criança

Instituição: Hospital Nossa Senhora da Conceição

Endereço: Rua Francisco Trein, 596, Porto Alegre – RS, CEP: 91350-200

E-mail: eduardo.berdichevski.psiq@gmail.com

Guilherme Mota Ferreira Leite

Bacharel em Medicina

Instituição: ESF Boqueirão – Unidade Rio Bonito

Endereço: Rua Hilda Jardim Faria, 73, Rio Bonito – RJ, CEP: 28800-000

E-mail: guigajipa@hotmail.com

RESUMO

Reconhece-se a saúde mental em estudantes de pós-graduação uma questão urgente, embora menos pesquisada. Em vista disso, objetivou-se mapear evidências científicas sobre saúde mental de estudantes de pós-graduação, no contexto dos cursos *stricto sensu*. Para tanto, considerou-se pertinente a realização de uma revisão de escopo, nas bases de dados LILACS, SCIELO e MEDLINE. As evidências mapeadas demonstraram que na última década, o número de programas de pós-graduação, em nível de mestrado e doutorado, vem crescendo de forma constante no cenário mundial e nacional e, concomitantemente, o número de discentes inseridos em tais programas. Por conseguinte, pesquisas publicadas no período de 2018 a 2023 passaram a investigar o adoecimento psíquico na vida acadêmica, evidenciando taxas variando de 15,9 a 78% de ansiedade, 13 a 89% de depressão, 0,99 a 31% de insônia, 5,5% de pânico e 27,4% ideação suicida passiva e 16,5% ideação suicida ativa. Nas amostras dos estudos analisados, cuja quantidade variou de 90 a 5.985 pós-graduandos, houve predomínio do sexo feminino e adultos jovens, com idade média de 30 anos. Foram apontados como fatores que afetam a saúde mental em discentes de pós-graduação de cursos *stricto sensu* os seguintes: relações deficientes e/ou conflituosas entre orientador e orientando, estresse financeiro, excesso de atividades, competitividade acadêmica e falta de equilíbrio entre vida acadêmica, pessoal e profissional.

Palavras-chave: saúde mental, transtorno mental, educação de pós-graduação.

ABSTRACT

Mental health in postgraduate students is recognized as an urgent, although less researched, issue. In view of this, the objective was to map scientific evidence on the mental health of postgraduate students, in the context of *stricto sensu* courses. To this end, it was considered pertinent to carry out a scoping review in the LILACS, SCIELO and MEDLINE databases. The mapped evidence demonstrated that in the last decade, the number of postgraduate programs, at the master's and doctorate level, has been growing steadily on the global and national scene and, concomitantly, the number of students enrolled in such programs. Therefore, research published between 2018 and 2023 began to investigate psychological illness in academic life, showing rates ranging from 15.9 to 78% of anxiety, 13 to 89% of depression, 0.99 to 31% of insomnia, 5.5% panic and 27.4% passive suicidal ideation and 16.5% active suicidal ideation. In the samples of the studies analyzed, whose number varied from 90 to 5,985 postgraduate students, there was a predominance of females and young adults, with an average age of 30 years. The following were identified as factors that affect mental health in postgraduate students on *stricto sensu* courses: deficient and/or conflicting relationships between advisor and student, financial stress, excessive activities, academic competitiveness and lack of balance between academic life, personal and professional.

Keywords: mental health, mental disorder, postgraduate education.

1 INTRODUÇÃO

Estudo publicado no ano de 2018 chamou atenção da comunidade científica sobre o fato de discentes, especificamente dos cursos de pós-graduação *stricto sensu*, serem acometidos por transtornos mentais, como ansiedade e depressão, em taxas muito mais elevadas quando comparadas às da população em geral, com graves consequências no seu bem-estar e no seu desempenho pessoal e acadêmico. Esta evidência gerou uma série de discussões sobre a saúde

mental neste nível de formação acadêmica que promove o estímulo à pesquisa e expansão do ensino superior, com alguns denominando o fenômeno como “crise de saúde mental”.¹

Tanto em nível mundial como nacional, as pesquisas em saúde mental no âmbito acadêmico vêm priorizando os discentes dos cursos de graduação, com número reduzido de estudos retratando a realidade dos pós-graduandos, gerando, assim, uma certa invisibilidade desse segmento, de futuros pesquisadores e docentes.²⁻⁴

Reconhece-se a saúde mental em estudantes de pós-graduação uma questão urgente, embora menos pesquisada.⁵ Nos últimos anos, os programas de pós-graduação passaram por mudanças importantes no que diz respeito à sua organização, ao incentivo à crescente produção de conhecimento inovador e às possibilidades de comunicação com pesquisas e pesquisadores do exterior, ampliando as redes de colaboração e, conseqüentemente, o impacto científico e social dessa produção.^{3,6}

Na atualidade, define-se saúde mental como qualquer coisa relacionada com o bem-estar emocional ou psicológico de um indivíduo, ou seja, o seu estado mental e emocional. Por isso, bem-estar e saúde mental são termos frequentemente usados de forma intercambiável, mas pesquisas sugerem que, embora devam ser vistos como vinculados, são conceitos distintos. A saúde mental contempla um espectro de experiências, que vão desde uma boa saúde mental até a presença de um transtorno. Uma boa saúde mental é mais do que apenas a ausência de doença mental, mas sim a presença de habilidades, hábitos e capacidades relevantes específicos que permitem a um indivíduo reagir ou lidar efetivamente com o ambiente ao seu redor. O bem-estar, por outro lado, é um termo mais holístico, refletindo experiências sociais, físicas e econômicas mais amplas. Muitas vezes é um indicativo de quão próximo um indivíduo pode viver sua vida de acordo com o que deseja. O bem-estar associa-se ao desenvolvimento de relacionamentos robustos, ao alcance do potencial individual e à capacidade de se envolver em atividades de valor e significado pessoal.⁷

Indivíduos portadores de transtornos mentais, com mecanismos insuficientes para lidarem com estressores, encontram-se suscetíveis a uma menor satisfação com a vida e uma maior gravidade dos problemas apresentados na saúde mental. Além disso, indivíduos com dois ou mais problemas de saúde mental têm probabilidade de impacto negativo sobre a qualidade de vida. Tais dados são considerados preocupantes uma vez que os transtornos de humor, ansiedade e uso de substâncias psicoativas são altamente comórbidos entre adultos jovens.^{8,9}

Outro dado importante a ressaltar é o fato de que a pós-graduação *stricto sensu* vem apresentando crescimento contínuo em nível mundial. Nos Estados Unidos, por exemplo, anualmente, aproximadamente três milhões de estudantes são matriculados em programas de

pós-graduação. As estimativas apontam que a matrícula deverá aumentar para 3,3 milhões de estudantes até 2026.⁵ No cenário nacional, no período 2010 e 2018 registrou-se um aumento de 39% da sua quantidade de alunos matriculados.¹⁰

Frente a tais constatações, objetivou-se mapear evidências científicas sobre saúde mental de estudantes de pós-graduação, no contexto dos cursos *stricto sensu*.

2 MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de uma revisão de escopo realizada de acordo com a estratégia metodológica proposta por Joanna Briggs Institute (JBI), na qual estabelece como etapas operacionais as seguintes: identificação da questão de pesquisa; busca dos estudos relevantes; seleção de estudo; mapeamento dos dados; e agrupamento, resumo e apresentação dos resultados. Nesta, são considerados os critérios de inclusão baseados nos elementos população (P), conceito (C) e contexto (C), que corresponde a um recurso mnemônico “PCC”, que direciona o título do estudo, além de apresentar o foco e o escopo da revisão.¹¹

Com base nessa diretriz, a população selecionada para o estudo foram os pós-graduandos de mestrado e doutorado; o conceito utilizado como um fenômeno de interesse foram os transtornos mentais avaliados por instrumentos validados; e o contexto considerou o comprometimento da saúde mental na vida acadêmica.

Conciliando os tópicos-chave do PCC com os objetivos do estudo, a questão de pesquisa da revisão de escopo se constituiu como: Quais são as evidências científicas sobre transtornos mentais em discentes dos cursos de pós-graduação *stricto sensu*, contempladas em publicações disponibilizadas em periódicos online?

Para identificação de estudos relevantes foram selecionados artigos originais e indexados na íntegra em periódicos online. O recorte temporal das publicações deriva do ano de 2018 até o mês de setembro do ano de 2023, cujas buscas foram realizadas nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), US National Library of Medicine National Institutes of Health (PUBMED) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO).

As buscas nas bases de dados foram norteadas pelos Descritores de Ciências da Saúde (DeCs) e termos do Medical Subject Headings (MeSH) apresentados nos idiomas português e inglês, com o auxílio do booleano AND entre pelo menos dois termos: Transtorno Mental AND Educação de Pós-Graduação; Mental Disorders AND Education Graduate; Saúde Mental AND Educação de Pós-Graduação; Mental Health AND Education Graduate.

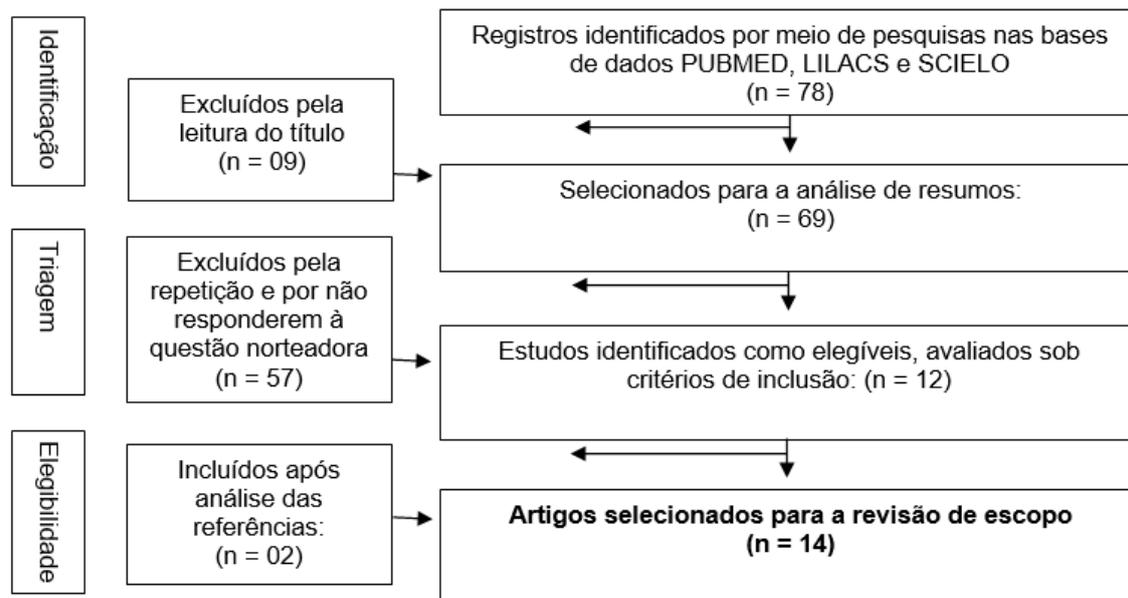
Como critérios de exclusão dos artigos na seleção foram seguidos os seguintes: estudos repetidos em mais de uma fonte de dados, selecionando-se somente uma; publicados sob o formato de monografia, dissertação, tese, capítulo de livro, livro, editorial, anais de congresso, resenha, comentário ou crítica; resumos livres e investigações cujos resultados não respondem à questão norteadora.

Na revisão, a princípio foram explorados: títulos, palavras-chaves, descritores e resumos dos artigos e aproximação com o objeto de estudo. Na sequência, os estudos selecionados foram lidos na íntegra. Na terceira etapa, as referências dos estudos selecionados para a leitura na íntegra foram analisadas, com o intuito de identificar pesquisas originais a serem inseridas na presente revisão de escopo. O processo de seleção está apresentado no fluxograma (Figura 1), baseado no Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR), conforme recomendações do JBI.¹²

3 RESULTADOS

As buscas realizadas nas bases de dados com os descritores eleitos recuperaram 78 registros. Após a leitura dos títulos foram excluídos 09, restando 69 para análise a partir de seus resumos. Ao final desta etapa, 57 estudos foram considerados não elegíveis por não responderem à questão norteadora e serem repetidos, sendo finalmente selecionados 12, por atenderem aos critérios de inclusão estabelecidos no presente estudo. A análise das referências destes artigos permitiu a inclusão de mais dois, totalizando, assim, 14 estudos originais para a revisão, como visualizado na Figura 1.

Figura 1 – Estudos selecionados e excluídos para revisão sistemática, São Paulo, SP, 2023.



Fonte: Dados de pesquisa.

No Quadro 1 constam os dados dos estudos selecionados referentes à identificação da autoria, ano de publicação, amostra em relação à quantidade, sexo, idade e distribuição por curso *stricto sensu*, instrumentos para a identificação do transtorno mental e resultados obtidos.

Quadro 1 – Distribuição dos artigos selecionados de acordo com as variáveis pesquisadas. São Paulo, 2023.

Autoria/Ano	Amostra	Instrumentos	Resultados
Costa EG, Nebel L. ⁽³⁾ (2018)	- 2.903 pós-graduandos, 44% eram mestrandos e 56% doutorandos; 76% do sexo feminino; idades entre 20 e 30 anos	- Questionário elaborado pelos autores	- 74% ansiedade - 31% insônia - 25% depressão
Evans TM, Bira L, Gastelum JB, Weiss LT, Vanderford NL. ¹ (2018)	- 2.279 pós-graduandos de 26 países e 234 instituições	- Questionário elaborado pelos autores	- 41% ansiedade moderada a grave - 39% depressão moderada a grave
Fang J, Wang T, Li C, Hu X. ¹³ (2019)	- 3.669 pós-graduandos de mestrado de várias faculdades da Universidade da China em 2018; 58% do sexo feminino; idades entre 22 a 28 anos	- Patient Health Questionnaire (PHQ-9, Chinese version); - Zung Self-rating Depression Scale (SDS, Chinese version); - Generalized Anxiety Disorder 7 (GAD-7, Chinese version); - Self-rating Anxiety Scale (SAS, Chinese version)	- 15,9% ansiedade leve - 20,5% depressão

Cesar FCR, Oliveira LMAC, Ribeiro LCM, Alves AG, Moraes KL et al. ¹⁴ (2021)	- 503 pós-graduandos da área da saúde, 81,7% do sexo feminino, idade média 30 anos	- WHOQOL-BREF	- 32% depressão e/ou ansiedade
Gin LE, Wiesenthal NJ, Ferreira I, Cooper KM. ¹⁵ (2021)	- 840 pós-graduandos em ciências biológicas nos Estados Unidos	Questionário	- 54,6% depressão moderada a grave
Scorsolini-Comin F, Patias ND, Cozzer AJ, Flores PAW, Hohendorff JV. ⁶ (2021)	- 331 pós-graduandos brasileiros, idades entre 20 e 64 anos (idade média 31 anos), 75% do sexo feminino, 48% da área de Ciências Humanas; 58% mestrandos e 40% doutorandos	- Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form, validada para a população adulta brasileira	- ansiedade moderada - depressão moderada
Allen HK, Lilly F, Green KM, Zanjani F, Vincent KB, Arriaa AM. ¹⁶ (2022)	- 2.683 estudantes de pós-graduação, 63% do sexo feminino, idades entre 20 a 65 anos (idade média 28 anos), 48% mestrandos e 47% doutorandos	- Beck Anxiety Inventory (BAI) - Beck Depression Inventory (BDI)	- 23% ansiedade moderada ou grave - 13% depressão moderada ou grave
Corrêa RP, Castro HC, Ferreira RR, Araújo-Jorge T, Stephens PRS. ¹⁷ (2022)	- 5.985 pós-graduandos, 70% do sexo feminino, idades entre 18 a 30 anos, 51,43% mestrandos e 43,02% doutorandos	- Questionário de múltiplas escolhas contendo aspectos da saúde mental	- 45% ansiedade generalizada - 17,41% depressão - 5,5% pânico - 0,99% insônia
Hou L, Chang L, Chen L, Fei J, Zhou R. ¹⁸ (2022)	- 1.103 pós-graduandos de mestrado e doutorado, 55,3% do sexo feminino, idades entre 18 a 43 anos (idade média de 24,3 anos)	- Beck Depression Inventory (BDI)	- 54% sintomas depressivos mínimos - 34% depressão leve - 8,98% depressão moderada - 2,99% depressão grave
Friedrich J, Bareis A, Bross M, Bürger Z, Cortés Rodríguez Á, Effenberger N et al. ¹⁹ (2023)	- 589 pós-graduandos em doutorado na Alemanha; faixa etária entre 17 a 48 anos	- Perceived Health Questionnaire (PHQ-2) e - Generalized Anxiety Disorder scale (GAD-7)	- 39,2% ansiedade - 33,1% depressão
Kılıç C, Karahan FS. ²⁰ (2023)	- 459 pós-graduandos, 64% do sexo feminino, idades entre 25 a 29 anos, 58% mestrandos e 27% doutorandos	- Counseling Center Assessment of Psychological Symptoms (CCAPS)	- ansiedade - depressão
Kogien M, Marcon SR, Modena CF, Bittencourt MN, Rézio LA, Faria JS. ²¹ (2023)	- 321 pós-graduandos, 72,6% do sexo feminino, idade média de 32,94 anos, 86,6% mestrandos	- Composite International Diagnostic Interview (CIDI), validadas para o contexto brasileiro	- 27,4% ideação suicida passiva - 16,5% ideação suicida ativa
Malik S, Bessaha M, Scarbrough K,	- 341 pós-graduandos, idade média de 31,88 anos, 68% do sexo feminino	- Scale, the Patient Health Questionnaire	- 76% ansiedade moderada a grave - 89% depressão moderada a grave

Younger J, Hou W. ²² (2023)		Depression Scale (PHQ-9) - Generalized Anxiety Disorder scale (GAD-7)	
Sokratous S, Alexandrou G, Zavrou R, Karanikola M. ²³ (2023)	- 90 pós-graduandos de mestrado em enfermagem em saúde mental e obstetrícia; idades entre 22 a 26 anos; 52,2% do sexo feminino	- Life Events Scale for Students (LESS); - General Health Questionnaire-28 (GHQ-28)	- 36,7% sofrimento mental clinicamente significativo

Fonte: Dados de pesquisa.

4 DISCUSSÃO

Na última década, o número de programas de pós-graduação, em nível de mestrado e doutorado, vem crescendo de forma constante no cenário mundial e nacional e, concomitantemente, o número de discentes inseridos em tais programas. Por conseguinte, pesquisas publicadas no período de 2018 a 2023 passaram a investigar o adoecimento psíquico na vida acadêmica, evidenciando taxas variando de 15,9 a 78% de ansiedade^{1,3,13,14,16,17,18,19,20,22}, 13 a 89% de depressão^{1,3,13,14,16,17,18,19,20,22}, 0,99 a 31% de insônia^{3,17}, 5,5% de pânico¹⁷ e 27,4% ideação suicida passiva e 16,5% ideação suicida ativa²¹

Nas amostras dos estudos analisados, cuja quantidade variou de 90 a 5.985 pós-graduandos, houve predomínio do sexo feminino e adultos jovens, com idade média de 30 anos. Foram apontados como fatores que afetam a saúde mental em discentes de pós-graduação de cursos *stricto sensu* os seguintes: relações deficientes e/ou conflituosas entre orientador e orientando, instabilidade financeira entre os estudantes bolsistas, excesso de atividades e dificuldades para entregar no prazo estipulado, alta competitividade acadêmica e falta de equilíbrio entre vida acadêmica, pessoal e profissional.^{1,3}

Outras variáveis que se mostraram geradoras de estresse e preditivas de sofrimento psíquico incluíram: redução do prazo para titulação; incerteza quanto ao futuro profissional; pressão psicológica antes e em torno da defesa; preocupação com o Currículo Lattes; longos períodos de estudo; isolamento e a falta de interlocução; e empecilhos em publicar artigos.³

O comprometimento da saúde mental dos pós-graduandos de mestrado e doutorado é um problema cada vez mais grave e que pode levar por vezes à ideação suicida passiva e ativa, já que o estresse ambiental crônico é o principal fator que leva à ansiedade e à depressão.²¹

O estresse é uma reação do organismo que ocorre quando um indivíduo encontra situações para as quais sua maneira de enfrentar no dia a dia torna-se insuficiente, por perceber uma ameaça real. Assim sendo, o indivíduo não consegue se adaptar a situação estressora,

ocorrendo aumento da secreção de hormônios que produz diversos distúrbios fisiológicos e psicológicos, como ansiedade e depressão.²⁷

A ansiedade é a manifestação precoce da maioria dos transtornos psicológicos, como depressão e transtorno obsessivo-compulsivo.²⁶ Trata-se de um sentimento de apreensão desagradável onde o indivíduo percebe uma ameaça desconhecida, caracterizada por um desconforto de uma antecipação de perigo, sendo prejudicial à saúde quando o estímulo acaba sendo desproporcional, interferindo no bem-estar e qualidade de vida do profissional. Constitui um sentimento persistente de medo, apreensão e desastre iminente, preocupação excessiva ou tensão e inquietação.²⁸

Além de sentimentos intensos de medo ou pânico, indivíduos ansiosos podem manifestar sintomas físicos, como fadiga, tontura, dor de cabeça, náusea, dor abdominal, palpitações, dispneia e incontinência urinária.²⁶

A depressão caracteriza-se pelo prolongamento de sintomas depressivos que se manifestam pela perda de interesse ou prazer, alteração específica do humor (tristeza, solidão, apatia), associada à autoconceito negativo (auto reprovação, baixo autoestima e culpa), desejos regressivos e autopunitivo (escapar, esconder ou morrer), mudanças vegetativas (anorexia, insônia, perda da libido) e mudanças em nível de atividade (incapacidade de concentração, lentidão ou agitação).^{30,31}

Portanto, o estresse intenso e excessivo no cotidiano dos pós-graduandos dos cursos *stricto sensu* é apontado nos estudos analisados como responsável por alterações referentes à saúde mental, em específico ansiedade e depressão, provocadas pela vida acadêmica, evidenciando a relevância de uma abordagem multidisciplinar a estes indivíduos, com ênfase nos cuidados psicológicos.²⁹

5 CONCLUSÃO

A partir da presente revisão de escopo, as evidências mapeadas apontaram elevadas taxas de prevalência de adoecimentos psíquicos dos pós-graduandos dos cursos *stricto sensu* no que se referem à ansiedade e depressão. Embora a formação acadêmica tenha um papel relevante na vida do ser humano, pois, além de ser fonte do seu sustento e satisfação, nela pode se sentir útil, produtivo e valorizado. Contudo, quando realizada em condições específicas, adversas ou inadequadas, pode ser nociva devido ao estresse intenso e contínuo, causando intenso sofrimento psíquico e prejudicando a saúde, com o potencial de gerar doenças e transtornos, levando à ideação suicida.

REFERÊNCIAS

- 1 Evans TM, Bira L, Gastelum JB, Weiss LT, Vanderford NL. Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nat Biotechnol.* 2018;36(3): 282-4.
- 2 Barreira P., Basílico M., Bolotnyy V. Graduate Student Mental Health: Lessons from American Economics Departments. Working Paper. 2018. Disponível em: https://scholar.harvard.edu/files/bolotnyy/files/bbb_mentalhealth_paper.pdf. Acesso em: 10 set. 2023.
- 3 Costa EG, Nebel L. How much is the pain worth? Study on the mental health of graduate students in Brazil. *Polis.* 2018;17(50):207–27.
- 4 Cassiano C, Guimarães VHA, Gonçalves JRL. “Não importa o que você sente ou pensa, você precisa de ser produtivo e eficiente” – Vivências e percepções dos estudantes de mestrado e doutorado no Brasil. *Brazilian Journal Health Review* 2023; 6(2): 5860-79.
- 5 Okoro C, Owojori OM, Umeokafor N. The developmental trajectory of a decade of research on mental health and well-being amongst graduate students: a bibliometric analysis. *Int J Environ Res Public Health* 2022; 19(9): 4929.
- 6 Scorsolini-Comin F, Patias ND, Cozzer AJ, Flores PAW, Hohendorff JV. Mental health and coping strategies in graduate students in the COVID-19 pandemic. *Rev Lat-Am Enfermagem.* 2021; 29: e3491.
- 7 Nicholls H, Nicholls M, Tekin S, Lamb D, Billings J. The impact of working in academia on researchers’ mental health and well-being: A systematic review and qualitative meta-synthesis. *PLoS One.* 2022; 17(5): e0268890.
- 8 Becerra M, Wong E, Jenkins BN, Pressman SD. Does a good advisor a day keep the doctor away? How advisor-advisee relationships are associated with psychological and physical well-being among graduate students. *International Journal of Community Well-Being* 2020; 4:505-24.
- 9 Mofatteh M. Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS Public Health* 2021; 8(1): 36-65.
- 10 Kuenka BS. O impacto da pós-graduação stricto sensu sobre o estado de saúde mental do brasileiro. *Economia Ensaios* 2021; 36(2): 258-83.
- 11 Tricco AC, Lillie E, Zarin W, O’Brien KK, Colquhoun H, Levac D et al. PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Ann Intern Med.* 2018;169(7):467-73.
- 12 Peters MDJ, Godfrey C, McInerney P, Soares CB, Khalil H, Parker D. Chapter 11: Scoping Reviews. In: Aromataris E, Munn Z. *Joanna Briggs Institute Reviewer's Manual*[Internet]. The Joanna Briggs Institute; 2017 [cited 2020 Mar 20]. Available from: <https://reviewersmanual.joannabriggs.org/>.

- 13 Fang J, Wang T, Li C, Hu X. Depression Prevalence in Postgraduate Students and Its Association With Gait Abnormality. *IEEE* 2019; 17: 174425-37.
- 14 Cesar FCR, Oliveira LMAC, Ribeiro LCM, Alves AG, Moraes KL et al. Qualidade de vida de mestrandos e doutorandos em saúde. *Rev. Bras. Enferm.* 2021;74(4):e20201116.
- 15 Gin LE, Wiesenthal NJ, Ferreira I, Cooper KM. Examining How graduate research and teaching affect depression in life sciences PhD students. *CBE Life Sciences Education* 2021; 20(3).
- 16 Allen HK, Lilly F, Green KM, Zanjani F, Vincent KB, Arriaa AM. Substance use and mental health problems among graduate students: individual and program-level correlates. *J Am Coll Health.* 2022; 70(1): 65-73.
- 17 Corrêa RP, Castro HC, Ferreira RR, Araújo-Jorge T, Stephens PRS. The perceptions of Brazilian postgraduate students about the impact of COVID-19 on their well-being and academic performance. *Int J Educational Research Open* 2022;3.
- 18 Hou L, Chang L, Chen L, Fei J, Zhou R. Exploring the roles of dispositional mindfulness and cognitive reappraisal in the relationship between neuroticism and depression among postgraduate students in China. *Int J Public Health.* 2022; 67: 1605074.
- 19 Friedrich J, Bareis A, Bross M, Bürger Z, Cortés Rodríguez Á, Effenberger N, et al. (2023) "How is your thesis going?"—Ph.D. students' perspectives on mental health and stress in academia. *PLoS ONE* 18(7): e0288103.
- 20 Kılıç C, Karahan FS. Mental health problems among graduate students in turkey: a cross-sectional study. *Int. J. Advancement Counselling* 2023.
- 21 Kogien M, Marcon SR, Modena CF, Bittencourt MN, Rézio LA, Faria JS. Prevalence and correlates of passive and active suicidal ideation among students entering graduate courses *Rev. Latino-Am. Enferm.* 2023; 31:e3981
- 22 Malik S, Bessaha M, Scarbrough K, Younger J, Hou W. Self-Reported Depression and Anxiety among Graduate Students during the COVID-19 Pandemic: examining risk and protective factors. *Sustainability* 2023; 15(8): 6817.
- 23 Sokratous S, Alexandrou G, Zavrou R, Karanikola M. Mental health status and stressful life events among postgraduate nursing students in Cyprus: a cross-sectional descriptive correlational study. *BMC Nurs.* 2023; 22 (1): 294.
- 24 Guo LP, Li ZH, Chen TL, Liu GH, Fan HY, Yang KH. The prevalence of mental distress and association with social changes among postgraduate students in China: a cross-temporal meta-analysis. *Public Health.* 2020;186:178-84.
- 25 Wang X, Hegde S, Son C, Keller B, Smith A, Sasangohar F. Investigating mental health of us college students during the COVID-19 pandemic: cross-sectional survey study. *J Med Internet Res.* 2020;22(9):e22817.

26 Chi T, Cheng L, Zhang Z. Global prevalence and trend of anxiety among graduate students: a systematic review and meta-analysis. *Brain Behav.* 2023;13(4):e2909.

27 Boff SR, Oliveira AG. Aspectos fisiológicos do estresse: uma revisão narrativa. *Research Society Development* 2021;10(17).

28 Rocha JBA, Aragão ZMX, Marques AJLC, Carvalho STA, Rocha AS, Cavalcante AKS. Ansiedade em estudantes do ensino médio: uma revisão integrativa da literatura. *Id on Line Rev. Psic.* 2022;16(6):141-58.

29 Cruz MCNL, Gonçalves FTD, Melo KC, Soares AN, Silva WC, Silva CO et al. Ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde. *Brazilian Journal Health Review* 2020;3(5):14644-62.

30 Soares MM, Almeida DC. O tratamento da depressão e ansiedade por intermédio da hipnose. In: Mendes ES. *O desenvolvimento científico contemporâneo da psicologia no Brasil*. Ponta Grossa/PR: Atena, 2021.

31 Brito MA, Ivo OP, Oliveira AS, Tinôco AMRD, Lopes AOS, Santos CR et al. Sinais de depressão em estudantes dos cursos da área da saúde. *Brazilian Journal Health Review* 2021;4(1):760-71.