

MANIFESTAÇÕES DE TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

*MANIFESTATIONS OF MENTAL DISORDERS IN ILL STUDENTS
DURING SOCIAL ISOLATION*

*MANIFESTAÇÕES DE TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES DE
ENFERMAGEM DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL*

JORGE LUIZ LIMA DA SILVA

Doutor em Saúde Pública, Universidade Federal Fluminense - UFF, Niterói- RJ¹.

E-mail: jorgeluilzlima@gmail.com

Orcid do autor: <https://orcid.org/0000-0002-2370-6343>

CLÁUDIA MARIA MESSIAS

Doutora em Enfermagem, Universidade Federal Fluminense- UFF, Niterói- RJ².

E-mail: cmmessias@hotmail.com

Orcid do autor: <https://orcid.org/0000-0002-1323-0214>

MARIA DA SOLEDADE SIMEÃO DOS SANTOS

Doutora em Enfermagem. Docente. Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ,

Rio de Janeiro- RJ³.

E-mail: mariasoledade@eean.ufrj.br

Orcid do autor: <https://orcid.org/0000-0003-4493-1045>

WALLACE HENRIQUE PINHO DA PAIXÃO

Enfermeiro. Mestrando em Oncologia, Instituto Nacional do Câncer INCA, Rio de Janeiro- RJ⁴.

E-mail: wallacepinho@gmail.com

Orcid do autor: <https://orcid.org/0000-0002-2533-4707>

¹ Doutorado e Pós-Doutorado em Saúde Pública -Fiocruz. Docente do Departamento Materno Infantil e Psiquiatria EEAAC (MEP/UFF) e do Programa do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva (PPGSC/UFF) - Niterói- RJ.

² Doutorado em Enfermagem UFRJ. Departamento Materno Infantil e Psiquiatria EEAAC (MEP/UFF) - Niterói- RJ.

³ Doutorado em Enfermagem USP. Docente do Departamento de Metodologia da Pesquisa (EEAN-UFRJ) - Rio de Janeiro - RJ.

⁴ Enfermeiro. Mestrando em Oncologia pelo Instituto Nacional de Câncer (INCA). - Rio de Janeiro - RJ.

LARISSA MURTA ABREU CALAZANS

Enfermeira. Mestranda em Saúde Coletiva - Universidade Federal Fluminense - UFF,
Niterói- RJ⁵.

E-mail: larissa.acalazans@gmail.com

Orcid do autor: <https://orcid.org/0000-0002-7119-4370>.

FRANCISCO ANTONIO DA CRUZ DOS SANTOS

Mestrando em Saúde e Comunidade pela Universidade Federal do Piauí (UFPI),
Teresina – PI⁶.

facs.francisco.facs@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1065-5695>

SILVA, J. L. L. DA; MESSIAS, C. M.; SANTOS, M. DA S. S. DOS; PAIXÃO, W. H. P. DA; CALAZANS, L. M. A.; SANTOS, F. A. DA C. DOS. Manifestações de transtornos mentais em estudantes de enfermagem durante o isolamento social. *Revista Piauiense de Enfermagem (REPEEn)*, v. 1, n. 4, 2025.

⁵ Enfermeira. Mestranda em Saúde Coletiva - Universidade Federal Fluminense (PPGSC/UFF), Niterói- RJ.

⁶ Mestrando em Saúde e Comunidade pela Universidade federal do Piauí (UFPI), Teresina – PI.

MANIFESTAÇÕES DE TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

MANIFESTATIONS OF MENTAL DISORDERS IN ILL STUDENTS DURING SOCIAL ISOLATION

MANIFESTAÇÕES DE TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

RESUMO

Este estudo teve o objetivo de avaliar a prevalência de TMC entre estudantes de enfermagem de uma universidade federal no Rio de Janeiro. Trata-se de estudo transversal com uma amostra de 259 acadêmicos. A coleta de dados ocorreu online, por meio do formulário com 16 questões, contendo características sociodemográficas, hábitos de vida e dados sobre a rotina de estudos, além do *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20). A suspeição para TMC foi de 182 (70,3%). O sexo feminino apresentou suspeição para TMC com significância estatística (91,1%), assim como a raça branca (49,4%). Quanto às variáveis da vida acadêmica, 90% dos alunos estudados afirmaram ter acesso ao recurso de internet e que a qualidade do acesso à internet no domicílio era boa (91%). Em relação à covid-19, a maioria 92.2% possuía alguém próximo que foi contaminado, sendo que 80,69% não cuidaram de alguém com a doença. Conclusão: o estudo contribuiu para o conhecimento da prevalência de TMC entre acadêmicos de enfermagem, no início do isolamento, em virtude da pandemia de Covid-19. Os achados podem auxiliar no desenvolvimento de estratégias preventivas, que devem ser implementadas na população estudada, no que consiste a saúde mental.

Palavras-chave: Transtornos Mentais Comuns; Estudantes de Enfermagem; Pandemia.

ABSTRACT

This study aimed to evaluate the prevalence of CMD among nursing students at a federal university in Rio de Janeiro. This is a cross-sectional study with a sample of 259 academics. Data collection took place online, using a form with 16 questions, containing sociodemographic characteristics, lifestyle habits and data on study routine, in addition to the Self Reporting Questionnaire (SRQ-20). Suspicion for CMD was 182 (70.3%). Females were suspicious for CMD with statistical significance (91.1%), as were whites (49.4%). Regarding academic life variables, 90% of the students studied stated that they had access to internet resources and that the quality of internet access at home was good (91%). In relation to covid-19, the majority 92.2% had someone close to them who was infected, with 80.69% not caring for someone with the disease. Conclusion: the study contributed to the knowledge of the prevalence of CMD among

nursing students, at the beginning of isolation, due to the Covid-19 pandemic. The findings can help in the development of preventive strategies, which should be implemented in the studied population, which includes mental health.

Keywords: Common Mental Disorders; Nursing Students; Pandemic.

Resumen

El objetivo de este estudio fue evaluar la prevalencia de TMC entre estudiantes de enfermería de una universidad federal de Río de Janeiro. Se trata de un estudio transversal con una muestra de 259 académicos. La recopilación de datos se realizó en línea, mediante un formulario con 16 preguntas, que incluía características sociodemográficas, hábitos de vida y datos sobre la rutina de estudios, además del Cuestionario de Autoinforme (SRQ-20). La sospecha de TMC fue de 182 (70,3 %). Las mujeres presentaron sospecha de TMC con significación estadística (91,1 %), al igual que la raza blanca (49,4 %). En cuanto a las variables de la vida académica, el 90 % de los estudiantes estudiados afirmaron tener acceso a Internet y que la calidad del acceso a Internet en el hogar era buena (91 %). En relación con la COVID-19, la mayoría (92,2 %) tenía a alguien cercano que se había contagiado, y el 80,69 % no había cuidado a nadie con la enfermedad. Conclusión: el estudio contribuyó al conocimiento de la prevalencia de TMC entre los estudiantes de enfermería, al inicio del aislamiento, debido a la pandemia de COVID-19. Los resultados pueden ayudar al desarrollo de estrategias preventivas, que deben implementarse en la población estudiada, en lo que respecta a la salud mental.

Palabras clave: Trastornos mentales comunes; Estudiantes de enfermería; Pandemia.

1 INTRODUÇÃO

Desde a emergência, na China, do novo coronavírus (SARS-CoV-2), responsável pela pandemia de covid, a humanidade tem enfrentado uma grave crise sanitária global (Aquino *et al.*, 2020). A doença foi identificada em dezembro de 2019, contudo, somente em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a covid como uma pandemia (Schmidt *et al.*, 2020).

O Brasil foi um dos epicentros. Até setembro de 2022, a covid acometeu 600 milhões de pessoas e ceifou 6 milhões de vidas. O Brasil ocupava a 3ª posição em casos, mais de 35 milhões, e a 2ª em óbitos, cerca de 700 mil. Já havia, entretanto, estimativas do triplo de mortes, “por efeito direto e indireto da pandemia”, com o Brasil no 5º lugar, antecedido pela Índia, EUA, Rússia e México (Brasil, 2024).

No Brasil, no mês de abril de 2024 foram reportados 52.048 casos e 658 óbitos, enquanto em março de 2024 foram registrados pelas Secretarias Estaduais de Saúde 151.608 casos e 953 óbitos, demonstrando uma queda de 65,7% dos casos novos e uma diminuição de 30,9% dos óbitos reportados. Padrão similar para as taxas, com uma

redução de 65,7% na taxa de incidência e aumento em 116% na taxa de letalidade e queda de 25% na taxa de mortalidade entre o período comparado (Brasil, 2024).

A doença provocou importantes mudanças na saúde pública, implicando drásticas medidas de biossegurança, tanto para controle, quanto para prevenção da doença. Diante disso, o distanciamento social foi adotado como estratégia em diversos países afetados, gerando impactos econômicos, sociais, educacionais, culturais, entre outros. Dentre essas transformações, destacaram-se o fechamento de fronteiras, a suspensão de eventos públicos, a proibição do funcionamento de estabelecimentos comerciais e a migração para o teletrabalho a restrição de aulas presenciais (Souto, 2020).

Além disso, todo esse contexto causou importantes alterações na vida diária e nas relações interpessoais, e prejudicou a qualidade de vida e de sono, além da saúde mental de diversos grupos populacionais, em especial dos universitários (Abdullah *et al.*, 2021).⁵ O fechamento de universidades foi uma das medidas adotadas, em função da necessidade de reduzir a aproximação das pessoas na comunidade.

De acordo com a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), 191 países suspenderam as aulas, atingindo cerca de 91,3% dos alunos, em média 1,5 bilhões de pessoas no mundo. Estima-se que a interrupção das aulas teve impacto direto e negativo nas reações emocionais, ou seja, no estado de bem-estar, estresse e humor dos alunos (UNESCO, 2020; Ferreira *et al.*, 2024).

Durante a formação acadêmica, fatores como o afastamento da família, adaptação social, relações interpessoais, conciliação entre estudo e trabalho e incertezas sobre o futuro profissional são estressores frequentes, onde essas situações podem gerar sofrimento psíquico, como os Transtornos Mentais Comuns (TMC) (Trajano *et al.*, 2024).

No contexto da pandemia de COVID-19, a literatura aponta investigações acerca dos impactos do isolamento social e do distanciamento físico na saúde mental e no bem-estar dos universitários, podendo-se concluir que o sofrimento psíquico desses estudantes universitários piorou no período da pandemia de COVID-19 (Rodrigues *et al.*, 2022).

A literatura aponta associações do ambiente escolar com o risco de desenvolvimento de TMC em jovens, principalmente quando refere-se ao contexto pandêmico. Na universidade, os estudantes estão mais propensos a desenvolver depressão, ansiedade e estresse, além de recorrerem ao uso ou abuso de drogas. Esse comportamento pode ser motivado tanto pela tentativa de aliviar esses sintomas quanto pelo desejo de se socializar (Trajano *et al.*, 2024).

Considera-se que os estudantes universitários estão entre os mais vulneráveis ao desenvolvimento de problemas de saúde mental devido à pressão acadêmica e incerteza sobre suas futuras carreiras, falta de conhecimentos e experiências para lidar com algumas situações, por acontecimentos externos que ocorrem durante o período da universidade ou por situações específicas que acontecem nessa etapa, por exemplo uma crise sanitária como a pandemia da Covid-19 (Nahar *et al.*, 2022).

O adoecimento psíquico tem sido foco de diversos estudos nos últimos anos, com destaque para os TMC, os quais caracterizam-se por sintomas como insônia, ansiedade, fadiga, irritabilidade, humor depressivo, dificuldade de concentração e queixas somáticas (WHO; 2002).

O estresse acadêmico em estudantes de enfermagem é uma questão complexa que afeta a qualidade da educação e a saúde mental desses futuros profissionais pela sobrecarga de atividades. Vários fatores contribuem para o surgimento desse estresse, incluindo a carga de trabalho, a pressão acadêmica e a dinâmica emocional que acompanha a formação na área da saúde. Desde a formação acadêmica, o estudante de enfermagem se depara com situações que exigem tomar decisões importantes no cuidado ao paciente, a insegurança e a ansiedade, decorrentes desse processo, podem desencadear ou piorar sintomas de estresse (Ribeiro *et al.*, 2020).

Assim, Rodrigues *et al.* (2022), afirma que investigações sobre TMC pode permitir o desenvolvimento de ações de promoção à saúde e de estratégias de prevenção do sofrimento. Dessa forma, o desenvolvimento desta pesquisa mostrou-se relevante quanto as necessidades sobre o enfrentamento da temática no referido contexto.

Apesar do crescente interesse pela saúde mental de estudantes universitários, ainda são poucos os estudos que exploram aspectos específicos da relação entre o estudante e a universidade, especialmente nas dimensões de integração social e acadêmica (Barros; Peixoto, 2022).

No Brasil, ainda são poucas as produções científicas sobre TMC entre estudantes de Enfermagem, sendo o período pandêmico um desafio a mais para o estudo do tema. A partir desse contexto, destaca-se que a saúde mental dos estudantes universitários, especialmente os da área da saúde, sempre foi tida como um sério motivo de preocupação, pois ela se constitui como um fator de risco para outros agravos associados à saúde física (Nogueira *et al.*, 2021).

Por fim, este estudo teve como objetivo descrever os sinais de TMC em acadêmicos de enfermagem no contexto do isolamento social da covid-19.

2 MÉTODOS

Estudo epidemiológico descritivo, observacional, transversal, com abordagem quantitativa. A pesquisa quantitativa para é um método de pesquisa realizada por meio de resultados quantitativos obtidos através da pactuação na coleta de dados, utilizando técnicas estatísticas, como análise de regressão, percentual e média (Pitanga, 2020).

2.1 Participantes

Foram selecionados acadêmicos da Escola de Enfermagem Anna Nery – Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), de ambos os sexos, com idade compreendida entre 18 e 60 anos e que estivessem regularmente matriculados. Alunos com matrícula trancada, afastamento por período igual ou maior a três meses, que tivessem abandonado o curso ou que tenham sido transferidos há menos de um semestre, foram excluídos.

Inicialmente, havia um total de 597 acadêmicos matriculados em março de 2020, os quais poderiam ser incluídos no estudo. Ao considerar o nível de confiança de 95%, erro amostral de 5% e incidência de 20% de TMC e a população congêneres, obteve-se como, a fins de cálculo amostral, 175 participantes para a pesquisa. Contudo, foram selecionados e incluídos 259, para garantir o número mínimo necessário e considerando com potenciais perdas nas análises, a qual não ocorreram.

Após interpelação e explanação dos objetivos do estudo, para os indivíduos que aceitassem participar da pesquisa, foi fornecido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no formato eletrônico. Apenas após aceitar a participação e a assinatura do termo, os questionários foram disponibilizados para os participantes, no formato online. Destaca-se que a qualquer momento, o participante poderia solicitar, por sua própria vontade, sua saída do estudo.

2.2 Procedimentos e Coleta de Dados

A coleta dos dados se deu a partir de questionários online, a qual tiveram sua elaboração de maneira fácil, clara e compreensível para estimular os participantes a responderem as questões em sua totalidade, diminuindo os erros ou dados ausentes. Ocorreu entre setembro e dezembro de 2020. Os dados de todos os participantes foram alocados no e-mail cadastrado para o projeto, pois os formulários haviam sido elaborados no *Google Forms*, e ficaram disponíveis entre setembro e dezembro de 2020. As análises

estatísticas foram feitas utilizando os *softwares Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS®), versão 21, RStudio e Microsoft Excel®.

Instrumentos utilizados foram questionários sociodemográfico para caracterização da amostra (sexo, idade, etnia, renda, local de residência, nível de escolaridade, entre outros) e o *Self Report Questionnaire-20* – SRQ-20, para investigação de TMC, onde primeiro, denominado Humor Depressivo/Ansioso, é composto por itens como "Sente-se nervoso, tenso ou preocupado?" e "Sente-se triste ultimamente?". O fator Sintomas Somáticos tem itens como "Você tem dores de cabeça frequentemente?". A dimensão Pensamentos Depressivos pode ser ilustrada pelo item "Sente-se inútil em sua vida?". Por fim, o fator Decréscimo de Energia é composto por questões tais como "Você se cansa com facilidade?"

Os questionários tiveram questionamentos sobre o perfil demográfico, suspeição de TMC (SRQ-20) e sobre a vida acadêmica. O SRQ-20 é muito usado para estimar ocorrências suspeitas de TMC em populações, é validado pela OMS, possui sensibilidade e especificidade de cerca de 80% e classifica os resultados em sujeitos não suspeitos (menor ou igual a 5 ou 7 respostas positivas) e sujeitos suspeitos (maior ou igual 5 ou 7 respostas positivas). Neste trabalho, escolheu-se como ponto de corte de 7 respostas positivas para a classificação de sujeito suspeito, baseado em estudos anteriores na literatura.

2.3 Aspectos Éticos

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Todos os participantes do estudo aceitaram participar da pesquisa voluntariamente, após assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

3 RESULTADOS

Os dados das variáveis sociodemográficas foram agrupados em estratos a partir das médias. Na população do estudo, a média de idade foi de 23 anos, sendo que 37,4% estavam abaixo da média. Dos 259 estudantes, 91,1% (N = 236) são do sexo feminino, e 49,4% (N = 128), se autodeclarou como branco.

A maioria dos participantes afirmou não possuir companheiro(a) (89,1%) e possuir filhos (96,5%). Em relação aos moradores no mesmo domicílio, 53,2% (N = 138) vivem em ambientes com até 3 pessoas, relatam não morar com pessoas que precisam de

cuidados permanentes (75,2%) ou trabalhar (81%). A média de renda familiar foi de até 3 salários-mínimos e 59,8% (N = 155) estão abaixo desta média.

Quanto aos hábitos de vida e aspectos de saúde, dos 187 estudantes que participaram da pesquisa, negam fumar (96,1%), consumir drogas (95,7%), realizar atividades físicas (95,3%) e ser etilista regular (66,8%).

Em relação aos dados de vida acadêmica dos participantes, a maioria estava no sexto período da graduação (87,5%). A maioria (90%) respondeu que tem um recurso online disponível para acompanhar as aulas à distância e 91% afirmaram que a qualidade da internet na residência é boa. No geral, 182 (70,27%) acadêmicos afirmaram que tinham conhecimento ou acessado um ou mais ambientes virtuais de aprendizagem, contudo, 77 (29,73%) não tinha realizado nenhuma atividade realizada em modelo remoto. A maioria dos estudantes (61,7%) afirmaram enfrentar fatores que dificultam a rotina dos estudos.

Em relação às experiências vividas durante a pandemia, as respostas são apresentadas na tabela 4, a seguir. No quesito de classificação de sua saúde mental, 74 participantes (39,3%) afirmaram que era regular.

Especificamente em relação à covid-19, a maioria 92,2% (N = 239) possuía alguém próximo que foi contaminado, sendo que 80,69% (N = 209) não cuidaram de alguém com a doença. Infelizmente, a maioria (65,6%) relatou ter lidado com o falecimento de pessoa próxima em função da covid-19. Majoritariamente, negam diagnóstico de doença crônica (69,8%)

A prevalência geral de TMC na população do estudo foi de 70,6% (N = 182), acima do valor de corte (7 respostas “sim”) o que indica o elevado grau de suspeição. Em relação às medidas de posição, os seguintes valores foram determinados: média de 10,13 ($DP \pm 4,67$), mediana de 10, e moda de 13. O valor de alfa de *Cronbach* encontrado foi de 0,862.

A **tabela 1** apresenta as perguntas do SRQ-20 em quatro grupos: 1) humor depressivo-ansioso; 2) sintomas somáticos; 3) decréscimo de energia vital; 4) pensamentos depressivos.

O grupo 3 (decrécimo de energia vital) apresentou o maior número de respostas positivas (70%) para as suas perguntas. Em seguida, o grupo 1 (humor depressivo-ansioso) apresentou 60% de respostas afirmativas para as suas perguntas.

Tabela 1. Escala SRQ-20 (TMC) dos estudantes de graduação em enfermagem de universidades federais, 2020 (N = 259).

<i>SRQ-20</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
<i>Grupo 1 – humor depressivo-ansioso</i>		
<i>Sente-se nervoso, tenso ou preocupado</i>		
<i>Sim</i>	236	91,1
<i>Não</i>	23	8,9
<i>Assusta-se com facilidade</i>		
<i>Sim</i>	120	46,3
<i>Não</i>	139	53,7
<i>Tem se sentido triste ultimamente</i>		
<i>Sim</i>	177	68,3
<i>Não</i>	82	31,7
<i>Tem chorado mais do que de costume</i>		
<i>Sim</i>	122	47,1
<i>Não</i>	137	52,9
<i>Grupo 2 – sintomas somáticos</i>		
<i>Tem dores de cabeça frequentes</i>		
<i>Sim</i>	164	63,3
<i>Não</i>	95	36,7
<i>Dorme mal</i>		
<i>Sim</i>	173	66,8
<i>Não</i>	86	33,2
<i>Tem sensações desagradáveis no estômago</i>		
<i>Sim</i>	142	54,8
<i>Não</i>	117	45,2
<i>Tem má-digestão</i>		
<i>Sim</i>	121	46,7
<i>Não</i>	138	53,3
<i>Tem falta de apetite</i>		
<i>Sim</i>	80	30,9
<i>Não</i>	179	69,1
<i>Tem tremores nas mãos</i>		
<i>Sim</i>	80	30,9
<i>Não</i>	179	69,1
<i>Grupo 3 – decréscimo de energia vital</i>		
<i>Cansa-se com facilidade</i>		
<i>Sim</i>	206	79,5
<i>Não</i>	53	20,5
<i>Tem dificuldade em tomar decisões</i>		
<i>Sim</i>	180	69,5
<i>Não</i>	79	30,5
<i>Tem dificuldades para realizar com satisfação suas atividades</i>		
<i>Sim</i>	207	79,9
<i>Não</i>	52	20,1

<i>Tem dificuldades no serviço</i>		
<i>Sim</i>	121	46,7
<i>Não</i>	138	53,3
<i>Sente-se cansado o tempo todo</i>		
<i>Sim</i>	173	66,8
<i>Não</i>	86	33,2
<i>Tem dificuldade de pensar com clareza</i>		
<i>Sim</i>	157	60,6
<i>Não</i>	102	39,4
Grupo 4 – pensamentos depressivos		
<i>É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida</i>		
<i>Sim</i>	77	29,7
<i>Não</i>	182	70,3
<i>Tem perdido o interesse pelas coisas</i>		
<i>Sim</i>	168	64,9
<i>Não</i>	91	35,1
<i>Tem tido a ideia de acabar com a vida</i>		
<i>Sim</i>	28	10,8
<i>Não</i>	231	89,2
<i>Sente-se uma pessoa inútil, sem préstimo</i>		
<i>Sim</i>	111	42,9
<i>Não</i>	148	57,1

Fonte: elaboração própria

Legenda: N = total na linha, %= frequência relativa

4 DISCUSSÃO

A amostra deste estudo teve predominância de mulheres (91,1%), média de idade de 23 anos, maioria sem companheiro(a) (89,1%), com renda familiar de até três salários-mínimos (59,8%), estudantes do sexto período (87,5%), com bom acesso à internet (91%), embora 61,7% relatassem dificuldades para estudar. Durante a pandemia, 92,2% tiveram alguém próximo com covid-19 e 65,6% vivenciaram perdas. A prevalência de TMC foi alta (70,6%), com boa consistência interna da escala SRQ-20 ($\alpha=0,862$), sentir-se nervoso, tenso ou preocupado (91,1%), tristeza (68,3%), dificuldades para realizar atividades com satisfação (79,9%), cansaço fácil (79,5%), sintomas somáticos como dormir mal (66,8%) e dores de cabeça (63,3%) também foram frequentes, além de perda de interesse (64,9%) e ideação suicida (10,8%).

A presença de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em estudantes universitários é frequentemente observada desde o ingresso na universidade, sendo ainda mais prevalente entre os cursos da área da saúde, como enfermagem, medicina e psicologia (Trajano *et al.*, 2024). Esses transtornos, que englobam sintomas de ansiedade, depressão e

manifestações somáticas, refletem o impacto do ambiente acadêmico na saúde mental dos discentes. Neste estudo, a prevalência geral de TMC (≥ 7 respostas “Sim”) indicou um elevado grau de suspeição, ressaltando a necessidade de atenção especial à saúde mental dessa população.

Este estudo apontou que 91,1% da amostra são do sexo feminino. Em estudo de Gomes *et al.* (2020), evidenciou-se que 58,7% dos participantes eram do sexo feminino e apresentaram maior índice de casos suspeitos de TMC (43,7%). A pesquisa de Rodrigues *et al.* (2022), realizada com universitários de uma instituição pública brasileira identificou resultados semelhantes com 66,5% do sexo feminino e uma prevalência de 66,1% de TMC na população estudada. Assim, como na pesquisa de Barros e Peixoto (2022), onde foi prevalente o sexo feminino (62,1%) na amostra da pesquisa.

Contudo, os dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (Fonaprace, 2018), mostraram que o número de mulheres que ingressaram no ensino superior foi crescente, 51,4% e 54,6% em 1996 e 2018, respectivamente.

A literatura aponta que transtornos de ansiedade (28,1%), de humor (19,1%), uso de substâncias (11%) e controle de impulsos (8,4%) são os mais frequentes em universitários, com variações relacionadas à idade (Vieira, 2023). De forma semelhante, este estudo identificou predominância de sintomas associados ao decréscimo de energia vital e ao humor depressivo-ansioso, corroborando pesquisas anteriores e evidenciando fragilidades emocionais e psicossociais nesse grupo.

No estudo de Barros e Peixoto (2022), os fatores de integração acadêmica também se mostraram relevantes no adoecimento psíquico dos estudantes, especialmente a satisfação com o desempenho no curso e a motivação para estudar, que apresentaram forte associação com TMC, depressão, ansiedade e estresse. Diante da vulnerabilidade da população universitária, torna-se evidente a necessidade de estratégias de prevenção e recuperação voltadas aos TMC, onde esses fatores podem estar relacionados aos futuros desfechos desses indivíduos (Gomes *et al.*, 2020). Assim, é de suma importância discussões acerca da temática para adoção e fortalecimento de estratégias de enfrentamento de TMC em universitários.

Dessa forma, Rodrigues *et al.* (2022), aponta que a necessidade de investimento na criação de espaços de cuidado que tenham uma atenção especial às pessoas de outras áreas de formação, bem como os demais grupos sociais. Assim, Barros e Peixoto (2022) destacam a necessidade de atividades tanto no ambiente universitário como extraclasses, como por exemplo: ações de fomento a formação de ligas, coletivos, times esportivos,

entre outros, oferecendo ao estudante um grupo de apoio, identificação e pertencimento. Assim, reforça-se a necessidade de pesquisas para investigar a magnitude de TMC em diferentes contextos e amostras.

O decréscimo de energia vital foi relatado por 79,5% dos acadêmicos, indicando dificuldades em realizar atividades cotidianas com prazer ou motivação. Essa condição pode estar relacionada a fatores como privação de sono, mudanças na rotina acadêmica e demandas intensas dos campos de prática, que contribuem para o desgaste físico e emocional (Oliveira *et al.*, 2020). A falta de energia, portanto, emerge como um marcador importante de sofrimento psíquico.

A adaptação ao ambiente universitário impõe múltiplos desafios: estabelecimento de novos vínculos sociais, mudanças na metodologia de ensino, maior autonomia no aprendizado e, para muitos, distanciamento da família (Lopes *et al.*, 2019). Essa transição pode gerar insegurança e estresse, dificultando a adaptação acadêmica. Ramón-Arbués *et al.* (2023) destacam que a qualidade dessa adaptação influencia diretamente a saúde mental do estudante. Ademais, Barros e Peixoto (2022) destacam que a satisfação com o desempenho no curso, a motivação para estudar, quantidade excessiva de tarefas, são fatores se associaram ao risco de desenvolvimento de TMC, como também a depressão, ansiedade e estresse.

Entre os sintomas investigados, 37% relataram dificuldades para tomar decisões e 39,4% problemas para pensar com clareza. Esses achados indicam comprometimento da capacidade cognitiva, possivelmente relacionado à sobrecarga acadêmica, pressões de desempenho e estresse contínuo. Estudos anteriores reportaram prevalências ainda maiores, chegando a 72,9% de dificuldade para decidir em pesquisas com discentes de enfermagem (Oliveira *et al.*, 2020).

A sobrecarga acadêmica também foi evidenciada por 46,7% dos participantes, que relataram dificuldades na realização de atividades do curso. Essa condição pode estar associada ao desequilíbrio entre estudos, trabalho e vida social, aliado à elevada carga horária e exigências do currículo (Vigo *et al.*, 2022). Esse cenário pode comprometer não apenas o desempenho acadêmico, mas também a saúde física e mental dos estudantes.

Os sintomas de humor depressivo-ansioso apresentaram alta prevalência: 91% dos estudantes se sentiram nervosos, tensos ou preocupados; 68,3% relataram tristeza frequente; 46,3% assustavam-se facilmente; e 47,1% choravam mais que o habitual. Esses resultados são consistentes com estudos prévios que identificaram prevalência

significativa de sofrimento emocional entre graduandos de enfermagem (Ramón-Arbués *et al.*, 2023; Oliveira *et al.*, 2020).

Sintomas depressivos moderados a graves foram relatados por 23,6% dos estudantes, com maior ocorrência no curso de enfermagem (34,2%). Fatores associados incluem inatividade física, ausência de lazer, sexo feminino, uso prévio de medicamentos, obesidade e uso de transporte público (Bresolin *et al.*, 2020). Tais variáveis demonstram que além das demandas acadêmicas, características individuais e ambientais influenciam a saúde mental.

Sintomas somáticos também se destacaram: problemas de sono, dores de cabeça frequentes e desconforto estomacal foram comuns entre os estudantes. Mais da metade relatou sensações desagradáveis no estômago e 46,7% apresentaram má digestão. Esses fatores podem comprometer a qualidade do sono e contribuir para o decréscimo de energia vital, impactando negativamente o aprendizado e as atividades assistenciais (Oliveira *et al.*, 2020).

Embora a pesquisa tenha limitações inerentes a estudos transversais – como impossibilidade de estabelecer causalidade e amostra restrita a uma única instituição – medidas foram adotadas para fortalecer a validade dos achados. Seguiu-se o protocolo STROBE, garantindo rigor metodológico, e foram utilizados questionários validados, amplamente reconhecidos na literatura. Os resultados reforçam a necessidade de estratégias institucionais que promovam saúde mental e previnam distúrbios do sono, com foco especial nos estudantes de enfermagem, que apresentam maior vulnerabilidade emocional e psicossocial.

5 CONCLUSÕES

O presente estudo permitiu identificar uma alta prevalência de suspeição para transtornos mentais comuns (TMC) entre estudantes de graduação em enfermagem, com destaque para os seguintes sintomas: decréscimo de energia vital e humor depressivo-ansioso. Os resultados evidenciaram que fatores como a sobrecarga acadêmica, dificuldades para equilibrar as demandas do curso e da vida pessoal, e o contexto da pandemia de Covid-19 contribuíram significativamente para o sofrimento psíquico dos acadêmicos.

Os achados ressaltam a importância do desenvolvimento de estratégias institucionais, voltadas para a promoção da saúde mental no ambiente universitário,

especialmente em cursos de graduação da área da saúde, onde as exigências acadêmicas são elevadas. Intervenções que promovam suporte psicológico, manejo do estresse e estratégias para melhorar a adaptação ao ambiente acadêmico podem ser fundamentais para reduzir o impacto dos TMC e melhorar o bem-estar físico e psicossocial dos estudantes.

Por fim, destaca-se a necessidade de ampliar as pesquisas sobre saúde mental em discentes de enfermagem no Brasil, considerando o papel crucial desses profissionais e sua inserção no sistema de saúde. Além disso, sugere-se estudos futuros, que explorem abordagens qualitativas e longitudinais para compreender, de forma mais abrangente, as experiências acadêmicas individuais e coletivas.

REFERÊNCIAS

- ABDULLAH, M. F. I. L. B. *et al.* Quality of life and associated factors among university students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. **BMJ Open**, 2021, v. 11, n. 10, e048446.
- AQUINO, E. *et al.* Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciênc Saúde Coletiva Preprints**, 2020.
- ARAÚJO, Vagner. **Ações de assistência estudantil em saúde mental frente ao sofrimento psíquico em graduando nas instituições federais de ensino superior brasileiras 2020**. Disponível em: Disponível em: <http://acervo.ufvjm.edu.br/jspui/handle/1/2420> Acesso em: 30 jul. 2025. <http://acervo.ufvjm.edu.br/jspui/handle/1/2420>
- BARROS, R. N. DE .; PEIXOTO, A. DE L. A.. Integração ao ensino superior e saúde mental: um estudo em uma universidade pública federal brasileira. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 27, n. 3, p. 609–631, set. 2022.
- BRASIL. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Boletim Epidemiológico Especial. **Doença pelo Novo Coronavírus – Covid-19**. Brasília, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/covid-19>. Acesso em: 23 dez. 2024.
- BRESOLIN, J. Z. *et al.* Depressive symptoms among healthcare undergraduate students. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, p. e3239, 2020.
- CARLETO, C. T. *et al.* Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Rev Eletr Enf.**, 2018, v. 20, p. v20a01.

FERREIRA, I. O. *et al.* Saúde mental e Covid-19: estratégias de enfrentamento e estresse pós-traumático em estudantes do ensino superior. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, 2024, v. 14, e141041.

Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis - Fonaprace. **V Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior**. Brasília: Fonaprace. 2018.

GOMES, Carlos Fabiano Munir *et al.* Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto , v. 16, n. 1, p. 1-8, mar. 2020.

LOPES, L. S. *et al.* Estudo sobre a qualidade de vida dos estudantes da universidade federal de Rondonópolis, MT utilizando dados comportamentais. **Rev Biodiversidade**, 2019, v. 18, n. 2, p. 28-47.

NAHAR, Z. *et al.* Prevalence and associated risk factors for mental health problems among female university students during COVID-19 pandemic: a cross-sectional study findings from Dhaka, **Bangladesh. Heliyon**, 2022, v. 8, n. 10, e10890.

NOGUEIRA, É. G. *et al.* Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. **Rev Bras Educ Méd.** Brasília, 2021, v. 45, n. 1, p. 1-9.

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

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO, A CIÊNCIA E A CULTURA (UNESCO). **COVID-19 educational disruption and response**. 2020. Disponível em: <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>. Acesso em: 19 dez. 2024.

PITANGA, F. Pesquisa qualitativa ou pesquisa quantitativa: refletindo sobre as decisões na seleção de determinada abordagem. **Rev Pesquisa Qualitativa**, 2020, v. 8, n. 17, p. 184-201.

RAMÓN-ARBUÉS, E. *et al.* Distrés psicológico en estudiantes de enfermería: relación con tiempo de pantalla, dieta y actividad física. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 31, p. e3959, jan. 2023.

RIBEIRO, F. M. S. E S. *et al.* Stress level among undergraduate nursing students related to the training phase and sociodemographic factors. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, p. e3209, 2020.

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

SCHMIDT, B. *et al.* Impactos na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (Covid-19). **SciELO Preprints**, 2020, p. 1–26.

SENA, F. M. **Avaliação do sofrimento mental em acadêmicos do curso de graduação em enfermagem**. 2019. [Monografia]. Minas Gerais.

SOUTO, X. M. Covid-19: aspectos gerais e implicações globais. **Recital - Revista de Educação, Ciência e Tecnologia de Almenara/MG**, 2020, v. 2, n. 1.

SOUZA, D. C. de. **Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social**. 2017. 90 f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.

SOUZA, R. C. *et al.* O uso de antidepressivos em estudantes da área da saúde. **Brazilian Journal of Development**, 2021, v. 7, n. 4, p. 40842-40852.

TRAJANO, S. DA S. *et al.* Prevalência de transtorno mental comum e fatores relacionados ao ambiente universitário. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 32, n. 3, p. e32030411, 2024.

URBANETO, J. S. *et al.* Work-related stress according to the demand-control model and minor psychic disorders in nursing workers. **Rev Esc Enferm USP**, 2013, v. 47, n. 3, p. 1180-1186.

VIEIRA, P. C. **A comparação do ambiente universitário com transtornos mentais comuns no ensino superior: estudo de caso no curso de engenharia de produção da UFRGS**. 2023. [Monografia]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

VIGO, G. P. *et al.* Prevenção, intervenção e promoção frente às dificuldades de adaptação dos estudantes universitários. **Relatório de Pesquisa**. São Paulo: UNIFEOB, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Saúde mental: nova concepção, nova esperança**. Lisboa: WHO, 2002.