



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE FARMÁCIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FARMÁCIA**

IGOR EMANUEL DE SALES CADETE

**SAÚDE MENTAL ENTRE OS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E O PAPEL DA
ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA**

**CAMPINA GRANDE
2022**

IGOR EMANUEL DE SALES CADETE

**SAÚDE MENTAL ENTRE OS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E O PAPEL DA
ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Coordenação do Curso de Farmácia da
Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial à obtenção do título de
Bacharel em Farmácia.

Área de concentração: Farmacoepidemiologia

Orientadora: Profa. Dr^a. Lindomar de Farias Belém

**CAMPINA GRANDE
2022**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

C123s Cadete, Igor Emanuel de Sales.
Saúde mental entre os estudantes universitários e o papel da assistência farmacêutica [manuscrito] / Igor Emanuel de Sales Cadete. - 2022.
30 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2022.
"Orientação : Prof. Dr. Lindomar de Farias Belém, Departamento de Farmácia - CCBS."

1. Ansiedade. 2. Assistência farmacêutica. 3. Saúde mental. 4. Universitários. I. Título

21. ed. CDD 615.1

IGOR EMANUEL DE SALES CADETE

SAÚDE MENTAL ENTRE OS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E O PAPEL DA
ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Coordenação do Curso de Farmácia da
Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial à obtenção do título de
Bacharel em Farmácia.

Área de concentração: Farmacoepidemiologia

Aprovado em: 25 / 03 / 2022.

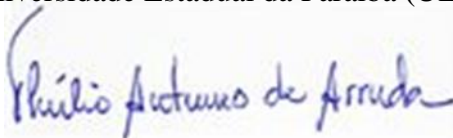
BANCA EXAMINADORA



Profa. Dr^a. Lindomar de Farias Belém (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Profa. Dr^a. Maria de Fátima Ferreira Nóbrega
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Thúlio Antunes de Arruda
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Dedico a minha família.

AGRADECIMENTOS

A ele toda honra e toda glória. Jesus, meu grande companheiro de jornada.

Com o coração grato também a minha família, em especial meu pai que sempre me ajudou e acreditou em mim e a minha esposa que foi uma comigo, seja em lágrimas ou em risos.

Agradeço a todos os professores da UEPB que tive a honra e prazer de conhecer e que contribuíram de maneira tão significativa e singular no meu aprendizado.

Agradeço a Pró reitoria de Extensão pela concessão da bolsa durante a graduação

E agradeço principalmente a Professora Lindomar de Farias Belém, que me acolheu de coração aberto no projeto de extensão: Centro de Informação sobre Medicamentos (CIM) e aceitou me orientar de bom grado.

Porque Dele e por Ele, e para Ele, são todas as coisas;

Glória, pois, a Ele eternamente.”

(Romanos 11:36)

RESUMO

No Brasil, dados do Conselho Nacional de Saúde (CNS) revelam que cerca de 23 milhões de pessoas possuem algum transtorno mental, sendo que 5 milhões desses brasileiros sofrem de transtornos considerados como persistentes e graves. Infelizmente, os estudantes universitários estão a cada ano sendo incluídos em tais dados estatísticos, sendo a tomadas de decisões significativas, decorrente as inúmeras mudanças e pressões sociais sofridas uma das justificativa para tal aumento. Esta revisão propôs-se a identificar fatores de risco e proteção para sofrimento psíquico em estudantes universitários e suas consequências, assim como, mostrar a importância da atenção farmacêutica frente ao problema. A pesquisa foi realizada por meio de uma busca em bancos de dados com a utilização do portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) – fundação do Ministério da Educação (MEC). Dentre os artigos encontrados e aplicados os critérios de exclusão, 27 artigos compuseram a amostra final, tendo sido a maioria composta por estudos transversais, publicados entre o período de 2017 a 2021, em inglês, espanhol e português. Diante disso, foi observado que é revelante a análise dos fatores e de suas significativas consequências que influenciam diretamente a saúde mental dos estudantes universitários, assim como, os sintomas presentes, para que possam ser estabelecidas medidas de suporte a esses estudantes.

Palavras-chaves: Ansiedade. Assistência Farmacêutica. Saúde mental. Universitários.

ABSTRACT

In Brazil, according to CNS that reveals about 23 million people have got mental disorder and 5 million of these patients have severe mental problems. Unfortunately, university students are each year being included in such statistical data, and making significant decisions, resulting from the numerous changes and social pressures suffered, is one of the justifications. This study aimed to identify risk and protective factors for psychological distress in college students, such as the importance of pharmaceutical care for this problem. This research was carried out through a search in databases by CAPES - funded from MEC. Among the articles found and applied the exclusion criteria, 27 articles made up the final sample, most of which were composed of cross-sectional studies, published between the period 2017 to 2021, in English, Spanish and Portuguese. Therefore, it was observed that it is very important to analyze the factors that directly influence the health of young university students, so that they can be established as measures to help these students.

Keywords: Anxiety. Pharmaceutical care. Mental health. College students.

QUADRO

Quadro 1. Situações de alerta para o encaminhamento.....	24
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABP	Associação Brasileira de Psiquiatria.
AF	Assistência Farmacêutica.
ADT	Antidepressivo tricíclico.
ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária.
BAI	Inventário de Ansiedade de Beck.
CAPES	Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior.
ISM	Inventário de Saúde Mental.
ISRS	Inibidor Seletivo da Recapitação de Serotonina.
IRSN	Inibidor do Receptor da Serotonina Noradrenalina.
MEC	Ministério de Educação e Cultura.
OMS	Organização Mundial da Saúde.
PNAF	Política Nacional de Assistência Farmacêutica.
TMC	Transtorno Mental Comum.
TA	Transtorno de Ansiedade.
WHO	World Health Organization.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2	REVISÃO DA LITERATURA	13
2.1	Saúde mental.....	13
2.2	Ansiedade em estudantes universitários.....	13
2.3	Assistência farmacêutica na saúde mental.....	16
3	MATERIAL E MÉTODOS.....	18
3.1	Tipo de estudo.....	18
3.2	Critérios de elegibilidade.....	18
3.3	Processo de levantamento de dados.....	18
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
5	CONCLUSÕES	25
	REFERÊNCIAS	26

1 INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002), saúde mental refere-se a um bem-estar no qual o indivíduo desenvolve suas habilidades pessoais, consegue lidar com os estresses da vida, trabalha de forma produtiva e encontra-se apto a dar sua contribuição para sua comunidade. Afirma-se que uma em cada 10 pessoas no mundo, sofre de algum distúrbio de saúde mental, representando assim aproximadamente 700 milhões de pessoas.

Sendo assim, uma parcela dessas pessoas é de estudantes universitários que vivenciam novas situações, nas quais requerem adaptações e englobam exigências do próprio curso e/ou instituição devido a grande quantidade de disciplinas a serem cursadas, assim como, à concorrência do mercado de trabalho, que somadas às exigências familiares acrescentam o temor do fracasso profissional e do desprestígio social, podendo desencadear sintomas depressivos. (VICTORIA *et al.*, 2013).

Por conseguinte, o ingresso à universidade coincide com o período de adultez emergente (18 a 25 anos), no qual os indivíduos enfrentam diversos desafios, tanto no campo pessoal quanto profissional. É nessa fase acadêmica que o indivíduo começa a desenvolver autonomia, apresentando experiências de maior independência em relação à família. Nesse contexto, esse período é marcado por um aumento nas demandas em diferentes âmbitos da vida do estudante. Podendo no enfrentamento negativo dessas demandas resultar no desenvolvimento de condições afetivas negativas (MONTEIRO *et al.*, 2009).

Dentre as variáveis relacionadas, existem outros fatores, como: o desejo de mudar de curso, dificuldade no relacionamento social e ambiente de ensino com muitos problemas. Além disso, a depressão basal, neuroticismo ou psicoticismo, pensamentos negativos que por vezes possam aparecer, abuso na infância, abuso sexual e, principalmente os mais variados eventos estressantes da vida que o estudante universitário precisa enfrentar diariamente (LIU *et al.*, 2019).

Desse modo, os transtornos mentais comuns na população universitária são problemas emergentes e há uma grande preocupação acerca pela sua prevalência e por seus efeitos negativos à saúde dos estudantes. Além disso, os casos de suicídio que tem aumentando gradativamente durante o tempo. No entanto, em muitas situações não é possível identificar uma relação direta da ideação suicida, porém é visível que o resultado negativo são as incapacitações graves e definitivas, acarretando redução da qualidade tanto no aprendizado, quanto na vida do estudante (LIMA, 2013).

A saúde mental dos discentes é, portanto, uma questão atual, essencial e importante, que precisa ser compreendida a partir da interação entre as demandas inerentes ao Ensino Superior e os aspectos sociais, econômicos e pessoais, fazendo-se necessário considerar a vulnerabilidade e o sofrimento psíquico de uma parcela expressiva de estudantes universitários (BONIFÁCIO *et al.*, 2011).

Diante do exposto, o presente trabalho refere-se a uma revisão de literatura, na qual foi realizada por meio de uma busca em bancos de dados com a utilização do portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) – fundação do Ministério da Educação (MEC), que é uma biblioteca virtual que reúne e disponibiliza a instituições de ensino e pesquisa no Brasil o melhor da produção científica internacional, por meio de 130 bases referenciais tais como *Scopus*, *Medline/Pubmed*, *ScieLO*, *ScienceDirect*.

Por fim, considerando a literatura consultada e tendo em vista a prevalência de sintomas de ansiedade entre os estudantes universitários e suas significativas consequências, faz-se necessário um estudo mais aprofundado sobre o tema, buscando compreender as causas, assim como, levando em consideração a importância o papel do farmacêutico frente ao problema. Dessa forma, o presente estudo visa observar os fatores de desordens mentais, especificadamente, tratando sobre a ansiedade, a fim de orientar a tomada de medidas positivas e recursos não medicamentosos, através da assistência farmacêutica aos alunos que necessitam de ajuda.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 Saúde mental

Estima-se que 4.4% da população mundial sofra com transtornos mentais podendo serem influenciadas por uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais (World Health Organization [WHO], 2017).

Aproximadamente 450 milhões de pessoas apresenta algum tipo de transtorno mental no mundo. O número total estimado de pessoas que vivem com transtornos de ansiedade no mundo é de 264 milhões. Este total em 2015 reflete um aumento de 14,9% desde 2005, em resultado do crescimento e envelhecimento populacional (WHO, 2017).

No Brasil, dados da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) revelam que cerca de 23 milhões de pessoas possuem algum transtorno mental, sendo que 5 milhões desses brasileiros sofrem de transtornos persistentes e graves. Além disso, de acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), a política de saúde mental prioriza esquizofrenia e transtorno bipolar, como as doenças mais graves e se tratando de mais prevalentes temas: a depressão, ansiedade e dependência química (LEONARDO *et al.*, 2017).

Sendo assim, os transtornos mentais são definidos como condições de saúde envolvendo mudanças na emoção, pensamento e comportamento, ou até mesmo na combinação desses. Estes distúrbios são associados ao sofrimento e/ou problemas na realização de atividades sociais, familiares e no trabalho (American Psychiatric Association, 2018). Ademais, de acordo com Mascarenhas *et al.* (2012) a saúde mental de um indivíduo é considerada um dos pontos básicos para o desenvolvimento do seu aprendizado. Ao apresentar qualquer alteração que interfira no o estado emocional e/ou cognitivo este, como resposta, desenvolverá dificuldades de assimilação de assuntos, assim como, no aprimoramento de suas habilidades no meio de que convive.

2.2 Ansiedade em estudantes universitários

O ingresso na Universidade é marcado por um processo de desenvolvimento na vida do estudante, no entanto o manejo de inúmeras vivências pode acarretar prejuízos. Como exemplo destas vivências, situações como se inserir em um novo contexto iniciando e mantendo novos relacionamentos, desenvolver habilidades, tanto no âmbito pessoa, quanto profissional que permitam um bom desempenho acadêmico, como também, gerir as diversas atividades e componentes curriculares. O resultado desta transição é que as dificuldades podem se acumular,

fazendo com que muitos acadêmicos desenvolvam problemas psicológicos ou gerando o agravamento de quadros pré-existentes (RAMOS *et al.*, 2018).

A convivência com a universidade aumenta e proporciona o contato com novos conhecimentos, valores e crenças, questionamentos e experiências acadêmicas e sociais que podem desenvolver aos estudantes um amadurecimento de suas habilidades e aptidões, repercutindo diretamente na profissão que decidiu seguir (CARLETO *et al.*, 2018). As mudanças geradas na vida do estudante universitário geralmente são responsáveis por diversas situações estressantes que podem aumentar progressivamente, pois, a cada etapa do curso surgem exigências que requererão o desenvolvimento de habilidades e/ou competências por parte dos estudantes (CESTARI, 2017).

A Incidência do elevado grau de ansiedade entre os estudantes universitários está associada a faixa etária comumente dos universitários (18 a 24 anos), que nessa etapa estão vivenciando a chamada adultez emergente. De acordo com a literatura, esses estudantes apresentam maior predomínio de riscos de problemas de saúde, marcando assim taxas maiores de estresse psicológico grave, ideações suicidas e transtornos de ansiedade (MALTONI *et al.*, 2019; PINTO *et al.*, 2018).

A literatura também evidencia que estudantes com maiores prevalências de TMC classificaram como fontes de tensão a carga horária extensa, competitividade, cobrança pessoal, pressão social, familiar, de professores e profissionais da área, durante a graduação. Dentre os mais diversos fatores, a intensa demanda e competição durante o processo de educação também podem produzir estresse nos estudantes (GREETHER *et al.*, 2019).

Esses estudantes, jovens adultos, se encontram numa fase marcada pela tomada de decisões significativas, por diversas mudanças e pressões sociais (SOUZA, 2017). Estímulos nocivos como exaustão emocional e uma baixa expectativa na realização profissional também são mudanças que culmina com a presença da ansiedade entre os universitários possuindo vínculo direto com o ingresso no ensino superior (PASQUALUCCI *et al.*, 2019).

Graner e Cerqueira (2019) reportam que, as mudanças tanto sociais, quanto psicológicas sofridas durante este tempo, têm acarretado e promovido um ambiente de estresse e a cobrança, favorecem uma prevalência de até 44,9% de transtornos mentais comuns entre os estudantes universitários. É percebido, estados mistos de depressão e ansiedade, caracterizados pela presença de sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas.

É importante ressaltar que durante o período de formação acadêmica cerca de 80% desses estudantes universitários sofrem diariamente com situações que lhe causam estresse.

Tais situações têm sido associadas aos transtornos de ordem mental nesta população (BETTIS *et al.*, 2017; KARATEKIN, 2018). É visto que os níveis de estresse influenciam de modo direto no desenvolvimento de depressão e da ansiedade (BETTIS *et al.*, 2017).

A entrada na universidade compreende diversas e importantes mudanças que vão ser caracterizadas pela criação de relacionamentos novos, aumento das novas responsabilidades, o saber lidar com as incertezas no que diz respeito à carreira escolhida, adaptação a ambientes, novos estilos de vida, expectativas acadêmicas, entre outras. Assim explica-se o aparecimento da ansiedade e do estresse entre universitários (CHIU *et al.*, 2019; OTHOMAM *et al.*, 2019; LANTYER *et al.*, 2016).

Segundo Rodrigues *et al.* (2019) a educação superior é um período no qual podemos observar grandes mudanças na vida do estudante e que a transição do Ensino Médio para o Ensino Superior coloca o jovem estudante diante de inúmeros desafios. Tais desafios podem estar presentes no início, no meio, e principalmente no fim do curso, podendo destacar fatores como excesso de tarefas, falta de motivação, identificação com a carreira escolhida e dificuldades nas relações interpessoais com colegas e professores (FERREIRA *et al.*, 2019; SOARES *et al.*, 2019).

A presença de ansiedade em estudantes é frequente pelo fato das inúmeras situações que envolvem processos de adaptação (novo ritmo de estudo, morar afastado dos familiares, controle das despesas) e mediante as dificuldades, episódios de ansiedade podem se manifestar por ser um problema de saúde mental mais recorrente entre os universitários (FERNANI *et al.*, 2017; FERREIRA *et al.*, 2019).

A prevalência de transtornos mentais comuns como a ansiedade em acadêmicos do ensino superior vem crescendo consideravelmente desde meados do ano 2000 (LEÃO *et al.*, 2018).

Deve-se frisar que a ansiedade é um sentimento frequente, que faz parte das emoções sentidas pelos estudantes universitários. O jovem adulto universitário, notadamente, está envolvido em um intenso processo de desenvolvimento psicossocial. Assim sendo, encontra-se mais susceptível a desencadear altos graus de ansiedade, comprometendo o bem-estar emocional. Além disso, situações como as provas, apresentação de seminários e trabalhos, relacionamentos diversos, dentre outras, podem funcionar como agentes provocadores de ansiedade (ANDRADE *et al.*, 2020).

Altos níveis de tal emoção podem influenciar negativamente no desenvolvimento acadêmico, bem como provocar reações impulsivas, comprometendo assim o equilíbrio emocional (NOGUEIRA, 2017).

De acordo com os dados da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2017), a prevalência mundial do Transtorno de Ansiedade (TA) é de cerca 3,6%. No continente americano esse transtorno mental alcança maiores proporções, sendo de 5,6% da população, com evidência para o Brasil, onde está presente em 9,3% da população, possuindo o maior número de casos dentre todos os países do mundo.

De acordo com alguns estudos, apontam que a prevalência de ansiedade em universitários variando entre 63% e 92%. Por conseguinte, um estudo realizado em uma universidade do Triângulo Mineiro, com 384 estudantes universitários, de diversificadas áreas, identificou que 70,4% dos participantes apresentavam sintomas de ansiedade (SOUZA, 2017).

Esse sintoma, quando não identificado e trabalhado, podem acarretar problemas como irritabilidade, insônia, falta de concentração, tristeza, mudanças de humor, entre outros, durante o exercício da vida acadêmica e posterior a ela (ANDRADE, 2017; SOUZA, 2017).

2.3 Assistência farmacêutica na saúde mental

De acordo com a Política Nacional de Assistência Farmacêutica (PNAF), a Assistência Farmacêutica trata de um conjunto de ações voltadas à promoção, proteção e recuperação da saúde, tanto individual como coletivo, na perspectiva da obtenção de resultados concretos e da melhoria da qualidade de vida da população. Ela não está limitada apenas à fabricação e dispensação de medicamentos, mas abrange um conjunto de processos imprescindíveis à promoção, prevenção e recuperação da saúde, individual e coletiva, centralizado nas medicações, com vistas à adequada na utilização de recursos, na expectativa de aumentar a qualidade de atenção à saúde mental (BRASIL, 2004; CORREIA *et al.*, 2018).

A assistência farmacêutica é de grande importância no processo de anamneses do paciente. O profissional farmacêutico deve coletar e organizar os dados do paciente, de acordo com o perfil, história clínica, como também, quanto ao uso de fármacos, ajudando na identificação de fatores agravantes do quadro ansioso, assim como, no controle inadequado ds condição clínica, reações adversas ao tratamento aderido (REIS *et al.*, 2021).

A educação em saúde, a orientação farmacêutica e o seguimento farmacoterapêutico, no qual são serviços prestados na assistência farmacêutica. Observa-se estatisticamente resultados significativos e positivos quanto quando a uma melhor qualidade da prescrição, como também, uma redução do número de medicamentos prescritos aos usuários (MELO *et al.*, 2017).

O profissional é fundamental no processo de rastreabilidade da doença. O profissional farmacêutico pode lançar mão de instrumentos específicos de triagem dos diversos tipos de

ansiedade. Dentre os vários instrumentos existentes, para uma triagem inicial e um possível encaminhamento ao serviço de saúde adequado sugere-se a aplicação do Beck Anxiety Inventory (BAI) (BECK *et al.* 1988; REIS *et al.*, 2021).

O Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) é um instrumento auto administrável de 21 itens que irão medir os sintomas de ansiedade. É baseado em uma pontuação é realizado 0 para nenhum sintoma até 3 que é severamente, me influencia muito. Constitui um passo importante, tanto para investigar na prática clínica, e principalmente, poder orientar melhor as intervenções que podem ser tomadas pelos profissionais de saúde. Sendo assim, tem ganhado muitos adeptos, tanto na formação acadêmica, quanto na parte clínica (PIOTROWSKI, 2017; PAGANO *et al.*, 2021).

De acordo com Reis *et al.* (2021), para uma boa prática clínica feito pelo profissional na saúde mental é necessário que a combinação de habilidades que sejam descritivas e objetivas no que se refere a caracterização da manifestação clínica, com uma abordagem que seja dinâmica, subjetiva, como também pessoal diante do paciente e da doença.

3 MATERIAS E MÉTODOS

3.1 Tipo de estudo

Esta revisão bibliográfica foi realizada com o objetivo de identificar a prevalência dos sintomas de ansiedade e suas possíveis causas presente entre os estudantes universitários, assim como, buscar mostrar a importância do papel da assistência farmacêutica frente à saúde mental. A pesquisa foi realizada por meio de uma busca em bancos de dados com a utilização do portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) – fundação do Ministério da Educação (MEC), por meio bases referenciais tais como *Scopus*, *Medline/Pubmed*, *ScieLO*, *ScienceDirect*. Os trabalhos encontrados foram selecionados a partir do exame dos títulos e palavras-chave e, posteriormente, da leitura dos resumos.

3.2 Critérios de elegibilidade

- Critérios de inclusão: foi realizada uma seleção dos artigos baseada com acesso ao texto completo, publicados em português, inglês ou espanhol, que abordasse o assunto proposto de 2017 até 2021. Também foram incluídas Teses, dissertações e livros.
- Critérios de exclusão: Foram excluídos aqueles que apresentaram acesso apenas ao resumo ou abstract, resumos expandidos ou artigos completos publicados em anais de congressos, assim como aqueles se mostram repetidos.

3.3 Processo de levantamento de dados

O levantamento dos dados da pesquisa foi realizado através do Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) – fundação do Ministério da Educação (MEC) foi realizado usando os seguintes descritores de forma combinada: “ansiedade”, “universitários”, “saúde mental” e “assistência farmacêutica” com opções de pesquisa de artigos em todos os bancos de dados disponíveis, com a opção de selecionar aqueles de maior relevância em primeiro lugar. Também foram utilizadas referências outras referências, no caso de livros, manuais e resoluções.

No cruzamento dos descritores foram identificados 43 artigos ao todo, no entanto 14 destes não atenderam ao objetivo do estudo, não se tratando do tema, assim como, 2 destes por não apresentarem o texto completo, apenas o resumo/abstract.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Leão *et al.* (2018) afirmam que fatores como insônia, a falta de atividade física e preocupação demasiada, apresentam associação significativa para um quadro de ansiedade em sua condição patológica, apresentando-se de forma mais frequente e intensa, com sintomas que podem causar grande sofrimento e prejuízo na vida cotidiana, como a desistência do curso e abuso de substâncias psicoativas.

Através dos estudos de Zancan *et al.* (2021) foi possível observar fatores significativos para a ansiedade na amostra total de 574 estudantes, com idade a partir de 18 anos, de diferentes cursos e universidades, sendo 357 da graduação e 217 da pós-graduação, sendo estas: a demanda de estudo, 71,3%; conciliar trabalho/estudo, 50,9%; e dificuldade financeira, 45,8%.

Em primeiro lugar, dentre as diversas necessidades básicas dos estudantes universitários, dormir bem é um dos principais fatores condicionantes do bem-estar e da saúde mental; além de sua importância e correlação com a memória, o aprendizado, o funcionamento do sistema imunológico, a regulação térmica. Entre outros processos, o sono é vital para o processamento e a modulação emocional (TEMPESTA *et al.*, 2018).

Em um estudo elucidado por Leão *et al.* (2019) com alunos do primeiro ano dos cursos da saúde de um Centro Universitário no Ceará, observou-se que 87,6% destes estudantes afirmaram insatisfação com relação a quantidades de horas de sono, evidenciando poucas horas de sono por dia.

Não resta dúvida que a ansiedade pode ser uma condição presente e interferente nas qualidade e quantidade de horas dormidas, que podem, por sua vez, diminuir o entusiasmo pela execução de atividades cotidianas e pode trazer outros problemas de saúde. Achados nessa área do sono reforçam a importância e necessidade de estimular os estudantes a buscar destinar o tempo adequado ao sono e com qualidade, para garantir que esse sono seja reparador (LEÃO *et al.*, 2018).

Estudos também evidenciam que as ausências da prática de atividade física podem interferir na saúde mental de estudantes universitários. De acordo com os estudos realizados por Jardim *et al.* (2020) com 410 estudantes (233 ingressantes e 177 concluintes) dos cursos de saúde de uma universidade pública federal do interior de Pernambuco, 55,8% dos participantes não praticavam nenhuma atividade física e isso resultou em resultados de maior grau de ansiedade em tais estudantes.

É sabido que, a atividade física para a população de modo em geral quando praticada com regularidade, auxilia o organismo na produção de endorfina e serotonina,

neurotransmissores responsáveis pela sensação de prazer e bem-estar. Além de promover mudanças significativas corporais, e assim, consequentemente trazendo uma melhora na autoestima, elevando um maior grau de satisfação, como também, de felicidade (COSTA *et al.*, 2018; BAVOSO *et al.*, 2018).

Segundo estudos contendo 560 estudantes realizado por Nogueira e Siqueira (2017), foi evidenciado que no que concerne ao exercício físico existem diferenças expressivas de saúde mental entre quem pratica e não pratica. Foi observado pelos autores que quem pratica exercício físico tende a ter saúde mental significativamente superior aos que não praticam exercício físico, de acordo com o Inventário de Saúde Mental (ISM) aplicado no trabalho dos autores.

Levando em consideração a baixa da autoestima como resultado da pequena pratica de atividade física. É possível afirmar que todos os estudantes que possuíam baixa autoestima apresentaram algum tipo de transtorno mental (6%) e a maioria dos universitários com Transtorno mental Comum (TMC) apresentaram-se com média autoestima de 67,3%. Dessa forma, os estudantes que apresentam uma baixa autoestima têm maior probabilidade que adquirir um transtorno mental, como por exemplo, a ansiedade (PRETO *et al.*, 2020).

Além disso, geralmente a atividade física quando feita em grupo é uma oportunidade importante para o convívio social, trazendo benefícios fundamentais presentes no estabelecimento de interações afetivas (FERREIRA, 2017; PEREIRA, 2017).

Por conseguinte, relacionando o esporte a ansiedade e a qualidade de vida, observa-se que os atletas são pessoas menos ansiosas do que as pessoas que não praticam nenhum tipo de atividade, mostrando que a prática de atividade física é um fator que contribui para o bem-estar emocional. Ademais, comparando o nível de ansiedade ao exercício físico, independentemente do nível de ansiedade, foi possível identificar que os jovens respondem de maneira semelhante aos exercícios de diferentes intensidades, com diminuição nível de ansiedade (FERNANI *et al.*, 2017; ARRUDA *et al.*, 2020).

Outro fator encontrado na literatura foi a ausência da família. Tal fato foi observado em um estudo de Vizzoto *et al.* (2017) em que os alunos que não saíram da casa da família para estudar faziam uma melhor gestão do seu tempo, dormiam melhor, faziam mais exercícios físicos, tinham menores níveis de ansiedade e relações sociais mais satisfatórias. Os resultados encontrados, indicavam também que estudantes que saíram da casa da família para ingressarem em universidades e residiam em casas com outros colegas ou em moradias universitárias, apresentaram níveis mais elevados de depressão, ansiedade e estresse.

Segundo Facioli *et al.* (2020) o estar longe dos familiares e consequentemente a troca de moradia, gerando assim uma rede de apoio deficiente, restrições financeiras, entre outras

situações que podem impactar em negativamente sua saúde mental e resultar em sofrimento psíquico ou até mesmo em adoecimento mental nos universitários.

De acordo com um estudo de Arruda *et al.* (2020), com uma amostra de 366 alunos aleatoriamente escolhido de uma faculdade privada do primeiro semestre do ano de 2019, foi encontrado que os alunos que moravam longe de casa, com um amigo, apresentaram maiores graus de ansiedade, comparados com os que moravam com a família. Também foi identificado como um fator que a deslocação entre casa e faculdade também foi para determinar o nível moderado e grave na pontuação de ansiedade (OTHMAN *et al.*, 2019).

Por outro lado, analisando a questão do sexo, várias pesquisas apontam um aumento considerável dos casos de ansiedade por parte do sexo feminino em comparação com o sexo masculino. De acordo com um estudo realizado com 558 estudantes do interior de São Paulo de faculdades pública e privadas, de diferentes áreas e períodos da graduação elucidado por Maltoni *et al.* (2019) utilizando a Inventário da Escala de Beck (BAI), identificaram que a associação entre o gênero feminino e sintomas de ansiedade foi significativa para nove dos 21 itens avaliados pelo BAI, sendo estes: incapacidade de relaxar; atordoado ou tonto; palpitação ou aceleração do coração; nervoso; sensação de sufocação; dificuldade de respirar; medo de morrer; indigestão ou desconforto no abdômen e sensação de desmaio.

Lopes *et al.* (2019) também observaram que as mulheres apresentaram resultados mais expressivos e significativos para a sintomatologia de ansiedade quando comparado aos homens. Sendo que entre as mulheres, 46% obteve escore moderado, 32% escore grave e uma menor parte 22% escore leve. Já entre os homens, 48% obteve escore leve, 43% o moderado e apenas 9% escore grave.

Por conseguinte, Santos *et al.* (2021) também identificaram através dos seus estudos uma maior prevalência dos sintomas da ansiedade nas mulheres. De acordo com os autores apesar do estudo de uma amostra de 194 alunos, mais de 72% dos alunos pertencem ao sexo masculino, sendo esse número quase 3 vezes maior que o de participantes do sexo feminino, houve uma diferença estatisticamente significativa na proporção de TMC entre os sexos, sendo maior entre as jovens do sexo feminino (85,2%) em comparação aos indivíduos do sexo masculino.

Estudos apontam que uma das justificativas são alterações sofridas pelas questões hormonais nas mulheres que contribuem significativamente para um grau de ansiedade mais elevado. Em contrapartida, a testosterona, presente no sexo masculino, pode ter benefícios mais protetores contra a ansiedade (SACRAMENTO *et al.*, 2021; NOGUEIRA *et al.*, 2021).

Além do sexo, a idade é outro quesito que se mostrou como uma influência nos níveis da ansiedade. Foi um fator fundamental na avaliação do grau de ansiedade. A criação de expectativas acerca da vida acadêmica e seu futuro profissional, foram fatos encontrados em estudantes universitários mais jovens em comparação com os mais velhos. Contudo, a ansiedade também pode estar relacionada com anos de estudo, indicando-a em alunos mais experientes (XIMENES *et al.*, 2018; ARRUDA *et al.*, 2020).

Ademais, foi possível identificar estudos que relacionava a ansiedade ao consumo de drogas estimulantes, no qual foi identificado uma grande procura por parte dos estudantes universitários de drogas estimulantes do sistema nervoso central, como a cafeína, anfetamina, xantina e taurina, afim de melhorar através do estado de alerta o desempenho acadêmico (FIGUEIRA *et al.*, 2020).

É demonstrado também o motivo para o uso de psicoestimulantes durante o período de formação acadêmica está relacionado a tentativa de compensar a privação do sono, a melhoria do raciocínio, assim como, da atenção. Infelizmente esse grupo de estudantes muitas vezes não pondera sobre os malefícios que tais estimulantes podem acarretar; assim como os impactos negativos na vida acadêmica e pessoal (MORGAN *et al.* 2017; FIGUEIRA *et al.* 2020).

De acordo com os estudos elucidados por Morgan *et al.* (2017) a frequência de uso de mais de uma substância estimulante foi de 24,1% entre aqueles que iniciaram o uso durante a faculdade e de 13,5% entre os que iniciaram o consumo antes do ingresso na universidade. Os estimulantes mais desconhecidos pelos estudantes foram o piracetan (46,7%) e o modafinil (43,8%).

Estudos comprovam que dentre as pessoas em tratamento por abuso de drogas, têm sido encontrados sintomas de ansiedade e depressão. Além de que ter idade menor ou igual a 25 anos foi associada à maior probabilidade de se desenvolverem transtornos mentais comuns, o que leva à evidência do uso cada vez mais precoce de substâncias ilícitas (LUCCHESI *et al.* 2017).

Já com relação ao consumo de fármacos, foram identificados 2 artigos que expõem resultados positivos quanto ao tema. O primeiro estudo realizado por Lopes *et al.* (2019) com 112 participantes alunos do primeiro ao último período do curso de farmácia do Centro Universitário Campos de Andrade do estado de paraná, avaliaram a sintomatologia dos transtornos de ansiedade, assertivamente respondida por 40 participantes da pesquisa ou 36% do total. Destes, 37,5% são usuários de fitoterápicos e outros 37,5% de antidepressivos. Os outros 25% se dividem em: 7,5% utilizam anti-hipertensivos, 5% apontaram consumo de

benzodiazepínicos, 5% de florais e medicamentos homeopáticos, anticonvulsivantes e analgésicos ficaram com 2,5% cada.

Ainda sobre o uso de fármacos foi observado que 36% dos alunos já usaram algum medicamento para fins ansiolíticos e 24% faz tratamento medicamentoso contínuo contra o transtorno (LOPES *et al.*, 2019).

Em relação ao outro estudo elucidado por Lelis *et al.* (2020), com universitários da área de saúde de uma instituição privada em um município do Norte de Minas Gerais, composta por 704 alunos da área de saúde, foi observado que quanto ao uso de medicamentos para transtornos de ansiedade e depressão, demonstrou que 5,3% dos entrevistados fazem o uso frequente de medicamentos e 13,3% raramente utilizam desses fármacos. Além disso, verificou-se que os medicamentos mais utilizados para ansiedade pelos os estudantes foram o alprazolam, rivotril e zolpidem, como também, o amitriptilina foi o medicamento mais utilizado nos casos de depressão e ansiedade.

Através de investigações realizadas foi possível observar que alguns alunos admitiram o uso atual ou prévio de terapia medicamentosa antidepressiva. As classes mais utilizadas foram a dos Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS), os Inibidores dos Receptores da Serotonina Noradrenalina (IRSN), os antidepressivos atípicos e os antidepressivos tricíclicos (ADT). Desse modo, o uso de analgésico, relaxante muscular, antidepressivos e ansiolíticos, torna-se frequente com a prática de automedicação (CYBULSKI *et al.*, 2017; LELIS *et al.*, 2020).

Por fim, acerca da assistência farmacêutica na saúde mental verificou-se resultados significativos na literatura consultada quanto a importância e atuação do farmacêutico. De acordo com um estudo de Silva *et al.* (2017) demonstraram que o cumprimento de diversos critérios em cada etapa do ciclo da assistência farmacêutica (AF) é fundamental na implantação de novas estratégias de atenção na reforma psiquiátrica. De acordo com os resultados obtidos, verificou-se também que esforços para a melhoria dos processos, principalmente no que diz respeito à oferta de atividades voltadas para a assistência, favorece o cuidado e a segurança dos usuários da Saúde Mental.

Além disso, de acordo com Arruda *et al.* (2019) é necessário a verificação dos sintomas decorrentes da ansiedade, no grande impacto na saúde dos alunos, pois normalmente os estudantes universitários só procuram assistência médica em sintomas físicos, e desconhecem que eles podem estar relacionados a algum transtorno de saúde mental.

Percebesse a importância da assistência farmacêutica (AF) através de olhar crítico a fim de identificar e encaminhar as situações que precisam do auxílio de outros profissionais da

saúde, ou até mesmo no processo de reavaliação da farmacoterapia. Desse modo, Reis *et al.* (2021) apresentaram através do seguinte quadro as possibilidades de encaminhamento levando em consideração o quadro do paciente, assim como, os sinais.

Quadro 1 – Situações de alerta para o encaminhamento

QUADRO	SINAIS	PARA ONDE ENCAMINHAR
Rastreamento positivo	Paciente com recorrência de sinais e sintomas de ansiedade ou scores compatíveis em instrumento de rastreio (ex: Somatória da pontuação de BAI igual ou maior que 16)	Ao médico da saúde da família na atenção básica ou a serviços especializados em saúde mental.
Pacientes com sintomas não controlados	Em uso de terapia farmacológica mais sem remissão dos sintomas.	Ao médico da saúde da família na atenção básica ou a serviços especializados em saúde mental, com sugestão de alteração da farmacoterapia quando necessário.
Reações adversas a medicamentos	Pacientes com problemas de segurança na farmacoterapia quando apresentam reações adversas a medicamentos.	Ao médico da saúde da família na atenção básica ou a serviços especializados em saúde mental, com sugestão de alteração da farmacoterapia quando necessário.
Sintomas psicóticos/delírios/manias	Pacientes que apresentam alucinações, demonstrando gravidade do quadro.	Pronto atendimento em saúde mental.
Idealização suicida	Paciente que demonstram pensamentos de morte, ideação suicida, planejamento suicida, tentativa de suicídio.	Pronto atendimento em saúde mental/ médico da saúde da família na atenção básica ou a serviços especializados em saúde mental, com sugestão de alteração da farmacoterapia quando necessário.

Fonte: Reis, *et al.* (2021, p. 125)

5 CONCLUSÕES

É evidente que tem crescido o número de pessoas diagnosticadas com transtornos mentais, principalmente, no que se refere ao transtorno de ansiedade e, infelizmente, uma parcela desses números são de estudantes universitários.

A presente pesquisa evidenciou uma prevalência de estudos de caracterização dos fatores relacionados aos problemas de ansiedade dos estudantes universitários. A presença dos fatores referentes ao sexo, privação do sono, ausência de atividade física, mudanças na percepção de lugares, pessoas e significados, tem um reflexo no uso de substância psicoativas, dificultando o processo de aprendizado e desempenho acadêmico.

Considerando a literatura consultada e tendo em vista a prevalência de sintomas correlacionados com os fatores que aumentam a ansiedade entre os estudantes universitários e suas significativas consequências, faz-se necessário um estudo mais aprofundado sobre o tema, buscando compreender as causas, assim como, levando em consideração a importância o papel do farmacêutico frente ao problema. Dessa forma, a identificação de fatores associados ao grau de ansiedade nesses estudantes irá possibilitar o pensar em estratégias de intervenção.

Sendo assim, conclui-se a importância da atuação farmacêutica no processo de aconselhamento e orientações no processo de dispensação dos psicofármacos, assim como, no rastreamento e encaminhamento do paciente. Por conseguinte, pode-se inferir que é necessário que, dentro da faculdade, se desenvolvam programas de apoio psicológico aos graduandos, de forma preventiva e permanente, desde o primeiro período, alertando-os sobre os possíveis sinais e sintomas decorrente de algum tipo de transtorno mental.

REFERÊNCIAS

- American Psychiatric Association. Mental Health Problems. What is mental illness?. (2018) Disponível em: <https://www.psychiatry.org/patients-families/what-is-mental-illness> Acesso em: 10 de jan 2022.
- ARINÕ, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 12, n. 3, p. 44–52, 2018.
- ANDRADE, K. O. **Qualidade de vida geral e ansiedade de acadêmicos do curso de medicina da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul** (Dissertação de Mestrado) - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Mato Grosso do Sul, MT, Brasil, 2017.
- ANDRADE, A. M.; PIRES, E. U. Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRJ. **Revista Trabalho En(Cena)**, Palmas, Tocantins, v. 5, n. 1, p. 248-268, 2020.
- ARRUDA *et al.* Avaliação dos graus de ansiedade em acadêmicos de uma faculdade privada. **Rev. Sci. Med**, Porto Alegre, v. 30, n. 1, p. 35209-35209, 2020.
- BAVOSO, D. *et al.* Motivação e autoestima relacionada à prática de atividade física em adultos e idosos. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**. V. 7, n 2, 2018.
- BECK, A. T. *et al.* An inventory for mearsuring clinical anxiety: Psychometric protertics. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. 56, p. 893-897, 1988.
- BETTIS, A. H. *et al.* Comparison of two approaches to prevention of mental health problems in college students: enhancing coping and executive function skills. **Journal of American College Health**, v. 65, n. 5, p. 313-322, 2017.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução de N° 388, de 06 de maio de 2004. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2004/res0338_06_05_2004.html Acesso em: 13 set. 2021.
- BONIFÁCIO, S. P. *et al.* Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de Psicologia. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 7, n. 1, Rio de Janeiro, 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180856872011000100004. Acesso em: 15 de Set de 2021.
- CARLETO, C. T. *et al.* Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 20, 2018.
- CESTARI, V. R. F. *et al.* Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 30, n. 2, p. 190-196, 2017.
- CHIU, H. T. *et al.* Interactive association between negative emotion regulation and savoring is linked to anxiety symptoms among college students. **Journal of American College Health**. v. 68, n. 5, p. 1-8, 2019.

CYBULSKI, C. A.; MANSANI, F. P. Análise da depressão, dos fatores de risco para sintomas depressivos e do uso de antidepressivos entre acadêmicos do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 1, p. 92-101, 2017.

COSTA, P. H. V.; DA SILVA, F. S.; MACHADO, C. J. Nível de atividade física e qualidade de vida dos estudantes de fisioterapia da FCM-MG. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**. v. 2, n. 1, p. 46-53, 2018.

CORREIA, C. F. A. *et al.* Assistência farmacêutica na gestão de medicação da saúde mental. **Perspectivas em Psicologia**, Uberlândia, v. 22, n. 1, p. 207-217, 2018.

FACIOLI, A. M. *et al.* Depression among nursing students and its association with academic life. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020.

FERREIA, B. C.; DA SILVA, S. M.; COSTA, B. V. Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. **Linkscienceplace-Interdisciplinary Scientific Journal**. V. 6, n. 5, p. 330-353, 2019.

FERREIRA, L. W. D. S. **A importância do exercício físico no tratamento de pessoas portadores de depressão o mal do século**. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA), Ariquemes, Rondônia, 2017.

FERNANI, D. C. G. L. *et al.* Perfil antropométrico, nível de atividade física, grau de ansiedade e postura em estudantes universitários. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 24, n. 2, p. 191-197, 2017.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019.

GRETHER, E. O. *et al.* Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, n. 1, p. 276-285, 2019.

JARDIM, M. G. L.; CASTRO, T. S.; RODRIGUES-FERREIRA, C. F. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 25, n. 4, p. 645-657, 2020.

KARATEKIN, C. Adverse Childhood Experiences (ACEs), stress and mental health in college students. **Stress and health**, v. 34, n. 1, p. 36-45, 2018.

LANTYER, A. S. *et al.* Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. **Revista Bras Ter Cogn**, v. 2, p. 4-19, 2016.

LELIS, K. C. *et al.* Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. 23, p. 9-14, jun. 2020. Disponível em <http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602020000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 10 de fev. 2022

LEÃO, M. A. *et al.* Prevalência e Fatores associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**. v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

LEONARDO, C. B. *et al.* Prevalência de Transtornos Mentais e Utilização de Psicofármacos em Pacientes Atendidos em um Ambulatório Médico de Especialidades. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, v. 46, n. 2, p. 39-52, 2017.

LIU, Y. *et al.* Predictors of depressive symptoms in college students: A systematic review and meta-analysis of cohort studies. **J Affect Disord**. v. 244, n. 1, p. 196-208, 2019.

LIMA, R. Os suicídios e a universidade produtivista. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 13, n. 149, p. 78-86, 2013.

LOPES, S. M.; SATO, O. D. M.; SATO S, M. R. Ansiedade em ambiente acadêmico: avaliação da sintomatologia de transtornos de ansiedade e do consumo de medicamentos entre estudantes de um centro universitário de Curitiba. **Revista UNIANDRADE**. v. 20, n. 2, 2019.

LOPES, J. M. *et al.* O. Ansiedade versus desempenho acadêmico: uma análise entre estudantes universitários. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde**, p. 137-150, 2019. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/fitsbiosauade/article/view/6151/3338Lovibond>. Acesso em: 20 de jan. 2022.

LUCCHESI, R. *et al.* Transtorno mental comum entre indivíduos que abusam de álcool e drogas: estudo transversal. **Texto & Contexto –Enfermagem**, v. 22, n. 1, p. 235-244, 2017

NOGUEIRA, É. G. *et al.* Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 1, 2021.

MASCARENHAS, S. A. *et al.* Necessidade da gestão do estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários brasileiros. **In Actas do 9º congresso nacional de psicologia da saúde**, 2012.

MALTONI, J.; PALMA, P. C.; NEUFELD, C. B. Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. **Psico**, Porto Alegre, v. 50, n. 1, e29213, 2019.

MELO, O. D.; CASTRO, C. L. L. A contribuição do farmacêutico para a promoção do acesso e uso racional de medicamentos essenciais no SUS. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 1, 2017.

MONTEIRO S.; TAVARES J. PEREIRA A. Adulterez emergente: na fronteira entre a adolescência e a adulterez. **Ambiente e Educação**, **Revista @mbienteeducação**, São Paulo, v. 2, n.1, p. 129-137, jan./jul. 2009.

MORGAN, L. H. *et al.* Consumo de Estimulantes Cerebrais por Estudantes de Medicina de uma Universidade do Extremo Sul do Brasil: Prevalência, Motivação e Efeitos Percebidos. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 1, p. 102-109, Jan/Mar, 2017.

NOGUEIRA, M. J. C. **Saúde mental em estudantes do ensino superior: Fatores protetores e fatores de vulnerabilidade.** Tese (Doutorado em Enfermagem). Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, 2017.

NOGUEIRA, M. J.; SEQUEIRA, C. A. Saúde mental em estudantes do ensino superior. Relação com o género, nível socioeconómico e os comportamentos de saúde. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental.** Especial 5, p. 51-56, 2017.

OMS – Organização Mundial da Saúde. **Saúde Mental: Nova Conceção,** Nova Esperança. 1.^a edição, Lisboa, abril de 2002.

OMS - Organização Mundial de Saúde. Depression and other common mental disorders: global health estimates. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf> Acesso em: 13 de Jan. 2022.

OTHMAN, N. *et al.* Perceived impact of contextual determinants on depression, anxiety and stress: a survey with university students. **Int J Ment Health Syst,** v. 13, n. 17, 2019.

PAGANO, A. E.; VIZIOLI, N. A. Estabilidad temporal y validez discriminante del Inventario de Ansiedad de Beck. LIBERABIT. **Revista Peruana De Psicología,** v. 27, n. 1, e450, 2021.

PASQUALUCCI, P. L.; DAMASCO, L. L. M.; DANILA, A. H. Prevalência e correlatos de depressão, ansiedade e estresse em médicos residentes de um sistema acadêmico de saúde brasileiro. **BMC Med Educ,** v. 19, n. 193, 2019.

PIOTROWSKI, C. The Status of the Beck Inventories (BDI, BAI) in Psychology Training and Practice: A Major Shift in Clinical Acceptance. **Journal of Applied Biobehavioral Research,** v. 23, n. 3, e12112, 2017.

PEREIRA, D. F. Relação entre atividade física e depressão em idosos: uma revisão de literatura. **Revista Corpo consciência,** v. 20, n. 3, p. 22-28, set./dez, 2016.

PRETO, *et al.* Transtornos Mentais Comuns, Estresse e Autoestima em universitários da área da saúde do último ano. **Research, Society and Development,** v. 9, n. 8, p. e844986362, 2020.

PINTO, N. A. J.; DE MELO C., J.; FERREIRA, W. Prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes de Medicina. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas,** v. 2, n. 2, p. 36-43, 2018.

REIS, W. C. T. *et al.* **Farmacoterapia da Saúde Mental: uma visão aplicada e prática.** 1^o edição. Supervisão Clínica, 22 de fev. 2022.

RODRIGUES, M. D. D. S. *et al.* Transtorno de Ansiedade Social no Contexto da Aprendizagem Baseada em Problemas. **Revista Brasileira de Educação Médica,** v. 43, n. 1, p. 65-71, 2019.

RAMOS, F. P. *et al.* Desafios na trajetória acadêmica e apoio psicológico ao estudante universitário: contribuições de dois Projetos de Extensão. **Revista Guará,** Espírito Santo, 9^o Edição, p. 57-67, 2018.

- SANTOS, N. A. *et al.* Transtornos mentais comuns em estudantes universitários de um Centro de Instrução Militar. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, 2021.
- SACRAMENTO, B. O. *et al.* Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Educação Médica**. v. 45, n. 1, e021, 2021.
- SILVA, S. N.; LIMA, M. G. Assistência Farmacêutica na Saúde Mental: um diagnóstico dos Centros de Atenção Psicossocial. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 6, p. 2025-2036, 2017.
- SOARES, A. B. *et al.* Diferenças de adaptação acadêmica entre estudantes do curso de psicologia. **Psicologia em Pesquisa**, v. 13, p. 93-118, 2020.
- SOUZA, D. C. **Condições emocionais de estudantes universitários: Estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social** (Dissertação de Mestrado em Psicologia) - Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, MG, 2017.
- SOARES, A. B. *et al.* Diferenças de adaptação acadêmica entre estudantes do curso de psicologia. **Psicologia em Pesquisa**, v. 13, p. 93-118, 2020.
- TEMPESTA, D. *et al.* Sleep and emotional processing. **Sleep medicine reviews**. v. 40, p. 183–195, 2018.
- VICTORIA, S. M. *et al.* Níveis de ansiedade e depressão em graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). **Revista de Psicologia**, v. 16, n. 25, p. 163-175, 2013.
- VIZZOTTO, M. M.; JESUS, N. S.; MARTINS, C. A.; Saudades de Casa: Indicativos de Depressão, Ansiedade, Qualidade de Vida e Adaptação de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 9, n. 1, p. 59-73, 2017.
- World Health Organization (WHO). **Depression and other common mental disorders: Global health estimates**. Geneva: World Health Organization; 2017.
- XIMENES, C. R.; NEVES, G. M. B. Transtornos de ansiedade: importância da avaliação psicológica no diagnóstico e tratamento. **Revista Uni-RN**, Natal, v. 18, n. 1/2, p. 121-128, 2018.
- ZANCAN, R. K. *et al.* Estresse, Ansiedade, Depressão e Inflexibilidade Psicológica em Estudantes Universitários de Graduação e Pós-Graduação. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 749-767, 2021.