

Saúde mental de estudantes da área da saúde: prevalência de ansiedade e depressão e seus impactos na vida acadêmica

Autor: Maria Valesca Sousa Alves ¹

¹Acadêmico do 1º período do curso de Psicologia da Faculdade Via Sapiens – Tianguá/CE.

Coautor: Francisca Joice Magalhaes de Araujo ²

²Acadêmica do 5º período do curso de Psicologia da Faculdade Via Sapiens – Tianguá/CE

Coautor: Maria Vitoria Pereira de Sousa³

³Acadêmico do 3º período do curso de Enfermagem da Faculdade Via Sapiens – Tianguá/CE.

Coautor: Maria Vitória Lima Feitosa ⁴

⁴Acadêmica do 5º período do curso de Psicologia da Faculdade Via Sapiens – Tianguá/CE.

Orientador: Geniel de Sousa da Rocha⁵

⁵Doutor em Educação (UNISAL2019), Mestre em Biotecnologia e Inovação em Saúde (UNINAN-2017), Graduado com Bacharel em Fisioterapia pelo Instituto Superior de Teologia Aplicada INTA. Docente da Faculdade ViaSapiens Tianguá/Ceará.

Introdução: A saúde mental dos estudantes da área da saúde mostra-se um tema de grande relevância no contexto acadêmico, tendo em vista as múltiplas exigências presentes no processo de formação. Nesse contexto, fatores como sobrecarga acadêmica, pressão por desempenho e demandas emocionais favorecem o desenvolvimento de ansiedade e depressão, impactando a qualidade de vida e desempenho acadêmico. Diante desse cenário, torna-se pertinente discutir a ocorrência desses transtornos e a importância de estratégias voltadas à promoção da saúde mental no ambiente acadêmico. **Objetivo:** Investigar a presença de ansiedade e depressão em estudantes universitários, identificar os principais fatores de risco associados a esses transtornos e analisar seus impactos na qualidade de vida e no desempenho acadêmico. Além disso, buscar compreender as diferenças entre grupos de estudantes e destacar a importância de ações de apoio psicológico durante a graduação. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, de caráter descritivo, realizado por meio de revisão bibliográfica. Foram selecionados artigos científicos que abordam a presença de ansiedade e depressão em estudantes universitários, bem como os fatores de risco e seus impactos na qualidade de vida e no desempenho acadêmico. A busca foi realizada em bases de dados como Google Acadêmico e SciELO, considerando publicações recentes. Os dados foram analisados de forma interpretativa, com o objetivo de identificar padrões, fatores associados e possíveis estratégias de apoio psicológico no contexto acadêmico. **Resultados:**

Os estudos analisados mostram pontos em comum ao indicar uma alta frequência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes da área da saúde, em comparação com alunos de outros cursos. Eles mostram que os índices de transtornos mentais podem ultrapassar 30% entre os estudantes, sendo que a ansiedade afeta de 25% a

mais de 60% dos casos. Além disso, cerca de um em cada três alunos de medicina apresenta sintomas intensos. Os trabalhos também destacam que os estudantes da saúde são mais vulneráveis que os de outras áreas, devido à carga acadêmica pesada, às exigências práticas e à responsabilidade de cuidar da vida e do processo de morte dos pacientes, fatores que contribuem para a piora da qualidade de vida desses alunos. **Conclusão:** Diante dos achados apresentados, se torna nítido que a ansiedade e a depressão são problemas com altos números de prevalência entre os estudantes da área da saúde diretamente relacionados a exigências acadêmicas e emocionais na vida acadêmica. Esses transtornos tem impacto negativo na qualidade de vida, desempenho e bem-estar geral dos alunos. Tornando-se assim fundamental a implantação de novas estratégias institucionais voltadas a promoção de saúde, como mais suporte psicológico, ações preventivas e um ambiente acadêmico mais acolhedor. Ademais é de extrema importância reconhecer os sinais de sofrimento de início, para minimizar os danos e seus efeitos, para que assim formem-se profissionais mais saudáveis e preparados para atuar em suas respectivas áreas.

Palavras Chave: Saúde mental; Estudantes da área da saúde; Ansiedade; Depressão; Desempenho acadêmico.

Referencias:

FREITAS, Pedro Henrique Batista de et al. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes da saúde e impacto na qualidade de vida. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 31, e3886, 2023.

DIAS, Luana Gonçalves et al. Ansiedade e depressão em universitários da área da saúde: uma revisão integrativa. Id on Line Revista de Psicologia, v. 15, n. 58, p. 565–575, 2021.

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 2, n. 2, p. 81–91.

ALVES, Tania Correa de Toledo Ferraz. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. Revista de Medicina (São Paulo), v. 93, n. 3, p. 101–105, 2014.