

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** PROBLEMAS RELACIONADOS À SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

**Relatoria:** Iasmin Oliveira Silva  
Gabrielle Maciel do Nascimento

**Autores:** Sara Layanne Lins de Lira  
Geová Caetano da Costa  
Thaís Kamilla Alves Pereira

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

**Introdução:** Os universitários da contemporaneidade sofrem com problemas relacionados à saúde mental. Dentre eles, destaca-se a tríade de sintomas: depressivos, ansiosos e de estresse, causados pela sobrecarga de atividades acadêmicas, que levam a prejuízos no seu desempenho acadêmico e social. Esses problemas resultam em procrastinação, uso abusivo de bebidas alcoólicas, má alimentação, sono irregular, e isolamento social, afetando tanto o corpo quanto a mente. **Objetivo:** Investigar os problemas em saúde mental mais frequentes entre estudantes universitários, considerando as dificuldades enfrentadas na sua formação acadêmica que influenciam a qualidade de vida. **Método:** Trata-se de uma revisão narrativa de caráter qualitativo com busca livre no Google Acadêmico e na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando a temática central “saúde mental dos universitários na sociedade brasileira”, realizada no dia 23 de novembro de 2022, utilizando dados dos últimos 5 anos, com foco na investigação das sintomatologias de transtornos ansiosos que têm maior chance de surgir pela primeira vez no início da vida adulta, especialmente durante o período universitário. **Resultados e discussões:** Com base nos seis artigos selecionados, foi possível analisar que a sintomatologia de ansiedade, estresse e depressão está presente no cotidiano dos universitários, principalmente na área da saúde, como estudantes de enfermagem e medicina. Isso ocorre devido à natureza ética desses cursos e à alta demanda de carga horária a que esses estudantes são admitidos, enfrentando desafios específicos, como a exposição a situações traumáticas, o contato direto com o sofrimento dos pacientes e a pressão para tomar decisões rápidas e precisas. Ademais, o uso excessivo de drogas lícitas e ilícitas, além de medicamentos, afeta diretamente o sono, levando ao surgimento também de diversos problemas psíquicos, a exemplo da síndrome de Burnout e o isolamento social. **Considerações finais:** Em suma, é perceptível a importância do estudo dessa temática para uma melhor compreensão e intervenção na saúde mental dos universitários, especialmente aqueles dos cursos da área da saúde. É necessário implementar programas de assistência psicológica e promover hábitos saudáveis para ajudar os estudantes a lidarem com esses desafios e cuidarem da saúde dos outros sem prejudicar a sua própria saúde.