



PERCEPÇÃO DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM FRENTE À ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESTRESSE NO AMBIENTE ACADÊMICO

*PERCEPTION OF NURSING STUDENTS FACING ANXIETY, DEPRESSION AND
STRESS IN THE ACADEMIC ENVIRONMENT*

Anna Caroline Almeida Lúcio dos Santos¹

Giovani Amado Rivera²

RESUMO: A experiência da vivência acadêmica acarreta mudanças na vida do estudante universitário gerando um impacto que pode vir a infligir na saúde física e mental dos acadêmicos, principalmente daqueles que já possuem uma pré-disposição para doenças psicológicas, e que se encontram na fase de transição para a vida adulta. Existe uma multiplicidade de fatores que geram o desencadeamento e o aparecimento de sinais e sintomas de distúrbios psíquicos no ambiente acadêmico. O objetivo desse estudo é analisar a percepção de acadêmicos em relação aos níveis de ansiedade, depressão e estresse no ambiente acadêmico. Trata-se de uma pesquisa de campo do tipo exploratória com abordagem quantitativa. Sua população foi composta por 101 estudantes de enfermagem, acima de 18 anos que aceitaram participar da pesquisa. Os dados coletados e analisados estatisticamente e distribuído em tabelas simples. Diante dos resultados, a amostra revelou que 85,1% dos participantes são do sexo feminino, enquanto 14,9% são do sexo masculino, desse público apenas 22,8% alegaram que faziam uso de algum tipo de suporte psicológico (terapia, uso de psicotrópicos, etc.), também foi constatado que aqueles que responderam sim para o uso de suporte psicológico obteve médias de ansiedade, depressão e estresse significativamente maiores que os que responderam não, apontou-se que participantes com maiores índices de estresse apresentavam também maiores níveis de ansiedade e depressão, concluiu-se assim que a principal causa para o aumento de níveis de ansiedade e depressão entre os jovens é o estresse excessivo. Diante dos resultados é perceptível o aumento dos níveis de ansiedade, depressão e estresse presentes na nossa sociedade, fazendo-se necessário trazer um maior enfoque para a questão.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. Depressão. Estresse. Acadêmicos.

ABSTRACT: The experience of the academic lifestyle causes changes in the university student's life, generating an impact that can might inflict on the physical and mental health of academics, especially on those who already presents a pre-disposition to mental illness, and those who are in the transition to adulthood. There is a multiplicity of factors that trigger the appearance of signs and symptoms of psychic disorders in the academic field. The purpose of this work is to analyze the perception of the students in regarding of the levels of anxiety, depression and stress in the academic field. This work is characterized as a exploratory field research with a quantitative approach. The population is composed by 101 nurse students, all above 18 years old that accepted to part of the research. The collected data were analyzed statistically and distributed in simple charts. In view of the results, the research showed that 85,1% of those who participated are women, while 14,9% are men, only 22,8% of this public allegedly used some kind of psychological help (therapy, use of psychotropic, etc.), was also shown that those who replied yes to the use of psychological help had higher levels of anxiety, depression and stress than those who replied with no, was also pointed that people with higher levels of stress also had higher levels of anxiety and depression, which concluded that the biggest cause to the development of high levels of anxiety and depression was excessive stress within the people. In the view of these results is noticeable the rise of the levels of anxiety, depression and stress in our society, making it necessary to bring light to this topic.

KEYWORDS: Anxiety. Depression. Stress. Academics.

¹Graduanda dos curso de bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Patos-UNIFIP. E-mail: annasbp@hotmai.com

²Docente e Mestre do Centro Universitário de Patos-UNIFIP

INTRODUÇÃO

Em sua maioria os estudantes universitários se encontram em uma faixa etária transitória para a vida adulta, esse é um momento delicado já que é também nessa faixa etária que surgem os primeiros sintomas de adoecimento mental. Existem diversos fatores estressores que podem ser encontrados na vivência acadêmica, é necessário fazer um bom gerenciamento do tempo para assim conseguir manter as relações sociais, familiares e acadêmicas de forma balanceada, pois há diversas demandas frente ao acadêmico como o período de provas, excesso de atividades e trabalhos estudantis e a mudança de perspectiva do meio pré-universitário para o meio acadêmico para aqueles que acabaram de adentrar a universidade. Esses fatores de estresse vêm a causar uma repercussão na saúde gerando assim maiores níveis de estresse, sintomas depressivos, sono prejudicado, tendo como resultado um declínio na qualidade de vida do estudante (ANDIFES, 2019).

O adoecimento psíquico causa não só uma implicação no rendimento acadêmico do estudante como também na vida pessoal, esse indivíduo tem suas relações interpessoais afetadas e apresenta uma redução de produtividade ocupacional (ALMEIDA *et al.*, 2018).

Há diversas consequências quando o sofrimento psíquico não é tratado, essas consequências vêm a trazer diversos prejuízos para a vida do indivíduo que pode variar desde leves até graves, no âmbito acadêmico fica perceptível esse efeito no rendimento dos alunos afetados por algum tipo de transtorno, é notada um decaimento na manutenção das interações sociais e também na realização dos afazeres, outro ponto acometido é a capacidade de concentração e memorização o que resulta na queda do desempenho estudantil. Os transtornos ainda causam uma dificuldade nas relações interpessoais sendo tanto com amigos, familiares, colegas, professores e coordenadores, levando ao isolamento do portador da doença. Com o avanço dos sintomas pode ser experienciado pensamentos suicidas, autoflagelação e chegando a resultar na tentativa ou ato de suicídio. (ROCHA, 2015).

O adoecimento psíquico tem fatores de risco associados para que haja o desenvolvimento do transtorno mental, são uma variedade de fatores

ligados a esse aparecimento, o fator genético é o mais comum, já que pessoas que possuem familiares portadores de transtornos mentais apresentam uma pré-disposição e suscetibilidade ao desenvolvimento de doenças psíquicas, outro fator associado são os traumas, que muitas vezes são sofridos durante a infância e levados até a vida adulta quando não tratados com acompanhamento psicológico, também é notado a ocorrência de abusos nos portadores, seja verbal, físico ou sexual, outros gatilhos são; perda de ente querido, divórcio dos pais na infância, e episódios de bullying ou assédio. O ambiente em que o indivíduo está inserido também gera influência no surgimento de doenças mentais, moradores de regiões mais desvalorizadas e que possuem contato frequente com violência e criminalidade são mais vulneráveis ao sofrimento psíquico, isso mostra que os fatores socioambientais exercem um enorme peso na construção psíquica do indivíduo (PINTO *et al.*, 2014).

O sofrimento mental vem crescendo exponencialmente com o passar dos anos porém é mascarado pelo estigma que envolve os transtornos e seus portadores, durante muito tempo o portador e a doença mental é representado e tratado de forma marginalizada, sendo retratado como louco ou fraco de caráter na mídia, e alvo de piadas no dia-a-dia, ter um portador de transtorno na família é visto como um fardo gerando assim sentimentos de vergonha, culpa e preocupação. Essa estigmatização não para apenas no portador e no transtorno, ela excede também para a família do indivíduo, as instituições psiquiátricas, os profissionais que trabalham na área e até mesmo os medicamentos, isso tem por consequência um atraso na procura por ajuda psicoterapêutica, já que o indivíduo sente vergonha e receio e só procura assistência quando já está em um estágio mais avançado do sofrimento psíquico, o que dificulta no tratamento e reabilitação do paciente (PRADO, 2016).

No ambiente acadêmico existem fatores de risco específicos que podem causar o desencadeamento dos transtornos mentais, a maioria dos estudantes se encontram numa fase mais delicada da vida, um momento de transição, há diversas mudanças no ambiente e convívio, que vem a servir de sobrecarga emocional, ligando isso ao fato que essa faixa etária que se encontram é onde os sinais e sintomas relacionados a doenças mentais comumente

tem início ou se tornam mais percebidos em pessoas com predisposição, o tornam mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos. O número de casos de depressão e ansiedade em jovens vem crescendo, sendo em sua maioria resultado do estresse constante, no meio acadêmico esse estresse pode ser resultados de uma sobrecarga, seja relacionado a quantidade de provas e trabalhos ou a convivência e o ambiente, o estudante pode vir a ter a sensação de incapacidade por não conseguir conciliar todos os aspectos estudantis, além do estresse o acadêmico também vem a experimentar episódios de tristeza, ansiedade, desânimo e insônia, que geram o sofrimento psíquico (ANDIFES, 2019).

Faz-se necessário ampliar o conhecimento sobre o adoecimento mental entre os universitários tendo em vista os altos números de incidência de transtornos psicológicos entre acadêmicos. Porta-se como objetivo principal identificar a prevalência de transtornos como ansiedade, depressão e estresse entre os estudantes, e apontar os fatores de riscos atrelados ao convívio estudantil que influenciam no aparecimento dos sintomas, trazendo com isso a proposta de contribuir para com a prevenção e combate do adoecimento psíquico entre os jovens universitários.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa exploratória, realizada usando o modo não probabilístico acidental. Com a seguinte hipótese:

2.1.1. Alunos com níveis maiores de estresse tendem a ter maiores índices de ansiedade e mais suscetíveis a desenvolver quadro de depressão.

Na presente pesquisa houve 101 participantes, de ambos os sexos e todos estudantes com mais de 18 anos de idade, regularmente matriculados em enfermagem e que aceitaram participar do estudo. Foram excluídos da pesquisa os acadêmicos que não aceitaram participar da pesquisa, maiores de 30 anos ou que deixaram o questionário com alguma alternativa sem resposta.

Foi utilizado um questionário elaborado pelo pesquisador com o intuito de coletar informações sobre a percepção dos estudantes de enfermagem frente a ansiedade, depressão e estresse no ambiente acadêmico. Na primeira parte do questionário

continha perguntas gerais sobre dados sociodemográficos do participante, tais como sexo e idade, estado civil, religião, etc. Já na segunda parte do questionário possuía as perguntas da escala de ansiedade e depressão-21 (EADS-21) (*Depression Anxiety Stress Scale-21*), escala essa que proporciona uma medida de autorrelato de sinais de ansiedade, depressão e estresse, é composto por três sub escalas com sete itens cada para avaliar os níveis de ansiedade, depressão e estresse na semana anterior, as repostas são dadas em uma escala Likert de 4 pontos, que variam entre zero (discordo totalmente) e três (concordo totalmente). Os escores globais para os três constructos são calculados como a soma dos escores para os sete itens relevantes multiplicados por dois, as variações de escores correspondem a níveis de sintomas, que variam entre “normal” e “muito grave”.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário de questões de múltipla escolha, com duração de até 10 minutos para responder todas as perguntas. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da instituição sob o número CAAE: 63385722.4.0000.5181, levando em consideração os aspectos éticos em pesquisas que envolvem os seres humanos, conforme consta na Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta a pesquisa envolvendo seres humanos (BRASIL, 2016).

A coleta dos dados foi feita de forma virtual utilizando a ferramenta Google Forms seguindo recomendações de saúde e segurança para evitar qualquer tipo de dano tanto ao entrevistado quanto ao entrevistador.

A análise e interpretação dos dados foi através do programa SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*; versão 22) sendo transformado em tabelas para facilitar e garantir um melhor entendimento dos dados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante dos resultados, o estudo contou com 101 participantes, sendo 85,1% do sexo feminino e 14,9% do sexo masculino. Em relação ao estado civil dos participantes 79,2% se declaram solteiros, 6,9% casados e 13,9% responderam ‘outro’. No que diz respeito à religião, constatou-se que 60,4% eram católicos, 24,8% se declaram sem religião, ateu ou

agnóstico, 10,9% eram evangélicos, 1% eram espírita e 3% responderam ‘outra religião’.

A distribuição acerca de quem respondeu se utilizava algum meio de suporte psicológico (terapia, uso de psicotrópicos, etc.), 22,8% responderam que

sim e 77,2% responderam que não. Em relação a quanto tempo faziam uso do suporte, 7,9% responderam que a menos de 6 meses, 7,9% que de 6 meses à 1 ano, 6,9% que a mais de 1 ano e 77,2% nunca fez uso de nenhum tipo de suporte.

Tabela 1. Distribuição dos dados sociodemográficos da amostra (n=101)

Variáveis		Freq.	%
Sexo	Masculino	15	14,9
	Feminino	86	85,1
Estado Civil	Solteiro	80	79,2
	Casado	07	6,9
	Outro	14	13,9
Religião	Católicos	61	60,4
	Evangélicos	11	10,9
	Espírita	01	1,0
	Outra religião	03	3,0
	Sem religião	25	24,8
Utiliza suporte psicológico	Sim	23	22,8
	Não	78	77,2
Tempo de uso	Menos de 6 meses	08	7,9
	6 meses à 1 ano	08	7,9
	Mais de 1 ano	07	6,9
	Nunca fez	78	77,2

É perceptível uma variedade em relação ao tempo de adesão ao tratamento variando desde os que começaram a menos de 6 meses (7,9%) até os que fazem a mais de 1 ano (6,9%).

A falta de tratamento para com o sofrimento psíquico traz prejuízos a longo e curto prazo, desde leves até graves, podendo ser notado no âmbito acadêmico uma queda de rendimento em alunos que são atingidos por algum tipo de transtorno psicológico, é causado também uma conturbação nos relacionamentos interpessoais podendo ser tanto com os amigos, família, colegas, professores e coordenadores (ROCHA, 2015).

Somos seres biopsicossociais, é necessária uma relação de bem-estar social proporcionadas por relações saudáveis para enxergar e definir de maneira adequada a realidade, compondo assim um

mundo interno harmônico, porém quando esse equilíbrio é prejudicado por fatores estressores que ocorrem com frequência e intensidade gera um impacto na vida, trazendo consigo os sintomas de sofrimento psíquico gerando desgaste físico e emocional, o prolongamento e não tratamento dos sinais iniciais faz com que o caso seja agravado sendo necessária a intervenção profissional, porém com a estigmatização da saúde mental há um atraso na busca por assistência psicoterapêutica, tendo como resultado um agrave no sofrimento psíquico do indivíduo já que ele só vai procurar ajuda em estágios mais avançados da doença, o que dificulta a recuperação e reabilitação do paciente (PRADO, 2016).

Um dos objetivos da pesquisa foi correlacionar os níveis de ansiedade, depressão e

estresse com o sexo dos participantes, foi constatado que as médias dos homens foram significativamente menores que as médias das mulheres porém o

resultado desse teste t não foram significativos, como pode-se ver na tabela 2.

Tabela 2. Relação entre o gênero e níveis de ansiedade, depressão e estresse (n=101)

Variáveis	Homens (n=15)		Mulheres (n=86)		t	df	p
	M	DP	M	DP			
Ansiedade	7,3	7,3	8,7	5,8	0,829	99	0,31
Depressão	8,7	7,1	10,7	5,8	1,165	99	0,41
Estresse	10,1	6,3	11,7	5,7	1,011	99	0,25

** $p \leq 0,05$; * $p \leq 0,01$

Porém outros estudos suportam a manifestação de maiores índices de sintomatologia de ansiedade, depressão e estresse em mulheres em relação aos mesmos sintomas em homens, os estudos apontam que o acúmulo de papéis direcionado as mulheres corrobora como fator estressor, já que normalmente as mulheres necessitam conciliar suas atividades acadêmicas com o trabalho doméstico, o que não é comumente visto com os homens, também atrelado a isso faz com que a mulher não tenha tempo para atividades de lazer ou de cuidado próprio. As mulheres tendem

também a ser mais expostas a eventos negativos, como a discriminação de gênero, abuso físico, verbal e sexual (JARDIM, 2020).

Um outro objetivo da pesquisa foi relacionar as variáveis ansiedade, estresse e depressão em relação a quem faz uso de algum meio de suporte psicológico, as médias dos que responderam sim foram significativamente maiores que dos que responderam não para as três variáveis, os resultados do teste t foram significativos como pode ser visto na tabela 3.

Tabela 3. Relação entre quem faz uso de algum meio de suporte psicológico com ansiedade, depressão e estresse (n=101)

Variáveis	Sim (n=23)		Não (n=78)		t	df	p
	M	DP	M	DP			
Ansiedade	10,7	5,4	7,8	6,1	2,082	99	0,01*
Depressão	13,3	5,5	9,6	5,9	2,685	99	0,04*
Estresse	14,3	4,4	10,6	5,9	2,741	99	0,01*

** $p \leq 0,05$; * $p \leq 0,01$



Existe uma variedade de fatores que estão ligados ao aparecimento de transtornos mental, o mais comum é o fator genético, pessoas que possuem familiares portadores de algum transtorno apresentam pré-disposição ao desenvolvimento de alguma doença psíquica (PINTO *et al.*, 2014). Por causa da estigmatização da saúde mental as pessoas que apresentam sintomas neurodivergentes e que precisam de intervenção profissional precoce para cuidados específicos acabam atrasando a procura por assistência psicoterapêutica, o que faz com que haja um agravamento no sofrimento psíquico do indivíduo já que ele só vai buscar ajuda em estágios mais avançados da doença, o que dificulta na recuperação e reabilitação do paciente (PRADO, 2016).

Como pode ser visto na tabela 4 os entrevistados que fazem uso de algum meio de

suporte psicológico entre 6 meses à 1 anos apresentam-se significativamente com maiores índices de estresse ($M=15,6$ $DP=2,9$) que aqueles que fazem uso a menos de 6 meses ($M=13,4$ $DP=6,0$) e os que fazem uso a mais de 1 ano ($M=13,7$ $DP=3,8$), com o resultado considerado significativo ($P=0,05$), também pode ser observado uma maior nível de sintomas depressivos em quem faz uso de suporte a mais de 1 ano ($M=14,0$ $DP=4,1$) em comparação a quem faz uso a menos de 6 meses ($M=12,0$ $DP=7,4$) e quem faz uso de 6 meses a 1 ano ($M=13,9$ $DP=4,7$), o resultado para essa variável também foi considerado provavelmente significativo ($P=0,06$). Na comparação entre a variável ansiedade e o tempo de uso de suporte psicológico o resultado obtido foi considerado não significativo ($P=0,19$).

Tabela 4. *Teste Kruskal-Wallis de amostras independentes da relação ansiedade, estresse e depressão e a quanto tempo faz uso de suporte psicológico*

Variáveis	A menos de 6 meses		De 6 meses à 1 ano		A mais de 1 ano		p
	M	DP	M	DP	M	DP	
Ansiedade	9,5	7,9	11,1	3,6	11,7	3,9	0,19
Depressão	12,0	7,4	13,9	4,7	14,0	4,1	0,06*
Estresse	13,4	6,0	15,6	2,9	13,7	3,8	0,05*

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

Já no período acadêmico o estudante de enfermagem passa a conviver com a realidade vivida pelo enfermeiro como as exigências cobradas pelos serviços de saúde, além de ser necessário que esse estudante atinja as metas curriculares exigidas pelo centro acadêmico, também tendo que gerenciar seu tempo livre para a manutenção de suas relações sociais e familiares. Com esse contexto em mente, os estudantes convivem com situações tidas como estressoras, a frequente ocorrência dessas situações gera o estresse que varia em níveis, assim como o

surgimento de sintomas depressivos podendo inclusive ser diagnosticados futuramente com o transtorno depressivo, isso quando há a busca por ajuda profissional, esse transtorno entre outros vem a prejudicar o indivíduo não só academicamente mas também acomete a vida pessoal, pois o sofrimento psíquico traz prejuízos tanto sociais como ocupacionais (SILVA, *et al.*, 2019).

Foi constatado que os participantes que apresentavam maiores índices de estresse consequentemente apresentaram maior

¹Graduanda dos curso de bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Patos-UNIFIP. E-mail: annasbp@hotmail.com

²Docente e Mestre do Centro Universitário de Patos-UNIFIP

vulnerabilidade para sintomas de ansiedade e depressão, assim como os que apresentaram maiores níveis de ansiedade também mostravam uma

disposição para sintomas depressivos como mostra na tabela 5.

Tabela 5. Correlação dos níveis de ansiedade, depressão e estresse (n=101)

Variáveis	Ansiedade	Depressão	Estresse
Ansiedade	1	0,75**	0,78**
Depressão	0,75**	-	0,88**
Estresse	0,78**	0,88**	1

$p \leq 0,01$ ** $p \leq 0,05$ *

A maioria dos indivíduos que ingressam em universidades está em uma faixa etária de transição para a vida adulta, a mudança de ambiente e convívio também podem servir de sobrecarga emocional, soma-se isso ao fato dessa faixa etária ser a que tipicamente há o surgimento dos primeiros sinais e sintomas relacionados ao adoecimento psíquico, o número de casos de ansiedade e depressão entre os jovens vem crescendo tendo como principal causa o estresse excessivo (ANDIFES, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados é possível se observar que a percepção dos estudantes de enfermagem frente a ansiedade, depressão e estresse foi significativa principalmente entre as mulheres, essas que compõem a maior parte dos estudantes matriculados no curso de enfermagem, mas sem descartar que os homens também apresentam índices de ansiedade, depressão e estresse no ambiente acadêmico. Nesse sentido é perceptível que o aumento dos níveis de ansiedade, depressão e estresse estão presentes na nossa sociedade e se faz necessário a realização de mais trabalhos dando evidência a saúde mental do estudante universitário a fim de trazer um maior enfoque para esse assunto

e assim ajudar a diminuir e/ou solucionar o adoecimento mental entre os acadêmicos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Letícia Yamawaka de et al. Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP** [online]. 2018, v. 52 [Acessado 29 Março 2022] , e03405. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017045703405>>. Epub 29 Nov 2018. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017045703405>.

ANDIFES. **V Pesquisa do Perfil Socioeconômico dos Estudantes de Graduação das Universidades Federais**. Coordenação de Patrícia Vieira Tropia e Leonardo Barbosa e Silva. Brasília, 2019. Disponível em: <<http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2019/05/V-Pesquisa-Nacional-de-Pefil-Socioecon%C3%B4mico-e-Cultural-dos-Graduandos-as-das-IFES-2018.pdf>>. Acesso em 03 abr. 2021.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; GUERRA, Bárbara Trevizan. O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro , v. 14, n. 2, p. 429-452, ago. 2014 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812014000200004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 maio 2022.

JARDIM, Marília Guimarães Leal; CASTRO, Tathiane Silva; FERREIRA-RODRIGUES, Carla Fernanda. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. **Psico-USF**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 645-657, out. 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712020000400645&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 15 mai. 2021.

LEAO, Adriana; LUSSI, Isabela Aparecida de Oliveira. Estigmatização: consequências e possibilidades de enfrentamento em Centros de Convivência e Cooperativas. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v. 25, e200474, 2021. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832021000100220&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 15 mai. 2021.

LIMA, Cássio de Almeida et al. Ideação suicida e fatores associados entre estudantes de ensino médio e superior: uma análise hierarquizada. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* [online]. 2021, v. 70, n. 3 [Acessado 1 Fevereiro 2022], pp. 211-223. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000342>>. Epub 26 Nov 2021. ISSN 1982-0208. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000342>.

PINTO, Agnes Caroline Souza et al. Risk factors associated with mental health issues in adolescents: a integrative review. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 48, n. 3, p. 555-564, jun. 2014. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid

=S0080-62342014000300555&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 14 mai. 2021.

ROCHA, Fábio Lopes. Doença Mental e Estigma. **Revista Médica de Minas Gerais**, Belo Horizonte, v. 25, n. 4, p. 590-596, abr. 2015. Disponível em: <<http://www.rmmg.org/artigo/detalhes/1876>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

SANTOS, Dominick Danielle Mendonça et al. Uso de substâncias psicoativas entre estudantes universitários. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 15, n. 3, p. 1-9, set. 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762019000300005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 01 fev. 2022. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.148973>.

SILVA, Rodrigo Marques da et al. Health alterations in nursing students after a year from admission to the undergraduate course* * Extracted from the thesis: “Alterações de saúde, resiliência e qualidade de vida de discentes de graduação em enfermagem no primeiro ano letivo”, Universidade de São Paulo, 2017. . **Revista da Escola de Enfermagem da USP** [online]. 2019, v. 53 [Accessed 29 March 2022], e03450. Available from: <<https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018008103450>>. Epub 15 July 2019. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018008103450>.