

SINTOMAS DE SOFRIMENTO MENTAL EM ACADÊMICOS DE UMA INSTITUIÇÃO SUPERIOR DE GOIÁS.

SYMPTOMS OF MENTAL SUFFERING IN ACADEMICS OF A PUBLIC INSTITUTION IN GOIÁS.

LIDIA ACYOLE DE SOUZA^{1*}, SAMANTA GARCIA DE SOUZA¹, PAOLA BATISTA PARANAÍBA¹, ALINE CRISTIANE MONTEIRO DE ALMEIDA², JULIANA BARBOSA DOS ANJOS³, CINTHYA FERREZ BARBOSA SILVA⁴, AMANDA GABRIELY ALVES CARNEIRO⁴

1. Docente do curso de Educação Física da Faculdade Estácio de Sá de Goiás (FESGO) 2. Psicóloga, Especialista em Avaliação Psicológica 3. Acadêmica do Curso de Fisioterapia da Faculdade Estácio de Sá de Goiás (FESGO) 4. Acadêmica do Curso de Nutrição da Faculdade Estácio de Sá de Goiás (FESGO)

* Alameda Couto Magalhães, 352, Bela Vista, Goiânia, Goiás, Brasil. CEP: 74823410. lidia.acyole@gmail.com

Recebido em 05/08/2020. Aceito para publicação em 07/10/2020

RESUMO

A saúde mental é um importante indicador de qualidade de vida e saúde da população. O presente estudo busca identificar presença de Sintoma de Sofrimento Mental em alunos do curso de Educação Física de uma Instituição Pública de Ensino Superior do Estado de Goiás. A pesquisa foi transversal e quantitativa e contou com a colaboração de 259 alunos em 2019. Foi aplicado um questionário sociodemográfico para análise do perfil da amostra, e os Sintomas de Sofrimento Mental (SSM) foi avaliado pelo *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20). O questionário é composto por 20 questões que poderiam ser respondidas com “sim (1)” ou “não (0)”, e atribuído um escore. Assim, a presença de Sofrimento Mental (PSSM) foi atribuída para aqueles cujo escore fosse igual ou superior a 7. Os dados foram analisados no SPSS e utilizou-se o teste t para amostras independentes, ANOVA e Qui quadrado ($p < 0.05$). Foi encontrado um escore médio de $13,33 \pm 4,54$ e 90,7% ($n=235$) apresentaram PSSM. Na associação de SSM e na comparação dos escores com as variáveis sociodemográficas, alunos do sexo masculino e que trabalhavam apresentaram piores resultados ($p < 0,05$). Conclui-se que a amostra investigada apresenta riscos de desenvolvimento de Transtornos Mentais Comuns, principalmente homens e estudantes trabalhadores. Assim, sugere-se o desenvolvimento de ações assistenciais à saúde mental para o grupo em questão.

PALAVRAS-CHAVE: Transtornos Mentais; Estudantes de Ciências da Saúde; Saúde Mental

ABSTRACT

The Mental health is an important indicator of the population's quality of life and health. The present study seeks to identify the presence of Symptom of Mental Suffering in students of the Physical Education course of a Public Institution of Higher Education in the State of Goiás. The research was transversal and quantitative and counted on the collaboration of 259 students in 2019. An application was applied sociodemographic questionnaire to analyze the profile of the sample, and the Symptoms of Mental Suffering (SSM) was

assessed by the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). The questionnaire consists of 20 questions that could be answered with “yes (1)” or “no (0)”. The presence of Mental Suffering (PSSM) was attributed to those whose score was equal to or greater than 7. The data were analyzed in SPSS and was used the t test for independent samples, ANOVA and Chi square ($p < 0.05$). An average score of 13.33 ± 4.54 was found and 90.7% ($n = 235$) had PSSM. In the association of SSM and in the comparison of the scores with the sociodemographic variables, male and working students presented worse results ($p < 0.05$). It is concluded that the investigated sample presents risks of development of Common Mental Disorders, mainly men and working students. Thus, it is suggested to develop mental health care actions for the group in question.

KEYWORDS: Mental Disorders; Health science students; Mental health

1. INTRODUÇÃO

A saúde é um campo transdisciplinar, que necessita de um olhar abrangente para todos os campos que o compõem, e um olhar singular para cada seguimento (AMORIM, 2002). Isso porque, Scliar (2007) esclarece que, a definição de saúde não é entendida da mesma forma por todos, pois sofrerá influência do lugar onde vive, da classe social a qual pertence e da época que se trata. Sendo assim, compreender o conceito de saúde na sua totalidade é uma tarefa complexa, tornando difícil conceituá-la. Assim, a saúde como se apresenta em um campo vasto e complexo, composto por diversas dimensões, dentre esta, a saúde mental.

De acordo com Alves e Rodrigues (2010) saúde mental possui um conceito amplo e difícil definição, principalmente coma a identificação daquilo que a determina. Assim como o conceito de saúde não é apenas a ausência de doença, a saúde mental não se restringe na ausência de perturbação mental.

A Organização Panamericana da Saúde e Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS, 2016) explica que a saúde mental é compreendida como um estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas capacidades. Esta permite ao indivíduo trabalhar de forma produtiva e frutífera e contribuir para a comunidade em que é inserido, mesmo lidando com tensões da vida.

Estudos relatam que a prevalência da saúde mental tem apresentando graus elevados de mortalidade e incapacidade, e evidenciou uma forte correlação com doenças físicas como por exemplo, angina, infarto agudo do miocárdio em pessoas deprimidas, ou nos casos de somatização (MIGUEL; SÁ, 2016).

A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2013) identificou que principais disfunções na saúde mental e mais prevalentes no mundo são os Distúrbios Somatoformes e os Transtornos Mentais Comuns (TMC).

Os TMC são caracterizados como a junção de sintomas não psicóticos. Tais sintomas, de forma direta ou indireta podem influenciar nos casos de sofrimento mental, destacando quadros depressivos, ansiosos e de estresse (MURCHO, PACHECO E JESUS, 2016). Assim, os TMC são considerados os transtornos psíquicos menores, entretanto, condiciona sofrimento físico, psíquico, social e econômico e na maioria das vezes diminuição da qualidade de vida (QV) dos indivíduos atingindo seu desempenho em todas as áreas da vida (APOSTOLO et al, 2011).

Benevides-Pepereira (2002) expõe que o estresse tem função de ajustar a homeostase e de melhorar a capacidade do indivíduo, para garantir-lhe a sobrevivência ou a sobrevida. Mas associação entre estresse e ansiedade leva uma sensação desagradável, um estado de tensão, apreensão e preocupação com possíveis ou não de eventos futuros faz com que a pessoa sofra de sintomas como dificuldade de concentração, perda de memória, tontura, tremores, síncope, sudorese e palpitações (SANTOS et al., 2017).

Para Bardagi (2007) o Ensino superior é de fundamental importância para o desenvolvimento de vida do indivíduo por ampliar habilidades e competências profissionais, pessoais, e contribuir para o funcionamento e desenvolvimento cognitivo. Por outro lado, trata-se de ambiente gerador estresse, visto que é um período marcado por representar uma transição e mudanças na vida cotidiana do indivíduo.

Assim o estudante se depara com novas realidades e despede-se de hábitos e costumes corriqueiros, o retirando da sua zona de conforto, e trazendo, conseqüentemente a sobrecarga e a exigência da carreira profissional. Esse cenário de conflitos e insegurança

podem comprometer sua saúde mental e física, podendo causar um elevado nível de ansiedade e estresse (LACERDA, 2015).

Ibrahim et al (2013) mostram que os índices de ansiedade e depressão em estudantes no Ensino superior são elevados, principalmente com os alunos dos primeiros períodos. Os autores colocam que existe uma maior concentração de sintomas depressivos e ansiosos nesta população quando comparada a população geral. Santos (2014) acrescenta que acadêmicos da área da ciência da Saúde são grupos de risco para o desenvolvimento de TMC devido a exigências feitas ao longo da formação, cobranças pessoais, horas dedicadas aos estudos, avaliações, atividades, aumento de pressão psicológica, cansaço mental e físico, tensão e expectativa como o mercado de trabalho, entre outros.

Assim, estudos sobre sofrimentos psíquicos entre acadêmicos são relevantes, e por isso, este estudo propõe-se a identificar presença de Sintoma de Sofrimento Mental em alunos do curso de Educação Física de uma Instituição Pública de Ensino Superior do Estado de Goiás.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa observacional transversal, de análise quantitativa.

O estudo foi realizado com universitários do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Goiás (UEG). Para o levantamento da amostra foi realizado um cálculo com erro absoluto tolerável de amostragem de 5% ($\epsilon = 0,05$), intervalo de confiança de 95% (erro $\alpha = 0,05$; $z_{\alpha/2} = 1,96$) e uma prevalência estimada de 50%.

Após a realização do cálculo amostral identificou-se que uma amostra mínima representativa deveria ser composta por 225 alunos. Optou-se então pela amostragem por conglomerados administrando 20% de questionários acima do valor amostral mínimo necessário.

Para coleta dos dados utilizou-se uma ficha sócio demográfica a fim de caracterizar o perfil da amostra com informações de idade, sexo, estado civil, escolaridade, ocupação. Na identificação dos indicadores de sofrimento mental foi aplicado o *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), composto por 20 (vinte) perguntas. Desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) o questionário apresenta uma escala dicotômica (sim e não) para 20 (vinte) questões, e destina-se a identificação de sintomas de Transtornos Mentais Comuns sem oferecer diagnóstico ou do tipo de transtorno (SANTOS et al, 2010). O instrumento avalia sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade,

esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas. Então, se o resultado para as 20 questões for ≥ 7 (maior ou igual a sete respostas sim) tem-se indicador de Sintomas Sofrimento Mental (SSM).

A coleta ocorreu entre os meses de Março e Abril de 2019 com alunos o curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual de Goiás, Unidade Universitária de Goiânia. Inicialmente realizou-se o contato com professores do curso solicitando a visita em sala para apresentação e convite da pesquisa.

Mediante a autorização do docente, elaborou-se um cronograma de visitação nos conglomerados (períodos por turno) e treinamento da equipe de pesquisa para padronização da coleta.

Então, no dia da coleta, a equipe de pesquisa apresentava o estudo, informava os aspectos éticos do mesmo e disponibilizava o caderno de coleta para os presentes. Foram incluídos nos estudos alunos maiores de 18 anos e que aceitaram participar no estudo, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos da amostra alunos que preencheram o questionário incorretamente e/ou deixaram respostas em branco.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Goiás (UFG) conforme parecer nº 3.242.528 (CAAE: 06958819.8.0000.5083).

Os dados foram tabulados e analisados no pacote estatístico SPSS (versão 22.0). Utilizou-se tabelas de distribuição de frequência relativa e absoluta para apresentação de variáveis categóricas, e as variáveis numéricas expressas em média e desvio padrão.

Foram criadas duas categorias a partir do ponto de corte sugerido no questionário: para pontuação ≥ 7 criou-se a categoria “Presença de Sintomas de Sofrimento Mental” (PSSM), e pontuações ≤ 6 categorizou-se como “Ausência de Sintomas de Sofrimento Mental” (ASSM)

Para verificar associação e comparação entre a variável dependente e as preditoras utilizou-se o teste quiquadrado, teste t para amostras independentes e ANOVA, respectivamente. O valor de significância foi fixado em 5%.

3. RESULTADOS

Participaram da pesquisa 259 alunos, com idade de $20,81 \pm 3,73$. A amostra foi composta em sua maioria por homens, alunos solteiros e que não tinham filhos. Identificou-se ainda que os participantes apresentam um perfil de aluno-trabalhador de classe “D” e “C” (ABEP, 2018).

A partir da classificação da ABEP (2018) foi possível identificar que a renda da maioria destes alunos está

compreendida entre R\$708,19 e R\$2.965,60 em um país cuja média mensal em 2019 concentrou-se R\$1.439,67 por domicílio (BRASIL, 2020). Na avaliação do SRQ 20 encontrou-se um escore médio (EM) de $13,33 \pm 4,54$ indicando PSSM em 90,7% ($n=235$ [EM: $14,25 \pm 3,69/p=0,001$]) e ASSM em apenas 9,3% ($n=24$ [EM: $4,37 \pm 1,61/p=0,01$]).

Ao verificar associação entre SSM e as variáveis sociodemográfica identificou-se que associação entre o sexo masculino e trabalho/estágio remunerado e PSSM ($p<0,05$). De forma semelhante, na comparação do EM entre os grupos, homens e alunos trabalhadores apresentaram maiores valores ($p<0,05$) conforme descrito na tabela 1.

4. DISCUSSÃO

A compreensão de indicadores de saúde na formação superior não subsidia apenas políticas públicas assistências e de promoção de saúde, como também o planejamento pedagógico institucional. Neste sentido, os dados aqui encontrados apresentam uma alerta para a saúde mental da amostra investigada.

A maioria dos alunos apresentaram Sintomas de Sofrimento Mental (PSSM), e, conseqüentemente, um indicativo de Transtorno Mental. Esse dado é ainda mais preocupante quando comparados a estudos que utilizaram SRQ-20 em grupos de universitários.

Uma busca na literatura permitiu a identificação de publicações recentes (PADOVANI et al, 2014; ANSOLIN et al, 2015; SANTOS et al, 2017; CARLETO et al., 2018; PERINI; DELANOGARE; SOUZA, 2019) que ao utilizar o mesmo ponto de corte (Escore ≤ 7 pontos) identificaram PSSM menores 50% na amostra investigada.

Padovani et al. (2014) utilizaram sete instrumento de pesquisa para identificar indicadores de vulnerabilidade e bem-estar psicológicos em estudantes universitários. Ao analisar 1.403 alunos de diferentes áreas, os sintomas de sofrimento mental apareceram em 39,97% destes. Ansolin et al. (2015), na avaliação de alunos de Psicologia e Enfermagem de uma instituição privada do Paraná, encontraram que 35,7% do grupo estudado tem o risco maior de desenvolverem Transtornos Mentais Comuns.

Santos et al. (2017) buscaram identificar a associação entre a Qualidade de vida e Transtornos Mentais Comuns em 115 estudantes de Medicina da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, e constataram a PSSM em 32,2% do grupo estudado. Os maiores resultados foram encontrados nos estudos de Carleto et al (2018) e Perini, Delanogare e Souza (2019), no qual houve PSSM em 43,5% ($n=92$) E 40% ($n=246$) dos investigados, respectivamente.

Tabela 1. Análise do Sofrimento Mental em 259 acadêmicos de Educação Física da Universidade Estadual de Goiás, Goiânia, 2019.

Variável	n	%	PSSM (n/%)	ASSM (n/%)	p ^a	EM (m±dp)	p ^{b,c}
Sexo							
Feminino	118	45,6	102(43,4)	16 (66,7)	0,003*	11,88±4,46	0,001* ^b
Masculino	141	54,4	133(56,6)	8 (33,3)		14,56±4,26	
Estado Civil							
Solteiro	241	93,1	221 (94,0)	20 (83,3)	0,234	13,41±4,57	0,227 ^b
Casado	17	6,6	14 (6,0)	3 (12,5)		12,70±4,19	
Divorciado	1	0,4	-	1 (4,2)		-	
Filhos							
Sim	20	7,7	17 (7,2)	3 (12,5)	0,357	12,85±4,86	0,621 ^b
Não	239	92,3	218 (92,8)	21 (87,5)		13,37±4,54	
Turno							
Matutino	141	54,4	131 (55,7)	10 (41,7)	0,412	13,39±4,37	0,070 ^c
Vespertino	65	25,1	57 (24,3)	8 (33,3)		12,44±4,90	
Noturno	53	20,5	47 (20,0)	6 (25,0)		12,86±4,72	
Ano (Período)							
1º ano (1/2)	78	30,1	75 (31,9)	3 (12,5)	0,104	13,79±4,35	0,769 ^c
2º ano (3/4)	58	22,4	54 (23,0)	4 (16,7)		13,18±4,17	
3º ano (5/6)	57	22,0	49 (20,9)	8 (33,3)		13,14±5,11	
4º ano (7/8)	66	25,5	57 (24,3)	9 (37,5)		13,09±4,56	
Trabalho/Estágio Remunerado							
Sim	142	54,8	134 (57,0)	8 (33,3)	0,026*	14,03±4,15	0,006* ^b
Não	117	45,2	101 (43,0)	16 (66,7)		12,48±4,89	
Classe econômica							
A	23	8,9	22 (9,4)	1 (4,2)	0,473	14,30±4,64	0,167 ^c
B	106	40,9	98 (41,7)	8 (33,3)		13,33±4,13	
C	97	37,5	87 (37,0)	10 (41,7)		13,61±4,63	
D	33	12,7	28 (11,9)	5 (20,8)		11,81±4,56	

n: Distribuição amostral em frequência relativa/ %: Distribuição amostral em frequência absoluta; a: Teste quiquadrado; b: Teste t em amostras independentes; c: Teste ANOVA; *:p<0,05.

Apesar de inferiores aos valores aqui encontrados, nota-se que a PSSM é crescente em estudantes de graduação. Para Carleto et al (2018) ingressantes estão mais suscetíveis ao surgimento de TMC devido as novas rotinas, novos círculos de amizade e novas responsabilidades impostas pela graduação.

Por outro lado, revisão sistemática sobre o adoecimento de estudantes identificou fatores preditores e protetores do surgimento de TMC independentemente do período (SOUZA; CALDAS; ANTONI, 2017). A análise concluiu que pensamentos de evasão do curso, baixo desempenho acadêmico, falta de apoio e assistência emocional e “não ter filhos” foram os principais preditores de adoecimento.

Nesta investigação, foi possível identificar maiores prevalências de PSSM e escores em homens e alunos trabalhadores. Esperava-se que os piores resultados fossem encontrados nas mulheres, isso porque, uma investigação longitudinal com a população brasileira identificou maiores prevalências em mulheres (NUNES et al, 2016). Por outro lado, EM maiores e associação

entre PSSM e trabalho confirma a relação entre trabalho e saúde mental.

Jacques (2007) coloca que a relação entre adoecimento mental e atividade laboral colaboraria com um número elevado de casos de depressão e surgimento de transtornos mentais entre trabalhadores. Logo, ao lançar um olhar sobre essa amostra na condição de “trabalhador”, tem-se um cenário tão preocupante quanto a PSSM ou indicativo TMC. Isso porque, o resultado neste grupo poderia prever uma “Síndrome de Burnout”, também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional.

Esta é “uma resposta de caráter depressiva ao estresse crônico ocupacional, sendo marcado por um esgotamento físico e emocional profundo relacionado ao contexto profissional” (BARROS; SOBROSA. p. 3. 2013), e se reconhecermos que estes alunos realizam dupla ocupação (estudantes e trabalhadores) fica evidente o motivo dos maiores EM e prevalência de PSSM.

Os resultados aqui encontrados revelam um cenário preocupante denunciando a necessidade de atenção e assistência a saúde mental desta amostra. Para além de

melhoria da qualidade da vida destes alunos, sabe-se que “estudantes emocionalmente exaustos, frustrados e sobrecarregados estão mais propensos ao fracasso acadêmico” (SOUZA; CALDAS; ANTONI, 2017). Infere-se então que o adoecimento mental na graduação poderá repercutir ainda na formação profissional, inserção no mercado de trabalho e relação com a profissão.

O estudo demonstra resultados importantes, entretanto, torna-se relevante a indicação das limitações. Um fator limite diz respeito a avaliação de alunos de apenas um curso, por outro lado, contou com uma amostra representativa.

Destaca-se também a limitação na quantidade de variáveis preditoras. Isso porque, associar essa temática com questionários ou entrevistas sobre experiência e desempenho ou satisfação com o curso poderiam trazer associações com variáveis preditoras mais próximas da realidade da amostra. Todavia, respostas homogêneas em importantes variáveis sociodemográficas como estado civil, classe econômica e filhos, demonstra que, para essa amostra, o processo de formação, é, por si só, preditor de SSM

5. CONCLUSÃO

A maioria dos alunos do curso de Educação Física aqui investigados apresentaram indicativo de sintomas de Transtorno Mental Comum. Quando analisado entre grupos, identificou-se que sexo e trabalho podem ser variáveis preditoras para a presença de Sintomas de Sofrimento Mental.

Sugere-se a divulgação dos resultados para que ações de atenção a saúde mental desta população sejam estimuladas, não apenas a partir de pesquisas, bem como de projetos assistenciais.

6. FONTES DE FINANCIAMENTO

A pesquisa foi realizada com recursos próprios e apoio da Direção, Coordenação e Acadêmicos dos cursos de Licenciatura em Educação Física, da Universidade Estadual de Goiás, Eseffego.

7. COLABORADORES

Adryelle Cardoso de Oliveira, Larissa Borges Braga, Beatriz Gomes Borges e Victor Hugo Oliveira Silva auxílio na coleta e tabulação dos dados e Prof^a Esp. Andressa Moura Costa, coordenando a equipe e organizando as estratégias e tabulação.

8. AGRADECIMENTOS

À Universidade Estadual de Goiás, UnU, Eseffego, por autorizar a realização da pesquisa. Obrigada direção da Eseffego, coordenação da Licenciatura em Educação Física e professores do curso por sempre apoiarem pesquisas e pesquisadores na instituição.

9. REFERÊNCIAS

- [1] ALVES, A.A.N., RODRIGUES, N.F.R. Determinantes Sociais, econômicos da saúde mental. **Rev Portu Saúde Pública**, v.28, n.2, pp.127-131, 2010.
- [2] AMORIM, C. Síndrome de *Burnout* em fisioterapeuta e acadêmicos de fisioterapia: Um estudo preliminar. In: BENEVIDES-PEREIRA, A.M (org). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo 2002 p.93-104.
- [3] ANSOLIN, A. G. A. et al. **Prevalência de transtorno mental comum entre estudantes de psicologia e enfermagem**. Arq. Ciênc. Saúde, v.22, n.3, pp.42-45, jul-set; 2015.
- [4] APÓSTOLO, J.L.A., et al. Depressão, ansiedade e estresse em usuários de cuidados primários de saúde. **Rev Latino-Amer de Enf**, v.19, n.2, pp.348-353, 2011. Acesso em www.eerp.usp.br/rlae.
- [5] Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP). Critério de Classificação Econômica Brasil . 2018. Disponível em <http://www.abep.org/criterio-brasil> Acesso em: 05 Ago. 2020.
- [6] BARDAGI, M.P **Evasão e comportamento vocacional de universitário; Estudo sobre o desenvolvimento de carreira na graduação**. Rio Grande do Sul: UFRS, 2007.
- [7] BENEVIDES-PEREIRA, A.M. *Burnout*: O processo de adoecer pelo trabalho. In: BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria (org). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo 2002 p.21-91.
- [8] BRASIL, Agência Brasil. Brasil registra renda domiciliar per capita de R\$1.438 em 2019. 2019. Disponível em <https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2020-02/brasil-registra-renda-domiciliar-capita-de-r-1438-em-2019> Acesso em: 05 Ago. 2020.
- [9] CARLETO CT, MOURA RCD, SANTOS VS, PEDROSA LAK. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem, **Rev Eletr Enferm**, v.20, n.1, pp.1-10, 2018.
- [10] IBRAHIM, A.K et al. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. **Journal of Psychiatric Research**, v. 47, n. 3, p. 391–400, mar. 2013.
- [11] LACERDA, A.N. **Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários**. Brasília: UnB, 2015.
- [12] MIGUEL, L.S., SÁ, A.B. **Cuidados com a saúde primária em 2011-2016: reforçar, expandir- contribuição para o Plano de Saúde 2011-2016**. Lisboa: Alto Comissariado para Saúde, 2016.
- [13] MURCHO, N., PACHECO, E., JESUS, S.N. Transtornos mentais comuns nos Cuidados de Saúde Primários: Um estudo de revisão. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental** [online]. n.15, pp.30-36, 2016.
- [14] NUNES, M.A., et al. Common mental disorders and sociodemographic characteristics: baseline findings of the

- Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). **Rev Bras de Psiqui**, v. 38, n.2, pp.91-97, 2016.
- [15] Organização Panamericana da Saúde/Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS). **OPAS/OMS apoia governos no objetivo de fortalecer e promover a saúde mental da população**, 2016. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5263:opas-oms-apoia-governos-no-objetivo-de-fortalecer-e-promover-a-saude-mental-da-populacao&Itemid=839. Acesso em: 05 Ago 2020
- [16] PADOVANI, RC et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v.10, n.1, pp.2-10, 2014.
- [17] PERINI, J. P.; DELANOGARE. E.; SOUZA. S. A. Transtornos mentais comuns e aspectos psicossociais em universitários do sul do Brasil. **Vittale – Revista de Ciências da Saúde** v. 31, n. 1, pp.44-51, 2019.
- [18] SANTOS, C. M. **Visão sobre depressão sofreu transformações ao longo da história**. *Jornal da USP*. 2017. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/ciencias/visao-sobre-depressao-sofreu-transformacoes-ao-longo-da-historia/>>. Acesso em: 09 Jul. 2020.
- [19] SANTOS, K.O.B., et al. Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do self-reporting questionnaire (srq-20). **Rev Bai de Saúde Púb**, v.34, n.3, p.544-560 jul./set. 2010.
- [20] SANTOS, L.S. et al. Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. **Cogitare Enferm**, v. 22, n.4,pp.1-10, 2017.
- [21] SANTOS, R.M. **Perfil de ansiedade em estudantes universitários de cursos da área da saúde**. Dissertação (Mestrado em saúde pública) - Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande - PB, 2014.
- [22] SCLIAR, M. **História do conceito de saúde**. **PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.17, n.1, pp.29-41, 2007.
- [23] SOUZA, M.R, CALDAS, T.C.G, ANTONI, G. Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde: uma revisão sistemática. **Psicol Saúde e Debate**, v.7, n.3, pp.99-126, Jan, 2017.
- [24] World Health Organization. **Mental health action plan 2013-2020**. Genebra, 2014. Disponível em <http://apps.who.int/iris>. Acesso em: 11 Jul. 2020.