
Mental health among undergraduate psychology students from a private university in Southern Brazil

Saúde mental de estudantes de psicologia de uma universidade privada do sul do Brasil

Received: 2023-09-03 | Accepted: 2023-10-05 | Published: 2023-10-11

Luan Paris Feijó

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7587-3987>

Universidade La Salle, Brasil

E-mail: lparisf@gmail.com

Denise Regina Quaresma da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3697-8284>

Universidade La Salle, Brasil

E-mail: denisequaresmadasilva@gmail.com

Sandra Regina Martini

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5437-648X>

Universidade La Salle, Brasil

E-mail: sandra.martini@unilasalle.edu.br

Andressa dos Santos Fagundes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5994-0752>

Universidade La Salle, Brasil

E-mail: dessafagundes15@gmail.com

ABSTRACT

The literature indicates that there are stressful events that accompany the initial and final courses of undergraduate studies, which can result in symptoms of stress, mental exhaustion, anxiety, depression, and the prevalence of common mental disorders. In view of this, the present study is a qualitative and descriptive research aimed at assessing the mental health of students in the initial course and the final course of the Psychology undergraduate program at a private university in the southern region of the country. A total of 68 students were interviewed, with 50 in the first semester and 18 in the final semester of the program. Data collection involved a sociodemographic questionnaire, the Subjective Well-being Scale, and the Clinical Outcome Routine Evaluation - Outcome Measure. The results indicate high levels of anxiety and insecurity among psychology students, as well as low levels of interest, joy, attention, engagement, enthusiasm, disposition, productivity, and well-being.

Keywords: Universities; Higher education; Mental Health; Psychology

RESUMO

A literatura aponta que há eventos estressores que acompanham os semestres iniciais e finais da graduação que podem resultar em sintomas de estresse, esgotamento mental, ansiedade, depressão e na prevalência de transtornos mentais comuns. A vista disso, o presente estudo, trata-se de uma pesquisa de método quantitativo e de caráter descritivo, com o objetivo de comparar a saúde mental dos estudantes que estão no semestre inicial e no semestre final da graduação do curso de Psicologia, em uma universidade privada na região sul do país. Foram entrevistados 68 acadêmicos sendo que 50 estavam cursando o primeiro semestre e 18 estavam no décimo semestre da graduação. Para o levantamento de dados foi utilizado um questionário sociodemográfico, a Escala de Bem-estar Subjetivo, e a escala *Clinical Outcome Routine Evaluation – Outcome Measure*. Os resultados apontam que há níveis altos de ansiedade e insegurança nos estudantes de psicologia, além da presença de níveis baixos de interesse, alegria, atenção, engajamento, entusiasmo, disposição, produtividade e bem-estar. Tais resultados contribuem para aprimorar as estratégias de saúde mental no ensino superior, assim como na possibilidade de retenção dos acadêmicos a este nível de ensino. Sugestões de estudos futuros são apresentados.

Palavras-chave: Universidades; Educação Superior; Saúde mental; Psicologia

INTRODUÇÃO

A graduação de Psicologia carrega consigo um alto nível de demanda, responsabilidades e questionamentos. O início da vida universitária exige que o discente vivencie uma série de mudanças e adaptações (MONDARDO; PEDON, 2005), o que pode colocá-lo em contato com diversos estressores, como as inseguranças geradas pelas possíveis dúvidas e decepções com a carreira escolhida, aquisição de novas responsabilidades, distanciamento da família, dificuldade no estabelecimento de relacionamento afetivo, o medo e a ansiedade (CALAIS *et al.*, 2007). Já o fim da graduação é marcado pelo início da elaboração do trabalho de conclusão de curso, que para muitos, é sinônimo de angústia e preocupação. Ainda, acentua-se o planejamento da vida profissional do sujeito, que começa a questionar e realizar escolhas que impactarão diretamente na sua inserção no mercado de trabalho.

É neste período, também, que se iniciam as buscas por estágios específicos e o contato do acadêmico com as práticas do mesmo. Para Andrade *et al.* (2016, p. 833) “[...] o contato com o sofrimento psíquico de outras pessoas ou os conteúdos acadêmicos mais diretamente relacionados com a subjetividade humana pode elevar as probabilidades do desenvolvimento de algum transtorno mental menor”. De acordo com Fiorotti *et al.* (2010), os sintomas de Transtornos Mentais Menores incluem alterações de memória, dificuldade de concentração e de tomada de decisões, insônia, irritabilidade e fadiga, assim como queixas somáticas (cefaleia, falta de apetite, tremores, sintomas gastrointestinais, entre outros).

Neste sentido, Chernomas e Shapiro (2013) indicam que o estudante universitário, especialmente aquele na área de saúde, assume precocemente o papel de cuidador durante suas experiências nos cenários de prática, muitas vezes se tornando receptáculo de angústias,

sofrimentos e preocupações de familiares e pacientes. Corroborando com os autores acima mencionados, Arinõ e Bardagi (2018, p. 44) apontam que

Com todas as mudanças características desta etapa, novas demandas são geradas e o sujeito tem que se adaptar a esta nova realidade. Este processo, por vezes, pode ser percebido como um estressor e impactar diretamente na saúde dos alunos.

O Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis – FONAPRACE (FONAPRACE, 2004) realizou uma pesquisa sobre o perfil socioeconômico e cultural dos estudantes das instituições federais de ensino superior brasileiras nos anos de 2003 e de 2010. Este estudo evidenciou que 36,9% (2003) e 47,7% (2010) dos estudantes entrevistados queixaram-se de sofrimento psíquico apontando um crescimento de 10,2% em sete anos. Costa e Oliveira (2013) realizaram uma pesquisa com estudantes de Psicologia dos primeiros e dos últimos semestres da graduação, com o intuito de investigar a saúde mental deles. O estudo constatou que os calouros apresentam mais sintomas de ansiedade enquanto os formandos, apresentam um número mais elevado de sintomas de estresse.

Conforme o estudo apresentado por Padovani *et al.* (2014), numa pesquisa realizada com o intuito de avaliar indicadores de saúde mental dos acadêmicos com amostras distribuídas entre 3.587 estudantes de seis instituições brasileiras de ensino superior, foram encontrados os seguintes resultados: 52,88% dos estudantes de uma amostra de 783 indivíduos apresentaram sintomatologia de estresse; 13,54% de 709 estudantes apresentaram sintomas ansiosos; 7,26% de uma amostra contendo 689 graduandos apresentaram quadros depressivos; 5% de 468 indivíduos apresentaram prevalência de burnout.

A vista disso, o objetivo geral desta pesquisa é verificar a saúde mental dos estudantes que estão no semestre inicial (1º semestre) e no semestre final (10º semestre) da graduação do curso de Psicologia em uma universidade privada na região sul do país, sob a hipótese de que há eventos estressores que acompanham os semestres iniciais e finais da graduação que podem resultar sintomas de estresse, esgotamento mental, ansiedade, depressão e na prevalência de transtornos mentais comuns.

REFERENCIAL TEÓRICO

A educação é crucial para o crescimento de um país, pois auxilia na diminuição da desigualdade social, uma vez que qualifica o cidadão para o mercado de trabalho e facilita suas relações na sociedade, além de proporcionar ao sujeito recursos para exigir e exercer seus direitos civis (BRASIL, 2013). Sendo assim, o ensino superior é de suma importância, seja pelo fato do maior diferencial de salários observado no país ser pago a indivíduos que possuem formação superior, pela capacidade de incentivar maior desenvolvimento tecnológico, e por

consequentemente reduzir a pobreza e a desigualdade social (TACHIBANA; MENEZES FILHO; KOMATSU, 2015).

No entanto, conforme afirmam os autores Tachibana, Menezes Filho e Komatsu (2015), o processo de expansão do Ensino Superior no Brasil é recente, tendo em vista o processo de expansão de outros países da América Latina, entre uma série de fatores atrelados a tal fato, a falta de investimentos na educação aparece como a principal causa. Segundo o comparativo trazido pelos autores no período de 2002 a 2012, o número de matrículas no ensino superior no Brasil cresceu de 12,04% para 28,68%, enquanto na Argentina subiu de 62% para 80% e no Chile foi de 40% para 74%, pode-se perceber que apesar de ter ocorrido um crescimento significativo de acadêmicos matriculado no ensino superior, o Brasil ainda se encontra em atraso.

O número de acadêmicos matriculados na graduação em Psicologia também apresentou um crescimento significativo, de acordo com o Censo da Educação Superior de 2015. Nesse mesmo ano havia 223.490 estudantes matriculados, e com 560 cursos localizados em diferentes regiões do país, possuindo uma média de 399 alunos por curso, era o sétimo curso em número de matriculados na graduação (BRASIL, 2016). Já em 2021 o número de alunos matriculados era de 261.818 o que representa um aumento de quase 20%, sendo considerada a segunda área com maior número de estudantes ativos na rede privada (BRASIL, 2022).

Diversos fatores estão atrelados ao aumento da procura por parte dos acadêmicos ao curso de Psicologia, a expansão da profissão em diversos campos de atuação, como o social, comunitário, judiciário, clínico, forense, nas organizações, em hospitais, escolas, entre outros. Além disso, atualmente, tem ocorrido um aumento significativo de transtornos mentais, como por exemplo, a depressão, a ansiedade e a síndrome do pânico, o que leva a maior divulgação do de conhecimento da profissão, sua atuação, a importância e a forma de trabalho (MATIAS; MARTINELLI, 2017). Com o significativo aumento de estudantes no ensino superior, começa-se a realizar mais estudos voltados à saúde mental dos estudantes. Galdino Loreto (1985) foi pioneiro a estudar a saúde mental dos universitários no Brasil em 1958, outras contribuições científicas também discutiram o tema, como Fortes (1972), Albuquerque (1973) e Giglio (1976), Castro (2017) que em seu estudo reforçou sua percepção de que as instituições de ensino superior são ambientes de risco à saúde mental e problematizou a falta de estudos voltadas a esta temática. Os estudos de Igue, Bariani e Milanesi (2008), corroboram com Castro (2017) e apontam que “a abundância de estudos estrangeiros sobre o tema confirma a importância da investigação do impacto do contexto acadêmico nas vivências dos estudantes” e enfatiza a importância da realização de mais pesquisas sobre o tema no contexto brasileiro.

Os semestres finais da graduação de Psicologia carregam consigo um alto nível de demandas, responsabilidades e questionamentos, apesar de ter ocorrido a adaptação ao contexto acadêmico, ao se deparar com o último período, onde ocorre a elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso, os estágios profissionalizantes, acentua-se o planejamento da vida

profissional do sujeito, que começa a questionar e realizar escolhas que impactarão diretamente na sua inserção no mercado de trabalho, de acordo com Nogueira (2017), o formando vive um momento de insegurança e incertezas, em virtude das percepções frente ao fim de um ciclo e entrada em novo contexto, com dúvida de como fará sua inserção no mercado de trabalho, cobranças direcionadas a retorno financeiro, autonomia, expectativas parentais e entre outros fatores estressores que se evidenciam, advindos das demandas subjetivas do indivíduo o autor ainda ressalta que nos semestres finais da graduação o acadêmico sofre com uma cobrança pessoal por um futuro profissional, com a cobrança e a com as expectativas de seus pais pelo investimento nele realizado e da sociedade, a qual cobra resultados e espera que este possua emprego, família, autonomia, uma perspectiva tradicional e limitada do que é ser adulto, de como se deve portar-se após a formação.

Tais mudanças atreladas ao fim da graduação, representam um processo de ruptura, o qual se caracteriza para o sujeito como uma etapa de vulnerabilidade, estresse emocional, ansiedade e responsabilidades, assim constituindo-se como um momento de labilidade emocional (PEREIRA, 2014). Santos *et al.* (2014) corroboram com os autores citados anteriormente, em seus estudos afirma que as exigências e demandas da vida universitária podem gerar altas expectativas que, podem não ser correspondidas e tendem a produzir um efeito negativo na saúde física e bem-estar psicológico dos estudantes, com repercussões importantes na saúde mental. Muitos acadêmicos sentem dificuldades de adaptação e insegurança, apresentam sintomas de adoecimento, como: depressão, ansiedade e estresse, além da pressão ao longo dos cinco anos de curso, com cobranças direcionadas a seu crescimento e responsabilidades (CASTRO, 2017).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002), a saúde mental está diretamente ligada com a saúde física e social. Para a organização, a saúde mental possui várias definições que abrangem o bem-estar subjetivo, autonomia, competência, dependência intergeracional e a autorrealização do potencial intelectual e emocional do sujeito. De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde - OPAS (OPAS, 2022), o conceito de saúde mental vai além da ausência de transtornos, trata-se de um estado de bem-estar no qual um indivíduo pode lidar com as tensões normais da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de fazer contribuições à sua comunidade.

Ainda de acordo com esta organização, existem muitos fatores determinantes para a prevalência, o início e a evolução dos transtornos mentais e comportamentais, como por exemplo, os fatores sociais e econômicos, demográficos como sexo e idade, conflitos e o ambiente familiar. Vale ressaltar que “há dificuldades em relação ao conceito de saúde mental, uma vez que existem limites e oscilações entre o processo saúde-doença, tendo em vista que estas sofrem influências dos valores da sociedade em determinada época e lugar” (GOLDBERG, 1986). Sendo assim, no presente estudo será considerado como impacto na saúde mental do acadêmico, não só a presença

de transtornos mentais, mas sim fatores que também afetam aspectos físicos e sociais e que constringe o bem-estar, a autonomia, o juízo crítico e a autoeficácia do estudante.

Há inúmeros transtornos mentais como podemos ver no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5 (APA, 2014), porém alguns se mostram comuns e não preenchem os critérios formais para os diagnósticos de ansiedade e depressão, esses são chamados de Transtornos Mentais Menores (TMM). O termo foi nomeado por Goldberg (1986), e também podem ser chamados transtornos psiquiátricos comuns ou morbidades psiquiátricas menores. De acordo com Fiorotti *et al.* (2010), os sintomas de TMM incluem alterações de memória, dificuldade de concentração e de tomada de decisões, insônia, irritabilidade e fadiga, assim como queixas somáticas (cefaleia, falta de apetite, tremores, sintomas gastrointestinais, entre outros). Os autores ressaltam que o TMM representa um grande sofrimento psíquico e impacta nos relacionamentos e qualidade de vida dos sujeitos, o que pode comprometer o desempenho em tarefas e atividades de vida diária (AVD), sendo potencial para o desenvolvimento de transtornos mais graves.

Em estudo realizado por Cerchiari (2004) com estudantes de diversos cursos, obteve como resultado a prevalência de TMM em 25% da amostra e os fatores que mais se destacaram foram: distúrbios psicossomáticos, estresse psíquico e desconfiança no desempenho, a pesquisa também constatou que a “ausência de saúde mental” e “tensão ou estresse psíquico” estão mais presentes em estudantes do segundo ao quinto ano da graduação, os distúrbios psicossomáticos foram o principal problema de saúde mental com prevalência de 29%, seguido por tensão ou estresse psíquico com 28% e falta de confiança na capacidade de desempenho/auto eficácia com 26% (CERCHIARI, 2004). O estudo ressalta que a prevalência de TMM é maior em estudantes da área da saúde e de ciências humanas.

Na mesma linha de pesquisa, Silva e Costa (2015) pesquisaram a predisposição para TMM em acadêmicos da área da saúde, incluindo estudantes de Psicologia que estavam em diferentes etapas da graduação, 20% apresentaram predisposição para TMM, sendo que em relação aos semestres, o início de curso foi o período concentrou a maior predisposição 43% seguido pelo fim da graduação com 28%. Gastaud *et al.* (2006) realizaram uma pesquisa com estudantes de Medicina, Direito e Psicologia, para verificar a prevalência de TMM, seus resultados apontam escores positivos para 17,5% dos alunos de Direito, 20% dos alunos de Medicina e 21,1% dos acadêmicos de Psicologia.

Conforme o estudo apresentado por Padovani *et al.* (2014), numa pesquisa realizada com o intuito de avaliar indicadores de saúde mental dos acadêmicos com amostras distribuídas entre 3.587 estudantes de seis instituições brasileiras de ensino superior, foram encontrados os seguintes resultados: 52,88% dos estudantes de uma amostra de 783 indivíduos apresentaram sintomatologia de estresse; 13,54% de 709 estudantes apresentaram sintomas ansiosos; 7,26% de uma amostra contendo 689 graduandos apresentaram quadros depressivos; 5% de 468 indivíduos

apresentaram prevalência de *Burnout*. A vista disso, podemos acompanhar, diversos estudos mostram como os transtornos mentais comuns estão presentes na vida dos estudantes universitários e o quanto podem impactar na saúde mental desses indivíduos, observa-se uma prevalência de sintomas psicossomáticos e o sofrimento emocional relacionado ao curso e suas vivências.

De acordo com Ribeiro, Raieski e Machado (2019) uma alimentação saudável, uma rotina de sono qualificada, prática de atividade física e de técnicas de relaxamento, espiritualidade, tratamento psicoterápico e gestão do tempo são fatores que se associam positivamente a baixos níveis de estresse. Tempiski, Martins e Paro (2012) corroboram e indicam que o envolvimento em projetos sociais, educação continuada e pesquisas podem ser úteis para o bem-estar dos estudantes. Alves et al. (2010) dizem que o estilo de vida ativo pode promover tanto benefícios ligados à saúde física como benefícios orgânicos relacionados a aspectos metabólicos, músculo-ostearticulares e cardiorrespiratórios. Sendo assim, o autocuidado definido pela Dorothea Elizabeth (1958) como uma atividade do indivíduo aprendida pelo mesmo e orientada para um objetivo, tem como propósito o emprego de ações de cuidados comuns a todos os seres humanos, como uma alimentação saudável, a prática de atividades físicas, uma rotina adequada de descanso, interações sociais, ou seja, atividades em benefício da vida saúde e bem-estar, do indivíduo. Pode ser considerado uma forma de enfrentamento que auxilia a prevenir e promover saúde mental aos estudantes. Portanto, o presente estudo tem como um dos objetivos específicos compreender como está o autocuidado dos acadêmicos de Psicologia matriculados nos últimos semestres da graduação em uma universidade privada no sul do Brasil.

MÉTODO

Buscou-se verificar a saúde mental dos acadêmicos matriculados no curso de Psicologia de uma Universidade Privada do Sul do Brasil, realizando uma comparação entre os alunos do primeiro ano do curso com o do último. O presente estudo trata-se de uma pesquisa de método quantitativo e de caráter descritivo. Segundo Gerhardt e Silveira (2009), esse tipo de estudo pretende descrever os fatos e fenômenos de determinada realidade e verificar se existem associações entre variáveis. Trata-se de uma amostra probabilística, onde selecionou-se os participantes de acordo com o período em que se encontram no curso, foram convidados a participarem do estudo os vinte e três acadêmicos que estavam matriculados no décimo semestre e os setenta e cinco que estavam cursando o primeiro semestre. Foram excluídos da pesquisa aqueles estudantes que não aceitaram participar do estudo e não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), bem como os estudantes que estavam matriculados em outros semestres, que não os mencionados acima. No total sessenta e oito acadêmicos

aceitaram participar da pesquisa mediante a assinatura do TCLE, sendo dezessete alunos de último semestre (formandos) e cinquenta alunos de primeiro semestre (calouros).

Foi enviado via *whatsapp*, aos estudantes do primeiro e último semestre um convite que continha uma breve explicação da pesquisa e posteriormente o *link* de acesso ao TCLE que foi assinado de forma individual e *online* via *Google Forms*, para aqueles que leram o documento e concordaram em participar da pesquisa mediante a sua assinatura, foi disponibilizado três questionários, também *online* e via *Google Forms* estimando cerca de 30 minutos para a sua realização

Os instrumentos utilizados foram: um questionário sócio demográfico com quinze questões objetivas. O segundo instrumento utilizado na coleta de dados foi a Escala de Bem-estar Subjetivo (EBES), instrumento desenvolvido para ajudar a mensurar os três maiores componentes do bem-estar subjetivo: satisfação com a vida, afeto positivo e afeto negativo (DIENER, 1984). O terceiro e último instrumento utilizado foi o Clinical Outcome Routine Evaluation – Outcome Measure (CORE-OM), uma escala para medir a saúde mental em adultos e se encontra adaptado para mais de 20 países, é utilizada em contextos clínicos hospitalares, saúde ocupacional e educacional, assim como na avaliação da qualidade dos serviços de saúde mental (SALES *et al.* 2012).

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade La Salle para apreciação e a coleta de dados iniciou apenas após a aprovação deste projeto pelo comitê, conforme Resolução n. 466 de 12 de dezembro de 2012. O parecer de aprovação possui o número 5.840.828, sendo o CAAE 65900222.6.0000.5307.

Para realizar a análise quantitativa, os dados coletados através dos questionários foram agrupados em categorias e analisadas no programa estatístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), sendo adotado o nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). Foram realizadas análises descritivas dos dados e a análise de amostras independentes utilizado o teste Mann-Whitney, uma vez que os dados foram considerados não paramétricos conforme aplicação da análise de Kolmogorov – Smirnov.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 68 acadêmicos, identificou-se que, dos entrevistados, 50 (74,6%) estavam cursando o primeiro semestre da graduação e 18 (25,4%) estavam concluindo o curso de psicologia. Em relação à idade, 41 (61%) possuem idade entre 18 e 24 anos, 13 (19,4%) têm entre 25 e 34 anos, 13 (19,4%) entre 35 ou mais de 45 anos de idade. Dos acadêmicos entrevistados 57 (85%) eram do sexo feminino, 9 (13,4%) do sexo masculino e 1(1,5%) não se identifica com ambos. No que tange às atividades laborais, 30 (44,1%) trabalham, 11(16,2%) realizam algum

estágio, 9 (13,2%) trabalham e realizam o estágio curricular e 16(26,5%) não trabalham nem realizam estágio no momento.

Além disso, 32 (47,8%) realizam atendimentos psicoterápicos ao passo que 35 (52,2%) não realizam, 20 (29,9%) fazem uso de medicações psicotrópicas e 35 (52,2%) não fazem uso. No quesito prevenção da saúde e autocuidado, os dados apontam que 45 (66,06%) acadêmicos avaliam seu autocuidado de forma positiva, uma vez que conseguem realizar atividades que lhes tragam bem-estar (prática de exercícios físicos, espiritualidade, momentos de lazer com a família ou amigos), já 23 (15,64%) afirmam não conseguir realizar estas atividades, sendo a falta de tempo e a rotina intensa de trabalho e estudo a principal causa apontada.

A pesquisa de Martoni e Schwartz (2006) corroboram com estes dados, uma vez que evidencia uma diferença entre os sujeitos do curso de Psicologia que trabalham, apontando que eles vivenciam o lazer em menor frequência, ressaltando o cansaço como motivo. De acordo com Ribeiro, Raieski e Machado (2019) uma alimentação saudável, uma rotina de sono qualificada, prática de atividade física e de técnicas de relaxamento, espiritualidade, tratamento psicoterápico e gestão do tempo são fatores que se associam positivamente a baixos níveis de estresse. Tempiski, Martins e Paro (2012) corroboram e indicam que o envolvimento em projetos sociais, educação continuada e pesquisas podem ser úteis para o bem-estar dos estudantes. Alves *et al.* (2010) informam que o estilo de vida ativo pode promover tanto benefícios ligados à saúde física como benefícios orgânicos relacionados a aspectos metabólicos, músculo-ostearticulares e cardiorrespiratórios. A vida acadêmica possui diversos fatores de estresse, como prazos, exames, trabalhos em grupo e uma carga horária intensa. O autocuidado surge como uma proposta de prevenção e promoção à saúde física e mental, a prática de exercícios físicos, meditação, respiração profunda e outras atividades relaxantes ajudam a reduzir a ansiedade, auxiliam a promover o equilíbrio emocional e melhoram a qualidade de vida.

Os resultados referentes ao bem-estar subjetivo demonstram que 34 participantes (50,70%), sentem-se bastante ansiosos, além disso, os dados apontam níveis baixos de interesse (47,2%), bem-estar (38,8%), alegria (35,8%), atenção (34,3%), engajamento (31,3%), entusiasmo (28,4%), disposição (26,8%), produtividade (26,9%) e segurança (23,9%). Tais resultados são semelhantes ao relatório emitido pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários Estudantis (FONAPRACE, 2019), que realizou uma pesquisa sobre o perfil socioeconômico e cultural dos estudantes das instituições federais de ensino superior brasileira, o levantamento apontou a ansiedade como o sintoma de maior prevalência (63,6%) na comunidade acadêmica, seguida por desânimo e falta de motivação (45,6%). Mahmoud *et al.* (2012), assim como Bayram e Bilgel (2008), utilizaram outro instrumento para avaliação de ansiedade (DASS-21) e encontraram estimativas mais elevadas de sintomas ansiosos (27% e 47%, respectivamente), é possível observar, que as taxas podem variar entre os diferentes estudos, mas apesar disso, os resultados demonstram que existe sofrimento psicológico importante na população acadêmica.

A literatura aponta, que há fatores externos como a cobrança do mercado de trabalho, pressão familiar, conciliação com um estágio ou trabalho, que contribuem para que os acadêmicos se sintam ansiosos. Já para Assis e Oliveira (2010), são algumas demandas do contexto acadêmico como, a responsabilidade, distanciamento do núcleo familiar, conflitos, escolhas, posturas, adaptação, amadurecimento, entre outros, que podem resultar em ansiedade, insegurança, privação de lazer e até mesmo evasão. Além das demandas já citadas, o acadêmico da graduação de Psicologia depara-se com o contato direto com o sofrimento psíquico e a subjetividade humana, além da carga horária excessiva, a natureza do curso, a exigência emocional e as demandas para alto desempenho, podem potencializar o sofrimento dos mesmos e aumentar a suscetibilidade a transtornos mentais menores (ANDRADE *et al.*, 2014).

Na comparação entre grupos não pareados, houve diferenças significativas entre os alunos do primeiro e os alunos do último semestre, sendo que há diferenças significativas para maior engajamento ($U=3,616$; $p\leq 0,05$); para a atenção ($U=0,001$; $p\leq 0,05$), determinação ($U=0,035$; $p\leq 0,05$); empolgação ($U=0,030$; $p\leq 0,05$); inspiração ($U=0,038$; $p\leq 0,05$) entre os estudantes de final de curso. Em seus estudos Calais *et al.* (2007) e Castro (2009) apontaram que o início da graduação pode colocar os acadêmicos em contato com estressores específicos, tais como, ansiedade e inseguranças geradas pelas possíveis dúvidas com a carreira escolhida e aquisição de novas e maiores responsabilidades, dentre outros.

Na mesma linha, Silva e Costa (2015) pesquisaram a predisposição para Transtornos Mentais Menores (TMM) em acadêmicos da área da saúde, incluindo estudantes de Psicologia que estavam em diferentes etapas da graduação, 20% apresentaram predisposição para TMM, sendo que em relação aos semestres, o início de curso foi o período que concentrou a maior predisposição 43% seguido pelo fim da graduação com 28%. Paschali e Tsistas (2010), realizaram um estudo preliminar com uma amostra de 200 estudantes universitários e apontam que a maioria dos participantes (63,4%) apresentava baixa “satisfação com a vida”, além disso a pontuação média dos alunos do primeiro ano de graduação foi significativamente inferior em comparação com os alunos do último ano. Carlotto e Câmara (2006) e complementam que no início da graduação as leituras técnicas e os estudos de caso analisados podem ser fatores mobilizantes para alguns alunos.

A literatura aponta, que o início do curso de psicologia pode ser desafiador, os acadêmicos podem se deparar com uma carga de trabalho maior, prazos mais apertados e demandas acadêmicas intensas. Além disso, eles também estão se adaptando a um novo ambiente universitário e estabelecendo uma nova rotina de estudos, essa sobrecarga e adaptação podem afetar o engajamento inicial, no entanto é importante ressaltar que o engajamento pode ser influenciado por uma variedade de fatores, incluindo estilo de aprendizagem, personalidade, interesses individuais e suporte recebido. Para Barkley e Major (2020), o engajamento acadêmico é produto da interação entre a motivação e a aprendizagem ativa. Segundo a autora, a motivação

seria um elemento crucial que permitiria ao estudante engajar-se na vida acadêmica, ao passo que a aprendizagem dinâmica, através de atividades acadêmicas envolventes, colaborativa, que instiga a pesquisa, exerce um papel suplementar e garante o pleno engajamento acadêmico.

No entanto, no que se refere a um comparativo por período do curso, dos níveis de atenção, ansiedade e bem-estar acadêmico, não há na literatura consenso quanto aos resultados, sendo que algumas pesquisas apontam que os estudantes em períodos iniciais são os que adoecem com maior frequência, enquanto outros apontam para o período final e associam a prevalência desses mesmos fatores de estresse, aos estágios com pacientes, preocupações com mercado de trabalho e demais cobranças exigidas no período de conclusão de curso (Torquato *et al.*, 2010). Logo, independente do período do curso dos alunos, as universidades devem realizar ações de saúde mental para que o adoecimento dos acadêmicos seja minimizado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados relacionados ao bem-estar subjetivo demonstraram que a maioria dos participantes apresentam altos níveis de ansiedade e insegurança, baixo interesse, alegria, atenção, engajamento, entusiasmo, disposição e produtividade. Esses resultados são semelhantes aos encontrados em pesquisas anteriores sobre o perfil dos estudantes universitários no Brasil, que também apontaram a ansiedade como um sintoma prevalente na comunidade acadêmica, fatores externos e demandas do contexto acadêmico estão diretamente relacionados à ansiedade e estresse entre os estudantes, especialmente no início do curso.

Destaca-se que o curso de Psicologia apresenta desafios específicos, como o contato direto com o sofrimento psíquico e a carga horária intensa, o que pode aumentar o sofrimento psicológico dos acadêmicos. Comparando os alunos do primeiro e do último semestre, foram encontradas diferenças significativas em relação ao engajamento, atenção, determinação, empolgação e inspiração, com os estudantes do último semestre apresentando maior engajamento nessas áreas, por fim o estudo indica que o início e o final do curso podem ser períodos de maior vulnerabilidade para problemas de saúde mental entre os acadêmicos.

Diante desses resultados, se percebe a importância de ações de saúde mental nas universidades, como estimular a criação de redes de apoio entre os acadêmicos, por meio de atividades extracurriculares e grupos de estudo, promoção de um ambiente inclusivo e acolhedor, campanhas de conscientização sobre saúde mental, destacando a importância do autocuidado, gerenciamento do estresse e busca de apoio quando necessário, palestras que abordam estratégias de enfrentamento e promoção do bem-estar psicológico, a fim de minimizar o adoecimento dos acadêmicos, tais ações, devem ser implementadas de forma integrada, envolvendo diferentes áreas da universidade, como serviços de saúde, professores e equipes administrativas, sendo

indispensável considerar a diversidade e individualidade dos acadêmicos, adaptando as estratégias de suporte às necessidades específicas de cada estudante.

O presente estudo proporcionou uma maior compreensão do fenômeno abordado e trouxe à tona algumas questões pertinentes que merecem reflexão. No entanto, é importante ressaltar que o estudo possui algumas limitações que devem ser destacadas. Uma destas fragilidades é a utilização de escalas para o levantamento de dados, uma vez que essas podem ser limitadas em sua capacidade de capturar nuances e complexidades de certos fenômenos, há também o fato de que a pesquisa quantitativa não fornece *insights* detalhados sobre os motivos dos comportamentos ou opiniões dos participantes sendo assim ressalta-se a importância de pesquisas futuras que possam investigar os fatores de estresse específicos que afetam os estudantes de psicologia ao longo de diferentes períodos do curso. Isso pode incluir análise das demandas acadêmicas, carga horária, estágios e transição para o mercado de trabalho, entre outros fatores relacionados à formação em psicologia.

Além de pesquisas que venham a explorar a relação entre motivação, aprendizagem ativa e engajamento acadêmico, que realizem um levantamento de quais estratégias de ensino e aprendizagem são mais eficazes para promover o engajamento dos estudantes, levando em consideração diferentes estilos de aprendizagem, interesses individuais e suporte recebido; mapeamentos de políticas e práticas institucionais adotadas pelas universidades em relação à saúde mental dos estudantes para que se possa avaliar a eficácia das medidas existentes e identificar possíveis melhorias no suporte oferecido pelas instituições de ensino.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, M. A. Saúde Mental do universitário. **Neurobiologia**, v. 36, p. 1-12, 1973.

ALVES, J. G. B.; TENÓRIO, M.; ANJOS, A. G. dos; FIGUEROA, J. N. Qualidade de vida em estudantes de medicina no início e no final do curso: avaliação pelo Whoqol -bref. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 34, n. 1, p. 91-96, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/7W8nxFWDnnPwvRrQSpMcSpD/?format=pdf>. Acesso em: 24 jun. 2023.

ANDRADE, A. dos S.; ANTUNES, N. A.; ZANOTO, P. A.; TIRABOSCHI, G. A.; VIANA, P. V. B. A.; CURILLA, R. T. Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 36 n. 4, 831-846, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/RTkfTtDv3sRKHGT7J3zPMZC/>. Acesso em: 26 jun. 2023.

ANDRADE, J. B. C. DE; SAMPAIO, J. J. C.; FARIAS, L. M. DE; MELO, L. DA P.; SOUSA, D. P. DE; MENDONÇA, A. L. B. DE; MOURA FILHO, F. F. A. DE; CIDRÃO, I. S. M. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 38, n. 2, p. 231-242, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022014000200010>. Acesso em: 25 jun. 2023.

APA. American Psychiatric Association. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ARINO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Psicologia em Pesquisa**, v. 12, n. 3, p. 44-52, 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000300005. Acesso em: 24 jun. 2023.

ASSIS, A. D.; OLIVEIRA, A. G. B. Vida universitária e saúde mental: atendimento às demandas de saúde e saúde mental de estudantes de uma universidade brasileira. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, v. 2, n. 4-5, 159-177, 2010. Disponível em: <https://shre.ink/IUTg>. Acesso em: 25 jun. 2023.

BARKLEY, E. F.; MAJOR, C. H. **Student engagement techniques: a handbook for College Faculty**. Nova Jersey: John Wiley & Sons, 2020.

BAYRAM, N.; BILGEL, N. The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, v. 43, n. 8, p. 667-672, 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1007/s00127-008-0345-x>. Acesso em: 29 nov. 2021.

BRASIL. **Censo da educação superior 2016: notas estatísticas**. Ministério da Educação, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, INEP. Brasília: INEP, 2016. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/docman/agosto-2017-pdf/71221-notas-sobre-censo-educacao-superior-2016-pdf/file>. Acesso em: 27 jun. 2023.

BRASIL. **Sinopse Estatística da Educação Superior 2021**. Ministério da Educação, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, INEP. Brasília: INEP, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/aceso-a-informacao/dados-abertos/sinopses-estatisticas/educacao-superior-graduacao>. Acesso em: 27 jun. 2023.

CALAIS, S. L.; CARRARA, K.; BRUM, M. M.; BATISTA, K.; YAMADA, J. K.; OLIEVRIA, J. R. S. Stress entre calouros e veteranos de jornalismo. **Estudos de Psicologia**, v. 24, n. 1, p. 69-77, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/GkDdhSTf44gc6HnSsWHMGJM/>. Acesso em: 24 jun. 2023.

CASTRO, J. A. de. Evolução e desigualdade na educação brasileira. **Educação & Sociedade**, v. 30, n. 108, 673-697, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-73302009000300003>. Acesso em: 25 jun. 2023.

CASTRO, V. R. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. **Revista Gestão em Foco**, v. 1, n. 9, p. 380-401, 2017. Disponível em: https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf. Acesso em: 25 jun. 2023.

CERCHIARI, E. A. N. **Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários**. 2004. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) - Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, São Paulo, 2004. Disponível em: <https://shre.ink/lcUP>. Acesso em: 25 jun. 2023.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Características psicométricas do Malasch Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. **Psico-USF**, v. 11, n. 2, p. 167-173, 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-82712006000200005>. Acesso em: 25 jun. 2023.

CHERNOMAS, W. M.; SHAPIRO, C. Stress, Depression, and Anxiety among Undergraduate Nursing Students. **International Journal of Nursing Education Scholarship**, v. 10, n. 1, p. 255-266, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1515/ijnes-2012-0032>. Acesso em: 29 nov. 2021.

COSTA, V. C. A.; OLIVEIRA, A. O. Estudo comparativo dos indicadores de sintomas de estresse e ansiedade entre estudantes entrantes e concluintes do curso de psicologia. In: IV Simpósio de Produção Acadêmica, SIMPAC, v. 4, n. 1, 2013, Viçosa, MG. **Anais do IV SIMPAC**. Viçosa: Centro Universitário de Viçosa, UNIVIÇOSA, 2013. p. 177-182. Disponível em: <https://www.univicoso.com.br/pesquisa/simpac>. Acesso em: 24 jun. 2023.

DIENER, E. Subjective well-being. **Psychological Bulletin**, v. 95, n. 3, p. 542-575, 1984. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>. Acesso em: 24 jun. 2023.

FIOROTTI, K. P.; ROSSONI, R. R.; BORGES, L. H.; MIRANDA, A. E. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/SDYGfzZpxLZd6BrwPZBttPj/>. Acesso em: 24 jun. 2023.

FORTES, J. R. A. Saúde mental do universitário. **Revista da Associação Médica**, v. 18 n. 11, p. 463-466, 1972.

FONAPRACE. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. **II Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior**: Relatório Final da Pesquisa. Ministério da Educação, Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior. Brasília: FONAPRACE, 2004. Disponível em: <https://cutt.ly/cwyxxohS>. Acesso em: 26 jun. 2023.

FONAPRACE. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. **V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos(as) Graduandos(as) das IFES - 2018**. Ministério da Educação, Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior. Brasília: FONAPRACE, 2019. Disponível em: <https://cutt.ly/Owyxxk2h>. Acesso em: 26 jun. 2023.

GASTAUD, M. B.; SOUZA, L. D. de M.; BRAGA, L.; HORTA, C. L.; OLIVEIRA, F. M. de; SOUSA, P. L. R.; SILVA, R. A. da. Bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores em estudantes de psicologia: estudo transversal. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 28, n. 1, p. 12-18, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/5RfBmRRHQcwzGZ65FtJ9HPb/?format=pdf>. Acesso em: 24 jun. 2023.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. **Métodos de pesquisa**. Porto Alegre: Editora UFRGS, 2009.

GIGLIO, J. S. **Bem-estar emocional em universitários**: um estudo preliminar. 1976. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) – Faculdade de Ciências Médicas, Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, São Paulo, 1976. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/Acervo/Detalhe/52814>. Acesso em: 24 jun. 2023.

GOLDBERG, S. Chemical modeling of arsenate adsorption on aluminum and iron oxide minerals. **Soil Science Society of America Journal**, v. 50, n. 5, p.1154-1157, 1986. Disponível em: <https://acess.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2136/sssaj1986.03615995005000050012x>. Acesso em: 25 jun. 2023.

IGUE, É. A.; BARIANI, I. C. D.; MILANESI, P. V. B. Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingressantes e concluintes. **PsicoUSF**, v. 13, n. 2, p. 155-164, 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712008000200003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 24 jun. 2023.

LORETO, G. **Uma experiência de assistência psicológica e psiquiátrica a estudantes universitários**. 1985. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) - Departamento de Neuro-Psiquiatria, Universidade Federal de Pernambuco, UFPE, Recife, 1985. Disponível em: https://minerva.ufrj.br/F/?func=direct&doc_number=000810014&local_base=UFR01. Acesso em: 24 jun. 2023.

MONDARDO, A. H.; PEDON, E. A. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários. **Revista de Ciências Humanas**, v. 6, n. 6, p. 159-180, 2005. Disponível em: <http://revistas.fw.uri.br/index.php/revistadech/article/view/262>. Acesso em: 24 jun. 2023.

MATIAS, R. DE C.; MARTINELLI, S. de C. Um estudo correlacional entre apoio social e autoconceito de estudantes universitários. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, v. 22, n. 1, p. 15-33, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772017000100002>. Acesso em: 25 jun. 2023.

MAHMOUD, J. S. R.; STATEN, R. T.; HALL, L. A.; LENNIE, T. A. The relationship among young adult college students' depression, anxiety, stress, demographics, life satisfaction, and coping styles. **Issues in Mental Health Nursing**, v. 33, n. 3, p. 149-156, 2012. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22364426/>. Acesso em: 25 jun. 2023.

MARTONI, F. R.; SCHWARTZ, G. M. O lazer na vida do estudante universitário. **Revista Digital**, ano 11, n. 97, p. 1-1, 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd97/lazer.htm>. Acesso em: 25 jun. 2023.

NOGUEIRA, M. J. C. **Saúde mental em estudantes do ensino superior**: fatores protetores e fatores de vulnerabilidade. 2017. Tese (Doutorado em Enfermagem) - Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, ESEL, Universidade de Lisboa, ULisboa, Lisboa, 2017. Disponível em: https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/28877/1/ulsd730773_td_Maria_Nogueira.pdf. Acesso em: 25 jun. 2023.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Relatório mundial da saúde**: saúde mental: nova concepção, nova esperança. Ministério da Saúde, Direcção-Geral da Saúde. 1. ed. Lisboa: Organização Mundial da Saúde, 2002. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42390/WHO_2001_por.pdf. Acesso em: 26 jun. 2023.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção**. Organização Mundial da Saúde, OMS. Brasil, 17 jun. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>. Acesso em: 27 jun. 2023.

PADOVANI, R. da C.; NEUFELD, C. B.; MALTONI, J.; BARBOSA, L. N. F.; SOUZA, W. F. de; CAVALCANTI, H. A. F.; LAMEU, J. do N. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v.10, n. 1, p. 2-10, 2014. Disponível em: http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=188. Acesso em: 26 jun. 2023.

PASCHALI, A.; TSITSAS, G. Stress and life satisfaction among university students-a pilot study. In: 1st International Congress on Neurobiology and Clinical Psychopharmacology and European Psychiatric Association Conference on Treatment Guidance, v. 9, sup. 1, 2010, Grécia. **Annals of General Psychiatry**. Grécia: BioMed Central, 2010. p. S96-S96. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/1744-859X-9-S1-S96>. Acesso em: 25 jun. 2023

PEREIRA, M. A. D. **O sofrimento psíquico na formação médica**: percepções e enfrentamento do estresse por acadêmicos do curso de Medicina. 2014. Tese (Doutorado em Medicina) - Universidade Federal de Goiás, Goiana, 2014. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/tede/bitstream/tede/4381/5/Tese%20Maria%20Am%C3%A9lia%20Dias%20Pereira%20-%202014.pdf>. Acesso em: 24 abr. 2023.

RIBEIRO, E. R.; RAIESKI, B. S.; MACHADO, V. K. Saúde e autocuidado ante a situações de estresse durante a formação acadêmica. **Revista Contexto & Saúde**, v. 19, n. 37, p. 87-97, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.21527/2176-7114.2019.37.87-97>. Acesso em: 25 jun. 2023.

SALES, C. M. D.; MOLEIRO, C. M. de M.; EVANS, C.; ALVES, P. C. G. Versão Portuguesa do CORE-OM: tradução, adaptação e estudo preliminar das suas propriedades psicométricas. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 39, n. 2, p. 54-59, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832012000200003>. Acesso em: 25 jun. 2023.

SILVA, R. S.; COSTA, L. A. da. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 15, n. 23, p. 105-112, 2015. Disponível em: <https://shre.ink/IUYe>. Acesso em: 25 jun. 2023.

SANTOS, J. J. A. dos; SARACINI, N.; SILVA, W. C. da.; GUILHERME, J. H.; COSTA, T. A. da; SILVA, M. R. de A. G. e. Estilo de vida relacionado à saúde de estudantes universitários: comparação entre ingressantes e concluintes. **ABCS HEALTH SCIENCES: Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde**, v. 39, n. 1, p. 17-23, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.7322/abcshs.v39i1.256>. Acesso em: 24 jun. 2023.

TACHIBANA, T. Y.; MENEZES FILHO, N.; KOMATSU, B. Ensino superior no Brasil. **Insper**, Centro de Políticas Públicas, Policy Paper, n. 14., 2015. Disponível em: <https://shre.ink/IUZH>. Acesso em: 24 jun. 2023.

TEMPSKI, P.; MARTINS, M. A.; PARO, H. B. M. S. Teaching and learning resilience: a new agenda in medical education. **Medical Education**, v. 46, n. 4, p. 345-346, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2011.04207.x>. Acesso em: 25 jun. 2023.

TORQUATO, J. A.; GOULART, A. G.; VICENTIN, P.; CORREA, U. Avaliação do estresse em estudantes universitários. **Inter Science Place: Revista Científica Internacional**, ano 3, n. 14, p. 140-154, 2010. Disponível em: <https://shre.ink/lcUz>. Acesso em: 25 jun. 2023.