PROMOVENDO A SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Beatriz Alves de Lima [1]

Luane do Prado Porta [2]

Vanessa Alvez Mora Da Silva [3]

Resumo:

As políticas públicas direcionadas a saúde mental são recentes. Na perspectiva do cuidado integral em saúde mental, percebe-se a necessidade dele em todos os âmbitos, até mesmo no ambiente universitário. Múltiplos estudos discutem a saúde mental de estudantes das áreas da saúde. Tendo em vista que os universitários que fazem uso de medicamentos indiscriminadamente e/ou tem transtornos mentais e percebendo, até o momento, a ausência de uma rede de auxílio à saúde mental dos estudantes, optou-se por realizar este estudo com o objetivo realizar uma busca sobre os estudos científicos existentes nas bases de dados a respeito da saúde mental de universitários de cursos da área da saúde e a existência, ou ausência, de medidas de promoção e educação em saúde mental dentro do ambiente universitário, direcionado aos discentes. O estudo é uma revisão integrativa que sintetizou estudos já realizados sobre a saúde mental de estudantes das áreas da saúde, buscando a reunião de elementos da literatura para a identificação de medidas de promoção e educação em saúde mental dentro das universidades. Foram utilizadas três bases de dados eletrônicas de acesso aberto por meio de descritores em ciências da saúde (DeCS) e com critérios de inclusão e exclusão, chegando ao número de cinco artigos. Quando as autoras realizam a questão norteadora "Quais as medidas de prevenção e promoção de saúde mental direcionadas aos estudantes universitários das áreas da saúde?" a cada um dos artigos selecionados pode-se identificar respostas muito similares. Os estudos apenas diagnosticam a prevalência de transtornos mentais nos estudantes. Em suas conclusões, todos os artigos recomendam a implementação de estratégias de prevenção e promoção à saúde mental destes estudantes. Com a finalidade de dar ênfase na importância das ações de promoção a saúde que podem ser realizadas, optou-se por apresentar os dados pertinentes a cada estudo. Quanto aos resultados, os artigos selecionados são unânimes em afirmar a grande propensão a transtornos mentais em estudantes da área da saúde. E essa maior prevalência poderia ser atribuída ao número de situações geradoras de estresse a que esses estudantes estão submetidos. Considerando que são homogêneos os resultados quanto à saúde mental dos estudantes das áreas da saúde, torna-se relevante reconhecer a necessidade de estratégias terapêuticas e educativas direcionada aos estudantes.

Palavras-chave: promoção de saúde; saúde mental; estudantes

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

PROMOVENDO A SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO INTEGRATIVA

[1] Aluno de graduação. abalveslima@gmail.com. Autor principal

[2] Aluna de graduação. luanepp@gmail.com. Co-autor

[3] Docente. vanessamora@unipampa.edu.br. Orientador

PROMOVENDO A SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO INTEGRATIVA

1 INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Saúde Mental foi estabelecida após a promulgação em 2001 da Lei Federal 10.216 (Lei da Reforma Psiquiátrica), a qual dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental (BRASIL, 2001).

A mesma possui como uma das diretrizes o conceito da desinstitucionalização no cuidado às pessoas com transtornos mentais, de modo que ofereça serviços fora do ambiente hospitalar e com base comunitária. A Política abrange a atenção a pessoas com necessidades relacionadas a transtornos mentais e dependência de substâncias psicoativas (BRASIL, 2005).

No contexto de promulgação dessa Lei em 2001 e da realização da III Conferência Nacional de Saúde Mental, esse tema ganha mais visibilidade e atenção da sociedade, culminando na ampliação e consolidação dessa discussão.

Posterior ao início da Reforma Psiquiátrica no final dos anos 70, existe um empenho em desmitificar opiniões em torno dos pacientes com transtornos mentais, os quais viviam marginalizados (BRASIL, 2005).

Na perspectiva do cuidado integral em saúde mental, percebe-se a necessidade dele em todos os âmbitos, até mesmo no ambiente universitário.

Em um estudo realizado por Facundes (2005), que trata sobre a saúde mental de universitários da área da saúde (enfermagem, odontologia e medicina), revelaram-se altos índices de transtorno mental entre os estudantes, prevalecendo os discentes de medicina, com frequência de 42,6%.

Assim como os transtornos psicológicos os quais acometem alunos da área da saúde, pode-se também relatar os que fazem uso de drogas farmacêuticas ou álcool. O mesmo autor salienta que, entre os alunos em uso de medicamentos, sendo os mais utilizados antidepressivos e ansiolíticos, 51,6% apresentam algum tipo de transtorno mental (CUNHA et al, 2009).

Para Fagnani et al (2005) alguns fatores de risco para uso de substâncias psicotrópicas são mais conhecidos entre estudantes de Medicina, tais como: acesso fácil aos medicamentos, história familiar de dependência, problemas emocionais, estresse no trabalho e em casa, busca de emoções fortes, autoadministração no tratamento para dor e para o humor e fadiga crônica.

Sabe-se que muitos alunos, além de se autodiagnosticarem, tomam as próprias condutas para suas supostas condições clínicas (CUNHA et al 2009).

Desta forma, é perceptível a promoção à saúde como um processo imprescindível para o conhecimento de todo estudante dessa área, aparentando ser uma questão teoricamente simples. No entanto, essa situação não é muito observada ou aplicada na prática. Quando se escolhe uma carreira dentro da área de saúde, o objetivo geralmente é de participar do processo de cura de outros seres humanos, colocando essas pessoas em uma posição de privilégio e ao mesmo tempo estigmatizada. Isso pode ser exemplificado na visão de médicos serem “invencíveis”, uma consideração que vai de encontro ao apresentado anteriormente em relação a automedicação (HANKIR, 2014).

Além da relevância da criação de veículos de prevenção e de promoção à saúde, a divulgação dessas alternativas de apoio ao estudante demonstra ser de extrema importância.

No estudo realizado por Cunha et al (2009) aproximadamente 60% dos estudantes que possuíam algum tipo de transtorno mental não conheciam qualquer programa, e casos como esses podem retardar a busca por ajuda.

Tendo em vista os universitários em uso de medicamentos de maneira indiscriminada e/ou possuem transtornos mentais, são necessários apoio e compreensão por parte da instituição de ensino. Ao evidenciar em uma universidade da Fronteira Oeste do estado do Rio Grande do Sul, mesmo no campus onde se concentra a maior parte dos cursos da área da saúde, ainda não existir uma rede de auxílio à saúde mental dos estudantes nem mesmo ações e medidas concretas de prevenção ou promoção à saúde mental, optou-se pela realização deste estudo.

A presente pesquisa teve por objetivo realizar uma busca sobre os estudos científicos existentes nas bases de dados a respeito da saúde mental de universitários de cursos da área da saúde e a existência, ou ausência, de medidas de promoção e educação em saúde mental dentro do ambiente universitário, direcionado aos discentes.

2 METODOLOGIA

O estudo se desenvolveu com característica metodológica qualitativa, e se deu através de uma revisão integrativa que sintetizou estudos já realizados sobre a saúde mental de estudantes das áreas da saúde, buscando a reunião de elementos da literatura para a identificação de medidas de promoção e educação em saúde mental dentro das universidades.

A revisão integrativa constitui-se da estruturação de uma análise ampla da literatura selecionada, favorecendo discussões sobre resultados de pesquisas prévias. A revisão integrativa pode ser composta de cinco etapas: formulação do problema/pergunta norteadora; coleta de dados/ busca na literatura (com critérios de inclusão e exclusão pré-determinados); avaliação dos dados; análise e interpretação dos dados; apresentação dos resultados. (SOARES et al, 2014)

Foram utilizadas as seguintes bases de dados eletrônicas de acesso aberto: *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), *United States National Library of Medicine* (NLM – PubMed) e *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS). A busca foi feita no mês de Agosto de 2018.

Os critérios de inclusão foram artigos disponíveis na íntegra, *on line* e gratuitos; originais, nos idiomas português ou inglês; publicados entre julho de 2013 e julho de 2018; que contemple os descritores em ciências da saúde (DeCS) escolhidos: “saúde mental” (*mental health*), “promoção de saúde” (*health promotion*) e “estudantes” (*students*). Os critérios de exclusão são textos em formato de teses e dissertações, textos repetidos, estudos não direcionados a universitários da área da saúde e que não contemplem os critérios de inclusão.

Como questão norteadora tem-se “Quais as medidas de prevenção e promoção de saúde mental direcionadas aos estudantes universitários das áreas da saúde?”.

Em pesquisa inicial nas bases de dados com os descritores escolhidos, foram encontrados um total de 364 artigos. Após a utilização dos critérios de exclusão e da leitura de títulos e resumos foram selecionados cinco artigos, os quais serão utilizados no presente trabalho. A análise e a interpretação dos resultados estarão a seguir.

3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

A relação dos cinco artigos selecionados para a revisão pode ser vista abaixo, na Tabela 1, em que foram numerados, identificados por autores, ano de publicação, título e a base de dados em que foram encontrados.

Tabela 1 – Organização e identificação dos artigos selecionados

Nº do	Autor/Ano	Título	Base de

texto			Dados
T1	CAMARGO, RM; SOUSA, CO; OLIVEIRA, MLC/ 2014	Prevalência de Casos de Depressão em Acadêmicos de Enfermagem em uma Instituição de Ensino de Brasília	LILACS
T2	COSTA, EFO; MENDES, CMC; ANDRADE, TM /2017	Common Mental Disorders in Medical Students: A Repeated Cross-Sectional Study Over Six Years	SCIELO
T3	COSTA, EFO et al /2014	Common Mental Disorders and Associated Factors Among Final-Year Healthcare Students	SCIELO
T4	FERREIRA, CMG; KLUTHCOVSKY, ACGC; CORDEIRO, TMG /2016	Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: Um Estudo Comparativo	SCIELO
T5	ANDRADE, JBC et al. /2014	Contexto de Formação e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Medicina	SCIELO

Fonte: Autoras, 2018.

Como é possível identificar na Tabela 1, apenas um dos artigos escolhidos é proveniente do LILACS (T1), sendo os outros quatro advindos do SciELO, não houve artigos selecionados na base de dados PubMed. Dois artigos são em língua inglesa (T2 e T3) e três deles em língua portuguesa (T1, T4 e T5).

Quando as autoras realizam a questão norteadora do presente trabalho a cada um dos artigos selecionados pode-se identificar respostas muito similares. Os estudos buscam apenas diagnosticar a prevalência de transtornos mentais na população selecionada e não citam a existência de qualquer rede de auxílio aos estudantes. Em suas conclusões, todos os artigos recomendam a implementação de estratégias de prevenção e promoção à saúde mental destes estudantes. Com a finalidade de dar ênfase na importância das ações de promoção a saúde que podem ser realizadas, optou-se por apresentar os dados pertinentes a cada estudo.

Todos os artigos selecionados utilizaram de questionários para atingir os objetivos da pesquisa, em quatro deles, T2, T3, T4 e T5, o Self Reporting Questionnaire (SRQ-20) e em um deles, T1, o Inventário de Depressão de Beck (IDB). Alguns dos estudos fizeram uso de questionários elaborados pelos próprios autores, com o objetivo de também abordar aspectos biopsicossociais.

Quanto aos resultados, os artigos selecionados são unânimes em afirmar a grande propensão a transtornos mentais em estudantes da área da saúde. E essa maior prevalência poderia ser atribuída ao número de situações geradoras de estresse a que esses estudantes estão submetidos, sendo essas no processo de admissão, durante os cursos e ao longo dos anos.

O T4 afirma que a prevalência de TMC aumentou de 35,8% no início para 51,5% no final do semestre. Nos quatro anos comparados no estudo os estudantes aumentaram as taxas de prevalência de TMC do começo para o final do semestre, no entanto não houve diferença significativa entre os anos. Já em T2 a prevalência de TMC aumentou ao longo dos anos: de 12,5% no primeiro ano para 43,2% no quinto.

São muitos os possíveis fatores contribuintes para tal quadro, como por exemplo, sair de casa para estudar, carga horária acima de 30 horas semanais ou mesmo sobrecarga de conteúdo e atividades. Segundo T5 a depressão, a insônia, um problema pessoal, a privação de lazer e a insegurança técnica atuaram diretamente sobre o sofrimento psíquico dos discentes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando que são homogêneos os resultados quanto à saúde mental dos estudantes das áreas da saúde, torna-se relevante reconhecer a necessidade de estratégias terapêuticas e educativas para que esses estudantes tenham o aumento da autoestima, oportunidades para compartilhar experiências e reflexões, a redução de estigmas e exclusões sociais, além de realização de ações para melhorar os vínculos afetivos e relacionais. No entanto, a pouca quantidade de menção a essas estratégias na literatura demonstra que ainda são necessários pesquisas e projetos que levem a rede de apoio à saúde mental para dentro das universidades.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, J. B. C. et al. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina **Revista Brasileira De Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 38, n. 2, p. 231-242, jun. 2014.

BRASIL. Ministério da Justiça. Lei N. 10.216, 6 de abril de 2001. **Política Nacional Da Saúde Mental**. Brasília, DF, abril de 2001.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. DAPE. Coordenação Geral de Saúde Mental. Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil. **Documento apresentado à Conferência Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas**. OPAS. Brasília, DF, novembro de 2005.

CAMARGO, R. M.; SOUSA, C. O.; OLIVEIRA, M. L. C. Prevalência de casos de depressão em acadêmicos de enfermagem em uma instituição de ensino de Brasília. **Revista Mineira de Enfermagem,** v. 18, n. 2, p. 392-397, abr./jun. 2014.

COSTA, E. F. O.; MENDES, C. M. C.; ANDRADE, T. M. Common mental disorders in medical students: A repeated cross-sectional study over six years. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 63, n. 9, p. 771-778, 2017.

COSTA, E. F. O.et al. Common mental disorders and associated factors among final-year healthcare students. **Revista da Associação Médica Brasileira.**, São Paulo, v. 60, n. 6, p. 525-530, Dec. 2014.

CUNHA, M. A. B. et al. Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 321-328, set. 2009.

FACUNDES, V. L. D.; LUDERMIR, A. B. Common mental disorders among health care students. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 27, n. 3, p. 194-200, set. 2005.

FAGNANI, C.; MAEDA, D.; GUIJT, M. Como anda a saúde do médico brasileiro? **Associação Brasileira de Psiquiatria**. 2005.

FERREIRA, C. M. G.; KLUTHCOVSKY, A. C. G. C.; CORDEIRO, T. M. G. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo. **Revista Brasileira De Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 2, p. 268-277, jun. 2016.

HANKIR, A. K.; NORTHALL, A.; ZAMAN, R. Stigma and mental health challenges in medical students. **BMJ Case Reports**, set. 2014.

SOARES C.B.; HOGA L. A. K.; PEDUZZI M.; SANGALETI C.; YONEKURA T.; SILVA D. R. A. D. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. São Paulo, v. 48, n. 2, p.335-45, 2014.