

Transtornos mentais comuns em estudantes de saúde

Larissa de Lima Ferreira¹, Luciana Marques Andreto², Tatiana Cristina Montenegro Ferreira³

Resumo

Objetivos: realizar o perfil sociodemográfico dos estudantes de uma faculdade de saúde e analisar a prevalência de transtorno mental comum e os possíveis fatores associados ao seu desenvolvimento.

Método: estudo descritivo de abordagem quantitativa com delineamento do tipo transversal, realizado com 712 estudantes. Os dados foram obtidos através de questionários constando o perfil sociodemográfico, o processo de ensino-aprendizagem e o Self-Reporting Questionnaire. A análise estatística gerou-se através do programa EPI INFO 7. **Resultados:** observou-se que o perfil dos estudantes pesquisados é do sexo feminino (72,33%), com faixa etária entre 18 e 23 anos (81,32%), solteiras (88,76%), que referem consumo de álcool (47,61%) e que sempre realizam exercício físico (31,04%). Quanto ao transtorno mental comum, 44,80% da amostra apresentam os sintomas sendo a maioria no sexo feminino, cursando psicologia, fisioterapia e enfermagem, referem o uso de drogas lícitas e nunca realizam exercícios físicos. **Conclusão:** os resultados demonstram elevada prevalência na população e as informações se tornam importantes para embasar ações para prevenção e cuidado a saúde mental dos estudantes. **Descritores/Descriptors/Descriptores:** Transtornos Mentais/ Mental Disorders/ Trastornos Mentales; Estudantes de Ciências da Saúde/ Students, Health Occupations/ Estudiantes del Área de la Salud; Fatores de Risco/ Risk Factors/ Factores de Riesgo; Saúde Mental/ Mental Health/ Salud Mental; Estudos Transversais/ Cross-sectional Studies/ Estudios Transversales.

1- Estudante de graduação em Enfermagem. Ex-bolsista do Programa Institucional de Iniciação Científica - PIC/FPS. Faculdade Pernambucana de Saúde/FPS. Recife-PE, Brasil. Nº ORCID:

<https://orcid.org/0000-0001-8408-6857>.

Autora responsável pela troca de correspondência

E-mail: larissalimaf@hotmail.com

Rua Rodrigues Ferreira, nº 45, bloco G, apto 803, Várzea

CEP: 50.810-020 - Recife (PE), Brasil

2- Enfermeira. Coordenadora adjunta do curso de enfermagem da Faculdade Pernambucana de Saúde. Doutora em nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco. Faculdade Pernambucana de Saúde/FPS. Recife-PE, Brasil. Nº ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1560-1541>.

3- Enfermeira. Tutora da Faculdade Pernambucana de Saúde. Mestre em educação para o ensino na área de saúde pela Faculdade Pernambucana de Saúde. Faculdade Pernambucana de Saúde/FPS. Recife-PE, Brasil. Nº ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-6759-8209>.

Estudo realizado com apoio da Faculdade Pernambucana de Saúde/Programa Institucional de Iniciação Científica PIC/FPS, 2018-2019. Recife (PE), Brasil.

INTRODUÇÃO

Os Transtornos Mentais (TM) são agrupamentos de sinais e sintomas relacionados a alterações de funcionamento sem origem conhecida, que resultam da soma de vários aspectos que perturbam o equilíbrio emocional, sendo distribuídos em vários tipos como Transtornos Mentais Graves, Transtornos Mentais Comuns (TMC) e Transtornos Mentais Menores. ¹ Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), os TM são responsáveis por mais de 12 % do índice mundial de doenças, sendo a previsão para o crescimento de morbidade de ordem mental e neurológica em 2020 para 15 %. ²⁻³

Transtorno Mental Comum é um termo criado na década de 1970 por Goldberg & Huxley (1992) ³ e refere-se a sintomas que podem causar sofrimento mental como insônia, esquecimento, fadiga, dificuldade na tomada de decisões e de concentração, irritabilidade e queixas somáticas. ⁴ Além disso, pode muitas vezes estar relacionado à transtornos de ansiedade e depressão sem sinais psicóticos. O desenvolvimento do TMC pode estar ligado a diversos fatores como sexo, faixa etária, situação conjugal, condições de vida e de trabalho e podem afetar de forma significativa o cotidiano das pessoas acometidas por ele, pois constitui um problema de saúde pública. ⁵

A OMS, a partir de um estudo multicêntrico realizado em 2000, estimou que 36 % da população brasileira seria acometida por um tipo de transtorno mental em algum momento da sua vida. ⁸ Em pesquisas realizadas no país sobre TMC, foram evidenciadas taxas de prevalência que variaram de 17 % a 35 %, podendo chegar a 50 %.⁹

Do mesmo modo que as taxas de prevalência de TMC nos brasileiros são elevadas, os índices são altos em estudantes de ciências da saúde, pois, além dos fatores de riscos, os mesmos estão inseridos em ambientes com a presença constante de estresse e ansiedade, predispondo-os a desenvolvê-lo por motivos como insatisfação como a escolha profissional, pensamentos de abandono do curso, falta de apoio emocional, desempenho acadêmico, dificuldades para conciliar estudos com o lazer e o afastamento afetivo e físico da família. ¹⁰

Em diversos estudos foram encontrados valores de prevalência de 57,5 % em estudantes de Enfermagem, 40% em estudantes de Fisioterapia, 40,7 % em estudantes de Medicina, 26,6 % em estudantes de Nutrição, 24,2% em estudantes de Farmácia e 21,1 % em estudantes de Psicologia. ¹¹⁻

14,16

Pesquisas com intuito de apurar qual a prevalência de TMC e seus fatores correlacionados são essenciais, pois, a população alvo pode se encontrar vulnerável a desenvolver transtornos mentais

mais complexos como transtornos de ansiedade e transtornos depressivos, que podem levar os estudantes a apatia, reclusão, anti-socialização e até ao abandono do curso.⁷ Tendo em vista que o TMC pode influenciar diretamente e indiretamente no desempenho acadêmico e na qualidade de vida dos estudantes,¹⁰ nota-se a importância de investigar a ocorrência desses transtornos, para que iniciativas de suporte psicológico sejam criadas e que se tornem eficientes.

OBJETIVO

Realizar o perfil sociodemográfico dos estudantes de uma faculdade de saúde e analisar a prevalência de transtorno mental comum e os possíveis fatores associados ao seu desenvolvimento.

MÉTODOS

Estudo descritivo transversal com abordagem quantitativa. A pesquisa realizou-se na Faculdade Pernambucana de Saúde, localizada na cidade do Recife com estudantes dos anos iniciais, intermediários e finais dos cursos de Enfermagem, Medicina, Nutrição, Farmácia, Psicologia e Fisioterapia no período de agosto de 2018 a junho de 2019. A população total do estudo compôs-se por 1.037 estudantes, sendo 388 do curso de Medicina, 120 de Enfermagem, 165 de Psicologia, 150 do curso de Nutrição, 113 do curso de Fisioterapia e 101 do curso de Farmácia. O critério de inclusão utilizado para a amostra foi que os estudantes estivessem devidamente matriculados durante o período da pesquisa e os de exclusão foram estudantes que não realizassem o questionário quando solicitado, não estivessem presentes ou não preenchessem o questionário completamente e que estivessem no internato, sendo composta por fim de 86 estudantes de enfermagem, 312 de medicina, 109 de Nutrição, 40 de Farmácia, 83 de Psicologia e 82 de Fisioterapia, totalizando 712 estudantes da faculdade.

Para a coleta de dados utilizou-se um formulário contendo os dados sociodemográficos e o processo de ensino-aprendizagem, com a finalidade de caracterizar a população do estudo e para prevalência de Transtorno Mental Comum (TMC) aplicou-se o questionário Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), instrumento de detecção do TMC recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e traduzido para diversos idiomas que avalia elementos que possuem relação com a saúde mental.⁶

É um instrumento autoaplicável composto por 20 questões do tipo “sim/não”, das quais quatro se referem a queixas somáticas e 16, a sintomas psíquicos. Cada um dos 20 itens pode apresentar escore 0 ou 1, indicando, respectivamente, ausência ou presença do sintoma nos últimos 30 dias. O ponto de corte utilizado nas investigações foi de 7.¹⁵

Os dados foram coletados após autorização das coordenações dos cursos com horário agendado no período anterior à aula. Os estudantes receberam duas cópias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o instrumento de coleta, os quais foram orientados a preencher se desejassem participar da pesquisa, exaltando seus direitos de voluntariedade e sigilo destacando que poderiam deixar a pesquisa a qualquer momento.

A análise estatística dos dados realizou-se com auxílio do programa EPI INFO 7. Aplicou-se estatística descritiva e analítica com o teste Qui-quadrado de Pearson sendo incluídas variáveis estatisticamente significativas ($p < 0,05$), visando verificar a relação entre as variáveis sociodemográficas e de ensino-aprendizagem com a prevalência de TMC.

A coleta de dados ocorreu após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição atendendo aos preceitos éticos da Resolução nº. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, com CAAE 95968718.7.0000.5569 e número do parecer 2.840.112.

RESULTADOS

Na tabela 1, observa-se o perfil sociodemográfico dos estudantes que participaram do estudo. Majoritariamente, os estudantes são do sexo feminino (72,33 %) com faixa etária entre 18 e 23 anos (81,32%), solteiras (88,76%), que referem consumo de álcool (47,61%) e que sempre realizam exercício físico (31,04%).

Tabela 1. Perfil sociodemográfico dos estudantes de graduação da área de saúde de uma instituição de ensino superior, Recife, PE, Brasil, 2019.		
Variáveis	n (712)	%
<i>Sexo</i>		
Feminino	515	72,33
Masculino	197	27,67
<i>Idade</i>		
18 - 23	579	81,32
24 - 30	93	13,06
31 - 37	26	3,65
38 ou mais	14	1,97
<i>Situação conjugal</i>		
Solteiro (a)	632	88,76
Casado (a)	39	5,48
União estável	26	3,65
Separado (a)	4	0,56
Não se aplica	11	1,54
<i>Curso</i>		
Medicina	312	43,82
Enfermagem	86	12,08
Fisioterapia	82	11,52
Psicologia	83	11,66
Farmácia	40	5,62
Nutrição	109	15,31
<i>Período</i>		
1º, 2º e 3º	325	45,65
4º, 5º e 6º	274	38,48
7º e 8º	113	15,87
<i>Uso de substância</i>		
Álcool	339	47,61

continuação

Tabaco	1	0,14
Drogas ilícitas	4	0,56
Álcool e tabaco	12	1,69
Álcool e drogas ilícitas	24	3,37
Álcool, tabaco e drogas ilícitas	18	2,53
Não faz uso	314	44,10
<i>Realização de exercício físico</i>		
Sempre	221	31,04
Usualmente	199	27,95
Raramente	217	30,48
Nunca	75	10,53

Na tabela 2 são apresentados dados sobre o processo de ensino-aprendizagem. Dos estudantes entrevistados, 96,91% dizem estar satisfeitos com sua escolha profissional, 69,10% relatam nunca terem pensado em desistir do curso e 64,19% consideram o seu desempenho acadêmico bom. Já quanto a cobrança pessoal, 81,18% afirmam que exigem muito de si mesmos, 68,54% dizem sentir pressão social da profissão, no entanto 56,74% relatam que não sentem pressão de tutores ou profissionais da sua respectiva área de atuação.

Tabela 2. Perfil do processo de ensino-aprendizagem dos estudantes de graduação da área de saúde, de uma instituição de ensino superior, Recife, PE, Brasil, 2019.

Variáveis	n (712)	%
<i>Satisfação com escolha profissional</i>		
Sim	690	96,91
Não	22	3,09
<i>Pensamento de desistência do curso</i>		
Não, nunca pensei	492	69,10
Sim, mas não penso mais	174	24,44
Sim, ainda penso	46	6,46
<i>Desempenho acadêmico</i>		
Insuficiente	17	2,39
Regular	164	23,03
Bom	457	64,19
Excelente	74	10,39
<i>Cobrança pessoal</i>		
Sim	578	81,18
Não	134	18,82
<i>Pressão social da profissão</i>		
Sim	488	68,54
Não	224	31,46
<i>Pressão de tutores ou profissionais da área</i>		
Sim	308	43,26
Não	404	56,74

Na tabela 3, observa-se as questões do SRQ-20 por ordem decrescente de acordo com a maior quantidade de respostas com escore 1 em seus respectivos grupos sintomáticos. As perguntas com caráter de humor depressivo/ansioso e de decréscimo de energia vital “sente-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)?”, “tem dificuldades para tomar decisão?” e “sente-se cansado(a) o tempo todo?” foram as mais respondidas com 73,46%, 54,78% e 51,40%, respectivamente.

Tabela 3. Prevalência dos sintomas dos Transtornos Mentais Comuns segundo o SRQ-20* entre estudantes de graduação da área de saúde de uma instituição de ensino superior, Recife, PE, Brasil, 2019.

Grupo de sintomas- SRQ-20	Sim	%**
<i>Humor depressivo/ansioso</i>		
Sente-se nervoso (a), tenso (a) ou preocupado (a)?	523	73,46
Assusta-se com facilidade?	244	34,27
Tem se sentido triste ultimamente?	223	31,60
Tem chorado mais do que o de costume?	158	22,19
<i>Sintomas somáticos</i>		
Tem dores de cabeça frequentes?	285	40,03
Dorme mal?	341	47,89
Tem sensações desagradáveis no estômago?	205	28,79
Tem má digestão?	170	23,88
Tem falta de apetite?	145	20,37
Tem tremores de mão?	110	15,45
<i>Decréscimo de energia vital</i>		
Tem dificuldade para tomar decisões?	390	54,78
Sente-se cansado (a) o tempo todo?	366	51,40
Cansa-se com facilidade?	336	47,19
Encontra dificuldade para realizar com satisfação suas atividades diárias?	269	37,78
Tem dificuldades nos estudos (penoso, causa sofrimento)?	214	30,06
Tem dificuldade para pensar com clareza?	211	29,63
<i>Pensamentos depressivos</i>		
Tem perdido o interesse pelas coisas?	165	23,17
Se sente incapaz de desenvolver um papel útil na sua vida?	135	18,96
Sente-se uma pessoa inútil?	83	11,66
Tem tido ideias de acabar com a vida?	33	4,63

* *Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)*;

** $p < 0,05$.

A figura 1 representa a frequência da suspeição de transtorno mental comum segundo ponto de corte 7 no SRQ-20. A presença de TMC é encontrada em 44,80% na população, enquanto 55,20% não apresentam do transtorno.

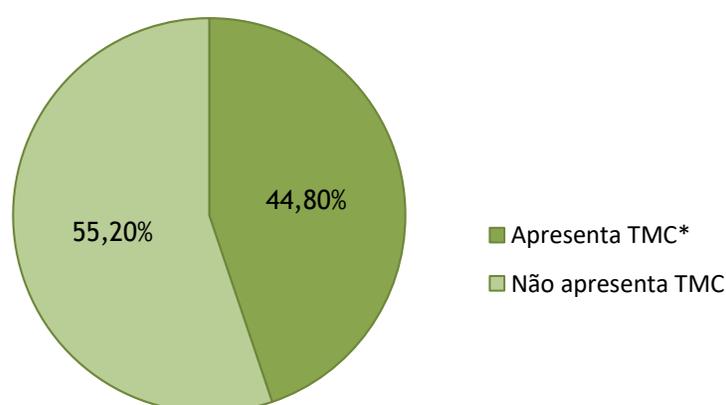


Figura 1. Frequência de suspeição de transtorno mental comum segundo o Self-Reporting Questionnaire (n = 712).

* *Transtornos mentais comuns (TMC)*.

Nas tabelas 4 e 5 são encontradas as análises comparativas do perfil sociodemográfico e do processo de ensino-aprendizado com a presença e ausência do TMC, respectivamente.

Segundo a tabela 4, de acordo com a análise bivariada, a predominância do TMC encontrou-se no sexo feminino (52,62%), nos cursos de psicologia (61,45%), fisioterapia (60,98%) e enfermagem (60,47%), nos que fazem uso de álcool e tabaco (83,33%) e nos que nunca realizam exercícios físicos (64,00%).

Tabela 4. Prevalência dos sintomas de TCM* em estudantes de graduação da área de saúde de uma instituição de ensino superior de acordo com o perfil sociodemográfico, Recife, PE, Brasil, 2019.

Variáveis	TMC				p**
	não		sim		
	n (712)	%	n (712)	%	
Sexo					<0,01
Feminino	244	47,38	271	52,62	
Masculino	149	75,63	48	24,37	
Idade					0,22
18 - 23	317	54,75	262	45,25	
24 - 30	48	51,61	45	48,39	
31 - 37	19	73,08	7	26,92	
38 ou mais	9	64,29	5	35,71	
Situação conjugal					0,11
Solteiro (a)	355	56,17	277	43,83	
Casado (a)	19	48,72	20	51,28	
União estável	10	38,46	16	61,54	
Separado (a)	4	100,00	0	00,00	
Não se aplica	5	45,45	6	54,55	
Curso					<0,01
Medicina	202	64,74	110	35,26	
Enfermagem	34	39,53	52	60,47	
Fisioterapia	32	39,02	50	60,98	
Psicologia	32	38,55	51	61,45	
Farmácia	23	57,50	17	42,50	
Nutrição	70	64,22	39	35,78	
Período					0,12
1º, 2º e 3º	184	56,61	141	43,39	
4º, 5º e 6º	118	46,45	136	53,55	
7º e 8º	71	62,83	42	37,17	
Uso de substância					<0,01
Álcool	207	61,06	132	38,94	
Tabaco	1	100,00	0	00,00	
Drogas ilícitas	2	50,00	2	50,00	
Álcool e tabaco	2	16,67	10	83,33	
Álcool e drogas ilícitas	11	45,83	13	54,17	
Álcool, tabaco e drogas ilícitas	7	38,89	11	61,11	
Não faz uso	163	51,91	151	48,09	
Realização de exercício físico					<0,01
Sempre	168	76,02	53	23,98	
Usualmente	111	55,78	88	44,22	
Raramente	87	40,09	130	59,91	
Nunca	27	36,00	48	64,00	

* *Transtornos mentais comuns (TMC)*;

** $p < 0,05$.

Na tabela 5 também se encontrou uma presença significativa de TMC em estudantes que não estão satisfeitos com a escolha profissional (72,73%), que ainda pensam em desistir de seu respectivo curso (65,22%), consideram seu desempenho insuficiente (94,12%), se cobram muito (47,40%), sentem pressão social da profissão (52,66%) e dos tutores ou profissionais da área (58,12%).

Tabela 5. Distribuição dos estudantes de graduação da área de saúde, de uma instituição de ensino superior, conforme suspeição de TCM* e o processo de ensino-aprendizagem, Recife, PE, Brasil, 2019.

Variáveis	TMC				p**
	não		sim		
	n (712)	%	n (712)	%	
Satisfação com escolha profissional					<0,01
Sim	387	56,09	303	43,91	
Não	6	27,27	16	72,73	
Pensamento de desistência do curso					<0,01
Não, nunca pensei	311	63,21	181	36,79	

continuação

Sim, mas não penso mais	66	37,93	108	62,07	
Sim, ainda penso	16	34,78	30	65,22	
<i>Desempenho acadêmico</i>					<0,01
Insuficiente	1	5,88	16	94,12	
Regular	61	37,20	103	62,80	
Bom	282	61,71	175	38,29	
Excelente	49	66,22	25	33,78	
<i>Cobrança pessoal</i>					<0,01
Sim	304	52,60	274	47,40	
Não	89	66,42	45	33,58	
<i>Pressão social da profissão</i>					<0,01
Sim	231	47,34	257	52,66	
Não	162	72,32	62	27,68	
<i>Pressão de tutores ou profissionais da área</i>					<0,01
Sim	129	41,88	179	58,12	
Não	264	65,35	140	34,65	

* *Transtornos mentais comuns (TMC)*;

** $p < 0,05$.

DISCUSSÃO

Apesar das taxas de prevalência de suspeição de TMC identificadas entre estudantes de diversos cursos serem variáveis, a prevalência encontrada neste estudo (44,80%) foi semelhante à de outros estudos. A prevalência foi superior aquelas encontradas na Universidade Estadual Paulista (40,9%), na Universidade Federal de Alagoas (43,2%) e na Universidade de Pernambuco (34,1%).^{11-12,17}

Afirmar sentir-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a), ter dificuldades para tomar decisões e apresentar-se cansado(a) o tempo todo foram as principais queixas apontadas pelo SRQ-20 neste estudo, também estando como as mais relatadas numa pesquisa realizada em uma instituição privada do Paraná, que analisou a prevalência de TMC nos curso de enfermagem e psicologia.¹⁰ O sofrimento psicológico gerado por estes sentimentos e outros definidos no SRQ-20 podem causar depressão, cefaleia tensional, enxaqueca, insônia, problemas pessoais, privação de lazer e insegurança técnica.

13

É fundamental frisar que a avaliação pode ter sido influenciada pelo momento vivido por cada estudante na ocasião da coleta, já que o questionário deveria ser respondido baseado nos 30 dias anteriores à mesma. Deve-se considerar que o SRQ-20 rastreia casos suspeitos de TMC, pois o mesmo não estabelece categorias diagnósticas como na Classificação Internacional de Doenças - 10 (CID-10) e no Diagnostic and Statistical Manual - V (DSM-V).²⁰

Os fatores associados à ocorrência de TMC na população estudada podem ser assim simplificados: a) ser mulher; fazer uso de álcool e tabaco; nunca realizar exercícios físicos; e cursar enfermagem, fisioterapia ou psicologia, dentre as características sociodemográficas; b) não estar satisfeita com a escolha profissional; pensar em desistir do curso; considerar o seu desempenho

acadêmico insuficiente; cobrar-se muito; sentir pressão social da profissão; e sentir pressão de tutores ou profissionais da área, dentre as características do processo de ensino-aprendizado.

As características sociodemográficas associadas à suspeição do TMC são similares em alguns estudos, ^{7,12,16,18} reafirmando a forte ligação do adoecimento psíquico com os diversos fatores desencadeantes.

Observa-se que as mulheres são mais acometidas pelo TMC do que os homens em diversos estudos. ^{7,12,16,23} Em uma revisão sistemática realizada de 1997 a 2009 no Brasil, justificou-se que a ocorrência de transtornos específicos em mulheres pode ocorrer devido a fatores hormonais e psicológicos. ²¹ Contudo, num estudo realizado com mulheres residentes em cidades rurais do Estado da Paraíba explana-se que a presença de diversas doenças psíquicas em mulheres pode se dar também pela influência do patriarcado enraizado na sociedade, pois, “homem que é homem não adoecer” sendo o adoecimento e a prática de prevenção e/ou promoção de saúde “coisa de mulher”. ²⁷

Tais crenças exercem, inclusive, influência direta na observação de diferenças em torno dos diagnósticos psiquiátricos entre os gêneros, quando se constata sintomatologias e transtornos mais comuns para mulheres (como, por exemplo, os transtornos de humor e alimentares) e para homens (como os transtornos relacionados ao uso nocivo de substâncias psicoativas ou distúrbios antissociais). Neste sentido, a expressão de dores, tristeza e angústia, bem como a busca por cuidados em saúde são tidas como características da “natureza” feminina e mais aceitas socialmente quando expressas pelas mulheres. (Furtado, Saldanha, Moleiro, Silva, 2019, p. 131)

Na faixa etária identificada de 24 a 30 anos, embora não tenha somado como fator desencadeante pelo nível de confiança, pode ter sido relacionada ao fato do Brasil ser um país emergente e a população se encontrar em transição epidemiológica. ²² O ingresso de jovens na faculdade tem uma perspectiva positiva e outra negativa, pois aos jovens profissionais surgirão oportunidades mais cedo, gerando perspectiva de crescimento e de progresso, contudo os estudantes enfrentarão os compromissos e desafios inerentes à condição de sua ocupação, além das dúvidas sobre a certeza da escolha da profissão, podendo influenciar nos aspectos emocionais e motivacionais ainda na juventude. ⁷

Outro fator, também não contemplado estatisticamente, foi a situação conjugal, em contrapartida, em um estudo transversal de base populacional realizado através de inquérito domiciliar, afirmou-se que em casamentos e uniões estáveis, indivíduos compartilham uma ampla variedade de atividades como refeições, tarefas domésticas, cuidado com os filhos, lazer, descanso, recursos financeiros e a ausência de apoio por parte do companheiro pode ser motivo de conflito,

insatisfação com o casamento, e conseqüentemente, o comprometimento da saúde física e mental fazendo com que as mulheres em situações como essas se encontrem vulneráveis ao desenvolvimento do TMC.²⁰

Segundo um estudo realizado no Centro Multidisciplinar, Campus Floresta da Universidade Federal do Acre não se encontrou associação entre o consumo de álcool e tabaco com o TMC.¹⁸ Contudo, neste estudo identificou-se uma relação entre a presença do transtorno e o uso de álcool e tabaco. Já, no próprio perfil epidemiológico, é notável a quantidade de estudantes que utilizam apenas uma droga lícita ou ilícita ou às usam em associação, revelando que, sendo realizada uma soma das frequências, cerca de 55,90% estudantes fazem uso de alguma droga.

Um estudo realizado na Universidade Federal do Ceará (UFC) e na Universidade Estadual do Ceará (Uece) afirma que estudos epidemiológicos nacionais mostram que o consumo de álcool é maior entre universitários do que entre estudantes do ensino médio. Esses índices são alarmantes, pois no futuro podem acarretar problemas de saúde mais graves e até a dependência. Estima-se que o uso de álcool esteja aumentando em decorrência do estilo de vida, ansiedade, estresse, depressão e baixa autoestima.²⁶

O consumo de álcool pode estar associado a várias conseqüências negativas, sendo uma das principais causas de morbimortalidade potencializando os sintomas do TMC. Entre os problemas mais predominantes entre os estudantes estão: acidentes de trânsito, atos de violência, abuso sexual, assédio sexual, problemas de saúde, diminuição de produtividade acadêmica e problemas interpessoais.²⁴

A frequência de suspeição de TMC em estudantes que não realizam exercício físico (64%) foi comparável ao resultado de um estudo realizado na Universidade Federal de Alagoas, cuja porcentagem foi de 67,40%.¹² Em contrapartida, os estudantes que sempre e usualmente realizam exercícios não são pré-dispostos a desenvolver o transtorno.

No mesmo estudo citado anteriormente que buscava a associação entre a atividade física e o TMC em estudantes é afirmado que a prática de exercício físico pode surtir efeito protetor aos sintomas do TMC fazendo com que o organismo fique protegido contra um desequilíbrio físico e mental e uma revisão bibliográfica qualitativa exemplifica as melhorias em dimensões fisiológicas e psicológicas como: o aumento no transporte de oxigênio para o cérebro, a síntese e a degradação de neurotransmissores, liberação de serotonina e diminuição da viscosidade sanguínea, diminuição da ansiedade, melhora na autoestima e cognição, redução do stress. Além disso, ainda é acrescentado que a prática de exercícios físicos traz benefícios em relação a distúrbios do sono, transtornos de humor, e aspectos cognitivos como memória e aprendizagem.^{12,19}

Neste estudo, os cursos em que houve prevalência da suspeição de TMC foram psicologia, fisioterapia e enfermagem, respectivamente. Em diversos artigos se fala da alta prevalência do transtorno no curso de enfermagem, ^{10-12,18} porém num estudo realizado no campus da faculdade de Anhanguera do Rio Grande a prevalência da pré-disposição no curso de fisioterapia foi superior ao do curso de enfermagem. ¹⁶ Os fatores de gatilho para o desenvolvimento do TMC seriam: a alta demanda psicológica associada ao baixo controle do trabalho, ocorrendo com o exercício simultâneo da vida acadêmica e a exposição dos estudantes a situações de estresse durante toda a extensão do curso. ^{10,17}

O processo de aprendizado do estudante pode ser influenciado por fatores estruturais, como a falta de estrutura para apoio pedagógico que, correlacionado com a presença de um problema de saúde mental pode acarretar na evasão universitária. ¹³ “A insatisfação com a escolha profissional, pensamentos de abandono de curso, falta de apoio emocional, desempenho acadêmico, dificuldades para conciliar o lazer com os estudos e o afastamento físico e afetivo da família são apontados como fatores associados ao TMC.” ^{10:44}

Deve se dar atenção a como o relacionamento tutor-estudante está acontecendo, assim como as estratégias de ensino, pois através do processo bem-sucedido de ensino-aprendizagem, o estudante pode desenvolver uma postura de independência e segurança no início de sua carreira profissional livrando-o de uma angústia psicológica que pode influenciar no seu desempenho acadêmico, desenvolvimento profissional e pessoal. ¹⁷

É importante ressaltar a prevalência de suspeição de TMC neste estudo, pois, a população pesquisada é composta por futuros profissionais de saúde que, por conseguinte formarão equipes multiprofissionais que atentam ao atendimento e cuidado do usuário. É preciso notar a necessidade do autocuidado dos profissionais de saúde, envolvendo o cuidado integral, ao qual a saúde mental está inclusa. A teoria do autocuidado de Dorothea Orem afirma que os seres humanos devem cuidar de si enquanto os mesmos possuem essa capacidade, buscando seu próprio benefício para manter a vida, saúde e bem-estar. ²⁵

Como limitação é importante frisar que os resultados de relação entre suspeição para TMC e os fatores de risco, por meio de um delineamento transversal, não permitem definições sobre causalidade, ou seja, não indica causa efeito, e também o número total de entrevistados que, apesar de adequado para estabelecer a maior parte das prevalências, mostra-se insuficiente para algumas categorias menos frequentes de algumas variáveis.

CONCLUSÃO

Os resultados encontrados demonstram que, nessa população, as queixas relacionadas ao ensino-aprendizagem são as mais associadas aos quadros de suspeição de TMC e que a alta prevalência encontrada pode estar associada a diversos fatores presentes dentro e fora da faculdade.

Identificar precocemente estudantes com TMC através de acompanhamento psicopedagógico disponibilizado pela IES, assim como acompanhá-los e tratá-los, pode diminuir os impactos dos transtornos mentais na qualidade de vida, minimizando o seu sofrimento psíquico.

Essas informações são importantes para embasar ações para prevenção e cuidado para com os estudantes, através de projetos de extensão e rodas de conversa voltados para a saúde mental, planejando e implementando mecanismos de suporte com apoio psicopedagógico que os auxiliem no enfrentamento das situações diversas vivenciadas durante o período acadêmico, melhorando a qualidade de vida e auxiliando em sua formação profissional.

AGRADECIMENTOS

A autora agradece a Ana Carla Oliveira, José Bruno Gomes, Karla Vaninna Ribeiro, Luiz Henrique Taurino e Nathalia Thais Cavalcante pela ajuda prestada durante a coleta de dados.

REFERÊNCIAS

1. Bárbaro AM, Robazzi MLCC, Pedrão LJ, Cyrillo RMZ, Suazo SVV. Transtornos Mentais Relacionados ao trabalho: revisão de literatura. Rev Eletrônica Saúde Mental álcool e drogas [periódico na internet]. 2009 [acesso em 17 abr 2018]; 5 (2): 1-16. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/38695/41544>
2. Guirado GMP. Transtornos Mentais Comuns e suas peculiaridades com o trabalho. Rev Saúde em foco [periódico na internet]. 2017 [acesso em 17 abr 2018]; 9: 162-170. Disponível em: http://unifia.edu.br/revista_eletronica/revistas/saude_foco/artigos/ano2017/017_transtornos_mentais.pdf
3. Buseti MV. Transtornos Mentais Comuns em trabalhadores: revisão sistemática da literatura. Porto Alegre. Dissertação [Mestre em Psicologia] - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul [periódico na internet]. 2015 [acesso em 17 abr 2018]. Disponível em: <http://repositorio.pucrs.br/dspace/handle/10923/7322>
4. Carvalho CN, Melo-Filho DA, Carvalho JAG, Amorim ACG. Prevalência e fatores associados aos transtornos mentais comuns em residentes médicos e da área multiprofissional. Recife. J bras psiquiatr. [periódico na internet]. 2013 [acesso em 17 abr 2018]; 62 (1): 38-45. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852013000100006
5. Murcho N, Pacheco E, Jesus SN. Transtornos Mentais Comuns nos Cuidados de Saúde Primários: um estudo de revisão. Rev Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental [periódico na internet]. jun 2016

[acesso em 17 abr 2018]; (15): 30-36. Disponível em:

http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602016000100005

6. Moreno, EAC. Fatores associados ao risco de transtorno mental comum. Recife. Dissertação [Mestrado em Enfermagem] - UFPE, Centro de Ciências da Saúde, 2012 [acesso em 17 abr 2018].

Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/10719>

7. Souza LM, Oliveira EL, Pinheiro IO. Distúrbios psiquiátricos menores em acadêmicos de enfermagem. Rev enferm UFPE on line [periódico na internet]. dez 2014 [acesso em 7 abr 2018]; 8

(12): 4320-9. Disponível em:

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10179>

8. Fiorotti C, Tomazelli J, Malagris L. Transtornos mentais comuns em pacientes hipertensos: estudo em unidade de atenção primária à saúde no Rio de Janeiro. Re APS [periódico na internet]. 2009

[acesso em 17 abr 2018]; 12 (3): 318-327. Disponível em:

<https://aps.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/view/417/231>

9. Gomes VF, Miguel TLB, Miasso AI. Transtornos Mentais Comuns: perfil sociodemográfico e farmacoterapêutico. Rev Latino-Am Enfermagem [periódico na internet]. Nov - dez 2013 [acesso em

17 abr 2018]; 21 (6): [9 telas]. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rlae/2013nahead/pt_0104-](http://www.scielo.br/pdf/rlae/2013nahead/pt_0104-1169-rlae-0104-1169-2990-2355.pdf)

[1169-rlae-0104-1169-2990-2355.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/2013nahead/pt_0104-1169-rlae-0104-1169-2990-2355.pdf)

10. Ansolin AGA, Rocha DLB, Santos RP, Pozzo VCD. Prevalência de transtorno mental comum entre estudantes de psicologia e enfermagem. Arq Ciênc Saúde [periódico na internet]. Jul - set 2015

[acesso em 17 abr 2018]; 22 (3): 42-45. Disponível em:

<http://www.cienciasdasaude.famerp.br/index.php/racs/article/view/83/103>

11. Gomes LA. Prevalência e fatores associados a sofrimento psíquico entre estudantes de Enfermagem, Medicina e Nutrição no campus de Botucatu. Dissertação [Mestre em Saúde Coletiva] -

Faculdade de Medicina de Botucatu - UNESP [periódico na internet]. 2016 [acesso em 17 abr 2018].

Disponível em: <http://200.145.6.238/handle/11449/143943>

12. Silva AO, Cavalcante Neto JL. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes em estudantes universitários. Motricidade [periódico na internet]. 2014

[acesso em 17 abr 2018]; 10 (1): 49-59. Disponível em:

http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2014000100006

13. Andrade AS, Antunes NA, Zanoto PA, Tiraboschi GA, Viana PVBA, Curilla RT. Vivências acadêmicas e sofrimento psíquico de estudantes de psicologia. Psic: ciência e profissão [periódico na internet].

out - dez 2016 [acesso em 17 abr. 2018]; 36 (4): 831-846. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141498932016000400831&script=sci_abstract&tlng=pt

14. Cavestro JM, Rocha FL. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. J Bras Psiquiatr [periódico na internet]. 2006 [acesso em 25 abr 2018]; 55 (4): 264-267. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/jbpsiq/v55n4/a01v55n4.pdf>
15. Cachoeira DVAC, Santos SCC, Meneganti APS, Negreiros NF, Cardoso L, Preto VA. Relação do perfil sociodemográfico com risco de adoecimento por transtornos mentais comuns em alunos do curso de enfermagem. Rev enferm UFPE on line [periódico na internet]. Dez 2016 [acesso em 03 jun 2019]; 10 (12): 4501-8. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/11516/13400>
16. Silva RS, Costa LA. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área de saúde. Rev psico [periódico na internet]. 2012 [acesso em 17 abr 2018]; 15 (23): 105-112. Disponível em: <http://revista.pgskroton.com.br/index.php/renc/article/view/2473>
17. Facundes VLD, Ludermir AB. Transtornos mentais comuns em estudantes da área de saúde. Rev Bras Psiquiatr. [periódico na internet]. 2005 [acesso em 01 ago 2019]; 27 (3): 194-200. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v27n3/a07v27n3.pdf>
18. Silva BP, Corradi-Webster CM, Donato ECSG, Hayashida M, Siqueira MM. Transtornos mentais comuns e consumo de bebida alcoólica e tabaco entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública na Amazônia Ocidental Brasileira. SMAD, ReV eletrônica saúde Mental Álcool Drog. [periódico na internet]. Maio - ago 2014 [acesso em 17 abr 2018]; 10 (2): 943-100. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v10i2p93-100>
19. Batista JI, Oliveira A. Efeitos psicofisiológicos do exercício físico em pacientes com transtornos de ansiedade e depressão. Corpoconsciência [periódico na internet]. Set - dez 2015 [acesso em 03 ago 2019]; 19 (03): 01-10. Disponível em: <http://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/download/3974/2886>
20. Senicato C, Azevedo RCS, Barros MBA. Transtorno mental comum em mulheres adultas: identificando os segmentos mais vulneráveis. Ciência & Saúde Coletiva [periódico na internet]. 2018 [acesso em 03 ago 2019]; 23 (8): 2543-2554. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018238.13652016>
21. Santos EG, Siqueira MM. Prevalência dos transtornos mentais comuns na população adulta brasileira: uma revisão sistemática de 1997 a 2009. J Bras Psiquiatr. [periódico na internet]. 2010 [acesso em 17 abr 2018]; 59 (3): 238-246. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852010000300011

22. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [homepage na internet]. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde [atualizada em 03 ago 2019; acesso em 03 ago 2019]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>
23. Fiorotti KP, Rossoni RR, Borges LH, Miranda AE. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. J Bras Psiquiatr. [periódico na internet]. 2010 [acesso em 17 abr 2018]; 59 (1): 17-23. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852010000100003>
24. Brasil. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras/Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; GREA/IPQ-HCFMUSP; organizadores Arthur Guerra de Andrade, Paulina do Carmo Arruda Vieira Duarte, Lúcio Garcia de Oliveira. Brasília: SENAD; 2010.
25. Remor A, Brito IS, Petters VR, Santos EKA. A teoria do autocuidado e sua aplicabilidade no sistema de alojamento conjunto. Rev Bras Enf. [periódico na internet]. 1986 [acesso em 07 ago 2019]; 39 (213): 6-11. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v39n2-3/v39n2-3a02.pdf>
26. Pinheiro MA, Torres LF, Bezerra MS, Cavalcante RC, Alencar RD, Donato AC et al. Prevalência e fatores associados ao consumo de álcool e tabaco entre estudantes de medicina no nordeste do Brasil. Rev Br Educ Med [periódico na internet]. 2017 [acesso em 08 ago 2019]; 41(2): 231 - 250. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v41n2/1981-5271-rbem-41-2-0231.pdf>
27. Furtado FMS, Saldanha AAW, Moleiro CMMM, Silva J. Transtornos mentais comuns em mulheres de cidades rurais: prevalência e variáveis correlatas. Saúde e Pesqui [periódico na internet]. 2019 jan-abr acesso em 15 ago 2019]; 12(1): 129-140. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/viewFile/7017/3385>