

USO DE PSICOESTIMULANTES PARA DESEMPENHO ACADÊMICO ENTRE ESTUDANTES DE SAÚDE EM UMA FACULDADE DE PERNAMBUCO

USE OF PSYCHOSTIMULANTS FOR ACADEMIC PERFORMANCE AMONG HEALTH STUDENTS AT A COLLEGE IN PERNAMBUCO

Autores:

Isabela Monteiro Lira - <https://orcid.org/0009-0003-1230-3084>

Letícia Porto Gutierrez - <https://orcid.org/0009-0006-5357-6523>

Gabriela Espósito Tabosa - <https://orcid.org/0009-0000-4532-4947>

Aline Victória de Azevedo Pontes - <https://orcid.org/0009-0005-3284-3939>

Silas da Silva Ferreira - <https://orcid.org/0009-0006-9969-0786>

Larissa Giovanna Araújo Bezerra - <https://orcid.org/0009-0006-3837-4093>

Elisangela Chisthianne Barbosa da Silva Gomes - <https://orcid.org/0000-0002-5260-1815>

Flávia Patrícia Moraes de Medeiros - <https://orcid.org/0000-0002-2427-2727>

RESUMO:

Introdução: Substâncias psicoestimulantes são aquelas com capacidade de aumentar o estado de alerta e a motivação, de possuírem propriedades antidepressivas, de melhora no humor e no desempenho cognitivo. Por isso, muitos estudantes fazem consumo indiscriminado dessas substâncias, o que traz muitas preocupações devido aos potenciais efeitos adversos à saúde, tais como dependência, ansiedade e problemas cardiovasculares. **Objetivo:** Avaliar o uso de substâncias psicoestimulantes entre estudantes da graduação em saúde de uma instituição de ensino especializada em saúde. **Métodos:** Estudo quantitativo observacional do tipo transversal com estudantes de oito cursos de saúde em uma faculdade de referência em Recife - Pernambuco, Brasil. A amostra incluiu estudantes matriculados do 1º ao último período de cada curso, aplicando um questionário estruturado e elaborado pelos pesquisadores, que contemplou cinco eixos de variáveis: condições sociodemográficas, acadêmicas, saúde mental, relacionadas ao estilo de vida e as relacionadas ao uso de substâncias psicoestimulantes. Os dados foram analisados utilizando estatística descritiva. **Resultados:** Entre os 385 estudantes avaliados, 43,8% relataram uso de substâncias psicoestimulantes, com destaque para cafeína (82,8%) e energéticos (53,8%). Os principais motivos citados que justificaram o uso, foram: aumento da energia (73,3%), redução do sono (53,8%) e melhora da concentração (50,8%). Os participantes também afirmaram que, 67,5% deles acreditavam que o uso melhorava seu desempenho acadêmico, porém 36,6% dos participantes relataram ansiedade e 20,1% tiveram insônia. **Conclusão:** Com base nos dados observados na pesquisa, percebe-se que é fundamental compreender as causas e consequências da utilização de substâncias psicoestimulantes na busca por melhoria do desempenho acadêmico por estudantes da área da saúde, pois a frequência de seu uso evidencia não apenas a sobrecarga enfrentada atualmente, como também abre margem para o surgimento de efeitos adversos decorrentes do uso inadequado. Assim, além de reconhecê-los, é essencial buscar formas de entender e lidar com o contexto que leva esses estudantes a recorrerem a essas substâncias, tornando possível desenvolver medidas de apoio mais eficazes para enfrentar essa realidade.

Palavras-chave: Estudantes de Ciências da Saúde; Bebidas Energéticas; Uso de Substâncias; Psicoestimulantes; Saúde Mental.

ABSTRACT

Background: Psychostimulant substances are those capable of increasing alertness and motivation, in addition to having antidepressant properties and improving mood and cognitive performance. For this reason, many students make indiscriminate use of these substances, which raises concerns due to potential adverse health effects, such as dependence, anxiety, and cardiovascular problems.

Objective: To assess the use of psychostimulant substances among undergraduate health students at a health-focused educational institution.

Method: A quantitative, cross-sectional observational study was conducted with students from eight health-related programs at a reference college in Recife, Pernambuco, Brazil. The sample included students enrolled from the first to the final semester of each program. A structured questionnaire developed by the researchers was applied, covering five categories of variables: sociodemographic conditions, academic factors, mental health, lifestyle-related aspects, and those related to the use of psychostimulant substances. Data were analyzed using descriptive statistics.

Results: Among the 385 students evaluated, 43.8% reported using psychostimulant substances, with caffeine (82.8%) and energy drinks (53.8%) being the most frequently consumed. The main reasons cited for use were increased energy (73.3%), reduced need for sleep (53.8%), and improved concentration (50.8%). Participants also reported that 67.5% believed the use improved their academic performance; however, 36.6% experienced anxiety and 20.1% reported insomnia.

Conclusion: Based on the data observed, it is evident that understanding the causes and consequences of using psychostimulant substances in the pursuit of improved academic performance among health students is essential, as the frequency of use highlights not only the current overload they face but also the potential for adverse effects resulting from inappropriate consumption. Thus, beyond recognizing the issue, it is crucial to identify ways to understand and address the context that leads these students to resort to such substances, enabling the development of more effective support measures to confront this reality.

Keywords: Students, Health Occupations; Energy Drinks; Use of substances; Psychostimulants; Mental Health.

INTRODUÇÃO

Substâncias psicoestimulantes são definidas como capazes de aumentar o estado de alerta e motivação, possuindo propriedades anti depressivas, de melhora no humor e no desempenho cognitivo¹. Para essa finalidade, figuram entre as substâncias mais usadas no âmbito social atual, a cafeína, o metilfenidato, modafinil, piracetam, bebidas energéticas e as anfetaminas, como o MDMA (3,4-metilenodioximetanfetamina), também conhecida como ecstasy². E, dentre os mais utilizados com foco no aprimoramento cognitivo, as principais são metilfenidato, lisdexanfetamina e modafinil³.

Sabe-se que apesar do mecanismo de ação de cada um variar, os psicoestimulantes geralmente atuam de forma direta ou indireta através do aumento dos níveis de catecolaminas, especialmente a dopamina^{4,5}, um neurotransmissor relacionado a recompensa, atenção e excitação⁶. O córtex pré frontal é o principal centro de atenção e processamento executivo do cérebro, tendo como mais importantes neurotransmissores a dopamina e norepinefrina⁷. A função desenvolvida nessa área cerebral vem de um conjunto de processos cognitivos com a finalidade de iniciar e progredir uma atividade com um objetivo final determinado. Diante disso, para que tal tarefa seja realizada de forma correta, a manutenção do estado de alerta, atenção seletiva e sustentada é extremamente necessária⁸.

Na fisiopatologia do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), é visto que o comportamento desatento, hiperativo e impulsivo tem relação com o comprometimento das vias dopaminérgicas e noradrenérgicas, com diminuição de tais neurotransmissores⁹. Consta-se que além dessa condição, em outras patologias como narcolepsia e fadiga crônica do idoso é feito o uso de psicoestimulantes com o objetivo de garantir a qualidade de vida e melhora dos sintomas^{3,10}.

Dentre as substâncias mais comuns, o metilfenidato (MTF) é o estimulante mais consumido no mundo, conhecido como Ritalina no Brasil². De acordo com o relatório da Organização das Nações Unidas (ONU) sobre produção e consumo de psicotrópicos (ONU, 2008), a produção mundial de metilfenidato no ano de 2006 chegou a quase 38 toneladas, enquanto outros psicoestimulantes, todas as anfetaminas e seus derivados somados, com exceção do metilfenidato, não alcançou 34 toneladas no mesmo ano¹¹. Atualmente, este medicamento exige controle especial devido ao risco de abuso e dependência química, incluindo a possibilidade de dependência psicológica e emocional secundárias a associação de seu uso ao bom desempenho na realização de tarefas acadêmicas².

Especialmente a partir do início do século XX, a circulação e o uso de substâncias psicoativas aumentou de forma significativa ao redor do mundo¹². O consumo desses fármacos cresceu expressivamente devido ao fortalecimento do paradigma biomédico, ao crescimento da indústria

farmacêutica, à ampliação do acesso aos medicamentos e à intensificação do processo de mercantilização da saúde e medicalização na sociedade¹³.

Considerando os 9.443.597 alunos matriculados em cursos de graduação no Brasil, número que supera estatísticas de 2012 em cerca de 25,48%¹⁴, a elevada prevalência do consumo de estimulantes cerebrais por esse grupo é cada vez mais preocupante^{10,15}. É evidente que há a preocupação em compensar a privação de sono e melhorar o raciocínio, atenção ou memória, já que tais fatores são os principais motivos alegados para o consumo de estimulantes cerebrais descritos não só no Brasil, mas ao redor do mundo^{16,17,18,19}. Ademais, a grande maioria dos estudantes universitários que fazem uso dessas substâncias considera a ação de estimulantes psicoativos efetiva para o aumento da concentração e redução do sono, cumprindo o que objetiva-se principalmente com seu uso indiscriminado²⁰.

Devido a cobranças internas e externas, sobrecarga e busca por um bom desempenho acadêmico, universitários representam uma importante parcela de usuários que não apresentam indicações clínicas, mas que fazem uso de psicoestimulantes sem orientação profissional^{21,22}. A problemática do crescente aumento do consumo de estimulantes cerebrais por universitários evidencia um grave problema de saúde pública em razão da dependência, dos efeitos da progressão no consumo, do abuso crônico e de suas consequências^{12,22}.

A percepção das vantagens e desvantagens do uso de psicoativos acontece como uma dualidade entre os benefícios causados pelos mecanismos de ação dos fármacos e dos efeitos adversos. Entre os usuários que fazem uso indiscriminado, a maioria relata sentir algum sintoma após o uso, apesar de referirem que também notam benefícios²². É notório que os efeitos colaterais vindos do uso de substâncias psicoativas podem trazer prejuízos mais evidentes do que benefícios pretendidos com o seu consumo indiscriminado. Dentre os principais estão presentes alucinações, ansiedade, boca seca, irritabilidade, insônia e distúrbios visuais. Além desses, ainda podem ser citados sintomas de abstinência, como fadiga, distúrbios do sono e depressão¹⁰.

Os estudos realizados com estudantes referentes a utilização e efeitos de substâncias psicoestimulantes para melhoria do desempenho acadêmico demonstram a necessidade de uma busca mais aprofundada sobre os hábitos de uso, epidemiologia e efeitos na saúde mental desse grupo. Portanto, perante a perspectiva atual, do baixo acervo atualizado sobre o tema e sua interferência na saúde dos jovens, propõe-se por meio desse estudo avaliar a utilização e efeitos de substâncias psicoestimulantes objetivando melhorar o desempenho acadêmico por estudantes da área da saúde em faculdade de referência no estado de Pernambuco.

MÉTODOS

Desenho do estudo e participantes do estudo

O estudo foi quantitativo, observacional do tipo transversal, entre os estudantes de todos os períodos dos cursos de Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Nutrição, Odontologia e Psicologia da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), com matrícula ativa nessa instituição nos semestres de 2024.2 e 2025.1. A coleta de dados foi realizada na instituição de ensino superior (IES), localizada em Recife, Pernambuco, Brasil. Participaram do estudo, estudantes de todos os períodos dos oito cursos, com idade igual ou maior que 18 anos. O cálculo da amostra foi realizado utilizando o modelo de amostragem por estratificação, considerando uma população finita e definindo um nível de confiança de 95% e uma margem de erro de 5%. Assim, os estudantes matriculados por curso, que compuseram a amostra, foram: 12 em Educação Física, 29 em Enfermagem, 14 em Farmácia, 18 em Fisioterapia, 181 em Medicina, 31 em Nutrição, 32 em Odontologia e 52 em Psicologia. Para calcular o tamanho amostral, foi utilizado o programa estatístico Epi Info com aplicação da técnica probabilística de amostragem, um método sistemático para selecionar uma amostra representativa de uma população maior, no caso deste estudo, todos os estudantes dos cursos de saúde da IES. A seleção foi feita de forma aleatória e imparcial. Foram excluídos, estudantes matriculados, porém com o curso trancado ou em licença médica no período da coleta.

Processo para captação e acompanhamento dos participantes

Os participantes foram contatados para preencher o questionário por meio de plataformas digitais, como e-mail e WhatsApp, ou pessoalmente, através de abordagem direta dos pesquisadores durante as atividades acadêmicas na IES. Além disso, foi estabelecido contato com a coordenação de cada curso para que fosse divulgada a pesquisa. Antes do início do preenchimento do questionário, foi fornecida uma explicação detalhada sobre os objetivos do estudo, bem como a garantia da confidencialidade das informações, destacando o direito à autonomia e ao anonimato dos participantes. Para participar, o estudante deu seu consentimento assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) de forma digital, por meio do *Google forms*.

Instrumento para coleta de dados

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado e elaborado pelos pesquisadores. Ele contemplou 5 eixos de variáveis: I. condições sociodemográficas, II. acadêmicas, III. saúde mental, IV. estilo de vida e V. uso de substâncias psicoestimulantes, onde se questionou sobre quais foram as substâncias utilizadas no último mês, sua periodicidade no uso, como são

obtidas, as motivações para o uso, os conhecimentos dos estudantes sobre os riscos, seus efeitos negativos associados, o impacto dessas substâncias no desempenho acadêmico, e se já receberam ou teriam interesse em receber informações durante o curso sobre os riscos do uso dessas substâncias.

Construção do banco de dados e análise de dados

Para a construção do banco de dados, foram realizadas duas digitações em momentos distintos e por pesquisadores diferentes. Posteriormente, os dois bancos de dados foram comparados para identificar e corrigir possíveis erros e inconsistências. Apenas após essa comparação e a realização de testes de consistência e limpeza, o banco de dados definitivo foi utilizado para a análise estatística.

Foi conduzida uma análise descritiva para caracterizar as variáveis estudadas. As variáveis qualitativas foram descritas por meio de frequências absolutas e percentuais, enquanto as variáveis quantitativas foram analisadas através de medidas de tendência central, como a média e a mediana, e de dispersão, como o desvio padrão e valores máximos e mínimos. O software utilizado foi o Jamovi v2.6.44.

Aspectos éticos

A presente pesquisa foi desenvolvida em conformidade com os princípios estabelecidos na Declaração de Helsinque de 1975, revisada em 2000, e com a Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Pernambucana de Saúde com o nº de parecer 7.440.732.

RESULTADOS

Dados sociodemográficos

Participaram do estudo 385 estudantes, com idades entre 18 e 48 anos ($M = 22,6$; $DP = \pm 4,83$). A maioria cursava a primeira graduação (87,5%), era do sexo feminino (73,4%), heterossexual (84,6%), de cor branca (70,1%) e católica (49,8%). Quanto à renda familiar, 31,4% situavam-se entre R\$ 7.100,00 e R\$ 22.000,00, 27,7% acima de R\$ 22.000,00, 20,2% até R\$ 2.900,00 e 19,4% entre R\$ 2.900,00 e R\$ 7.100,00. A maioria era solteira (89,6%) e residia com a família (79,7%). A Tabela 1 apresenta as características sociodemográficas desses estudantes com mais detalhes.

Tabela 1. Características sociodemográficas dos estudantes de saúde de uma faculdade, Pernambuco, Brasil, 2025.

Características dos participantes	N	%
<i>Idade (média; DP)</i>	22.6	± 4.83
<i>Gênero (n=385)</i>		
Feminino	281	73.4
Masculino	101	26.4
Outro	2	0.3
NR	1	0.2
<i>Orientação (n=385)</i>		
Heterossexual	326	84.6
Homossexual	24	6.2
Bissexual	27	7.0
Pansexual	4	1.0
Outro	2	0.5
NR	2	0.5
<i>Raça (n=385)</i>		
Branco(a)	270	70.1
Pardo(a)	90	23.3
Negro(a)	18	4.6
Asiático(a)	2	0.5
Indígena	4	1.0
NR	1	0.2
<i>Religião (n=385)</i>		
Católica	192	49.8
Evangélica	93	24.1
Judaica	2	0.5
Umbanda	2	0.5
Ateu	3	0.7
Não tenho	69	17.9
Outra	20	5.1
NR	1	0.2

<i>Estado civil (n=385)</i>		
Solteiro	345	89.6
União estável	17	4.4
Casado	21	5.4
Separado	1	0.2
NR	1	0.2
<i>Renda familiar (n=385)</i>		
Até 2.9 mil	78	20.2
Entre 2.9 e 7.1 mil	75	19.4
Entre 7.1 e 22 mil	121	31.4
Mais de 22 mil	107	27.7
NR	4	1.0
<i>Com quem reside (n=385)</i>		
Sozinho	42	10.9
Com estudantes	29	7.5
Com a família	307	79.7
Com amigos	6	1.5
NR	1	0.2

Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

Em relação ao curso, 45,6% eram de Medicina, 13,8% de Psicologia, 10,4% de Fisioterapia, 8,3% de Odontologia, 8,3% de Enfermagem, 4,9% de Nutrição, 4,7% de Educação Física e 3,9% de Farmácia. A maior concentração de estudantes cursava o 3º (19,5%) e 8º período (15,4%) nos seus cursos.

Quando questionados sobre seu estilo de vida, 83,6% dos estudantes relataram realizar café da manhã, 76,6% praticavam exercício físico e 22,1% já haviam fumado. Quanto ao sono, 59,6% dormiam mais de seis horas por noite, embora apenas 34,4% o classificaram como bom (51,8% regular e 13,8% ruim). O uso de medicamentos com uso diário foi relatado por 34,1% dos entrevistados e de fármacos para dormir por 8,9%.

No âmbito da saúde mental, 31,3% faziam acompanhamento psicológico semanal (68,0%), enquanto 20,4% estavam em seguimento psiquiátrico; entre estes, 70,9% seguiam as orientações médicas. O diagnóstico psiquiátrico segundo critérios do DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, Quinta Edição) foi referido por 27,3% dos estudantes.

Uso de psicoestimulantes por estudantes de saúde para melhora de desempenho acadêmico

O uso de substâncias para desempenho foi relatado por 43,8% dos estudantes. As mais citadas foram cafeína (82,8%), energéticos (53,8%), anfetaminas (10,0%), metilfenidato (7,6%) e pó de guaraná (4,1%). Outras incluíram atomoxetina e fitoterápicos. A frequência variou entre uso diário (26,0%), regular (18,3%), ocasional (18,3%) ou raramente (37,3%). As principais vias de obtenção foram mercado/loja física (49,4%), amigos/conhecidos (19,5%), compra online (15,2%). Apenas 14% relataram uso por diagnóstico médico.

Entre os motivos destacaram-se aumento da energia (73,3%), redução do sono (53,8%) e melhora da concentração (50,8%). Também foram citados redução da fadiga (35,5%), melhora do raciocínio (21,8%), do bem-estar (17,1%), da memória (14,7%) e do estresse (11,8%). A maioria relatou não sofrer pressão para o uso (69,8%), embora 26,0% atribuíssem a expectativas acadêmicas. As informações relativas ao uso de substâncias com mais detalhes estão mostradas na Tabela 2.

Tabela 2. Uso de substâncias, motivações e formas de obtenção de psicoestimulantes para melhorar o desempenho acadêmico dos estudantes de cursos de saúde em uma faculdade, Pernambuco, Brasil, 2025.

Variáveis	N	%
<i>Usa substâncias psicoestimulantes para melhorar desempenho acadêmico</i> <i>(n=385)</i>		
Sim	169	43.8
Não	216	56.1

*Qual substância é utilizada (quantidade de vezes citada;
% dos participantes que usam psicoestimulantes)*

Cafeína	140	82.8
Energético	91	53.8
Guaraná em Pó	7	4.1
Metilfenidato	13	7.6
Anfetaminas	17	10.0
Piracetam	4	2.3
Atomoxetina	3	1.7
Outros	1	0.5

Frequência do uso de psicoestimulantes (n=169)

Diariamente	44	26.0
Regularmente (1-3x/semana)	31	18.3
Ocasionalmente (1-3x/mês)	31	18.3
Raramente (Menos de 1x/mês)	63	37.3

*Quais são os motivos que levaram ao uso da(s) substância(s) (quantidade de
vezes citado; % dos participantes que usam psicoestimulantes)*

Aumento da concentração	86	50.8
Aumento da memória	25	14.7
Aumento da energia	124	73.3
Melhora do raciocínio	37	21.8
Melhora do bem estar	29	17.1
Redução do sono	94	53.8
Redução do estresse	20	11.8
Redução da fadiga	60	35.5
Outros	6	3.5

Como obtêm as substâncias psicoestimulantes (n=169)

Mercado/loja física	80	47.3
Compra online	35	20.7
Amigos/conhecidos	22	13.0
Receita médica	23	13.6
Outro	4	2.3
NR	5	2.9

Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

Em relação à percepção acerca do uso dessas substâncias, 96,0% declararam serem cientes dos riscos, e 55,6% consideraram que os benefícios superam os riscos. Entre os sintomas atribuídos ao uso, os mais frequentes foram ansiedade (36,6%), insônia (20,1%) e tremores (16,5%); 44,9% não referiram sintomas. A vontade de interromper foi relatada por 34,9%. A Tabela 3 mostra os resultados quanto aos efeitos colaterais e a percepção dos estudantes. Quanto ao impacto acadêmico, 60,7% perceberam mudança no desempenho e 67,5% acreditavam em melhora do rendimento.

Por fim, 59,4% afirmaram ter recebido informações sobre substâncias em seu curso e 56,8% demonstraram interesse em aulas sobre o tema.

Tabela 3. Efeitos colaterais, percepção sobre riscos e benefícios e intenção de interromper o uso de psicoestimulantes entre estudantes da área da saúde em uma faculdade de Pernambuco, Brasil, 2025.

Variáveis	N	%
<i>Efeitos colaterais relacionados ao uso (quantidade de vezes citada; % dos participantes que usam psicoestimulantes)</i>		
Insônia	34	20.1
Tremores	28	16.5
Dependência	18	10.6
Ansiedade	62	36.6
Mudanças	13	7.6
Problemas interpessoais	7	4.1
Nenhum	76	44.9
Outro	4	2.3

<i>Consideram que os benefícios superam os riscos (n=169)</i>		
Sim	94	55.6
Não	75	44.3
<i>Vontade de interromper o uso (n=169)</i>		
Sim	59	34.9
Não	110	65.0
Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.		

DISCUSSÃO

O presente estudo revelou que quase metade dos estudantes de saúde que compuseram a amostra relataram o uso de substâncias psicoestimulantes com finalidades específicas que confluem para um objetivo central: a melhora do desempenho acadêmico. A partir disso foi inferido que os principais fatores motivacionais identificados consistiram na tentativa de aumentar energia física e a reduzir da necessidade de sono, fatores esses que podem estar relacionados à privação crônica de sono e à autocobrança excessiva para corresponder às exigências e expectativas acadêmicas, coincidindo com o que foi observado em estudos anteriores^{23,24}, que identificaram a má qualidade do sono e a sobrecarga acadêmica como preditores consistentes para o uso de substâncias entre estudantes universitários. Do ponto de vista neurofisiológico, estudos demonstraram que a privação de sono provoca déficits cognitivos objetivos, como lentificação do tempo de reação e alteração de potenciais evocados relacionados à atenção²⁵, o que pode justificar a busca por estimulantes como forma de compensação.

Embora fatores sociais, como morar distante da família e a redução de atividades de lazer em decorrência da extensa carga horária dos cursos, já tenham sido apontados em diferentes contextos como estressores capazes de aumentar a vulnerabilidade ao uso de substâncias²⁶, tais elementos não se mostraram predominantes na amostra do presente estudo. A maioria dos estudantes residia com familiares e relatava manter rotinas básicas de autocuidado e lazer, como a prática de exercícios físicos e de tomar café da manhã. Além disso, observou-se que boa parte dos participantes apresentava renda familiar elevada, o que poderia direcionar para uma maior estabilidade financeira e, conseqüentemente, maior suporte socioeconômico para lidar com demandas acadêmicas. Resultados distintos foram descritos em outras investigações com universitários de saúde, nas quais o isolamento social, a pressão acadêmica e a ausência de suporte familiar emergiram como determinantes significativos para o consumo de psicoestimulantes^{27,28}. Essa divergência sugere que, no contexto específico deste estudo, o uso de psicoestimulantes parece estar menos relacionado a déficits de suporte social e mais vinculado a fatores individuais, como a autopercepção de

desempenho e a necessidade de corresponder às altas expectativas acadêmicas.

A cafeína destacou-se como a substância mais utilizada, ingerida principalmente sob a forma de café, seguida pelos energéticos. Estudos prévios já haviam descrito esse padrão entre estudantes de Medicina, associado à manutenção do estado de vigília e ao enfrentamento do estresse²⁹. No presente estudo viu-se que essa prática pode se estender também aos demais cursos da área da saúde, o que pode estar associado tanto ao fácil acesso como ao baixo custo. Embora os aparentes benefícios e a facilidade na obtenção possam sugerir uma substância isenta de riscos à saúde, observou-se que doses maiores demonstraram aumentar sintomas ansiosos como a tensão, o nervosismo, a excitação, a irritabilidade e até mesmo provocar sintomas de náuseas, parestesia, palpitações, e tontura, sugerindo riscos tanto no âmbito psicológico e neurológico como, em doses tóxicas, sintomas cardiovasculares e gastrointestinais, corroborando com dados da literatura que apontam para os riscos físicos e psicológicos do consumo indiscriminado^{30,31}.

Outro achado de grande relevância na amostra investigada foi a identificação do uso de substâncias controladas, como metilfenidato e anfetaminas, a partir das quais os estudantes relataram o uso não prescrito, padrão de consumo este que extrapola indicações médicas. Além da prevalência, os dados revelaram que a obtenção desses fármacos ocorre majoritariamente por vias informais, enquanto uma minoria é pela aquisição mediante prescrição médica. Esse padrão é consistente com estudos internacionais, que identificaram amigos, redes sociais e até distribuidores informais como principais fontes de acesso a estimulantes entre universitários^{32,33}. Tal cenário é particularmente preocupante, uma vez que já foi demonstrado que indivíduos que consomem anfetaminas apresentam taxas significativamente mais elevadas de uso indevido e de transtorno por uso de estimulantes (PSUD) em comparação àqueles que utilizam metilfenidato^{34,35}. No contexto nacional, estudos também apontam a relevância do tema: identificou-se prevalência de 5,8% de uso de metilfenidato para neuroaprimoramento entre estudantes brasileiros³⁶, além da constatação de uso não prescrito frequente entre universitários da saúde³⁷. Nessa perspectiva, os achados do presente estudo reforçam não apenas a maior prevalência de anfetaminas em relação ao metilfenidato, mas também a facilidade de obtenção dessas substâncias por canais irregulares, indicando um padrão de consumo que merece atenção redobrada.

Estudos anteriores já haviam demonstrado que a maioria dos usuários de psicoestimulantes relata efeitos adversos após o consumo³⁸, coincidindo com os resultados da presente investigação, os quais evidenciam a ocorrência de ansiedade, insônia e tremores, além de sintomas sugestivos de dependência. Apesar dos efeitos adversos relatados, a percepção de risco não se mostrou suficiente para reduzir o consumo, pelo fato da maioria dos estudantes afirmar que os benefícios superam os prejuízos, e, com isso, não terem intenção de interromper o uso. Esse padrão pode estar associado ao fato de que crenças positivas em relação aos psicoestimulantes aumentam a probabilidade de uso não médico, enquanto a confiança na própria capacidade de desempenho acadêmico atua como

fator protetor³⁹.

Convém ressaltar que, a despeito dos achados relevantes, algumas limitações devem ser consideradas. Por se tratar de um estudo transversal, não é possível estabelecer relações de causalidade entre o uso de substâncias psicoestimulantes e os desfechos observados, como desempenho acadêmico ou sintomas adversos. Além disso, os dados foram autorreferidos, o que pode introduzir viés de memória ou subnotificação, especialmente em relação ao uso de substâncias controladas obtidas por vias informais, em razão do estigma social e das implicações legais. Outro ponto a destacar é que a amostra foi composta por estudantes de uma única instituição de ensino, o que pode limitar a generalização dos resultados para outras realidades acadêmicas.

Ainda assim, os resultados levantam questões importantes para futuras investigações. Seria pertinente explorar, em estudos longitudinais e multicêntricos, como o uso de psicoestimulantes evolui ao longo do curso universitário, se há maior vulnerabilidade em períodos específicos e quais fatores individuais ou institucionais funcionam como proteção ou risco. Da mesma forma, permanece em aberto se intervenções educacionais e estratégias de promoção de saúde mental poderiam reduzir a prevalência do uso não prescrito, especialmente no contexto de pressões acadêmicas intensas. Essas perspectivas podem orientar tanto pesquisas futuras quanto a formulação de políticas institucionais mais eficazes.

CONCLUSÃO

Com base nos dados observados na pesquisa, percebe-se que é fundamental compreender as causas e consequências da utilização de substâncias psicoestimulantes na busca por melhoria do desempenho acadêmico por estudantes da área da saúde, pois a frequência de seu uso evidencia não apenas a sobrecarga enfrentada atualmente, como também abre margem para o surgimento de efeitos adversos decorrentes do consumo inadequado. Assim, além de reconhecê-los, é essencial buscar formas de entender e lidar com o contexto que leva os alunos a recorrerem a essas substâncias, tornando possível desenvolver medidas de apoio mais eficazes para enfrentar essa realidade.

Inicialmente, considerando o expressivo número de usuários que manifestaram interesse em interromper o uso, pode-se adotar como estratégia prioritária a conscientização sobre os efeitos nocivos do consumo indevido dessas substâncias, que vão desde sintomas leves, como palpitações, tremores e distúrbios do sono, até condições mais graves, como sintomas de abstinência, prejuízo cognitivo e o surgimento de transtornos psiquiátricos. Essa conscientização deve ser promovida não apenas de forma pontual, mas como política contínua das instituições de ensino.

Além disso, é imprescindível alertar universidades públicas e privadas, bem como seus sistemas reguladores, quanto à repercussão das exigências e cobranças direcionadas aos estudantes de saúde. Torna-se necessário implementar programas institucionais de apoio psicológico e pedagógico, capazes de oferecer acompanhamento regular, grupos de acolhimento e orientação para manejo do estresse. Da mesma forma, é fundamental garantir ambientes de estágio e estudo que sejam funcionais, saudáveis e respeitosos, colaborando para a diminuição dos níveis de ansiedade por meio da identificação de falhas estruturais, adequação das cargas horárias e incentivo a práticas de bem-estar e programas de promoção da saúde mental.

Portanto, as medidas propostas envolvem não apenas a conscientização entre os estudantes de saúde quanto às consequências do uso dessas substâncias sem indicação médica, mas também são constituídas de palestras, aulas, discussões em grupo e campanhas educativas, com reduzir fatores sociais, demandas excessivas e pressões psicológicas e educacionais que favorecem o uso inadequado de substâncias psicoativas. Assim, será possível contribuir para a formação de profissionais de saúde mais conscientes, resilientes e preparados para enfrentar os desafios da prática profissional.

REFERÊNCIAS

1. Morgan HL, Petry AF, Licks PAK, Ballester AO, Teixeira KN, Dumith SC. Consumo De Estimulantes Cerebrais Por Estudantes De Medicina De Uma Universidade Do Extremo Sul Do Brasil: Prevalência, Motivação E Efeitos Percebidos. Revista Brasileira De Educação Médica [Internet]. 2017 [acesso em 01 mai. 2024];41(1):102–9. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbem/v41n1/1981-5271-rbem-41-1-0102.pdf>
2. Carvalho Lage D, Ferreira Gonçalves D, Oliveira Gonçalves G, Olívia R, Ruback¹ G, Da Motta P, et al. Uso De Metilfenidato Pela População Acadêmica: Revisão De Literatura. Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research [Internet]. 2015 [acesso em 01 mai. 2024];10(3):31–9. Disponível em: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20150501_173303.pdf
3. Paiva GP, Galheira AF, Borges MT. Psicoestimulantes Na Vida Acadêmica: Efeitos Adversos Do Uso Indiscriminado. Archives of Health Investigation [Internet]. 2020 Jun 4 [acesso em 1 mai. 2024];8(11). Disponível em: <https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArchHI/article/view/4660/pdf>

4. Volkow ND, Fowler JS, Logan J, Alexoff D, Zhu W, Telang F, et al. Effects of Modafinil on Dopamine and Dopamine Transporters in the Male Human brain: Clinical Implications. JAMA [Internet]. 2009 Mar 18 [cited 2024 May 1];301(11):1148–54. Available from: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/183580>
5. Fleckenstein AE, Volz TJ, Riddle EL, Gibb JW, Hanson GR. New Insights into the Mechanism of Action of Amphetamines. Annual Review of Pharmacology and Toxicology. 2007 Feb;47(1):681–98.
6. Chatterjee A. Cosmetic Neurology: The Controversy Over Enhancing Movement, Mentation and Mood. Neurology. 2004 Sep 27;63(6):968–74.
7. Urban KR, Gao WJ. Performance Enhancement at the Cost of Potential Brain plasticity: Neural Ramifications of Nootropic Drugs in the Healthy Developing Brain. Frontiers in Systems Neuroscience [Internet]. 2014 May 13 [cited 2024 May 5];8(38). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4026746/pdf/fnsys-08-00038.pdf>
8. Rotta NT, Ohlweiler L, Riesgo R dos S. Transtornos Da Aprendizagem: Abordagem Neurobiológica E Multidisciplinar. 2nd ed. São Paulo: Artmed; 2015. 512 p.
9. Stahl SM. Psicofarmacologia - Bases Neurocientíficas E Aplicações Práticas. 4th ed. Guanabara Koogan; 2014. 568 p.
10. Pereira AE, Mata BS da, Filho CF, Fernandes FSA, Yamagata JT, Medeiros LMA, et al. Elevada Prevalência De Consumo Inadequado De Psicoestimulantes Por Universitários Da Área Da Saúde / High Prevalence of Inadequate Psychostimulants Use Among Students from Health Area. Brazilian Journal of Development [Internet]. 2022 Apr 13 [cited 2024 May 5];8(4):26623–39. Available from: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/46516/pdf>
11. Ortega F, Barros D, Caliman L, Itaborahy C, Junqueira L, Ferreira CP. A Ritalina No Brasil: Produções, Discursos e Práticas. Interface - Comunicação, Saúde, Educação [Internet]. 2010 Sep 17 [cited 2024 May 1];14(34):499–512. Available from: <https://www.scielo.br/j/icse/a/qWBjS8FvKTpkKFgQxtnnnxx/?format=pdf&lang=pt>
12. Machado C de S, Moura TM de, Almeida RJ de. Estudantes de Medicina e as Drogas: Evidências de um Grave Problema. Revista Brasileira de Educação Médica [Internet]. 2015 Mar [cited

2024 May 1];39(1):159–67. Available from:
<https://www.scielo.br/rbem/a/XGkvc3YRmnLHFqVHyXztMbg/?format=pdf&lang=pt>

13. Poli Neto P, Caponi SNC. A Medicalização Da Beleza. Interface - Comunicação, Saúde, Educação [Internet]. 2007 Dec [cited 2024 May 1];11(23):569–84. Available from:
<https://www.scielo.br/ijcse/a/bRhg3sPzPVTZZ4Wpvp53wmj/?format=pdf&lang=pt>

14. Ministério da Educação (BR), Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. Resumo Técnico Do Censo Da Educação Superior 2022 [Internet]. Brasília: Ministério Da Educação (BR); 2024 [cited 2024 May 1]. Available from:
https://download.inep.gov.br/publicacoes/institucionais/estatisticas_e_indicadores/resumo_tecnico_censo_educacao_superior_2022.pdf

15. Favrod-Coune T, Broers B. The Health Effect of Psychostimulants: a Literature Review. Pharmaceuticals [Internet]. 2010 Jul 22 [cited 2024 May 1];3(7):2333–61. Available from:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4036656/pdf/pharmaceuticals-03-02333.pdf>

16. Graça CSG da. Consumo De Estimulantes Cerebrais Nos Estudantes De Medicina Da Universidade Da Beira Interior [thesis]. Covilhã: Universidade da Beira Interior; 2013. [cited 2024 May 1] p. 50. Available from:
<https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/1461/1/Disserta%c3%a7%c3%a3o%20Carina%20Gra%c3%a7a.pdf>

17. Webb JR, Valasek MA, North CS. Prevalence of Stimulant Use in a Sample of US Medical Students. Annals of Clinical Psychiatry: Official Journal of the American Academy of Clinical Psychiatrists. 2013 Feb 1;25(1):27–32.

18. Estévez García RS, Ramos Cevallos DA. Prevalencia de Consumo de Sustancias Psicoestimulantes y Factores asociados, para Aumentar el Rendimiento académico, en Estudiantes de Primero a Décimo Nivel de la Facultad de Medicina de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador desde Noviembre de 2013 a Enero de 2014 [thesis]. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2014.

19. Singh I, Bard I, Jackson J. Robust Resilience and Substantial Interest: a Survey of Pharmacological Cognitive Enhancement among University Students in the UK and Ireland. de Wit H, editor. Public Library of Science One [Internet]. 2014 Oct 30 [cited 2024 May 1];9(10):e105969.

<https://journals.plos.org/plosone/article/file?id=10.1371/journal.pone.0105969&type=printable>

20. Silveira VI, Oliveira RJF, Caixeta MR, Andrade BB de P, Costa RGL, Santos GB. Uso de Psicoestimulantes por Acadêmicos de Medicina de uma Universidade do Sul de Minas Gerais. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde* [Internet]. 2015 Oct 30 [cited 2024 May 1];13(2):186–92. Available from: http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/2391/pdf_369

21. DeSantis AD, Webb EM, Noar SM. Illicit Use of Prescription ADHD Medications on a College Campus: a Multimethodological Approach. *Journal of American College Health*. 2008 Nov;57(3):315–24.

22. Carneiro SG, Prado AST, de Jesus Araujo EC, Moura HC, Strapasson JF, Rabelo NF, et al. O uso não prescrito de metilfenidato entre acadêmicos de Medicina. *CadUniFOA* [Internet]. 10º de maio de 2013 [acesso em 1º de maio de 2024];8(1 (Esp.):53-9. Disponível em: <https://revistas.unifoa.edu.br/cadernos/article/view/87>

23. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Medical student distress: causes, consequences, and proposed solutions. *Mayo Clin Proc*. 2005;80(12):1613–22. doi: 10.4065/80.12.1613.

24. Nakie M, Kusi-Mensah K, Abdulai J, Kyei E, Agyapong VIO. Sleep quality and associated factors among university students in Africa: a cross-sectional study. *Front Psychiatry*. 2024;15:10979362. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10979362/>

25. Ren Z, Mao X, Zhang Z, Wang W. The impact of sleep deprivation on cognitive function in healthy adults: insights from auditory P300 and reaction time analysis. *Front Neurosci*. 2025 Apr 9;19:1559969. doi: 10.3389/fnins.2025.1559969. PMID: 40270765; PMCID: PMC12014645.

26. Damiano RF, de Oliveira IN, Ezequiel O da S, Lucchetti AL, Lucchetti G. The root of the problem: Identifying major sources of stress in brazilian medical students and developing the medical student stress factor scale. *Brazilian J Psychiatry*. 2021;43. 10.1590/1516-4446-2019-0824. [DOI] [PMC free article] [PubMed]

27. Rodrigues APRA, Oliveira AMA, Vieira DS, Costa FM, Silva ARV. Uso de estimulantes para fins acadêmicos entre universitários da saúde: uma revisão integrativa. *Cad Saúde Colet*. 2021;29(4):543-52. doi: 10.1590/1414-462X202129040354. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/XrqXKnTrzhLQRc887z6h39y/>

28. McCabe SE, Veliz PT, Wilens TE, Schulenberg JE, Boyd CJ, Schepis TS, McCabe VV, Stoddard SA. Prescription stimulant medical and nonmedical use among US young adults: changes from 2015 to 2020. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2022 Dec;61(12):1415-24. doi: 10.1016/j.jaac.2022.01.026. PMID: 35303066.

29. Plumber N, Majeed M, Ziff S, Thomas SE, Bolla SR, Gorantla VR. Stimulant Usage by Medical Students for Cognitive Enhancement: A Systematic Review. *Cureus* . 13(5):e15163.

30. Kaplan G.B., Greenblatt D.J., Ehrenberg B.L., Goddard J.E., Cotreau M.M., Harmatz J.S., Shader R.I. Dose-dependent pharmacokinetics and psychomotor effects of caffeine in humans. *J. Clin. Pharmacol.* 1997;37:693–703. doi: 10.1002/j.1552-4604.1997.tb04356.x. [[DOI](#)] [[PubMed](#)] [[Google Scholar](#)]

31. Willson C. The clinical toxicology of caffeine: A review and case study. *Toxicol Rep*. 2018 Nov 3;5:1140-52.

32. Wilens TE, Martelon MK, Yule A, Kaminski TA, Burke C, Schepis TS, McCabe SE. Disentangling the Social Context of Nonmedical Use of Prescription Stimulants in College Students. *The American Journal on Addictions*. 2020 Nov;29(6):476-484. doi:10.1111/ajad.13053.

33. Butler SF, Faraone SV, Rostain AL, Newcorn JH, Antshel KM, Robbins RS, Green JL. Non-medical use of prescription stimulants among college students: non-oral routes of administration, risk factors, motivations, and pathways. *Frontiers in Psychiatry*. 2021;12:667118. doi:10.3389/fpsyt.2021.667118

34. Han B, Jones CM, Volkow ND, Rikard SM, Dowell D, Einstein EB, Guy GP, Tomoyasu N, Ko J, Baldwin G, Olsen Y, Compton WM. Prescription stimulant use, misuse, and use disorder among US adults aged 18 to 64 years. *JAMA Psychiatry*. 2025;82(6):572-581. doi:10.1001/jamapsychiatry.2025.0054

35. Kaplan SA, Kapoor D. *Carl A. Olsson, MD: A True Legend and Friend*. *Urol Pract*. 2025 Mar;12(2):185-186. doi:10.1097/UPJ.0000000000000777. PMID:39874466.

36. Cândido RC, Portela LV, Souza DO, Saraiva-Pereira ML, Machado DC. Uso de metilfenidato para neuroaprimoramento entre estudantes universitários brasileiros. *Einstein (São Paulo)*.

2020;18:eAO5280. doi: 10.31744/einstein_journal/2020AO5280. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/eins/a/Pz7jTFZmwXxtwfxKMGFSj9P/>

37. Meiners MMMA, Alves GG, Nakao CS, Moraes M, Silva Júnior AG, Faria MA, et al. Uso não prescrito de metilfenidato entre universitários da área da saúde. *Interface (Botucatu)*. 2022;26:e210619. doi: 10.1590/interface.210619. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/icse/a/cngRgXSJPjjSqJPpXkVx8Bq/>

38. Carneiro SG, Prado AST, de Jesus Araujo EC, Moura HC, Strapasson JF, Rabelo NF, et al. O uso não prescrito de metilfenidato entre acadêmicos de Medicina. *CadUniFOA* [Internet]. 10º de maio de 2013 [acesso em 1º de maio de 2024];8(1 (Esp.):53-9. Disponível em:
<https://revistas.unifoa.edu.br/cadernos/article/view/87>

39. Dopelt K, Levi N, Avraham R, Amar M, Schreiber S. Attitudes and perceptions toward nonmedical use of prescription stimulants among university students. *Eur J Investig Health Psychol Educ*. 2025;15(7):141. doi: 10.3390/ejihpe15070141. Disponível em:
<https://www.mdpi.com/2254-9625/15/7/141>

REGRAS DE FORMATAÇÃO PARA A REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA

- Título: deve conter no máximo 15 palavras e ser redigido em duas versões. Uma versão em Português e outra em Inglês.
- Resumo: deve conter no máximo 350 palavras e ser redigido em duas versões: inglês e português. Deve ser texto corrido e ter as seções marcadas em negrito conforme descrito na categoria do artigo.
- Palavras-chave: deve conter de 3 a 5 palavras extraídas dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), para resumos em português e Medical Subject Heading (MeSH), para resumos em inglês.
- Número de autores: O número máximo de autores em todas as categorias é de seis, exceto na categoria “Posicionamentos”, cujo o número de autores será indicado pelo corpo editorial, e na categoria “Artigo original” quando o manuscrito apresentar resultados de projetos multicêntricos, quando o número de autores será de três autores por centro. Se o número de autores for superior a este, será preciso enviar uma carta com justificativa ao editor (rbem.abem@gmail.com) destacando os critérios de autoria de forma individual para cada autor. Não será aceito acréscimo de autores após o aceite do artigo.
- Arquivo: Word, papel A4 (21 cm x 29,7 cm ou 8,3" x 11,7").
- Letra: Padrão Arial 11, espaço 1,5 e margens de 2,0 cm ou 0,79" (direita, esquerda, superior e inferior).
- Alinhamento: Justificado.
- Parágrafos: Devem estar com recuo de 1 cm.
- Títulos de seções: Colocar 1 espaço de 1,5 entre o texto do tópico anterior e o título do subsequente. Devem estar em negrito e em caixa alta.
- Subtítulos: Colocar 1 espaço de 1,5 o texto do tópico anterior e o título do subsequente. Devem estar em negrito e apenas a primeira letra em maiúsculo.
- Sub-subtítulos: Colocar 1 espaço de 1,5 entre o texto do tópico anterior e o título do subsequente. Devem estar em negrito, apenas a primeira letra em maiúsculo e em itálico.
- Sub-sub-subtítulos: Colocar 1 espaço de 1,5 entre o texto do tópico anterior e o título do subsequente. Devem estar em negrito, apenas a primeira letra em maiúsculo, em itálico e sublinhado.
- Citação até 3 linhas: Deve ser inserida no texto e estar entre aspas.
- Citação com mais de 3 linhas: Deve constituir um parágrafo distinto, com recuo de 4 cm da margem esquerda, espaçamento simples, em itálico e com fonte 10.

- Citação direta no corpo do artigo: Mais de 1 autor, citar o primeiro e depois adicionar et al.
- Referências no corpo do artigo: Devem estar em sobrescrito, sem parênteses, antes da pontuação e sem espaço entre a palavra, o número e a pontuação (exemplos: educação médica¹. educação médica^{1,2}. educação médica¹⁻⁴. educação médica^{1,5,8-11}).
- Notas de rodapé: Não serão aceitas.
- Não serão publicados anexos ou arquivos suplementares.