

SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Maria Luísa de Almeida Nunes¹
Isadora Fernanda Freitas da Cunha²
Camila Nunes Seixas³
Danilo Rodrigues Pereira da Silva⁴

INTRODUÇÃO

A saúde diz respeito ao completo bem estar físico, mental, emocional, espiritual e social do indivíduo e não somente a ausência de enfermidade (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2006). Neste contexto, a saúde mental também envolve os diversos fatores que compõem a saúde em geral.

A saúde mental representa um impacto na vida dos indivíduos, tanto a nível mundial, quanto a nível nacional. Conforme a Organização das Nações Unidas - ONU (2015), a saúde mental é um fator condicionante para o bem-estar e a saúde geral das pessoas. O seu papel tem sido legitimado como fundamental para os cuidados de toda a população, para tanto a saúde mental é uma parte integrante dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), cujo plano de ação foi criado pela ONU, em 2015.

- 1 Doutoranda em Ciências da Saúde – PPGCS/UFS, docente da UAENF/UFMG, falecomluisa@gmail.com;
- 2 Doutoranda em Ciências da Saúde - PPGCS/UFS, terapeuta ocupacional pela Universidade Federal de Sergipe - UFS, isadora-fernanda@hotmail.com;
- 3 Técnica em Enfermagem na Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares - EBSEH; Enfermeira pela Escola de Enfermagem Santa Emília de Rodat – EESER, camilaseixas@gmail.com;
- 4 Doutor em Educação Física pela Universidade Estadual de Londrina - UEL, docente do PPGCS/UFS- Universidade Federal de Sergipe -UFS, orientador, danilorpsilva@gmail.com.

A saúde do indivíduo também se define a partir do componente de qualidade de vida. Nesse entendimento, a Organização Mundial de Saúde - OMS (2020) conceitua a qualidade de vida como a percepção que o indivíduo tem de sua inserção na vida, a partir do seu contexto cultural e dos sistemas de valores nos quais ele vive e interage com eles, mediante os seus objetivos, as expectativas, os padrões e as suas preocupações e a forma como percebe-as e interatua em cada circunstância. Envolve ainda, o bem estar espiritual, físico, mental e emocional, além de relacionamentos sociais, saúde, educação, habitação, saneamento básico, alimentação, a prática de exercício físico e outros fatores que interferem na qualidade de vida dos indivíduos.

Torna-se oportuno focar na qualidade de vida, uma vez que os serviços de saúde integrados e centrados nas pessoas devem apresentar uma perspectiva para o futuro, considerando que "todas as pessoas terão acesso a serviços de saúde que sejam prestados de forma a dar resposta às suas preferências, estejam coordenados em função das suas necessidades e sejam seguros, eficazes, oportunos, eficientes e de qualidade aceitável" (*WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020, p.6*).

A partir desse entendimento, a OMS (2020), propõe ações com atribuições especiais em relação aos incentivos políticos, a fim de aprimorar a qualidade dos cuidados de saúde; com formulação, aperfeiçoamento e execução de política e estratégia nacionais, para que a qualidade dos cuidados, seja a prioridade para os países que buscam aperfeiçoar o sistema de cuidado de saúde; e impulsione uma dinâmica na qualidade dos serviços de saúde voltada para a cobertura universal e a consciência de ampliação do acesso à saúde, com vista a otimizar a saúde dos povos.

Nessa lógica, a qualidade dos cuidados em saúde reporta a uma demanda de caráter das necessidades de saúde e sobretudo, preventivo com influência na qualidade de vida, com vistas à saúde física, emocional, espiritual, relações sociais, trabalho digno, moradia, alimentação adequada, exercício físico, sono, repouso, lazer, dentre outros. Assim, pode-se dizer que a qualidade de vida é o modo como o indivíduo amplia a satisfação no seu modo de viver e de ver a vida, para a satisfação das necessidades básicas e as mais variáveis formas de enfrentamento. A

partir desse foco de qualidade de vida e saúde mental justifica-se o presente estudo, no qual se insere o estudante universitário como objeto do estudo.

O ingresso dos estudantes nas universidades representa um momento que favorece ao surgimento de questões emocionais e que, em alguns casos, requerem orientação ou aconselhamento psicológico (OLIVEIRA, 2020). Torna-se pertinente considerar a qualidade de vida dos estudantes universitários, no tocante ao seu modo de vida: alimentação, mudança de moradia, afastamento de seus familiares, maior exposição ao tempo de tela, relações sociais, sono, repouso, prática de exercícios físicos e a correlação com a sua saúde mental.

Pesquisas sobre a saúde mental apontam para um aumento significativo no número de pessoas com depressão em nível mundial, entre os anos de 2005 e 2015 com a elevação de casos da doença em 18%, atingindo cerca de 322 milhões de indivíduos, que correspondente a 5,8% da população mundial. Enquanto no Brasil, 11,5 milhões de pessoas têm depressão (OMS, 2020).

Diante do contexto de pandemia de Coronavírus e da consequente necessidade da prática do isolamento social percebeu-se a importância de pesquisar e debater sobre a depressão e outros problemas psicológicos que afetam a humanidade, em destaque os estudantes universitários. Para tanto, a Associação Brasileira de Psiquiatria (2020) realizou uma pesquisa com os médicos psiquiatras de todo o país e apreendeu que os atendimentos psiquiátricos se elevaram mais devido à pandemia. O aumento de atendimentos foi notado por 47,9% dos profissionais médicos entrevistados. Ademais, dentre os entrevistados 67,8% asseguraram ter recebido novos pacientes após iniciar a pandemia.

A pandemia causada pelo novo coronavírus (Sars-Cov-2), com início em 2019 suscitou mudança mundial em todas as áreas e gerou modificações em estruturas organizacionais, como também no ensino superior. Na oportunidade, os docentes de instituições de ensino superior necessitaram suspender as aulas/atividades presenciais e adotaram a metodologia de ensino a distância, de caráter *on-line* com os estudantes universitários. A partir destas experiências compreendeu-se a magnitude

da pandemia de COVID-19 e o seu impacto na saúde física, mental e emocional desses estudantes (MAIA; DIAS, 2020).

Nesse contexto, a saúde mental dos universitários agravou-se mais, devido à necessidade de isolamento social e em consequência, a utilização de aulas remotas. Ademais, a convivência com o medo do desconhecido e ou novo vírus, e com as perdas de familiares e amigos, decorrentes de adoecimento e óbitos pelo Coronavírus, que gerou mais sofrimento psíquico também nessa população.

Pesquisa apontou sobre os fatores de risco e de proteção para sofrimento psíquico em estudantes universitários da área de saúde, a partir de bases de dados *Web of Science, Medline e Scopus*. Após aplicar os critérios de exclusão, a amostra final contemplou 37 artigos, publicados nos últimos cinco anos, em países desenvolvidos. Os instrumentos mais utilizados para o rastreamento foram o *General Health Questionnaire* e o *Self Reporting Questionnaire*. Estes, permitiram identificar a prevalência de 18,5% a 49,1% para sofrimento psíquico; em relação aos fatores de risco se destacaram 24 estudos sobre condições referentes à vida acadêmica e 22 estudos sobre a saúde dos estudantes. Os fatores protetivos surgiram em doze estudos, nos quais foram utilizadas as estratégias: *coping*, senso de coerência, autoeficácia, vigor, autoestima, resiliência e outras (GRANER; CERQUEIRA, 2019).

Estudo mostrou uma revisão narrativa acerca de produções científicas, a fim de compreender, descrever e discutir a saúde mental de estudantes da graduação em Psicologia no contexto universitário. Ele assinalou que a comunidade acadêmica se encontra suscetível a diversos atravessamentos, sobretudo ao ingressar na jornada em busca de obtenção do título profissional. Esta passagem pode influenciar no modo como o ensino superior pode ser experienciado e também produzir impactos na saúde mental dos estudantes. Conflitos ocorridos na qualidade de vida do graduando, durante o momento de formação e de construção de seus conhecimentos, aprendizagens e práticas profissionais. Buscou-se compreender os possíveis impactos que as vivências acadêmicas podem acarretar à saúde mental dos universitários, além de promover reflexões acerca da necessidade de estratégias de prevenção e promoção do

cuidado com a saúde mental a serem desenvolvidas pelas universidades e pelos próprios estudantes (SANTOS, 2022).

Destarte, em meio a um cenário de ampliação de problemas mentais entre estudantes universitários, torna-se peculiar compreender os problemas de saúde mental e a sua relação com a qualidade de vida dos estudantes universitários. Nessa conjectura, o presente estudo apresenta a seguinte hipótese de pesquisa: - quanto maior a qualidade de vida, menor os problemas de mentais estudantes universitários. Portanto, o trabalho justifica-se por considerar que a qualidade de vida está relacionada com a saúde mental do grupo estudado.

Considera-se que os estudantes universitários apresentam fragilidades em relação à sua saúde mental e a qualidade de vida, decorrentes de diversos fatores acima descritos e outros que necessitam ser elucidados, em todos os níveis de atenção à saúde no mundo e no Brasil. Desse modo pretendeu-se realizar um estudo com a intenção de analisar a saúde mental e a qualidade de vida de estudantes no contexto das universidades, através de publicações científicas, o que permitiu elaborar a seguinte questão norteadora: O que as pesquisas científicas evidenciam em relação à saúde mental e a qualidade de vida de estudantes, no contexto de universidades?

O presente estudo objetiva investigar o que as pesquisas têm evidenciado acerca da saúde mental e qualidade de vida entre estudantes universitários.

METODOLOGIA

O estudo foi realizado por meio de uma Revisão Integrativa da Literatura - RIL, que segundo Ribeiro *et al.* (2016), tem a finalidade de agrupar e sintetizar os resultados de pesquisas sobre um tema ou uma questão, de modo sistemático e ordenado, para que possa colaborar para o aprofundamento do conhecimento do tema a ser pesquisado.

Para o desenvolvimento desta revisão integrativa, seguiu-se a apresentação de seis passos, a saber: - Elaboração da pergunta norteadora da pesquisa; - Busca ou amostragem na literatura; - Definição das

informações a serem extraídas dos estudos pesquisados; - Análise crítica dos estudos incluídos; - Discussão dos resultados apreendidos, e - Apresentação da revisão integrativa (SOUZA *et al.*, 2010). E assim, as referidas etapas nortearam o presente estudo de Revisão Integrativa de Literatura.

Realizou-se uma pesquisa na Biblioteca Virtual de Saúde – BVS, nas bases de dados Medline (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*); Literatura Latino- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Index Psicologia - Periódicos e Bases de dados de Enfermagem (BDENF). Em cada base de dados realizou-se as combinações dos descritores controlados, utilizando o operador booleano “AND”. Os critérios de inclusão foram selecionados, através de filtros nas bases de dados e seguindo os demais critérios referentes ao objeto da pesquisa, a saber: artigos completos, em idioma português, as pesquisas com abordagens qualitativas e realizadas através de entrevistas com seres humanos, os estudos de incidência, artigos gratuitos, com o período delimitado de cinco anos, que correspondeu aos anos de 2018 a 2022.

Ainda se elegeu os referidos critérios de exclusão, quanto aos comentários, os artigos de revisão, as monografias, as teses, as dissertações, os artigos repetidos e aqueles não atendidos no estudo. Após o uso de filtros e nomear os critérios de inclusão e de exclusão obteve-se a seleção de cinco artigos.

Inicialmente realizou-se o processo de seleção dos estudos, por meio da leitura meticulosa de títulos e resumos. E procedeu-se à seleção dos artigos que atenderam aos critérios de inclusão supracitados. O período da coleta nas bases de dados foi realizado entre os meses de junho a julho de 2023. Os artigos que atenderam à inclusão foram inseridos em instrumento elaborado em formato de quadro, abaixo assinalados pela letra A (artigo); seguido do número de ordem, título, objetivo, autores/ano/país e os principais resultados. Os referidos artigos destacam-se a seguir e norteiam o aprofundamento da pesquisa.

Mediante a leitura dos artigos, realizou-se uma análise de forma crítica e delineada, de onde emergiram categorias relacionadas ao objeto

de estudo. Posteriormente, realizou-se a discussão condizente com a literatura relacionada ao tema.

QUADRO 1- BUSCA UTILIZANDO OS DECS

O Quadro 1, inframencionado representa o total de artigos encontrados nas bases de dados, através de pesquisa na Biblioteca Virtual de Saúde – BVS, utilizando o operador booleano “AND”, com as combinações dos descritores controlados “Saúde Mental” AND “Qualidade de Vida” AND “Estudantes” AND “Universidades”.

Base de Dados	Total
MEDLINE	310
LILACS	45
INDEX Psicologia - periódicos	11
BDEF	10
Total de artigos utilizando os DECS	366

Fonte: Pesquisa elaborada pela autora, 2023.

QUADRO 2- BUSCA COM APLICAÇÃO DE FILTROS E CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

O Quadro 2, abaixo representado, mostra as bases de dados, com o total de artigos, a partir de filtros de inclusão: artigos completos, período de 2018 a 2022, idioma português, abordagem qualitativa e estudo de incidência. E critérios de exclusão: total de artigos realizados com seres humanos, gratuitos, exclusão teses, dissertações e monografias.

Base de Dados	Total de artigos utilizando os filtros: artigos completos, período de 2018 a 2022, idioma português, abordagem qualitativa e estudo de incidência	Total de artigos realizados com seres humanos, gratuitos, exclusão teses, dissertações e monografias
MEDLINE	77	01
LILACS	15	03
INDEX Psicologia – Periódicos	02	01
BDEF	03	01
TOTAL	97	06

Fonte: Pesquisa elaborada pela autora, 2023.

QUADRO 3- BUSCA DOS ARTIGOS QUE ATENDE AO OBJETO DE ESTUDO E EXCLUÍDOS POR REPETIÇÃO EM BASES DE DADOS.

O Quadro 3, destacado abaixo traz reporta o total de artigos que atende ao objeto de estudo e que foram selecionados, após exclusão por repetição nas bases de dados.

Base de Dados	Total de artigos que atende ao objeto de estudo e selecionados após exclusão por repetição nas bases de dados
LILACS	03
INDEX Psicologia - Periódicos	04
BDEF	02
TOTAL	09

Fonte: Pesquisa elaborada pela autora, 2023.

QUADRO 4 – ARTIGOS SELECIONADOS ACERCA DE SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS, CONFORME TÍTULO, OBJETIVOS, AUTORES, ANO, PAÍS E PRINCIPAIS RESULTADOS.

O Quadro 4, abaixo representa o esboço dos artigos selecionados acerca de saúde mental e qualidade de vida entre estudantes universitários, conforme título, objetivos, autores, ano, país e principais resultados.

Nº	TÍTULO	OBJETIVO	AUTORES / ANO/ PAÍS	PRINCIPAIS RESULTADOS
A1	Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada	Avaliar e correlacionar a presença de sinais e sintomas de depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de universitários de duas instituições, sendo uma pública e outra privada.	GUIMARÃES, M.F. <i>et al.</i> /2022/ Brasil	Observa-se que os estudantes obtiveram um grau leve de estresse, depressão e ansiedade em ambas as instituições. Ao correlacionar os domínios de qualidade de vida e as variáveis: ansiedade, depressão e estresse, observou-se que quanto maior a depressão, menor a qualidade de vida nos domínios psicológico e ambiental. A partir dos resultados, sugerem-se estudos mais aprofundados.
A2	Uso regular de serviços odontológicos entre alunos de uma universidade do sul do Brasil	Verificar a prevalência e os fatores associados ao uso regular de serviços odontológicos em acadêmicos da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).	ECHEVERRÍA, M. S. <i>et al.</i> , 2020/ Brasil	Os estudantes relataram que utilizam mais o serviço para resolver problemas de saúde bucal e não de forma regular para prevenir agravos, como seria o desejável. Os resultados apontam para desigualdades no uso regular dos serviços odontológicos relacionadas a fatores socioeconômicos e um menor uso entre os universitários com piores condições de saúde bucal. Os resultados sugerem a necessidade de políticas públicas de prevenção e promoção em saúde em instituições de ensino superior.
A3	Fatores intervinientes na qualidade de vida do estudante de enfermagem	Avaliar o grau de qualidade de vida dos estudantes concluintes do curso de enfermagem de uma universidade privada acerca dos fatores considerados estressantes.	FREITAS, A.C.M. de, <i>et al.</i> /2018/ Brasil	Os níveis de qualidade de vida dos estudantes universitários implicam diretamente no desempenho acadêmico e emocional do indivíduo, ocasionando problema de saúde mental.

Nº	TÍTULO	OBJETIVO	AUTORES / ANO/ PAÍS	PRINCIPAIS RESULTADOS
A4	Qualidade de vida e atitudes alimentares de cuidados de saúde dos estudantes	Avaliar a qualidade de vida e as atitudes alimentares de graduandos dos cursos da saúde de uma universidade pública.	COSTA, D.G., <i>et. al</i> / 2018/ Brasil/	Atitudes inapropriadas de alimentação entre estudantes universitários; e influência negativas da família sobre a qualidade de vida.
A5	Consumo de bebidas alcoólicas, qualidade de vida e estudantes universitários	Avaliar o padrão de consumo de álcool, o impacto da Intervenção Breve (IB) e a qualidade de vida (QV) de universitários de Enfermagem.	SAWICK, W.C., <i>et. al</i> /2018/ Brasil	Já ingeriram álcool 90% dos universitários e 20,6% faziam uso abusivo/nocivo associado significativamente a menor idade do primeiro uso. Após IB, diminuiu significativamente o consumo de álcool entre universitários. Vitalidade, estado geral de saúde e aspectos emocionais dos universitários estavam diminuídos e a saúde mental significativamente menor entre universitários que bebiam.

Fonte: Pesquisa elaborada pela autora, 2023

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após aplicação dos filtros e dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 5 (cinco) artigos, sendo todos realizados no Brasil. Quanto ao ano de publicação, destaca-se que 3 (três) artigos foram publicados no ano de 2018, 1 (um) artigo no ano de 2020 e 1 (um) artigo em 2022.

Mediante as leituras dos artigos selecionados, emergiram 2 (duas) categorias relacionadas à saúde mental e qualidade de vida entre estudantes universitários, a saber: - Situação socioeconômica e ambiental; e a - Situação física e emocional. Essas categorias fizeram parte da composição da esquematização de dados encontrados na pesquisa, como forma de categorias analíticas e sistematização dos achados empíricos, de modo a corroborar com a temática pesquisada.

CATEGORIA 1: SITUAÇÃO SOCIOECONÔMICA E AMBIENTAL

Para embasar a categoria sobre a situação socioeconômica reportou-se ao artigo de Costa *et al.* (2018) sobre a qualidade de vida e situação física/ambiental e social.

Estudo realizado por Costa *et al.* (2018) relatou a participação de 399 graduandos, maioria feminina, idade média de 22 anos, escores médios de EAT-26 de 15,12 e médias de qualidade de vida acima de 60 pontos em todos os domínios. Os graduandos do curso de Nutrição apresentaram atitudes alimentares mais inadequadas que os de outros cursos da saúde; à medida que evoluiu a idade desses estudantes percebeu-se o aumento da vulnerabilidade às atitudes alimentares inadequadas. Outro fator considerado foi a renda familiar, a qual influenciou negativamente na qualidade de vida, tanto nos domínios físico e social desses estudantes.

A partir dessa mesma lógica, Santos (2022) realizou uma pesquisa sobre estudantes universitários com baixos níveis de Qualidade de Vida associados a elevados níveis de problemas de Saúde Mental. E a pesquisa mostrou que em relação ao domínio social e econômico destacam-se as Relações Sociais (média $59,9 \pm 20,8$), com ênfase sobre a vida sexual (média de 3,27), como sendo a maior preocupação dos estudantes universitários.

Sobre a qualidade de vida de estudantes universitários em instituição pública e privada, o estudo realizado por Guimarães *et al.* (2022), apontou que participaram da pesquisa 570 universitários, sendo 344 estudantes da Instituição Privada e 226 da Instituição Pública, dos gêneros feminino e masculino, entre 16 e 55 anos. Os resultados revelaram que não houve diferença significativa sobre a qualidade de vida dos estudantes universitários, referente à situação psicológica e social de ambas as instituições. As situações mais afetadas, em que os universitários encontram mais prejuízo se referiram ao aspecto físico e do meio ambiente de ambas as instituições.

Estudo de Echeverria *et al.* (2020), sobre a procura de serviço odontológico por estudantes universitários está relacionada à resolução de

problemas de saúde bucal. Ademais, não se refere ao uso de forma regular para prevenir agravos, como seria o desejável. Os resultados apontam sobre as desigualdades no uso regular dos serviços odontológicos, sobretudo relacionadas a fatores socioeconômicos e ainda se destaca um menor uso entre os universitários com piores condições de saúde bucal. Os resultados sugerem a necessidade de inserir o citado tema nas políticas públicas de prevenção e promoção em saúde em instituições de ensino superior.

CATEGORIA 2: SITUAÇÃO FÍSICA E EMOCIONAL

A fim de fundamentar a situação física e emocional sobre a saúde mental e a qualidade de vida de estudantes universitários destacam-se a ansiedade, a depressão, a perda do controle emocional e a situação psicológica como fatores prejudiciais ao desenvolvimento estudantil.

Pesquisa realizada por meio de questionários (IDATE), indicam que os cursos de graduação em áreas biomédicas apresentam índices maiores de estudantes universitários com níveis de ansiedade acima da média esperada para esta população. Especificamente quanto aos acadêmicos de Medicina são encontrados na literatura quadros prevalentes de ansiedade, durante o período da graduação, o que repercute no desempenho das atividades estudantis e no processo ensino-aprendizagem. Essa situação influencia de modo negativo no perfil profissional do acadêmico (ROCHA, *et al.*, 2020).

Estudo realizado por Santos (2022), menciona um Inventário de Saúde Mental, que revelou ser a Ansiedade, com sua capacidade de relaxar com a menor média (36.29 ± 9.93) e a Depressão (média de 19.08 ± 5.33), refletiu o sentimento de mau humor (média de 3.62), como alvo de maior preocupação. No que se refere à Perda de Controle Emocional (média de 34.77 ± 9.28), sendo o item sentir-se emocionalmente estável com menor valor de média (3,40). Sobre o Afeto Geral Positivo (37.21 ± 9.45) e quanto ao questionamento sobre a vida, evidenciou-se como sendo a maior preocupação (média 2,73). Quanto aos Laços Emocionais, com os valores de média e desvio padrão de 11.01 ± 3.44 , mostra intensa preocupação a

respeito das relações amorosas satisfatórias (média de 3,31). Em relação à Situação Psicológica (média $56,2 \pm 18,6$), apontou a concentração dos estudantes com menor pontuação (valor 3,05), seguida de sentimentos negativos (média 3,11).

Quanto ao seguimento do estudo supramencionado, o mesmo autor revela sobre a Situação Física (média de $60,6 \pm 15,9$), sendo o sono, com menor média de 2,93. Assim, em termos gerais, 153 (17,38%) dos estudantes estão nos níveis baixos de Saúde Mental, enquanto que 571 (64,88%) estão nos níveis moderados e 156 (17,72%) no nível alto em relação à sua saúde mental.

Uma pesquisa mostrou que o uso abusivo do álcool alterou a qualidade de vida (QV) conceituada como subjetiva, multidimensional, cultural e não limitada às condições de saúde. A qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) referiu-se às condições gerais de uma população, grupo ou indivíduo, que pode ser resumida a um construto psicológico e multidimensional que abrangeu os aspectos físicos, psicológicos, sociais, funcionais, espirituais, ambientais e os impactos em sua saúde (JORNGARDEN *et al.*, 2006). A pesquisa se referiu ao uso abusivo de álcool e a sua alteração na qualidade de vida, com prejuízos amplos para a sua saúde em geral. Entretanto, o consumo de álcool tem sido registrado também entre os jovens e os adultos estudantes em universidades.

A qualidade de vida tem se mostrado inferior entre os consumidores abusivos de álcool das mais diversas idades. Estudo realizado na Austrália com adultos e idosos, que consumiam as bebidas alcoólicas demasiadamente apontaram comprometimento nos aspectos físicos, psicológicos e sociais (LUBMAN, 2016).

Foi realizada uma pesquisa em relação ao consumo de bebidas alcoólicas e o impacto da Intervenção Breve (IB) e a qualidade de vida (QV) de universitários de Enfermagem. O estudo mostrou que 90% dos universitários já ingeriram álcool, sendo que 20,6% faziam uso abusivo/nocivo associado significativamente a menor idade do primeiro uso. Ainda havia redução quanto à vitalidade, o estado geral de saúde e os aspectos emocionais dos universitários e a saúde mental significativamente alterada entre universitários que bebiam. Entretanto, após IB

ocasionou uma redução significativa do consumo de álcool entre os universitários (SAWICK *et al.*, 2018).

Enfim, a partir de resultados das categorias supramencionadas sobre as situações - socioeconômica e ambiental; e - física e emocional em relação à saúde mental dos estudantes universitários considera-se que podem impactar negativamente e resultar em prejuízos na qualidade do ensino da universidade, enquanto processo ensino-aprendizagem. Ademais, podem causar impactos na satisfação de necessidades básicas dos estudantes de universidades, em seus modos de crescimentos pessoais e como futuros profissionais. Assim, a pesquisa sugere que a maioria dos estudantes universitários apresentam níveis comprometedores de qualidade de vida e de saúde mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da necessidade de garantir uma prática criativa, inovadora e ética sobre a saúde e a educação – a Revisão Integrativa da Literatura tem sido apontada como uma ferramenta importante, capaz de sintetizar as pesquisas disponíveis sobre determinado tema e nortear o conhecimento, fundamentado em evidências científicas.

Espera-se que os resultados desta pesquisa possam contribuir para a reflexão de gestores, docentes e estudantes de universidades, quanto ao cuidado em saúde mental e a valorização da qualidade de vida de estudantes universitários, a fim de servir de incentivo para as novas pesquisas científicas no país sobre a temática.

Sugere-se que o estudo possa direcionar para a necessidade de políticas e estratégias nacionais para a implementação de políticas públicas, voltadas ao cuidado em saúde mental e ao diálogo com a valorização da qualidade de vida dos estudantes universitários, com vistas à promoção da saúde e à prevenção do adoecimento mental.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Associação Brasileira de Psiquiatria**. atendimentos psiquiátricos no Brasil sofrem impacto da pandemia de Covid-19, 2020.

ROCHA, *et al.* Níveis de ansiedade e desempenho acadêmico dos estudantes do curso de medicina do UNIFESO. **REVISTA DA JOPIC**. Editora UNIFESO V. 4, N. 8, 2020, ISSN 2525-7293.

COSTA, D.G., *et al.* Qualidade de vida e atitudes alimentares de cuidados de saúde dos estudantes. **Rev. Bras. Enferm.** V.71 (suppl 4), 2018, P.1642-9. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0224>.

ECHEVERRIA, M. S.; SILVA, A. E. R.; AGOSTINI, B. A.; SCHUCH, H. S.; DEMARCO, F.F. Uso regular de serviços odontológicos entre alunos de uma universidade do sul do Brasil **Rev. Saúde Pública**, V.54, São Paulo, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001935>. Acesso em 11 ago 2023.

FREITAS, A.C.M. de *et al.* Fatores intervenientes na qualidade de vida do estudante de enfermagem. **Rev. Enferm. UFPE on line**; 12(9): 2376-2385, set. 2018. ilus, graf, tab. ID: biblio-995766.

GUIMARÃES, M.F. *et al.* **Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes universidades pública e privada**. 2022. Banner com título, Revista Psicologia, Diversidade e Saúde. Universidade metodista de São Paulo. São Paulo, Brasil. V. 11 (2022) <https://orcid.org/0000-0002-4129-5218>. Acesso em: 19 set 2023.

GRANER, K.M.; CERQUEIRA, A.T. de A. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciênc. Saúde Colet.** (Impr.), V. 24(4), P. 1327- 1346. tab, graf. ID: biblio BR1-1001770, 2019.

JORNGARDEN, A.; WETTERGEN, L.; VON ESSEN, L. Measuring health-related quality of life in adolescents and young adults: Swedish normative data for the SF-36 and the HADS, and the influence of age, gender, and method of administration. **Health Qual Life Outcomes [Internet]**. 2006[cited 2017 May 20]; 4:91. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1697805/pdf/1477-7525-4-91.pdf>. Acesso em: 20 set 2023.

LUBMAN *et al.* Characteristics of individuals presenting to treatment for primary alcohol problems versus other drug problems in the Australian patient pathways study. **BMC Psychiatry [Internet]**. 2016[cited 2017 May 20]; 16:250. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4950603/pdf/12888_2016_Article_956.pdf30). Acesso: 22 set 2023.

MAIA, B.R; DIAS, P.C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, N. 37, Campinas-SP. 2020.

OLIVEIRA, L.S. Qualidade de vida e saúde mental de estudantes universitários. **Dissertação (Mestrado Acadêmico em Saúde da Família)** - Programa de Pós-Graduação em Saúde da Família, Campus Sobral, Universidade Federal do Ceará - UFC Sobral, 142 f. 2020.

OMS. **Organização Mundial da Saúde. Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Documentos básicos, suplemento da 45 edição, outubro de 2006. Disponível em espanhol em: http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf. Acesso em: 22 set 2023.

World Health Organization (WHO). **Manual de Políticas e Estratégias para a Qualidade dos Cuidados de Saúde**: uma abordagem prática para formular políticas e estratégias destinadas a melhorar a qualidade dos cuidados de saúde, 2020. Arquivo PDF Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272357/9...> Acesso em: 21 set 2023.

RIBEIRO, O. M. P. L.; MARTINS, M. M. F. P. S.; TRONCHIN, D. M. R. Modelos de prática profissional de enfermagem: revisão integrativa da literatura. **Rev. Enf. Ref. [online]**. 2016, V. 4, N.10, P.125-133. ISSN 0874- 0283. DOI: <http://dx.doi.org/10.12707/RIV16008>. Acesso em: 10 set 2023.

SANTOS, E. L. dos. Saúde mental no contexto universitário: uma revisão narrativa com ênfase em estudantes de psicologia. **Revista Ciências da FAP**. V. 5, 2022. Disponível em: <https://revistas.fadap.br/ciencias/article/view/11>. Acesso em: 19 set 2023.

SAWICK, W.C., *et al.* Consumo de álcool, qualidade de vida, Intervenção Breve entre universitários de Enfermagem. **Rev. Bras. Enferm.** V.71 (suppl 1), 2018. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0692>. Acesso em 21 set 2023.

SOUZA, M.T.; SILVA, M.D. da; CARVALHO, R. de. **Revisão integrativa:** o que é e como fazer. Einstein (São Paulo) 8(1): P.102-6. jan-mar 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>. Acesso em: 10 set 2023.

UNITED NATIONS ORGANIZATION (UNO). **Transforming our world:** the 2030 agenda for sustainable development. 2015 [Internet]. [cited 2020 Mar 05]. sustainabledevelopment.un.org/content/documents/21252030%20Agenda%20for%20Sustainable%20Development%20web.pdf. Acesso em: 20 set 2023.

Palavras-chave: Saúde mental, Qualidade de vida, Estudantes, Universidades.