

Saúde mental dos estudantes de enfermagem durante sua formação: Uma Revisão Bibliográfica

Mental health of nursing students during their training: A Bibliographic Review

Brenda Washington da Cruz Santos – Universidade Federal do Espírito Santo
brendawashington862@gmail.com

Eliane Magalhães de Souza – Rede de Ensino Doctum, prof.eliane.souza@doctum.edu.br

Caio Mathias Feitosa Vieira – Rede de Ensino Doctum, caiomathias17@gmail.com

Resumo

INTRODUÇÃO: O contexto universitário impõe condições de vulnerabilidade, contribuindo para o prejuízo da saúde mental dos estudantes. Adjunto, o cenário a qual o estudante de enfermagem é inserido faz com que o mesmo se sinta sob pressão a todo momento, considerando que o mesmo precisa lidar com situações estressantes relacionadas com a prática-assistencial. **OBJETIVO:** Realizar o levantamento de como se apresenta a saúde mental dos estudantes durante a graduação em enfermagem, com base em bibliografias atuais. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada em 2022 com os descritores "Saúde Mental", "Estudante de Enfermagem" e "Brasil", restringindo a busca para artigos dos últimos 10 anos. **RESULTADOS:** Encontrou-se 32 publicações, porém, após eliminar duplicidades e aplicar os critérios de inclusão (estudos com graduandos de enfermagem no Brasil) e exclusão (estudos com graduandos de outros cursos ou com alunos de pós-graduação e estudo incluindo alunos de outros países), restaram 11 artigos científicos. **DISCUSSÃO E CONCLUSÃO:** identificou-se que a saúde mental dos estudantes do curso de enfermagem apresenta significantes alterações durante sua formação, sendo estresse o principal responsável pelas manifestações psíquicas e desenvolvimento de transtornos mentais nos discentes. Outrossim, o risco de suicídio mostrou-se ser um problema relevante a ser considerado, tendo em vista as preocupantes taxas evidenciadas nas literaturas abordadas.

Palavras-chave: Revisão Sistemática Saúde Mental. Estudantes de Enfermagem.

Abstract

INTRODUCTION: The university context conditions of vulnerability, confident for the benefit of students' mental health. Adjunct, the scenario in which the nursing student is inserted makes him feel under pressure at all times, considering that he needs to deal with stressful situations related to the practice-assistance. **OBJECTIVE:** To carry out a survey of how the mental health of students during undergraduate nursing is presented, based on current bibliographies. **METHODOLOGY:** This is a bibliographic review carried out in 2022 with the authors "Saúde Mental", "Estudante de Enfermagem" and "Brasil", restricting the search to articles from the last 10 years. **RESULTS:** 32 publications were found, however, after eliminating duplications and applying the inclusion criteria (studies with undergraduate nursing students in Brazil) and exclusion (studies with undergraduate 2 students from other courses or with postgraduate and study students including students from other countries), 11 scientific articles remained. : identified- It is known that the mental health of nursing students presents significant changes during their training, with stress being the main factor responsible for psychic manifestations and the development of mental disorders in students. Furthermore, the risk of suicide proved to be a relevant problem to be addressed considered, in view of the worrying rates evidenced in the literature addressed

Keywords: Systematic review. Mental health. Nursing Students.

1. Introdução

O artigo deve ser formatado com a configuração da página com tamanho de papel A4, com as margens iguais a 3,0, 2,0 3,0 e 2,0 cm (como neste texto), em coluna única. Os artigos completos devem ser enviados em dois formatos: .PDF e WORD (.docx). O manuscrito deve ter no mínimo 5 e máximo 25 páginas. Obs. se TCC deve ter no máximo 50 páginas para publicação em revista, conforme especificação do formato, considerando as apresentações, imagens, gráficos, tabelas, notas e referências.

Embora o ambiente universitário traga, para além do curso de graduação, vivências que refletem no crescimento individual e profissional, além de promover a autonomia, independência e o senso de responsabilidade (SENA et al., 2021), este mesmo ambiente também pode trazer adversidades que contribuem para o adoecimento do estudante. Segundo Ariño e Bardagi (2018), alunos de graduação são mais vulneráveis ao sofrimento psíquico, quando comparados a outros adultos que não vivenciam a rotina estudantil.

De acordo com Sena et al. (2021), os estudantes de enfermagem lidam com situações desgastantes, como atividades teórico-práticas, carga horária de aula exaustiva, acúmulo de atividades acadêmicas, atividades extracurriculares, entre outros fatores que contribuem com altos níveis de estresse. Adjunto, o autor supracitado também afirma que as condições de vulnerabilidade na qual o acadêmico é exposto pode resultar em sintomas depressivos e ansiosos que, se não tratados, potencializam-se, resultando em um risco para a vida do estudante.

Um estudo transversal realizado por Moraes et al. (2020) com 150 alunos, em 2019, destacou em seus resultados que 53,3% dos estudantes de enfermagem apresentavam risco de suicídio, sendo que 22,7% desses relataram possuir um histórico de tentativa de suicídio. Adjunto, Moraes et al. (2020) também afirmam que alunos da área da saúde apresentam um risco de suicídio superior que a população geral, tendo em vista que atuam junto ao sofrimento humano, presenciando o processo de saúde doença e vida-morte (SENA et al., 2021).

Vale destacar que, por trazerem efeitos físicos e psicológicos, a saúde mental dos estudantes torna-se motivo de preocupação não só para o próprio aluno, mas também os pacientes que são submetidos aos seus cuidados, tendo em vista que acadêmicos com o estado psíquico alterado podem realizar práticas inseguras, podendo causar danos ao paciente (COSTA; POLAK, 2009). Em conjunto, Santos et al. (2016) ressaltam que muitos alunos também são trabalhadores, tornando-se ausente o tempo que seria destinado ao descanso e/ou

lazer, fator que contribui não só com o adoecimento pessoal, mas também com o risco de causar danos ao paciente.

Conforme o estudo fenomenológico realizado por Sena et al. (2021), muitos alunos identificam o contexto universitário como adoecedor, responsabilizando a instituição pelas alterações psíquicas vivenciadas ao longo do processo de graduação. Adjunto, o risco eminente de causar danos para a saúde do paciente obriga o aluno a amadurecer rapidamente, fazendo com que o processo de formação do enfermeiro seja sobrecarregado de situações ansiogênicas e estressoras (ESPERIDIÃO et al., 2013).

Dessa forma, questiona-se como tem sido retratado a saúde mental dos estudantes de enfermagem durante sua formação, em bibliografias disponíveis na internet, publicadas nos últimos 10 anos. Assim sendo, o objetivo geral deste estudo foi realizar o levantamento de como se apresenta a saúde mental dos estudantes durante a graduação em enfermagem, com base em bibliografias atuais, visando evidenciar que o curso superior pode impactar no bem-estar mental desses indivíduos.

Para que este estudo fosse implementado, seguiu-se as seguintes etapas (objetivos específicos): A) realizar o diagnóstico do estado da saúde mental dos acadêmicos do curso de graduação em enfermagem, através de bibliografias disponíveis; B) apresentar os resultados encontrados, refletindo sobre fatores que contribuem com o adoecimento mental durante o processo de formação em enfermagem. Dessa forma, espera-se que os resultados encontrados evidenciem que, de fato, o processo de formação acadêmica pode contribuir com o adoecimento psíquico dos estudantes do curso superior de enfermagem.

Considerando o risco que o processo de formação acadêmica pode trazer, não só para a saúde pessoal do aluno, mas também para a saúde do paciente, justifica-se a escolha deste tema. Adjunto, vale destacar que o Ministério da Saúde aponta que eventos estressantes e ansiogênicos, quando crônicos, possuem potencial para desencadear episódios depressivos, motivando o desenvolvimento de estudos científicos voltados para a saúde mental de estudantes de graduação.

2 Marco Teórico / Resultados

3

2.1 História da Enfermagem

Segundo Padilha e Borenstein (2006), entender o contexto histórico é fundamental para elucidar o contexto vivido na atualidade; dessa forma, o conhecimento histórico da enfermagem fornece significados para a cultura da profissão. Dessa forma, vale ressaltar o surgimento da

enfermagem a partir da teoria ambientalista de Florence Nightingale, desenvolvida na metade do século XIX na Inglaterra. Florence, considerada a Dama da Lâmpada durante a guerra da Criméia, contribuiu com a melhora e o desenvolvimento da saúde por meio da interligação entre pesquisa, teoria e prática (método utilizado para a criação de sua teoria ambientalista) (DIAS; DIAS, 2019).

Por meio de seus estudos, Florence identificou condições e influências externas que afetam o desenvolvimento de um organismo, utilizando dessas informações para suprimir e prevenir doenças (DIAS; DIAS, 2019). Dessa forma, Florence reduziu a mortalidade do hospital em que atuava de 40% para 2%, em apenas 6 meses, sendo reconhecida pelo governo inglês (PEREIRA et al., [s.d.]). Com técnicas são mantidas até nos dias atuais, Nightingale tornou-se fonte de inspiração em todo o mundo. Destaca-se que, ao fim da guerra, Florence realizou campanhas pela saúde e promoveu o lançamento de diversos livros e cartas de sua autoria, dentre esses, o “Notes on Nursing: What it is and what is not”, leitura famosa entre os futuros profissionais de enfermagem (DIAS; DIAS, 2019).

Dessa forma, a Dama da Lâmpada influenciou diversas outras mulheres a se tornarem enfermeiras, fazendo com que Ethel Bedford Fenwick regulamentasse a profissão Enfermagem na Inglaterra e criasse organizações internacionais de Enfermagem, fator que contribuiu para a formação em Enfermagem em outros países. Dessa forma, a Enfermagem foi profissionalizada no mundo todo; no Brasil, a primeira escola de enfermagem surgiu após a reforma sanitária e era dirigida por enfermeiras (DIAS; DIAS, 2019).

Vale destacar que, segundo Dias e Dias (2019), os ideais da enfermagem, construídos e fundamentados na história, tem ficado de lado, fazendo com que a qualidade do ensino e da assistência sejam significativamente afetados. O autor supracitado aponta que a correria do dia-a-dia, a falta de tempo do profissional e do estudante, dentre outros, são fatores contribuem com o cenário atual.

2.2 História da Saúde Mental

Embora sempre presente na sociedade, pessoas com transtornos mentais não possuíam o direito de serem tratados conforme seu sofrimento psíquico, sendo mantidos em asilos, Casas de Misericórdia ou manicômios, para que fossem afastados do convívio social (FREITAS, [s.d.]). Vale ressaltar que, nesses ambientes, os indivíduos eram submetidos a administração exagerada de medicamentos, aplicação de estímulos elétricos e procedimentos cirúrgicos, tendo por objetivo corrigir a causa do que era chamado de anormalidade (FREITAS, [s.d.]).

No final do século XIX a psiquiatria científica passou a ser implementada; em conjunto, ao fim da 2ª guerra mundial surgiram diversos movimentos que defendiam perspectivas humanistas na assistência à saúde mental, fatores que fizeram a saúde mental ganhar um olhar diferenciado. Vale destacar que somente em 2001 o congresso brasileiro aprovou uma proposta de lei que regulamenta os direitos dos indivíduos com transtornos mentais, chamada de Lei da Reforma Psiquiátrica (FREITAS, [s.d.]).

Embora muitos avanços aconteceram, ainda hoje há uma desvalorização da saúde mental, fazendo com que pessoas com transtornos mentais/alterações psíquicas lidem com preconceitos, mesmo nos dias atuais (FREITAS, [s.d.]). Assim sendo, Cândido et al. (2012) apontam que promover debates nos diversos grupos sociais sobre a saúde mental é um método para reduzir esse preconceito, tendo em vista que oportuniza transformar a concepção conservadora de saúde mental, advinda de seu contexto histórico, em um novo paradigma.

2.3 Saúde mental dos estudantes de enfermagem

Ariño e Bardagi (2018) apontam que estudantes universitários são vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos mentais, tendo em vista a correlação entre vivências acadêmicas com quadros de estresse, a ansiedade e a depressão. Segundo Costa e Polak (ano), o estresse ganha evidência entre os estudantes de enfermagem, onde, conforme o estudo transversal de Santos et al. (2022), quanto mais o aluno avança no curso, maior o nível de estresse. Os resultados do estudo Santos et al. (2022) evidenciam que

ter medo de cometer erros durante a assistência ao paciente (57,4%) e sentir que adquiriu pouco conhecimento para fazer provas práticas (52,1%) destacaram-se como inerentes às atividades práticas vivenciadas com nível muito alto de estresse pelos estudantes. (SANTOS ET AL., 2022, p. 5)

Vale destacar que, em decorrência do alto nível de estresse, da carga horária exaustiva, da insegurança em relação ao futuro profissional, os estudantes do curso de nível superior possuem alto risco de suicídio (MORAES et al., 2020). Adjunto, o autor supracitado aponta a pouca quantidade de estudos voltados para a população acadêmica, especificamente para os estudantes de enfermagem, no que tange a saúde mental e o risco de suicídio.

Dessa forma, considerando os elevados níveis de estresse que as atividades teórico-práticas do curso de enfermagem impõem, podendo resultar em efeitos físicos e psicológicos à saúde do estudante, o tema merece atenção (SANTOS et al., 2022). Segundo Esperidião et al. (2013), publicações que abrangem o assunto destacam sua importância, possibilitando a

implementação de medidas voltadas para a saúde mental dos acadêmicos, por parte das instituições formadoras.

3. Material e Método

Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada entre agosto de 2022 até novembro de 2022, que visa responder à pergunta norteadora: “Como se apresenta a saúde mental dos estudantes do curso de enfermagem durante sua formação?”. São etapas da Revisão Bibliográfica: a) identificar o tema ou questão de pesquisa para elaboração da revisão; b) estabelecer os critérios para inclusão e exclusão dos artigos científicos; c) definir informações a serem extraídas dos estudos selecionados (categorização dos artigos); d) Avaliação dos artigos/resultados encontrados; e) Apresentação da revisão bibliográfica.

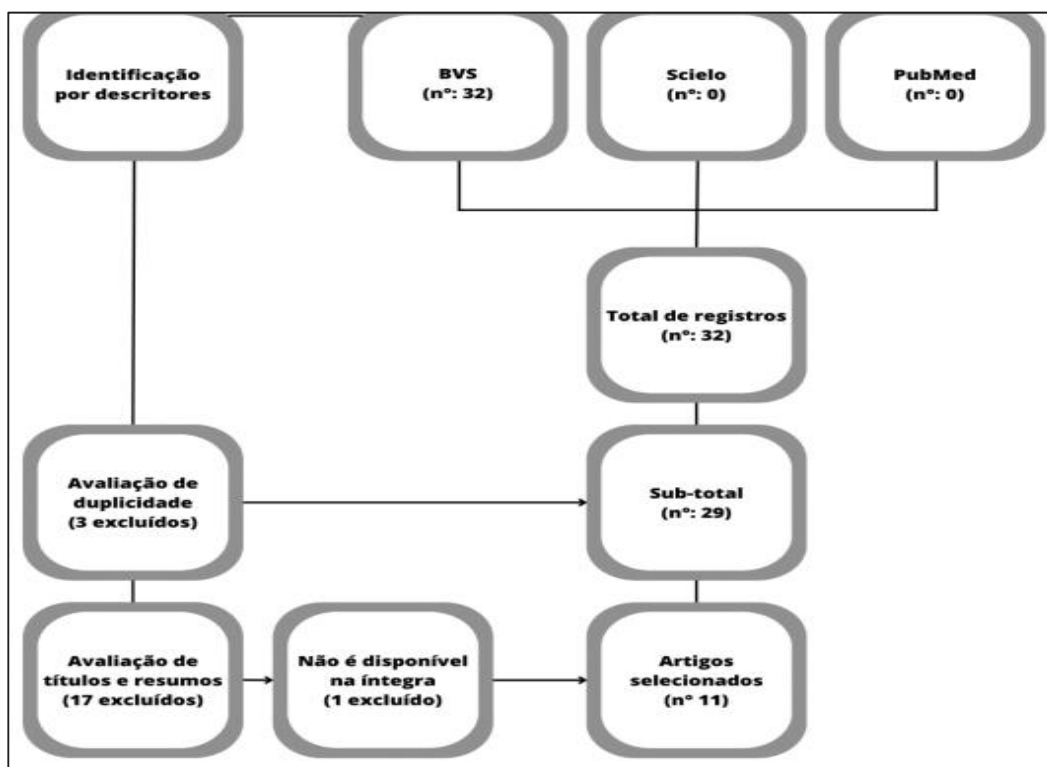
Realizou-se busca de artigos nas bases de dados Scielo, PubMed e BVS. Foram utilizadas os descritores “Saúde Mental”, “Estudante de Enfermagem” e “Brasil” no idioma português, utilizando entre eles o operador “AND”. Durante a pesquisa, utilizou-se filtros para “data da publicação”, visando restringir a busca para artigos recentes (dos últimos 10 anos), garantindo que o tema abordado esteja de acordo com a atualidade.

Quanto aos critérios de inclusão, adotou-se os seguintes pontos: a) amostra incluindo alunos de graduação em enfermagem no Brasil. Os critérios de exclusão foram: a) alunos de outros cursos de graduação, que não fosse enfermagem; b) alunos de pósgraduação; c) amostras incluindo alunos de outros países. O processo de busca contou com a análise dos títulos e dos resumos dos artigos coletados, excluindo aqueles que não se adequaram à temática abordada neste estudo.

3. Resultados e Discussão

Por meio da busca nas bases de dados selecionadas foram encontrados um total de 32 artigos científicos, sendo 32 na BVS, 0 na Scielo e 0 na PubMed. Após a eliminação de duplicidades, restaram 29 referências, às quais foram aplicados os critérios de inclusão e de exclusão através da leitura de títulos e resumos. Como consequência deste processo, excluiu-se 17 artigos, restando uma amostra de 12. Vale destacar que o hiperlink de 1 dos artigos não pôde ser aberto, devido um erro da página oficial (na qual o artigo estava); adjunto, o mesmo não foi encontrado nas demais plataformas utilizadas nesta pesquisa, impedindo, portanto, a leitura completa do artigo. Dessa forma, o n° final é de 11 artigos científicos (Figura 1)

Figura 1 - Diagrama de fluxo do processo de seleção dos artigos revisados, ES – 2026.



Fonte: Autoria própria (2026)

Em relação à análise dos resultados, construiu-se uma planilha (Tabela 1) elencando os artigos selecionados e seus dados, de forma a auxiliar no processo de síntese, contendo título, autores, ano de publicação, objetivo do estudo e foco principal do estudo. Vale destacar que, durante a classificação/seleção dos artigos, selecionou-se todos os estudos que trabalhassem com temas relacionados com a saúde mental. Dessa forma, destaca-se que, conforme definido por Selye (1956) apud Santos e Cardoso (2010), um evento estressor é capaz de quebrar a homeostase de um indivíduo, podendo levar à exaustão física e psicológica se o indivíduo não souber administrar. Assim sendo, para este estudo, o estresse foi considerado como fator que afeta a saúde mental dos estudantes.

Tabela 1 - Caracterização dos estudos que compuseram a amostra, ES – 2026.

Nº	Título	Autores (ano)	Objetivo	Foco
1	Fatores de estresse em estudantes de enfermagem na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica	SANTOS et al (2022)	Verificar os fatores de estresse comumente vivenciados por estudantes do curso de enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas da formação acadêmica	Trabalha fatores de estresse

2	Risco de suicídio entre estudantes de enfermagem	MORAES et al (2020)	Identificar o risco e o grau de risco de suicídio em estudantes de enfermagem de uma instituição pública do interior de pernambuco, Brasil.	Trabalha com risco de suicídio
3	Nível de estresse percebido em estudantes de enfermagem em uma universidade pública do brasil	RAULINO et al (2021)	Identificar os níveis de estresse percebido em estudantes de graduação em enfermagem em uma universidade pública no sul do brasil.	Trabalha com nível de estresse
4	Vítima e vilã: experiência ambígua de estudantes de enfermagem no contexto universitário	PEIXOTO et al (2021)	Compreender como os estudantes de graduação em enfermagem significam o contexto universitário	Trabalha vivências no contexto universitário, mesmo as que geram sofrimento
5	Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica.	LIMA et al (2021)	Analisar o sofrimento psíquico entre universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica	Trabalha o sofrimento psíquico
6	Prevenção ao suicídio: vivências de estudantes universitários	FERNANDES et al (2021)	Discorrer sobre as vivências de estudantes universitários integrantes de um projeto de valorização da vida e prevenção ao suicídio	Trabalha vivências focando na prevenção do suicídio
7	Pesquisa-ação educativa no facebook®: aliando lazer e aprendizado	LABEGALINI et al (2017)	Analisar o percurso da educação dialógica sobre lazer e saúde mental desenvolvida em mídia virtual	Trabalha lazer e saúde mental em mídia virtual
8	O ser masculino em sofrimento psíquico no curso de enfermagem	MAURÍCIO; MARCOLAN (2016)	Verificar presença de sofrimento psíquico em estudantes do sexo masculino da graduação em enfermagem relacionado ao gênero e analisar fatores determinantes e atitudes de enfrentamento do sofrimento psíquico.	Trabalha o sofrimento psíquico relacionado ao gênero
9	Stressful situations and factors in students of nursing in clinical practice	RODRIGUES et al (2015)	Avaliar os fatores de risco para estresse em Graduandos de enfermagem na prática clínica Em uma universidade pública da região nordeste do brasil.	Trabalha com estresse
10	Sintomas de distúrbios psíquicos menores em estudantes de enfermagem	SANTOS et al (2016)	Descrever a frequência e os sintomas para suspeição de Distúrbios Psíquicos Menores (DPM) em estudantes de enfermagem	Trabalha sintomas de distúrbios psíquicos

11	A saúde mental do aluno de enfermagem: revisão integrativa da literatura	ESPERIDIÃO et al (2013)	Analisar a ocorrência da investigação científica sobre a saúde mental do aluno do curso de graduação em enfermagem, no Brasil, nos últimos 21 anos	Trabalha a investigação científica sobre saúde mental do aluno de enfermagem
----	--	-------------------------	--	--

Fonte: Autoria própria (2026).

Com base nos artigos utilizados para confecção deste estudo (destacados na tabela 1), é possível afirmar que, em algum momento durante a graduação de enfermagem, o aluno apresenta algum prejuízo em sua saúde mental. Dentre as manifestações psíquicas citadas nos artigos, destacam-se medo, insegurança, impaciência, preocupação, sobrecarga, angústia e outros que levam a uma contínua situação de estresse, podendo levar ao desenvolvimento de ansiedade, depressão e ao pensamento de suicídio.

Dentre as causas que refletem nos sintomas supracitados, destacou-se: A) obrigatoriedade e sobrecarga de trabalhos acadêmicos e trabalhos extracurriculares, adjunto de um novo ritmo de estudos, B) insegurança quanto o começo da prática-clínica, C) pressão por parte dos professores e cobrança excessiva para um melhor rendimento acadêmico, D) confecção do trabalho de conclusão de curso e E) excepcionalmente em um artigo, preconceito por ser um homem no curso de graduação em enfermagem.

De forma que fosse possível evidenciar os resultados encontrados em cada artigo citado na tabela 1, optou-se por realizar um resumo de cada literatura, a ser destacado abaixo (tabela 2):

Tabela 2 - Resumo dos estudos que compuseram a amostra, ES – 2026.

Referência	Resumo
SANTOS, I. L. C. dos. et al. <i>Fatores de estresse em estudantes de enfermagem na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica</i> . Cienc Cuid Saúde , [s.i.], v. 21, [s.i.], p. 1-9, abr 2022.	Identificou-se que o estresse aumentou à medida que o aluno avançava de período; adjunto, evidenciou-se que do 8º ao 10º período o estresse se reduziu. Supõe-se que os estudantes desenvolvam mecanismos para enfrentar o estresse ao longo do processo.
MORAES, S. M. A. B. et al. <i>Risco de suicídio entre estudantes de enfermagem</i> . Rev Bras Enferm , [s.i.], v. 74, n. 6, p. 1-7, nov 2020.	Observou-se que 53,3% dos estudantes de enfermagem da instituição pesquisada apresentaram risco de suicídio; desses, 20,7% foram identificados com alto risco. O estudo também confirmou que ter um companheiro é um fator de proteção e promoção da saúde mental, o que reduz o risco de suicídio.
RAULINO, M. E. F. G. et al. <i>Nível de estresse percebido em estudantes de enfermagem em uma universidade pública do Brasil</i> . Rev Min Enferm , [s.i.], v. 25, [s.i.], p. 1-8, mar 2021.	O estudo indicou que os estudantes, em geral, alcançaram nível médio de estresse percebido. Os estudantes da segunda, quarta e sexta fases alcançaram níveis mais elevados na comparação com a média geral, já os estudantes da nona fase obtiveram a menor média de estresse.

<p>PEIXOTO, L. C. P. <i>Vítima e vilã: experiência ambígua de estudantes de enfermagem no contexto universitário.</i> Rev. Gaúcha Enferm., [s.i.], v.42, [s.i.], p. 1-11, mar 2021.</p>	<p>Os estudantes participantes deste estudo relataram que, desde os primeiros semestres do curso, são afetados em sua saúde de forma integral, envolvendo as dimensões física, social, emocional e cultural.</p>
<p>LIMA, D. W. da C. et al. <i>Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica.</i> Rev. Enferm. UFSM, Santa Maria, v. 11, n. 23, p. 1-23, mar 2021.</p>	<p>Identificou-se que o sofrimento psíquico dos universitários está relacionado com a adaptação no início do curso, conflitos pessoais, afetivos e familiares que surgiram durante sua vida acadêmica e expectativas quanto ao término da graduação; o estresse e o surgimento de dificuldades alimentares e depressão foram consequências surgidas após esse sofrimento psíquico.</p>
<p>FERNANDES, M. A. et al. <i>Prevenção ao suicídio: vivências de estudantes universitários.</i> Rev Cuid. Mayo, [s.i.], v.11, n. 2, p. 1-12, fev 2020.</p>	<p>Identificou-se que as expectativas acadêmicas e profissionais causam uma cobrança excessiva, levando do desconforto a ansiedade frente as situações desconhecidas que os alunos enfrentam durante a graduação.</p>
<p>LABEGALINI, C. M. G. et al. <i>Pesquisa-ação educative no Facebook: aliando lazer e aprendizado.</i> Rev Gaúcha Enferm., [s.i.], v. 37, [s.i.], p. 1-9, fev 2017.</p>	<p>Destaca-se que o lazer tem potencial de diminuir o estresse, se fazendo indispensável para a manutenção de uma vida equilibrada. Dessa forma, identificou-se uma frágil compreensão de lazer e saúde mental dos envolvidos na pesquisa, destacando-se também que as atividades prazerosas não são praticadas de forma ampliada na vida pessoal e no processo de formação.</p>
<p>MAURÍCIO, L. F. S.; MARCOLAN, J. F. <i>O ser masculino em sofrimento psíquico no curso de enfermagem.</i> Rev Enferm, online, v.10, n. 6, p. 4845-4853, dez 2016.</p>	<p>Evidenciou-se que, no ambiente acadêmico, todos os participantes do estudo desenvolveram algum tipo de sofrimento psíquico pelo fato de serem homens na enfermagem, tanto pela sociedade, quanto pelos docentes.</p>
<p>RODRIGUES, E. O. L. et al. <i>Stressful situations and factors in students of nursing in clinical practice.</i> Invest Educ Enferm, [s.i.], v. 34, n. 1, p. 211-220, dez 2015.</p>	<p>Identificou-se um maior estresse em pessoas do sexo feminino, casados, que moravam com a família e que estavam empregados com contratos permanentes. A sobrecarga de trabalho acadêmico, relacionamento com professor e medo de ser infectado por um paciente foram motivos de estresse.</p>
<p>SANTOS, R. R. dos et al. <i>Sintomas de distúrbios psíquicos menores em estudantes de enfermagem.</i> Revista Baiana de Enfermagem, Salvador, v. 30, n. 3, p. 1-14, set 2016.</p>	<p>Identificou-se elevada frequência de Distúrbios Psíquicos Menores nos estudantes de enfermagem, com predomínio no grupo de sintomas Humor depressivo-ansioso e de Sintomas Somáticos, o que sugere a possibilidade do comprometimento da saúde mental deles.</p>
<p>ESPERIDIÃO, E. E. et al. <i>A saúde Mental do aluno de enfermagem: revisão integrativa da literatura.</i> Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog., Goiania, v. 9, n. 3, p. 144-153, set 2013.</p>	<p>Identificou-se vários momentos (o início da graduação, o início do campo de prática e o fim do curso) críticos no cotidiano acadêmico, responsáveis por sentimentos que podem desencadear distúrbios patológicos, como o medo, a frustração, a tensão, a angústia e ansiedades. Adjunto, a pouca ou nenhuma oportunidade de lazer interfere na qualidade de vida do estudante.</p>

Fonte: Autoria própria (2026).

Vale destacar que, conforme observado por Raulino et al. (2021), a universidade não é a única responsável pelo estresse evidenciado pelos estudantes, porém, com base nos achados deste estudo, nota-se o quanto o processo da graduação torna-se desgastante e exaustiva para os discentes. Sena et al. (2021) destacam em seus resultados que os alunos identificam o contexto universitário como adoecedor, culpabilizando a instituição pelo sofrimento; contudo, alguns dos participantes reconhecem que o sofrimento não é gerado, unicamente, pelos eventos da academia, mas também por fatores externos como, por exemplo, o distanciamento familiar.

Apesar das manifestações de estresse descritas, a universidade também é apresentada como um ambiente para crescimento pessoal e profissional, contribuindo também com o desenvolvimento intelectual. Dessa forma, habilidades de comunicação e de relações interpessoais são trabalhadas diariamente; adjunto, o discente adquire liberdade e autonomia, além de desenvolver senso de responsabilidade (SENA et al., 2021).

Um achado importante, evidenciado por Ariño e Bardagi (2018), reforça a importância de se discutir a saúde mental dos estudantes, onde, conforme o autor supracitado, universitários são mais vulneráveis ao desenvolvimento de sofrimento psíquico, se comparados a outros adultos que não vivenciam o mundo acadêmico. Em conjunto, o Lima et al. (2021) também aponta que aproximadamente 41 a 43,5% dos graduandos em enfermagem poderão manifestar algum sintoma de sofrimento psíquico ao longo de sua formação, incluindo a ideação suicida ou a tentativa de suicídio.

Um estudo transversal realizado por Moraes et al. (2020), com 150 graduandos de enfermagem, identificou que mais da metade (53,3%) dos estudantes apresentaram risco de suicídio; adjunto, 22,7% dos alunos possuíam histórico de tentativa de suicídio, tornando-se este um dado alarmante. Vale destacar que, conforme Fernandes et al. (2020), o círculo social de uma pessoa apresenta efeitos favoráveis frente a momentos de crise, por meio do apoio social e emocional. Assim sendo, através de uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória, Fernandes et al. (2020) evidenciaram a necessidade de um espaço, dentro da instituição, para discussões sobre a saúde mental dos próprios estudantes, principalmente daqueles que se encontram longe de sua família e amigos (ESPERIDIÃO et al., 2013).

Conforme Lima et al. (2021) e Esperidião et al. (2013), o ritmo exacerbado de estudos e a rigidez de horários contribuem com o esgotamento emocional dos universitários, uma vez que, por causa da rotina, os alunos não conseguem ter um horário para descanso e/ou lazer com seus familiares, amigos e/ou companheiros. Em concordância, Labegalini et al. (2017) evidenciou o papel do lazer na vida do acadêmico, tendo em vista seu potencial para reduzir o

estresse, tornando-se indispensável para uma vida equilibrada.

Vale destacar que, mesmo com apoio familiar e lazer, os estudantes do curso de enfermagem ainda precisam lidar com o processo de saúde-doença e vida-morte, tendo em vista que compõe um curso na área da saúde (SENA et al., 2021). Outrossim, conforme evidenciado por Santos et al. (2016), os acadêmicos inseridos na prática hospitalar vivenciam situações semelhantes aos profissionais enfermeiros, compartilhando as mesmas preocupações, angústias e situações estressantes presentes no ambiente de trabalho, que se somam aos estressores da graduação.

Por fim, segundo Maurício e Marcolan (2016), outro fator contribuinte com a alteração da saúde mental dos estudantes é o gênero masculino, tendo em vista que os mesmos lidam com situações como a rejeição por serem homens. Conforme relatado pelos participantes do estudo de Maurício e Marcolan (2016), o fato de serem homens em uma profissão majoritariamente feminina faz com que os mesmos se sintam deslocados e desnorteados, apresentando frustração, tristeza, raiva, desmotivação, desgaste entre outros, como a pressão por ser homem e ter que mostrar ser melhor.

Considerações Finais

Pode-se afirmar que o contexto universitário impõe condições de vulnerabilidade, contribuindo para o prejuízo da saúde mental dos estudantes, como o distanciamento da família, a falta de tempo disponível para ser dedicada ao lazer e a sobrecarga e auto cobrança no âmbito acadêmico. Adjunto, o cenário a qual o estudante de enfermagem é inserido faz com que o mesmo se sinta sob pressão a todo momento, considerando que o mesmo precisa lidar com situações estressantes relacionadas com a prática- assistencial.

Vale destacar que, embora a graduação seja acrescida inúmeros fatores estressantes, os aspectos individuais e pessoais podem contribuir com este cenário. Dessa forma, as instituições de ensino passam a ter uma responsabilização parcial pelo prejuízo da saúde mental dos estudantes, deixando de ser as únicas responsáveis pelas alterações psíquicas desenvolvidas ao longo da graduação.

Portanto, respondendo à pergunta norteadora, a saúde mental dos estudantes do curso de enfermagem apresenta significantes alterações durante sua formação. O estresse foi mencionado diversas vezes, tornando-se o principal responsável pelas manifestações psíquicas e desenvolvimento de transtornos mentais nos discentes. Outrossim, o risco de suicídio mostrou-se ser um problema relevante a ser considerado, tendo em vista as preocupantes taxas

evidenciadas nas literaturas abordadas.

Assim sendo, os resultados deste estudo evidenciam a necessidade de intervenções voltadas para o apoio dos estudantes de graduação do curso de enfermagem. Considerando a parcela de responsabilização do ambiente universitário frente as manifestações psíquicas dos alunos, torna-se fundamental ações integradas ao ambiente acadêmico, voltadas para a atenção da saúde mental e promoção do autocuidado. Por fim, sugere-se a realização de novos estudos voltados para a saúde mental dos estudantes, de forma que seja identificado as variáveis acadêmicas e pessoais que influenciam nas alterações psíquicas dos graduandos.

Referências

ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relações entre fatores acadêmicos e a saúde mental dos estudantes universitários. **Psicol. Pesqui.**, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-52, dez 2018.

COSTA, A. L. S.; POLAK, C. Construction and validation of na instrument for the assessment of stress among nursing students. **Rev Esc Enferm**, São Paulo, v. 43, [s.i], p. 1017-1026, jun 2009.

ESPERIDIÃO, E. E. et al. A saúde Mental do aluno de enfermagem: revisão integrativa da literatura. **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.**, Goiania, v. 9, n. 3, p. 144-153, set 2013.

FERNANDES, M. A. et al. Prevenção ao suicídio: vivências de estudantes universitários. **Rev Cuid. Mayo**, [s.i.], v.11, n. 2, p. 1-12, fev 2020.

DIAS, L. de P.; DIAS, M. de P. Florence Nightingale e a História da Enfermagem. **Hist enferm Rev eletrônica**, internet, v. 10, n. 2, p. 47-63, mar 2019.

FREITAS, B. L. A evolução da saúde mental no Brasil: reinserção social. [s.i.], p. 1-15, [s.d.].

LABEGALINI, C. M. G. et al. Pesquisa-ação educative no Facebook: aliando lazer e aprendizado. **Rev Gaúcha Enferm.**, [s.i.], v. 37, [s.i], p. 1-9, fev 2017.

LIMA, D. W. da C. et al. Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica. **Rev. Enferm. UFSM**, Santa Maria, v. 11, n. 23, p. 1-23, mar 2021.

MAURÍCIO, L. F. S.; MARCOLAN, J. F. O ser masculino em sofrimento psíquico no curso de enfermagem. **Rev Enferm**, online, v.10, n. 6, p. 4845-4853, dez 2016.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, Depressão. **Gov.br**, [s.d.]. Disponível em: dez 2022.

MORAES, S. M. A. B. et al. Risco de suicídio entre estudantes de enfermagem. **Rev Bras Enferm**, [s.i.], v. 74, n. 6, p. 1-7, nov 2020.

PADILHA, M. I. C. de S.; BORENSTEIN, M. S. História da enfermagem: ensino, pesquisa e interdisciplinaridade. **Esc Anna Nery R Enferm**, [s.i.], v. 10, n. 3, p. 532-538, dez 2006.

PEREIRA, A. C. et al. A história da enfermagem com subsídio para a compreensão da evolução do campo de atuação do enfermeiro. [s.i.], p. 1-18, [s.d.].

PEIXOTO, L. C. P. Vítima e vilã: experiência ambígua de estudantes de enfermagem no contexto universitário. **Rev. Gaúcha Enferm.**, [s.i.], v.42, [s.i.], p. 1-11, mar2021.

RAULINO, M. E. F. G. et al. Nível de estresse percebido em estudantes de enfermagem em uma universidade pública do Brasil. **Rev Min Enferm**, [s.i.], v. 25, [s.i.], p. 1-8, mar 2021.

RODRIGUES, E. O. L. et al. Stressful situations and factors in students of nursing in clinical practice. **Invest Educ Enferm**, [s.i.], v. 34, n. 1, p. 211-220, dez 2015.

SANTOS, A. F. de O.; CARDOSO, C. L. Profissionais de Saúde Mental: Estresse, Enfrentamento e Qualidade de Vida. **Psic.: Teor. e Pesq.**, [s.i.], v. 26, n. 3, p. 543-548, set 2010.

SANTOS, R. R. dos et al. Sintomas de distúrbios psíquicos menores em estudantes de enfermagem. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador, v. 30, n. 3, p. 1-14, set 2016.

SANTOS, I. L. C. dos. et al. Fatores de estresse em estudantes de enfermagem na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica. **Cienc Cuid Saúde**, [s.i.], v. 21, [s.i.], p. 1-9, abr 2022.