

SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO NARRATIVA

Larissa Dias Antunes¹, Alexandra do Nascimento Damasio Flores², Sabrina Madrid Lemos³, Vitória Benedetti⁴, Daiana Foggato de Siqueira⁵

¹Universidade Federal de Santa Maria, (larissadiasantunes@gmail.com)

²Universidade Federal de Santa Maria, (alexandrad2102@gmail.com)

³Universidade Federal de Santa Maria, (sabrinamadridlemos@gmail.com)

⁴ Universidade Federal de Santa Maria, (vitoriabenedetti1@hotmail.com)

⁵ Universidade Federal de Santa Maria, (daianasiqueira@yahoo.com.br)

Resumo

O objetivo deste estudo é analisar as produções de artigos científicos e identificar as publicações encontradas na literatura acerca da saúde mental dos estudantes de enfermagem. Trata-se de uma revisão de literatura sobre o tema proposto, norteadas pela pergunta: Quais as produções científicas acerca da saúde mental dos acadêmicos de enfermagem?. Para a obtenção das publicações foi utilizada a base de dados da Literatura Latino - Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (*LILACS*), a busca foi feita através das palavras “saúde mental”, “estudante” e “enfermagem”. A amostra inicial foi composta por 77 estudos, e após a aplicação dos critérios de inclusão, exclusão e leitura dos textos na íntegra, foram selecionados 15 artigos para a revisão. A partir da análise do conteúdo, os resultados indicaram que o ambiente acadêmico pode gerar situações desgastantes, tanto para saúde física quanto para a saúde mental dos estudantes, devido a modificações bruscas no seu cotidiano. No que se refere aos estudantes de enfermagem, o desgaste é ainda maior, por se tratar de uma profissão que envolve prática de cuidado direta a pessoas com a saúde debilitada, gerando medo e insegurança decorrentes do processo de trabalho. Desse modo, acadêmicos de enfermagem são identificados como um grupo de maior vulnerabilidade, com grande potencialidade ao desenvolvimento de sofrimento mental e doenças psíquicas. Ao levar-se em consideração esses aspectos, é necessário que as instituições de ensino superior desenvolvam estratégias que possam dar suporte a saúde psicológica, no intuito de prevenir agravos à saúde mental de seus discentes, tornando assim, o ambiente acadêmico mais saudável, corroborando para que o adoecimento psíquico durante a graduação seja evitado.

Palavras-chave: Saúde Mental; Estudante; Enfermagem.

Área Temática: Temas livres.

Modalidade: Trabalho completo.

1 INTRODUÇÃO

Na área da saúde, a profissão da enfermagem é apontada como um dos campos mais afetados por doenças ocupacionais (SANTOS et al., 2016). Trabalhar com as fragilidades humanas promove o desenvolvimento de emoções. Desse modo, o curso de enfermagem traz consigo uma peculiaridade, considerando que o aprendizado dessa profissão é voltado ao cuidado, e permeia os limites do ser humano, como doença e morte (YOSETAKE et al., 2018).

No que se refere aos universitários, o início da vida acadêmica é uma fase de mudanças significativas. As dificuldades na adaptação muitas vezes desenvolvem problemas na saúde mental do aluno, uma vez que, essa modificação de rotina causa desconforto emocional (LIMA et al., 2021).

Novidades na rotina, bem como demandas universitárias geram mudanças na dinâmica de vida dos jovens egressos na universidade. Diante das expectativas acadêmicas e profissionais, o estudante parte para uma cobrança excessiva nos estudos, na busca de um melhor rendimento acadêmico (FERNANDES et al., 2020).

É de suma importância destacar que a enfermagem é uma profissão considerada de risco para o desenvolvimento de problemas relacionados à saúde mental, uma vez que desde a formação acadêmica, o indivíduo encara situações que exigem tomadas de decisões importantes no cuidado a outras pessoas. Situações estas, que podem gerar ansiedade e insegurança (MOTA et al., 2016).

Além disso, um dos maiores fatores de insegurança entre esses discentes é o medo de errar no campo prático. Isso se deve a cobrança que esses alunos têm desde o início da graduação, sobre exercer seu papel de forma ética e segura (SOUZA et al., 2016).

Nesse sentido, nota-se que a ocorrência do adoecimento psíquico tende a ser maior em acadêmicos do curso de enfermagem. Isso ocorre porque o aluno sofre com altos níveis de estresse, devido à alta demanda acadêmica que envolve inúmeras atividades que contribuem para esse quadro (CARLETO et al., 2018).

Desse modo, tendo em vista todo sofrimento psíquico que o aluno pode desenvolver devido à sobrecarga do curso juntamente com a vida pessoal, torna-se necessário uma rede de apoio psicológico a estes universitários. A fim de facilitar seu processo formativo e promover uma melhor qualidade de vida a esses estudantes (LIMA et al., 2021).

Por fim, considerando a importância do tema abordado, o objetivo deste estudo é analisar as produções de artigos científicos e identificar as publicações encontradas na literatura acerca da saúde mental dos estudantes de enfermagem.

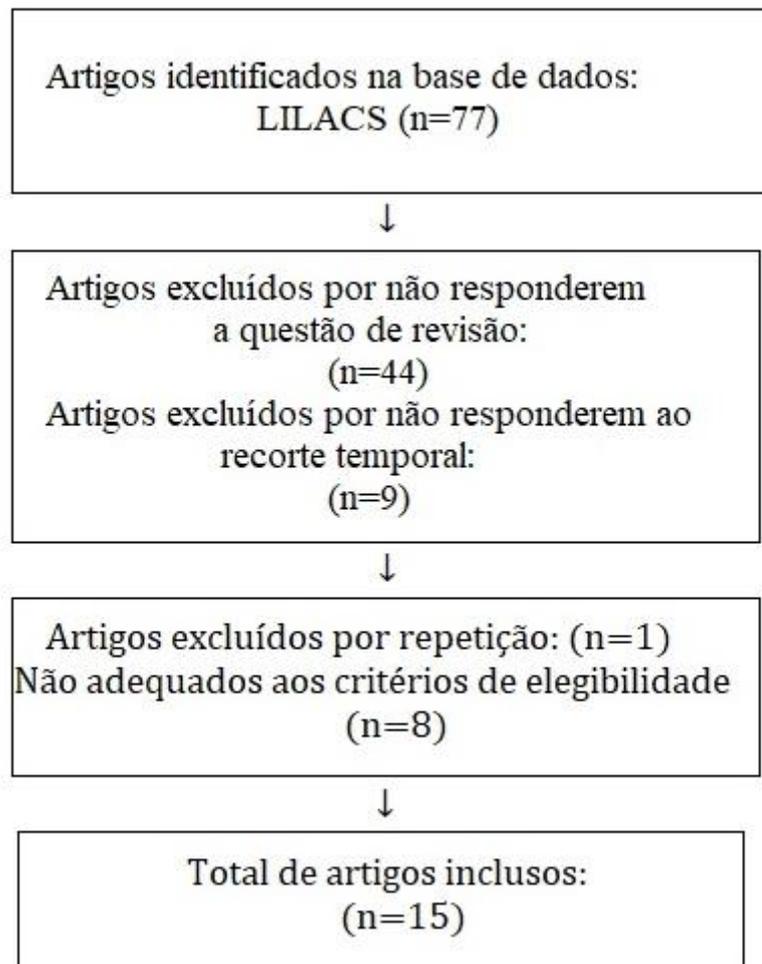
2 MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com a finalidade de sintetizar e resumir uma gama de publicações científicas (ROTHER, 2007).

O levantamento de artigos científicos foi realizado a partir de pesquisa eletrônica na base de dados Literatura Latino- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). O acesso ocorreu no mês de junho de 2021. As palavras chaves utilizadas para o levantamento dos artigos foram: “saúde mental” AND “estudante” AND “enfermagem”, por meio do campo “Palavras”, sendo encontradas 77 produções na LILACS.

Para a inclusão das produções determinou-se que fossem artigos científicos, disponíveis completos on-line e gratuitos, publicados a partir do ano de 2016. Foram excluídas as publicações que não respondessem à pergunta da revisão “Quais as produções científicas acerca da saúde mental dos acadêmicos de enfermagem?”, artigos de reflexão, relatos de experiência, teses e revisões bibliográficas. As produções repetidas na base de dados foram computadas uma única vez. Desta maneira, foram selecionados 15 artigos na LILACS.

Figura 01: Fluxograma da seleção dos artigos baseada nos critérios de inclusão e exclusão. Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil, 2021.



Fonte: Autoria própria, 2021.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Política Nacional de Saúde Mental compreende as estratégias e diretrizes adotadas pelo país, e tem como objetivo organizar o tratamento e assistência à população na área de saúde mental. Com tudo, a construção de uma rede de assistência segura, eficaz e humanizada tem sido um processo contínuo (BRASIL, 2019).

Atualmente a competitividade do mercado de trabalho exige das pessoas cada vez mais habilidade, competência e produtividade. Juntamente às exigências por realização pessoal e profissional, o que requer cada vez mais a capacidade de superação do indivíduo (SANTANA et al., 2018).

Tensão emocional, desgaste físico e desgaste psicológico estão presentes no curso da vida das pessoas. E no que se refere a estudantes universitários, pode-se observar que o

cotidiano acadêmico é de suma importância para o desenvolvimento do futuro profissional (BRITTO et al., 2019).

A demanda de esforços contínuos pode acarretar em futuros problemas de saúde mental, como por exemplo, estresse, depressão e outros transtornos psíquicos menores. Contudo, o estresse na vida universitária de acadêmicos da área da saúde vem se tornando cada vez mais evidente (BRITO et al., 2019).

O contexto universitário pode gerar situações desgastantes para os estudantes, em função das modificações do cotidiano e das necessidades de adaptações relacionadas ao distanciamento da família e de amigos, questões econômicas e até mesmo demandas do mundo acadêmico (SCHUH et al., 2021).

Em pesquisa realizada com alunos de graduação de uma universidade do Estado de São Paulo, que avaliou os níveis de estresse dos alunos, apontou que estes sentem-se sobrecarregados e sem tempo para realizar atividades de lazer ou cuidar do seu bem-estar, o que, somados, podem influenciar na saúde mental dos estudantes. (YOSETAKE et al., 2018)

Em estudo realizado com 697 acadêmicos de medicina, enfermagem e química farmacêutica de uma universidade colombiana constatou que metade dos estudantes apresentavam ansiedade, e oito em cada dez, foram identificados com sintomas de depressão (MOTERROSA; ORDOSGOITIA; BERTRÁN, 2020).

No que diz respeito ao curso de enfermagem, a tensão ganha uma proporção ainda maior, por ser tratar de uma profissão que, além de envolver o cuidado direto a pessoas com a saúde debilitada, abrange um processo de trabalho que pode desencadear desgastes físicos e psicológicos em grandes proporções (BRITO et al., 2019).

Em outro estudo realizado com 88 alunos do curso de enfermagem de uma faculdade do interior de São Paulo apontou prevalência geral de TMC (Transtornos Mentais Comuns) de 41%, e apesar da alta incidência, foi pequena à proporção que relatou estar em acompanhamento com profissional da área da saúde mental. Ainda, observou-se um maior relato do uso de medicação comparado com o acompanhamento, evidenciando assim, a prática da automedicação (CRUZ, et al., 2019).

Por vezes a automedicação é vista pelos indivíduos como uma solução para o alívio imediato de alguns sintomas, porém, essa prática, além de dificultar no diagnóstico dos transtornos mentais, pode trazer consequências graves futuramente, piorando a qualidade de vida dos acadêmicos (CRUZ et al., 2019).

É importante destacar o acompanhamento psicológico adequado de acadêmicos em sofrimento mental, a fim de identificar formas para diminuição do estresse, uma vez que fazer

uso contínuo de medicação oferece vários riscos, como por exemplo dificuldade de concentração e sintomas de ansiedade e depressão, o que pode comprometer o desempenho acadêmico (SANTANA, et al., 2018).

Um estudo realizado com alunos de enfermagem de uma Universidade Federal do Rio Grande do Sul apontou que os motivos de sofrimento psíquico estavam relacionados a dificuldades de adaptação no início do curso, conflitos afetivos, familiares e pessoais que surgiam no decorrer da graduação, e ainda expectativas quanto ao término dessa. E como consequência desse sofrimento, o surgimento de estresse e depressão. (LIMA, et al., 2021).

Ainda em pesquisa realizada com 92 graduandos de enfermagem de uma Instituição Federal de Ensino Superior de Minas Gerais, observou-se que quanto melhor a adaptação à universidade, menor a predisposição dos estudantes aos TMC's (Transtornos Mentais Comuns). Apontando nos resultados a necessidade de intervenções direcionadas à adaptação acadêmica como estratégia de promoção de saúde dos universitários. (CARLETO et al., 2018).

Contudo, para que seja possível identificar sinais de desgaste e sofrimento mental em estudantes, é necessário que as instituições proponham momentos de escuta, em que os alunos possam expressar seus sentimentos e necessidades, no intuito de promover o bem-estar dos acadêmicos. (SANTOS, et al., 2016).

Geralmente o curso de enfermagem se divide em dois grandes eixos, o primeiro constituído por um núcleo básico, logo nos primeiros anos de curso, e o segundo, profissionalizante. Assim, o estágio curricular é um momento propício ao sofrimento mental e crises (NASCIMENTO; RESCK; VILELA, 2018).

Confirma-se então que o ambiente de formação em enfermagem apresenta um grande potencial para sofrimento mental e doenças psíquicas. Sendo assim, é de grande importância que as instituições formadoras sejam focos de análise e ações que proporcionem um ambiente saudável de formação, respeitando seus espaços e possibilidades (SILVA et al., 2019).

Assim, diante do adoecimento psíquico da comunidade estudantil, faz-se necessário que as universidades implementem ações educativas ou de promoção à saúde que proporcionem momentos de lazer e integração entre os alunos, criando um ambiente acolhedor e confortável para que os universitários encontrem um ponto de apoio, confiança e ajuda quando necessário (FERNANDES et al., 2020).

Ademais, a escassez de pesquisas envolvendo o nível de estresse dos alunos de enfermagem é um ponto a ser considerado, comprovando-se, assim, a importância da realização de novos estudos sobre esse tema. O estresse não é apenas resultado de um

processo de mudanças de hábitos e estilos de vida, mas também um fator de risco para outras doenças psíquicas (MOTA, et al., 2016).

Em suma, fica evidente a necessidade de estudos com diferentes abordagens metodológicas, focando na percepção de graduandos frente ao estresse, além de investigações que possibilitem mensurar o nível de estresse quando associado a diferentes variáveis. (SOUZA, et al.; 2016).

Por fim, compreende-se que investigar a saúde mental dos estudantes de enfermagem pode fornecer subsídios para o desenvolvimento de estratégias de promoção de saúde mental que proporcionem melhorias em sua qualidade de vida, tornando assim o ambiente acadêmico mais saudável e oferecendo condições para a manutenção de um bom desempenho pessoal e profissional durante a formação acadêmica (ALMEIDA et al., 2018).

4 CONCLUSÃO

O acolhimento, bem como o suporte psicológico oferecido aos estudantes mostram-se de suma importância para o não adoecimento mental destes durante o período da graduação. Entende-se como primordial estabelecer uma formação acadêmica voltada não somente para o conhecimento científico profissional, mas também centrada na humanização do estudante.

É fundamental que ocorra maiores pesquisas a respeito da saúde mental no âmbito dos acadêmicos de enfermagem, desenvolvendo protocolos, ações e medidas que auxiliem na promoção da saúde e bem estar dos alunos da área da saúde, evitando o maior desenvolvimento de pessoas em adoecimento psíquico.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. Y. et al. Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 52, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Nova Política Nacional de Saúde Mental**. Ministério da Saúde Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Ações Programáticas Estratégicas Coordenação-Geral de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas. Brasília, 2019.

BRITO, M. C. C. et al. Análise da ocorrência de estresse entre estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem em Foco**, Brasília, v. 10, p. 70-78, 2019.

CARLETO, C. T. et al. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, v. 20, 2018.

CRUZ, P. L. B. et al. Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, São João del-Rei v. 9, 2019.

FERNANDES, M. A. et al. Prevenção ao suicídio: vivências de estudantes universitários. **Revista Cuidarte**, Bucaramanga, v. 11, n. 2, p. 8-8, 2020.

LIMA, D. W. C. et al. Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica. **Revista de Enfermagem. UFSM**, Santa Maria, v. 11, p. e23-e23, 2021.

MOTA, N. I. F. et al. Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas** (Edição em Português), Ribeirão Preto, v. 12, n. 3, p. 163-170, 2016.

MOTERROSA C. Á.; ORDOSGOITIA P. E.; BERTRÁN B. T. **Anxiety and Depression Identified in University Students in the Health-care Field with the Goldberg Scale**. **MedUNAB**, v. 23, n. 3, p. 389-404, 2020.

NASCIMENTO, M. G. G.; RESCK, Z. M. R.; VILELA, S. C. Sentimentos de acadêmicos de enfermagem no estágio curricular sob a ótica de Heidegger. **Revista Cogitare Enfermagem**, Paraná, v. 23, n. 4, 2018.

ROTHER, E.T. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Revista Acta Paulista de Enfermagem**. São Paulo, v.20, n.2, São Paulo, 2007.

SANTANA, L. et al. Estresse no cotidiano de graduandos de enfermagem de um instituto federal de ensino. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, São João del-Rei, v. 8, 2018.

SANTOS, R. R. et al. Sintomas de Distúrbios Psíquicos Menores em Estudantes De Enfermagem. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador, v. 30, n. 3, 2016.

SILVA, R. M. et al. Alterações de saúde em estudantes de enfermagem um ano depois do ingresso no curso de graduação. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 53, 2019.

SCHUH, L. M. Meditação: uma estratégia de cuidado em saúde para estudantes universitários. **Revista de Enfermagem. UFSM**, Santa Maria, RS, v. 11, e9, p. 1-21, 2021.

SOUZA, V. et al. Estresse entre graduandos de Enfermagem de uma universidade pública brasileira. **Investigación y Educación en Enfermería**, Antioquia v. 34, n. 3, p. 518-527, 2016.

YOSETAKE, A. L. et al. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas** (Edição em Português), Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 117-124, 2018.