

ciSMA

Grupo de pesquisa sobre Comportamento,
Identidade, Saúde Mental e Ambiente

UNEMAT

Universidade do Estado de Mato Grosso

SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO

UMA COLETÂNEA DE ESTUDOS DESCRITIVOS

Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues
Stefanny Caroliny de Souza
Organizadoras

SAÚDE MENTAL
É ESSENCIAL

#ÉMUITAPRESSÃO



Pantanal Editora

2021

Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues
Stefany Caroliny de Souza
Organizadoras

SAÚDE MENTAL DO
ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO
UMA COLETÂNEA DE ESTUDOS
DESCRITIVOS



Pantanal Editora

2021

Copyright© Pantanal Editora

Editor Chefe: Prof. Dr. Alan Mario Zuffo

Editores Executivos: Prof. Dr. Jorge González Aguilera e Prof. Dr. Bruno Rodrigues de Oliveira

Diagramação: A editora. **Diagramação e Arte:** A editora. **Imagens de capa e contracapa:** Canva.com. **Revisão:** O(s) autor(es), organizador(es) e a editora.

Conselho Editorial

Grau acadêmico e Nome	Instituição
Prof. Dr. Adayson Wagner Sousa de Vasconcelos	OAB/PB
Profa. Msc. Adriana Flávia Neu	Mun. Faxinal Soturno e Tupanciretã
Profa. Dra. Albys Ferrer Dubois	UO (Cuba)
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior	IF SUDESTE MG
Profa. Msc. Aris Verdecia Peña	Facultad de Medicina (Cuba)
Profa. Arisleidis Chapman Verdecia	ISCM (Cuba)
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva	UFESSPA
Prof. Dr. Bruno Gomes de Araújo	UEA
Prof. Dr. Caio Cesar Enside de Abreu	UNEMAT
Prof. Dr. Carlos Nick	UFV
Prof. Dr. Claudio Silveira Maia	AJES
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos	UFGD
Prof. Dr. Cristiano Pereira da Silva	UEMS
Profa. Ma. Dayse Rodrigues dos Santos	IFPA
Prof. Msc. David Chacon Alvarez	UNICENTRO
Prof. Dr. Denis Silva Nogueira	IFMT
Profa. Dra. Denise Silva Nogueira	UFMG
Profa. Dra. Dennyura Oliveira Galvão	URCA
Prof. Dr. Elias Rocha Gonçalves	ISEPAM-FAETEC
Prof. Me. Ernane Rosa Martins	IFG
Prof. Dr. Fábio Steiner	UEMS
Prof. Dr. Fabiano dos Santos Souza	UFF
Prof. Dr. Gabriel Andres Tafur Gomez	(Colômbia)
Prof. Dr. Hebert Hernán Soto Gonzáles	UNAM (Peru)
Prof. Dr. Hudson do Vale de Oliveira	IFRR
Prof. Msc. Javier Revilla Armesto	UCG (México)
Prof. Msc. João Camilo Sevilla	Mun. Rio de Janeiro
Prof. Dr. José Luis Soto Gonzales	UNMSM (Peru)
Prof. Dr. Julio Cezar Uzinski	UFMT
Prof. Msc. Lucas R. Oliveira	Mun. de Chap. do Sul
Profa. Dra. Keyla Christina Almeida Portela	IFPR
Prof. Dr. Leandris Argentele-Martínez	Tec-NM (México)
Profa. Msc. Lidiene Jaqueline de Souza Costa Marchesan	Consultório em Santa Maria
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann	UFJF
Prof. Msc. Marcos Pisarski Júnior	UEG
Prof. Dr. Marcos Pereira dos Santos	FAQ
Prof. Dr. Mario Rodrigo Esparza Mantilla	UNAM (Peru)
Profa. Msc. Mary Jose Almeida Pereira	SEDUC/PA
Profa. Msc. Nila Luciana Vilhena Madureira	IFPA
Profa. Dra. Patrícia Maurer	UNIPAMPA
Profa. Msc. Queila Pahim da Silva	IFB
Prof. Dr. Rafael Chapman Auty	UO (Cuba)
Prof. Dr. Rafael Felipe Ratke	UFMS
Prof. Dr. Raphael Reis da Silva	UFPI
Prof. Dr. Ricardo Alves de Araújo	UEMA
Prof. Dr. Wéverson Lima Fonseca	UFPI
Prof. Msc. Wesclen Vilar Nogueira	FURG
Profa. Dra. Yilan Fung Boix	UO (Cuba)
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme	UFT

Conselho Técnico Científico

- Esp. Joacir Mário Zuffo Júnior
- Esp. Maurício Amormino Júnior
- Esp. Tayronne de Almeida Rodrigues
- Lda. Rosalina Eufrausino Lustosa Zuffo

Ficha Catalográfica

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

S255 Saúde mental do estudante universitário [livro eletrônico] uma coletânea de estudos descritivos / Organizadoras Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues, Stefany Caroliny de Souza. – Nova Xavantina, MT: Pantanal, 2021. 72p.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN 978-65-88319-75-8

DOI <https://doi.org/10.46420/9786588319758>

1. Enfermagem psiquiátrica. 2. Saúde coletiva. 3. Ciências da saúde. I. Rodrigues, Poliany Cristiny de Oliveira. II. Souza, Stefany Caroliny de.

CDD 616.8917

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422



Pantanal Editora

Nossos e-books são de acesso público e gratuito e seu download e compartilhamento são permitidos, mas solicitamos que sejam dados os devidos créditos à Pantanal Editora e também aos organizadores e autores. Entretanto, não é permitida a utilização dos e-books para fins comerciais, exceto com autorização expressa dos autores com a concordância da Pantanal Editora.

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000.
Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil.
Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp).
<https://www.editorapantanal.com.br>
contato@editorapantanal.com.br

APRESENTAÇÃO

Este e-book, configurado em uma coletânea de estudos, foi concebido através da vontade de atravessar os muros do curso de enfermagem e alcançar toda a comunidade acadêmica; da vontade de transcender as fronteiras da universidade e se aproximar mais do território e do cotidiano das pessoas que não estão, necessariamente, inseridas na universidade. Na expectativa de impulsionar importantes reflexões e apresentar novos rumos ao processo de sistematização e produção de conhecimentos sobre a saúde mental da comunidade acadêmica o livro **“Saúde mental do estudante universitário: uma coletânea de estudos descritivos”** tem por objetivo compilar os principais resultados obtidos e aprofundar algumas constatações iniciais sobre a saúde dos estudantes e sua relação com o ambiente universitário, respondendo a algumas demandas com fundamentação prática político-pedagógica da universidade na atualidade e discutir hipóteses e rumos de pesquisa a serem tomados a partir desse debate em curso.

O projeto "Saúde Mental é essencial" iniciou sua trajetória em 2016 a partir de questionamentos relacionados à saúde mental de estudantes e professores levantados por estudantes de enfermagem. Segundo os estudantes, muitos colegas estavam com o rendimento escolar prejudicado por que estavam esgotados da universidade, muitos estudantes tinham crise de ansiedade dentro da sala de aula, muitos professores e alunos estavam com depressão. *Será que o ambiente universitário tinha contribuído para esse adoecimento?* Para responder esse questionamento, em maio de 2017, os acadêmicos da UNEMAT foram convidados a responder um formulário online sobre os seus hábitos de vida acadêmica e os níveis de ansiedade e depressão. É aqui que se inicia um importante e saudável visibilidade à saúde mental da comunidade acadêmica da UNEMAT.

Este e-book traz uma coletânea de estudos descritivos, desenvolvidos no âmbito da graduação como trabalhos de conclusão de curso entre 2016 e 2018, que caracterizam a relação entre saúde mental e o ambiente universitário, com um olhar sobre o estudante. O Capítulo 1, caracteriza o estresse do estudante, trazendo definições e conceitos relacionados ao estresse, ansiedade e depressão no contexto acadêmico. O Capítulo 2 discute a prevalência de sintomas ansiosos em estudantes de graduação, sua relação com fatores sociodemográficos, hábitos e vida estudantil. O Capítulo 3 apresenta a relação entre ansiedade e o padrão do sono dos estudantes. O Capítulo 4 levanta a prevalência do consumo de substâncias psicoativas em estudantes universitários e sua relação com sintomas de ansiedade. O Capítulo 5 discorre sobre as estratégias de *Coping* em estudantes do ensino superior, discutindo os tipos de estratégias de enfrentamento utilizadas pelos estudantes, sua distribuição temporal ao longo do curso e sua relação com sintomas prováveis de ansiedade e depressão. O Capítulo 6, descreve a prevalência de depressão nos estudantes de graduação explorando sua distribuição espaço-temporal. Por fim, o Capítulo

7 analisa a associação entre fatores acadêmicos e a prevalência de diagnóstico provável de ansiedade e depressão dos estudantes.

Com estes estudos aqui reunidos, agora em capítulos, esperamos que este e-book seja um estímulo de leitura e produção de novas pesquisas na área da saúde mental e sua relação com o ambiente universitário, assim como uma oportunidade de levantar hipóteses e idealizar diretrizes que estimulem e deem continuidade à discussão deste tema.

Boa Leitura!

Poliany Rodrigues

SUMÁRIO


Apresentação	4
Capítulo 1	8
O estresse do estudante universitário.....	8
Capítulo 2	11
Prevalência de sintomas de ansiedade em estudantes de graduação.....	11
Introdução.....	11
Material e Método	12
Desenho do Estudo	12
População e Área de estudo.....	12
Fonte e Análise dos Dados	12
Resultados	13
Discussão.....	16
Referências Bibliográficas	18
Capítulo 3	20
Ansiedade e padrão do sono de estudantes de graduação	20
Introdução.....	20
Material e Método	21
Desenho de Estudo.....	21
População e Área do Estudo	21
Fonte e Análise dos Dados	21
Resultados	22
Discussão.....	25
Referências Bibliográficas	26
Capítulo 4	27
Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em estudantes universitários.....	27
Introdução.....	27
Metodologia	28
Desenho de Estudo.....	28
População e Área do Estudo	28
Fonte e Análise dos Dados.....	28
Resultados	29
Discussão.....	31
Referências bibliográficas.....	33
Capítulo 5	35
Estratégias de <i>Coping</i> em estudantes do ensino superior	35
Introdução.....	35
Material e Método	36
Desenho de Estudo.....	36
População e Área do Estudo	36
Fonte e Análise dos Dados	36
Resultados	37
Discussão.....	41
Referências bibliográficas.....	43
Capítulo 6	45
Prevalência de sintomas depressivos em estudantes da saúde.....	45
Introdução.....	45
Material e Método	46
Desenho do Estudo	46

População e Área do Estudo	46
Fonte e Análise dos Dados	46
Resultados	47
Discussão.....	50
Referências Bibliográficas	52
Capítulo 7	54
Fatores acadêmicos associados à prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dos estudantes do ensino superior	54
Introdução.....	54
Material e Método	55
Desenho do Estudo	55
População e Área de estudo.....	55
Fonte e Análise dos Dados	55
Resultados	56
Discussão.....	62
Referência Bibliográfica.....	65
Reflexões finais.....	68
Sobre os(as) organizadores(as) e os(as) autores(as).....	69
Índice Remissivo	71

Capítulo 1

O estresse do estudante universitário

Poliany Cristiny de Oliveira Rodrigues

 10.46420/9786588319758cap1

RESUMO

Objetivo: Apresentar definições e conceitos relacionados ao estresse, ansiedade e depressão no contexto acadêmico.

Metodologia: Realizou-se uma revisão integrativa em materiais de relevância para o tema. **Resultados:** A forma como o indivíduo percebe e reage aos eventos estressantes determina a ocorrência de resoluções positivas ou negativas. As respostas adaptativas básicas relacionadas ao estresse são a ansiedade e a depressão. A prevalência de depressão e ansiedade em estudantes de graduação têm apresentado caráter crescente no Brasil e no mundo. **Conclusão:** O desenvolvimento de sofrimento psíquico e estratégias ineficazes de enfrentamento do estresse aumenta o risco de desenvolvimento de quadros de dependência química e até suicídio, bem como dificuldades em seguir o curso. A universidade deve estar preparada no auxílio do estudante no gerenciamento do estresse.

Ao ingressar no ensino superior os estudantes enfrentam várias mudanças no seu estilo de vida, com perdas na sua vida pessoal, nas suas relações sociais e no seu lazer. Os cursos propiciam uma série de estressores culturais, emocionais e financeiros que são percebidos de forma individual, subjetiva e temporal, e determina a resiliência e escolhas dos estudantes (Hebert et al., 2020).

Principalmente no início do curso os sentimentos de medo e insegurança costumam ser frequentes nos estudantes, diminuindo gradativamente à medida que o curso avança. Alguns estudantes, porém, não conseguem se adaptar às situações vivenciadas na universidade e os sintomas acabam evoluindo para ansiedade ou depressão graves. Dentre os principais estressores, presentes na universidade, podemos citar a elevada carga horária e o grande volume de disciplinas, insegurança em relação ao ingresso no mercado de trabalho, cobrança da sociedade e da instituição de ensino, além da autocobrança (González et al., 2009; Murph et al., 2019).

Embora o estresse faça parte do cotidiano, a forma como o indivíduo percebe e reage aos eventos estressantes determina a ocorrência de resoluções positivas ou negativas. Os estressores poderão tanto ser vivenciados como algo positivo e estimulador quanto poderá ser vivenciado como algo negativo, lesando e contribuindo para a ocorrência de doenças, principalmente pelo efeito acumulativo do mesmo. As respostas adaptativas básicas relacionadas ao estresse são a ansiedade e o pesar (Townsend, 2017).

A ansiedade costuma ser percebida como um estado de alerta que leva à tensão e ao gasto energético, associado a uma percepção do ambiente aumentada voltada a um perigo percebido conscientemente ou não. Ela é entendida como uma reação normal da vivência humana que, geralmente, leva a uma mudança do estado físico e psíquico, com projeção de futuro muitas vezes negativa, porém, com possibilidade de modificação do curso de ação (OPAS, 2021). A ansiedade patológica pode levar a uma resposta de congelamento (“fuga”), levando os estudantes a desenvolverem estratégias de adaptação inadequadas como, comportamentos de procrastinação, baixa de rendimento e aumento de comportamentos “anti-estresse” na busca de alívio (Rahe et al., 2002; González et al., 2009; Townsend, 2017).

O pesar ou luto caracteriza-se por um sentimento de perda, ou de previsão de perda, de qualquer coisa de valor para um indivíduo. O processo de luto é natural e adaptativo no cotidiano e caracteriza-se por sentimentos de tristeza, culpa, raiva, impotência, desesperança. As respostas mal adaptativas à perda ocorrem quando o indivíduo não é capaz de evoluir satisfatoriamente ao longo dos estágios de pesar até alcançar a resolução. A depressão patológica pode ser uma resposta de pesar mal adaptativa (Townsend, 2017). A depressão é uma das patologias psiquiátricas mais comuns, atingindo uma parte considerável da população, independentemente de sexo, idade ou etnia, e que tem se constituído no fator de maior prejuízo pessoal, funcional e social da atualidade (OPAS, 2021). O perfil cognitivo da depressão está relacionado a uma estrutura de crenças disfuncionais focadas principalmente na perda pessoal e fracasso nos domínios interpessoal e de realização, aumento do processamento negativo e exclusão de informação positiva autorreferente (González et al., 2009).

A ansiedade e a depressão patológicas podem ocorrer juntas e de forma sobreposta. Além disso, com frequência, sinais e sintomas de ansiedade podem preceder a depressão (Townsend, 2017). Alguns autores ressaltam a pertinência de pensar ambas as patologias a partir de uma dimensão sobreposta entre elas, referente ao afeto negativo e representada por sintomas inespecíficos como irritabilidade e tensão; as outras duas dimensões do modelo seriam baixos níveis de afetos positivos (depressão) e hiperexcitação fisiológica (ansiedade) (Andrade et al., 2006; Murph et al., 2019).

Os transtornos mentais e comportamentais apresentam difíceis diagnósticos precoces, devido ao seu caráter subjetivo, podendo interferir em alterações emocionais, orgânicas, sociais e culturais. Muitos estudos têm identificado que os transtornos mentais e comportamentais são responsáveis por aproximadamente 30,8% das doenças físicas, sendo responsáveis por sete das dez principais causas de anos vividos com incapacidades no mundo (OPAS, 2021).

A prevalência de depressão e ansiedade em estudantes de graduação têm apresentado caráter crescente no Brasil e no mundo (Penha et al., 2020.), contudo uma das dificuldades dos cuidados psiquiátricos para os estudantes é o fato de que eles tendem a não procurar ajuda médica para seus

problemas (Ye et al., 2016), muitas vezes falta de tempo, estigma associado à utilização de serviços de saúde mental, custos e medo das consequências em nível curricular (González et al., 2009; Penha et al., 2020).

A identificação precoce e o encaminhamento para tratamento adequado são a melhor solução para evitar o desenvolvimento de sofrimento psíquico e estratégias ineficazes de enfrentamento do estresse, bem como evitar as dificuldades do estudante em seguir o curso, a diminuição da produtividade e o aumento do risco de desenvolvimento de quadros de dependência química e até suicídio (Rahe et al., 2002; Penha et al., 2020). A universidade deve estar preparada no auxílio do estudante no gerenciamento do estresse.

Referências Bibliográficas

- Andrade, TMR et al. (2006). Sintomas depressivos e o uso de substâncias psicoativas durante a vida de adolescentes. *Revista Brasileira de Terapias cognitivas*, 2(1): 95-104.
- González RMT et al. (2009). Relación entre la depresión, la ansiedad y los síntomas psicosomáticos en una muestra de estudiantes universitarios del norte de México. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 25(2): 141-145.
- Herbert C et al. (2020). Regular Physical Activity, Short-Term Exercise, Mental Health, and Well-Being Among University Students: The Results of an Online and a Laboratory Study. *Frontiers in Psychology*, 11: 509. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00509.
- Murph JJ et al. (2019). What Psychosocial Factors Determine the Physical Activity Patterns of University Students? *J. Phys Act Health*, 16(5): 325-332. DOI: 10.1123/jpah.2018-0205.
- OPAS (2021.). Transtornos mentais. Organização Pan-Americana de Saúde. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/transtornos-mentais>>. Acesso em: 19 mai. 2020.
- Penha JRL et al. (2020). Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. *Jornal Health NPEPS*, 5(1): 369-395.
- Rahe RH et al. (2002). The brief stress and Coping inventory: a useful stress management instrument. *International journal of stress management*, 9(2): 61-70.
- Townsend MC (2017). *Enfermagem psiquiátrica: conceitos de cuidados na prática baseada em evidências. Revisão técnica Isabel Cristina Fonseca Cruz; tradução Douglas Arthur Omena Futuro et al.* 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Ye YL et al. (2016). Associations between multiple health risk behaviors and mental health among Chinese college students. *Psychol Health Med.*, 21(3): 377-385. DOI: 10.1080/13548506.2015.1070955.

Reflexões Finais

Este e-book apresentou-se, antes de tudo, como um importante exercício de pesquisa científica e de aplicação de ferramentas de estatística descritiva e epidemiologia aos estudantes de graduação, desmistificando a ideia de que a pesquisa somente pode ser feita com análises e instrumentos complexos.

Nossos achados apresentaram um importante panorama de comportamento dos estudantes de graduação da instituição, bem como a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão e sua associação com fatores inerentes ao ambiente universitário. Estudantes com diagnóstico provável de ansiedade e depressão apresentaram maior uso de estratégias adaptativas de negação. A maior prevalência de ansiedade esteve associada ao consumo de cigarro e medicamentos hipnóticos, à um padrão inadequado de sono, à mudança de local de residência para cursar a graduação e a sexualidade. Fazer parte de outros campi e de cursos fora da área da saúde, o sexo feminino e satisfação com o curso são fatores acadêmicos associados tanto a prevalência de diagnóstico provável de ansiedade, quanto depressão. Além disso, a prática de atividade física mostrou-se um importante fator protetivo, ao apresentar associação com menores prevalências de ansiedade.

Devemos levar em consideração que os estudos contaram com uma pequena amostra da população total dos estudantes, o que dificulta a generalização dos dados para os demais campus e cursos da universidade, além de provavelmente ter subestimado as prevalências de ansiedade e depressão na população estudada. Apesar dessas limitações, este corte transversal, possibilitou o conhecimento da realidade local dos estudantes da UNEMAT, além de servir como referência para pesquisas futuras e contribuir para a discussão de ações de prevenção e cuidado a saúde mental dos estudantes.

Novos estudos, com análises mais robustas, são necessários para direcionar medidas de intervenção mais específicas ao estudante, entretanto, recomendamos o acompanhamento sistemático do estudante ao longo da graduação realizando avaliações periódicas da saúde mental e seu desempenho pedagógico, sobretudo, nos primeiros e últimos semestres dos cursos, uma vez que esses são períodos de maior necessidade de adaptação. Além disso, é importante investir em atividades que auxiliem os estudantes a desenvolverem estratégias de enfrentamento mais adaptativas.

SOBRE OS(AS) ORGANIZADORES(AS) E OS(AS) AUTORES(AS)

Poliany Rodrigues Mentora e coordenadora do projeto “Saúde Mental é Essencial”. É Enfermeira e professora de epidemiologia e saúde mental. Egressa da UNEMAT e doutora em saúde pública e meio ambiente pela Escola Nacional de Saúde Pública (2016). Coordena o grupo de pesquisa sobre Comportamento, Identidade, Saúde Mental e Ambiente (CISMA), desenvolve atividades de pesquisa e extensão na área de divulgação científica em epidemiologia e saúde mental. Enxerga a vida pelo viés da epidemiologia e prefere ser essa “metamorfose ambulante”.



Stefany Souza Enfermeira, graduada pela UNEMAT e docente do curso de enfermagem na mesma instituição. Colaboradora do grupo de pesquisa sobre Comportamento, Identidade, Saúde Mental e Ambiente (CISMA), do Centro Interdisciplinar de Pesquisa em Esporte e Exercício Físico (CIPEEF) e do Laboratório de Estudos Aplicados em Pedagogia do Esporte (LEAPE). Atualmente cursa mestrado na Pós-Graduação em Educação (PPGEdu/UNEMAT). Tem como lema de vida “Sempre persista nos seus sonhos”.



Aline Mamede Enfermeira, Mãe do Leonardo e esposa do Fabrício. Serenidade, foco e persistência, palavras que a descreve por completo. Desistir nunca foi sua opção.



Skarlet Cruz Enfermeira, especialista em enfermagem psiquiátrica e Mato-grossense com muito amor. Esta leonina nata está cursando o último ano de enfermagem. Ela é só “CARNE, OSSO E CAOS”, adora música e é apaixonada pelos animais, pela natureza e, principalmente, pela vida.



Marilene Morreira Mestre em ciências Ambientais pelo Programa de Pós-graduação em Ciências Ambientais. É enfermeira e mãe de duas belas moças. Emotiva, autêntica, influenciada pela sua criatividade. Começou a vida de trás para frente, mas aos 11 anos já sabia que a área da saúde era sua paixão profissional.



ID **Thiago Silva** Enfermeiro, Poconeano criador de capivaras, libriano se aventurando pelos ricos e imensos saberes da área da enfermagem. Apaixonado pela família, amigos e as baladinhas da vida, só procurando seu lugar no mundo, sendo autêntico, “free and wild”.



ID **Bethânia Taques** Graduada em Enfermagem pela UNEMAT e especialista em enfermagem obstétrica. Atua em Unidade de Pronto Atendimento. Fez parte do projeto “Saúde Mental é Essencial” durante a graduação onde me possibilitou percepções ampliadas sobre saúde mental.



ID **Jaqueline Lima** É a mamãe da Aurora e professora da Faculdade de Enfermagem da UFMT. Possui mestrado em Saúde Coletiva pela UFMT (2015) e doutorado em Ciências – área de concentração em Epidemiologia pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (2019).



ÍNDICE REMISSIVO

A

Ações

agressivas, 34, 37
diretas, 34, 38

álcool, 11, 26, 27, 29, 31, 32, 33

ansiedade, 4, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17,
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29,
30, 31, 32, 34, 35, 39, 40, 41, 42, 43, 49, 51,
52, 53, 54, 55, 56, 57, 60, 61, 62, 63, 64, 65,
66, 67

apoio social, 31, 36, 41

atividade física, 13, 14, 16, 67

C

ciências da Saúde, 12, 20, 21, 28, 36, 44, 45, 55

cigarro, 26, 29, 31, 33, 67

Coping, 4, 9, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43

de aproximação, 34, 36, 37, 39, 40

de negação, 34, 36, 37, 39, 40, 42

D

depressão, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 20,
25, 27, 30, 31, 32, 34, 35, 39, 41, 42, 44, 46,
47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58,
61, 62, 63, 64, 66, 67

desempenho acadêmico, 24, 55, 65

discentes, 20, 21

E

educação física, 20, 27, 44, 45, 46, 48, 49, 58, 60

EHAD, 12, 13, 14, 21, 22, 23, 28, 35, 45, 46, 55

enfermagem, 9, 17, 18, 20, 25, 27, 32, 40, 43, 44,
45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 55, 56, 58, 60, 64,
65, 69

enfrentamento, 4, 7, 9, 10, 36, 40, 41, 43, 44, 67
epidemiologia, 51, 69

Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão,
10, 11, 12, 21, 28, 35, 45, 53, 55

estilo de vida, 7

estresse, 4, 7, 8, 9, 11, 18, 20, 27, 30, 31, 35, 40,
41, 43, 44, 51, 65

estudantes, 4, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17,
19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31,
32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43,
44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55,
56, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67

estudos descritivos, 4

F

fatores

acadêmicos, 5, 53, 54, 55, 56, 58, 60, 63, 67

associados, 14, 30, 50, 53, 64, 65

predisponentes, 17

G

graduação, 4, 7, 8, 10, 13, 15, 17, 19, 20, 25, 44,
46, 50, 51, 54, 55, 59, 63, 64, 67, 68, 69

H

hábitos

de estudo, 55

de vida, 4, 10, 20, 27, 45

M

medicamentos, 26, 29, 31, 32, 33, 67

medicina, 2, 20, 27, 44, 45, 46, 48, 49, 51, 52, 56,
58, 60, 65, 66

P

prevalência, 4, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 21, 26,
27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 41, 44, 45, 46, 47,
48, 49, 50, 53, 54, 55, 58, 60, 61, 62, 63, 64,
65, 67

S

satisfação, 16, 18, 35, 53, 55, 63, 67

saúde

coletiva, 69

mental, 4, 5, 9, 17, 41, 49, 50, 61, 62, 64, 67,
68, 69

sedentarismo, 10

sono, 4, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23,
24, 25, 61, 62, 63, 67

substâncias psicoativas, 4, 9, 26, 27, 28, 29, 30,
31, 32, 33

T

transtornos mentais e comportamentais, 8

U

Universidade, 11, 12, 16, 17, 18, 20, 21, 27, 28,
32, 34, 35, 36, 40, 42, 45, 49, 51, 52, 53, 54,
55, 64, 65, 66, 69



ISBN 978-658831975-8



9 786588 319758

Pantanal Editora

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000

Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil

Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp)

<https://www.editorapantanal.com.br>

contato@editorapantanal.com.br