

FATORES ASSOCIADOS À SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: PROPOSTA DE MODELO TEÓRICO¹²

Factors Associated with the Mental Health of University Students: Theoretical Model Proposal

Daniela Ornellas Ariño³ 

Centro Universitário Estácio Santa Catarina⁴
Florianópolis, SC, Brasil.

Roberto Moraes Cruz⁵ 

Universidade Federal de Santa Catarina
Florianópolis, SC, Brasil.

Karen Rayany Ródio-Trevisan⁶ 

Universidade Federal de Santa Catarina
Florianópolis, SC, Brasil.

Maria Julia Pegoraro Gai⁷ 

Universidade Federal de Santa Catarina
Florianópolis, SC, Brasil.

Resumo

O período dedicado à vida universitária é marcado por características particulares desta etapa de vida. Neste espaço de tempo e contexto os recursos pessoais de cada estudante são utilizados no enfrentamento de novas demandas. O presente estudo tem como objetivo identificar e caracterizar variáveis acadêmicas e de carreira relacionadas à saúde mental de graduandos e, a partir destas, a elaborar de um modelo de investigação de saúde mental para a população de estudantes universitários. Tem como método uma busca sistemática realizada nas bases de dados Web of Science, PubMed, PsycINFO, Scopus e no Portal BVS-saúde, tendo resultado a inclusão de 134 estudos para análise e discussão de resultados. Identificou-se que a saúde mental dos universitários é composta por aspectos positivos (satisfação de vida) e negativos (sintomas de ansiedade, estresse e depressão), é predita por fatores individuais, contextuais e acadêmicos. E em tal relação explicativa a autoeficácia ocupa um papel de mediador entre os fatores acadêmicos e a saúde mental. As variáveis identificadas fornecem subsídios teóricos

¹ Editora responsável pela avaliação: Prof.^a Dr.^a Liliam Deisy Ghizoni.

² Copyright © 2023 Ariño, Cruz, Ródio-Trevisan & Gai. Este é um artigo em acesso aberto distribuído nos termos da Licença Creative Commons. Atribuição que permite o uso irrestrito, a distribuição e reprodução em qualquer meio desde que o artigo original seja devidamente citado.

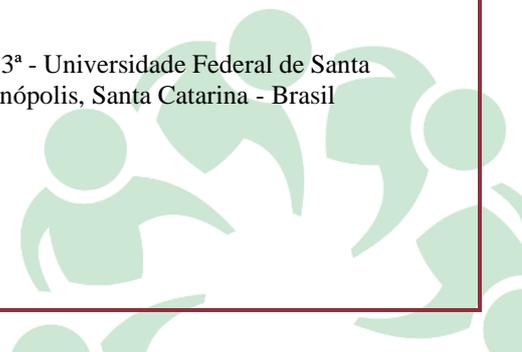
³ daniela.arino@gmail.com

⁴ Laboratório Fator Humano - Centro de Filosofia e Ciências Humanas - Sala 13^a - Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Campus Universitário - Trindade - CEP 88.040-970 – Florianópolis, Santa Catarina - Brasil

⁵ robertocruzdr@gmail.com

⁶ karenrpsico@gmail.com

⁷ mariajuliapgai@gmail.com



para a construção de um instrumento de medida para avaliação da saúde mental de estudantes universitários.

Palavras-chave: saúde mental; Universidades; Medidas educacionais.

Abstract

The period dedicated to university life is marked by particular characteristics of this stage of life. In this space of time and context, the personal resources of each student are used to face new demands. The present study aims to identify and characterize academic and career variables related to the mental health of undergraduates and, based on these, to elaborate a mental health investigation model for the population of university students. Its method is a systematic search carried out in the databases Web of Science, PubMed, PsycINFO, Scopus and in the BVS-Saúde Portal, resulting in the inclusion of 134 studies for analysis and discussion of results. It was identified that the mental health of university students is composed of positive (life satisfaction) and negative (symptoms of anxiety, stress and depression) aspects, and is predicted by individual, contextual and academic factors. And in such an explanatory relationship, self-efficacy plays a mediating role between academic factors and mental health. The identified variables provide theoretical support for the construction of a measuring instrument to assess the mental health of university students.

Keywords: Mental health; Colleges; Educational measurement.

Introdução

A vivência do ensino superior é uma possibilidade de desenvolvimento de habilidades e competências (Bardagi, 2007), assim como uma melhora no funcionamento cognitivo de seus alunos, constituindo-se como um espaço gerador de impactos positivos para os estudantes. O período correspondente à vida universitária (do ingresso na universidade até a conclusão de curso) é marcado por características particulares desta etapa de vida, trata-se de um momento de transição e mudanças (Arnett, 2007). A adaptação à nova realidade, no caso de estudantes que não possuam recursos pessoais para o enfrentamento dessas demandas, estas acabam por se constituir como eventos estressores, que impactam na saúde física e mental.

A população universitária é identificada como vulnerável para o desenvolvimento de TMC (Transtornos Mentais Comuns), como por exemplo, a depressão, a ansiedade e o estresse (Bayram & Bilgel, 2008; Bohry, 2007; Eisenberg et al., 2007). Os níveis de prevalência encontrados, apontam que 15 a 25% dos universitários irão apresentar algum Transtorno Mental durante seu período de formação (Noronha Junior et al., 2015; Vasconcelos et al., 2015; Victoria et. al., 2013). Estudos epidemiológicos e de prevalência indicam que a presença de transtornos mentais não psicóticos, neste público, é significativamente maior que na população geral e em adultos jovens não universitários (Ibrahim et al., 2013; Eisenberg et al., 2007).

Índices de sofrimento psíquico elevados na população universitária foram apresentados no Fórum de Pró-reitores de Assuntos Estudantil (2011). Quase metade dos estudantes (47,7%) relatou alguma “crise emocional” nos 12 meses anteriores a pesquisa, desencadeada por eventos estressores descritos como: ansiedade frente às demandas acadêmicas; alterações do sono; sensação de desamparo/desespero/desesperança; sensação de desatenção/desorientação/confusão mental; timidez excessiva; depressão; medo/pânico; e problemas alimentares (Fórum de Pró-reitores de Assuntos Estudantil, 2011).

Contudo, identificou-se uma lacuna teórica em relação a explicitação dos fatores de risco e protetivos relativos à saúde mental dos graduandos. Dessa maneira, o presente estudo parte da seguinte pergunta de pesquisa: Quais fatores acadêmicos estão relacionados ao adoecimento do estudante universitário? Tem-se como objetivo geral identificar e caracterizar das variáveis acadêmicas e de carreira relacionadas à saúde mental de graduandos (fatores de risco e proteção) e, a partir destas, a elaborar de um modelo de investigação de saúde mental para a população de estudantes universitários.

Método

Como método, foi realizada uma busca sistemática realizada nas bases de dados Web of Science, PubMed, PsycINFO, Scopus e no Portal BVS-saúde, encerrada no dia 14 de setembro de 2018. A Scopus foi selecionada por apresentar literatura sobre ciências da saúde e ciências sociais, procedentes de mais de 16.000 periódicos internacionais. A Web Of Science, é uma base interdisciplinar, indexando artigos de alto impacto nas ciências sociais e humanas. A PsycINFO por abranger a literatura de Psicologia e áreas afins. A PubMed foi selecionada por conter em seu acervo mais de 18 milhões de referências com informações biomédicas e de saúde sobre ciências da vida e do comportamento. Além das bases citadas, realizou-se busca também no Portal BVS o qual, além de dados da MedLine, também recupera dados bibliográficos do índice bibliográfico LILACS - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (De-la-Torre-Ugarte et al., 2011; Gomes, & Caminha, 2014).

Os descritores e operadores booleanos utilizados para a realização da busca foram: “Mental Health” AND (undergraduates OR “university students” OR “college students”) AND (“university” or “higher education”). E os correspondentes em português “Saúde Mental” AND (“universitários” or “estudantes universitários” or “graduandos”) AND (“universidade” OR “educação superior”). Os campos de busca variaram conforme as configurações de cada base,

PubMed e PsycINFO (Todos os Campos), Web of Science (Tópico), Scopus (Article, Title, Abstract, Keyword) e no Portal BVS (Título, Resumo e Assunto). Os filtros aplicados na realização da busca foram: a) Ano de publicação de 2013 a 2017; b) Idiomas: Inglês, por ser o idioma de maior número de publicações no mundo; o Português pois é a língua nativa dos autores, e Espanhol, para abarcar também os estudos latino-americanos; c) Artigos Empíricos.

Os critérios de inclusão foram: 1) Público-alvo da pesquisa composto por estudantes universitários; 2) Avaliar aspectos de saúde mental dos estudantes; 3) Indicar nos resultados fatores associados/relacionados aos desfechos em saúde mental; 4) Ter como variável desfecho a saúde mental ou fatores correlatos. E os critérios de exclusão: 1) Amostra não ser composta por estudantes universitários; 2) Não ter como variável de interesse saúde mental e/ou fenômenos correlatos; 3) Não apresentar fatores associados/correlacionados em saúde mental; 4) Amostra ser composta por estudantes que vivenciaram eventos traumáticos (guerras, tiroteios, etc). No que se refere ao checklist do método PRISMA, o estudo atende a 19 de 27 itens. Os itens 13 a 16 do método, assim como os itens 19 à 22 de resultados, não se aplicam ao presente estudo, uma vez que dão diretrizes para estudos de metanálise. O protocolo PRISMA foi criado em 2009 por um grupo internacional de revisores como uma diretriz projetada para auxiliar autores na preparação de relatórios completos de revisões sistemáticas, assim como para permitir a comparabilidade da integridade entre elas (Moher et al., 2009).

Para construção do modelo foram analisados todos os fatores que na literatura apresentavam alguma relação com a saúde mental, ou impactavam a mesma em algum nível. Após listá-los os itens foram categorização, e a partir dessas categorias e das relações descritas na literatura o modelo teórico foi traçado.

Resultados

Foram localizados 6.342 artigos, dentre os quais 2.281 eram duplicados, sendo estes excluídos mecanicamente. Dos 4.061 estudos que restaram, foram lidos os títulos e resumos, e então selecionados aqueles dentro do escopo desta pesquisa, ou seja, aqueles que atendiam aos critérios de inclusão e exclusão. Nessa etapa foram excluídos 3.356 estudos, restando assim 705 estudos (Figura 1). Os artigos considerados elegíveis foram lidos na íntegra, dos quais 134 continham informações capazes de contribuir com a investigação dos fenômenos de saúde (variável desfecho) e dos fenômenos correlatos (variáveis independentes), tais dados foram extraídos e sistematizados.

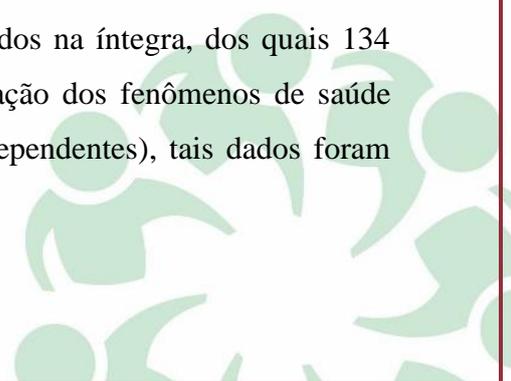
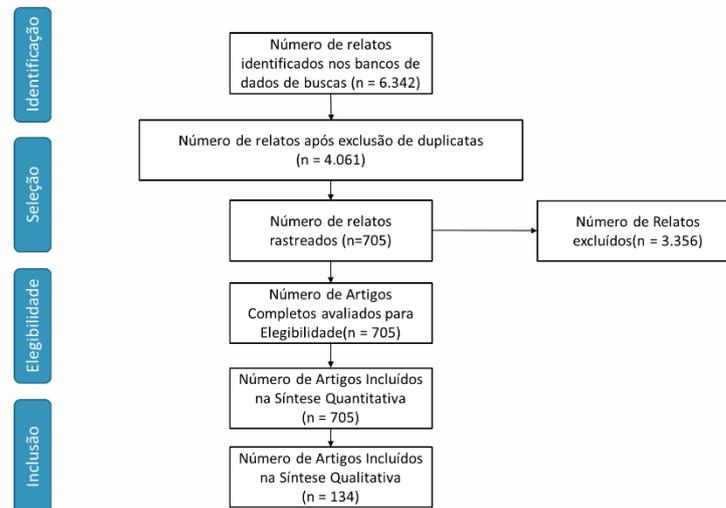


Figura 1

Fluxograma da Revisão de Literatura (PRISMA)



Os fenômenos correlatos (ou seja, aqueles que se associam à saúde mental dos universitários) foram classificados a partir da proposta de Ariño (2018), como: a) “Individuais”, b) “Contextuais” e c) “Acadêmicos e de Carreira”. Após a classificação dos resultados foram extraídos os estudos que investigam variáveis “Acadêmicas e de Carreira” e compilados na síntese qualitativa. Na sequência, foram catalogados os fatores relacionados com a saúde mental dos estudantes universitários, e então, classificados conforme a proposta de Ariño (2018). A frequência de estudos que apontam para fatores em cada uma das dimensões propostas encontra-se na Figura 2. Em cada dimensão foram localizados fatores distintos conforme apresentados a seguir.

Figura 2

Síntese e classificação dos fatores relacionados à saúde mental de estudantes universitários.

FATORES	F	%
ACADÊMICOS E DE CARREIRA		
<i>Academic employability skills; área de conhecimento; autoeficácia e autoeficácia acadêmica; colégio privado; curso; demanda acadêmica; desempenho acadêmico; envolvimento extracurricular; escolha de curso influenciada pelos pais; estratégias de aprendizagem; evasão; expectativa e expectativa acadêmica; experiência acadêmica; localização geográfica da universidade; matrícula descontínua; mudança de cidade pra estudar/ síndrome do estresse de traslado; período do curso; programas psicoeducacionais; satisfação acadêmica; síndrome do impostor; suporte social (família, amigos, faculdade); tipo da universidade (pública ou privada); trabalho/estudo; transição para o mercado/formatura; transição para universidade.</i>	148	21,0
FATORES INDIVIDUAIS		

FATORES	F	%
<i>Adaptação social; afeto negativo e positivo; atividade física; atividades de lazer; autocompaixão; autocontrole e regulação; autoestima; autoimagem; automutilação não suicida; bem estar; benevolência; burnout; busca por apoio; comportamento alimentar; comportamentos de risco; comportamentos saudáveis; comportamentos suicidas (ideação suicida e suicídio); comportamentos violentos; consumo de substâncias; coping; curiosidade; dependência de celular; dependência de internet; dependência de redes sociais; distress; dor; distúrbio temporomandibular; emoções negativas (depressão/ sintomas depressivos, ansiedade/sintomas ansiogênicos, e raiva); esperança; espiritualidade; estado civil; etnia; ficar em casa (stayhome); funcionalidade; funcionamento adaptativo; gênero; gratidão; hipersexualidade; histórico de doença mental; habilidades sociais; idade; índice de massa corpora; incerteza; inteligência emocional; lesão por consumo de substâncias; metacognição; metas pessoais; mindfulness; motivação; nacionalidade; orientação sexual; otimismo; pensamentos automáticos; percepção de peso corporal; personalidade; pessimismo; possuir filhos; preocupações (worry); queixas de memória; queixas somáticas/sintomas somáticos; qualidade de vida; relacionamento de alto desempenho; resiliência; ruminação; satisfação de vida; saúde física; senso de coerência; sexo; sexo casual; síndrome pré-menstrual; solidão; sono; estresse; tempo livre; tendência a culpa e vergonha; tomada de decisão; trabalho voluntário; transtornos de humor; transtorno de estresse pós traumático; vício internet; vídeo games; vínculo empregatício; vingança.</i>	335	46,8
FATORES CONTEXTUAIS		
<i>Antecedentes familiares de saúde; ativismo político; coaching; comportamento parental; condições de moradia; contexto social; cultura; discriminação; escolaridade dos pais; estado civil dos pais; eventos estressores; experiências adversas; exposição ao consumo de substância; facebook; história familiar; igreja; influencia midiática; intervenção terapêutica; lugar de residência; número de irmãos; orientação ideológica; políticas para consumo de substâncias; práticas parentais; problemas em relacionamento amorosos; problemas financeiros; relacionamentos violentos; religião; satisfação no casamento; status de moradia; status socioeconômico; terapia canina; treinamento psicossocial; valores culturais; violência sexual; vitimização.</i>	227	32,2

Para atender ao objetivo da presente revisão, foi realizada a extração dos artigos que abordavam fatores “acadêmicos e de carreira”, realizada a análise dos resultados de tais estudos que embasaram a síntese descritiva de como esses fatores se associam aos desfechos de saúde nos estudantes. A descrição destes resultados pode ser observada no próximo tópico.

Resultados dados qualitativos

Entre as condições de saúde dos estudantes universitários indicadas nas pesquisas revisadas, foi possível perceber que estas podem variar conforme o tipo de instituição em que estão inseridos (Bajwa et al., 2013; Lipson et al., 2015). Estudantes de universidade privadas apresentam pior condição de saúde mental e maior consumo de substâncias ilícitas (Bajwa et al., 2013). O nível de competição do processo seletivo da instituição se associa à saúde mental dos acadêmicos, sendo que estudantes de instituições com processos seletivos menos concorridos apresentam maiores índices de depressão, ansiedade e ideação suicida (Lipson et al., 2015).

Resultados de pesquisas pouco convergentes, contemplam diferenças significativas na comparação dos níveis de saúde mental, entre diferentes áreas (Cheung et al., 2016; Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015; Lantyer et al., 2016; Long et al., 2016; Nieto, 2016; Phimarn et al., 2015; Silva & Cavalcante, 2014). Existem indicações de que estudantes de cursos da área da saúde possuem piores condições de saúde segundo Nieto (2016), enquanto, para Long et al. (2016), são os estudantes da área de humanas os que apresentam índices mais críticos em suas condições de saúde.

Quanto a comparação entre cursos, também foram identificadas diferenças nos desfechos de saúde (Cheung et al., 2016; Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015; Lantyer et al., 2016; Phimarn et al., 2015; Silva & Cavalcante, 2014), para melhor visualização os dados foram compilados e apresentados na Figura 3.

Figura 3

Comparações entre cursos a respeito de agravos à saúde mental

Agravo	Cursos com maiores índices:	Cursos com menores índices:
Maior vulnerabilidade a desfechos negativos em saúde	Medicina (Farahangiz et al., 2016; Mousa et al., 2016)	
Ansiedade	Enfermagem (Cheung et al., 2016; Linares-Manrique et al., 2016)	Direito (Larcombe et al., 2015)
TMC's	Farmácia (Silva & Calvacante, 2014)	Nutrição (Silva & Calvacante, 2014)
Estresse	Nutrição (Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015)	Direito (Saias et al., 2014)
Depressão	Odontologia (Alfaris et al., 2016)	Direito (Larcombe et al., 2015)
Abuso de substâncias		Medicina (Mahmud et al., 2014)

Além dos dados apresentados no quadro comparativo, a pesquisa de Mousa et al. (2016) indica que estudantes de medicina, quando comparados com a população geral da mesma faixa etária, apresentam maior prevalência de depressão. Porém, mesmo em relação aos estudantes de medicina, nem todos os estudos convergem, visto que alguns estudantes deste curso apresentam melhores condições de saúde mental geral do que os demais universitários no estudo de Latas et al. (2014).

De modo mais amplo, os estudantes de Educação Física e Serviço Social apresentaram melhores condições de saúde geral, enquanto estudantes de Medicina Veterinária, Educação, Artes, Engenharia e Educação Especial, os quais exibem maiores médias de sintomas psicológicos (El Ansari et al., 2014). Quando comparados estudantes de graduação com de pós-graduação, estes últimos apresentam níveis mais elevados de estresse (Wyatt & Oswalt, 2013).

O período do curso também pode configurar-se como um fator de risco e/ou protetivo para desfechos em saúde mental em universitários (Aboalshamat et al., 2015; Dessie et al., 2013; Latas et al., 2014; Phimarn et al., 2015; Silva, & Cavalcante Neto, 2014), porém da mesma forma que outros aspectos citados, não há convergências de resultados no que se refere ao período de maior vulnerabilidade. A Figura 4 apresenta uma síntese dos dados localizados:

Figura 4

Comparações entre períodos do curso a respeito de agravos à saúde mental

Agravo	Período com maiores índices:	Período com menores índices:
TMC	Terceiro ano (Farahangiz et al., 2016) Quarto/quinto ano (Latas et al., 2013)	Primeiro ano (Latas et al., 2014; Silva & Cavalcante Neto, 2014)
Estresse	Segundo ano (Cheung et al., 2016; Jacob et al., 2012) Quarto/quinto ano (Abu-Ghazaleh et al., 2016; Mota et al., 2016; Opoku-Acheampong et al., 2017)	Primeiro ano (Ran et al., 2016) Segundo ano (Dessie et al., 2013)
Depressão	Primeiro ano (Antúnez et al., 2013; Deb et al., 2016) Segundo ano (Cheung et al., 2016)	Quarto/quinto ano (Alzayyat et al., 2015)
Ansiedade	Primeiro ano (Antúnez et al., 2013; Linares-Manrique et al., 2016)	
Consumo de substâncias	Primeiro ano (Phillips et al., 2017)	
Vício em internet	Quarto/quinto ano (Alzayyat et al., 2015)	
Dificuldades com o sono	Primeiro ano (Hayley et al., 2017)	
Menor bem-estar subjetivo	Primeiro ano (Zhao et al., 2016)	
Qualidade de vida	Segundo ano (Moura et al., 2016),	
Síndrome de Burnout	Terceiro ano (Neves & Ribeiro, 2016), Quarto/quinto ano (Asencio-López et al., 2016; Scholz et al., 2016)	

Nem todas as pesquisas revisadas encontram diferenças estatisticamente significativas na saúde mental dos estudantes quando comparados com base no período do curso (Coentre et al., 2016; Nimkuntod et al., 2016; Saldaña et al., 2017; Santos et al., 2017; Vungkhanching et al., 2016). Outros artigos analisados, indicam diferenças significativas entre os diferentes períodos de curso, mas não relataram a direção dessas diferenças (AlFaris et al., 2016; Alzayyat et al., 2015; Angkurawaranon et al., 2016; El Ansari et al., 2014; Riveros & Vinaccia-Alpi, 2017).

Além do curso realizado e o período em que os estudantes se encontram, outros fatores foram sinalizados pelos autores como contributivos para os agravos à saúde mental, tais como a carga de trabalho, exames, expectativa em obter boas notas, compreender requisitos de

avaliação, a falta de tempo para férias ou férias reduzidas, falta de tempo para realizar tarefas acadêmicas (Brown et al., 2017; Deepthi et al., 2015; Kulsoom & Afsar, 2015; Redfern, 2015; Uraz et al., 2013; Zunhammer et al., 2014). Demandas acadêmicas também podem influenciar na saúde dos estudantes (Brown et al., 2017; Uraz et al., 2013), impactando na qualidade do sono (Brown et al., 2017), por exemplo. Zunhammer et al. (2014), identificaram especificamente a demanda acadêmica como fatores de risco para problemas de sono em períodos que antecedem os exames e provas, ocorrendo aumento significativo nos sintomas de insônia.

Além de problemas do sono, o período de exames/provas, também acarreta aumento de sintomas de ansiedade, depressão e estresse (Deepthi et al., 2015; Kulsoom & Afsar, 2015). O gerenciamento das demandas pode ser preditor de estresse dentre os estudantes universitários (Souza et al., 2016). Quando os alunos fracassam, ou reprovam no curso, aumenta a probabilidade de desenvolvimento de problemas de saúde mental e emocional (Chau & Vilela, 2017).

A transição para a universidade pode ser considerada um importante estressor (Almeida, 2002), porém, alguns estudos indicam um aumento na percepção do bem-estar após tal transição, enquanto percebe-se redução na autoestima (Pereira et al., 2017). Em termos de eventos estressantes, relacionados à experiência de vida, tem-se também a recolocação na faculdade, na qual, alunos nessa condição apresentam pontuações significativamente mais alta nos sintomas de depressão (Reyes-Rodriguez et al., 2013).

O envolvimento em atividades extracurriculares é relatado como fator de proteção associado a saúde mental de estudantes, visto que os alunos que não se envolvem em tais atividades são mais propensos a experimentar altos graus de estresse em comparação com aqueles que participam (Alzayyat & Al-Gamal, 2016). A satisfação acadêmica (com curso, escolha profissional, instituição e desempenho) também impacta positivamente na saúde mental dos universitários (Gómez et al., 2015; Lipson & Eisenberg, 2018; Osama et al., 2014; Payakachat et al., 2014; Simić-Vukomanović et al., 2016; Yao et al., 2013). Já a insatisfação acadêmica é um fator de risco para a ideação suicida (Osama et al., 2014), Burnout (Gómez et al., 2015), depressão e ansiedade (Osama, 2014; Simić-Vukomanović et al., 2016). A insatisfação com a escolha de curso também é fator de risco para ansiedade e depressão (Simić-Vukomanović et al., 2016).

A insatisfação com a moradia no campus é identificada como preditor de depressão (Deb et al., 2016). A insatisfação com os estudos se associa a maior exaustão emocional e menor nível de bem-estar (Bergin & Jimmieson, 2017), assim como maior satisfação acadêmica está

associada a menores níveis de Burnout (Gómez et al., 2015). Os estudantes que apresentam falta de interesse pelo seu campo de estudo, tem duas vezes mais chances de sofrimento mental (Dachew et al., 2015), assim como aqueles que estão insatisfeitos com a escolha de curso, e com as estratégias de ensino empregadas pelo corpo docente (Costa et al. 2017).

Por meio de estratégias de psicoeducação houve uma diminuição significativa na gravidade do estado de saúde geral dos estudantes, quando comparadas as pontuações pré-psycoeducação e pós-psycoeducação no estudo de Youn et al. (2013). Os efeitos do treinamento psicossocial apontaram para uma diminuição estatisticamente significativa nos níveis de Burnout entre os estudantes que participaram do treinamento também na pesquisa de Skodova e Lajciakova (2013).

O suporte ofertado pela universidade também impacta em outras facetas da saúde mental, como redução do estresse aculturativo em estudantes imigrantes (Bai, 2016). Estudantes que trabalham para pagar pelos estudos apresentam maior níveis de estresse do que aqueles que os pais oferecem suporte financeiro (Uraz et al., 2013).

Bem-estar e baixo nível de exaustão emocional se correlacionam significativamente com intenção de se manter na universidade (Bergin & Jimmieson, 2017). Diagnóstico de depressão foi associado a um aumento de mais de duas vezes no risco de descontinuidade (Arria et al., 2013), assim como a presença da Síndrome de Burnout (Neves & Ribeiro, 2016) e pessimismo (Roso-Bas et al., 2016), que aumentam a probabilidade de evasão.

Aspectos cognitivos, como as crenças dos alunos acerca da própria capacidade para executar tarefas específicas (autoeficácia), se constitui como fator protetivo à saúde dos acadêmicos. Estudantes com elevada autoeficácia geral obtém melhores escores de saúde mental, bem-estar (Bergin & Jimmieson, 2017; Chau & Vilela, 2017) e baixos níveis de exaustão emocional (Bergin & Jimmieson, 2017). Quando os estudantes indicaram baixos níveis de autoeficácia, este foi associado a fatores de risco para a saúde, como por exemplo, para o surgimento de distúrbios do sono (Hayley et al., 2017).

Entre outros fatores localizados na literatura associados à desfechos em saúde mental na população universitária, tem-se a popularmente conhecida síndrome do impostor, que se relaciona a aspectos da saúde mental, como sintomas somáticos, ansiedade, insônia, disfunções sociais e depressão (Kananifar et al., 2015), e as competências de empregabilidade acadêmica (academic employability skills), que possuem uma correlação positiva significativa com bem-estar, e negativa com problemas de saúde mental (Baumann et al., 2014).

O uso problemático de celulares e aparelhos do gênero está correlacionado com o declínio nas estratégias de estudo e aprendizagem (Gupta et al., 2016). Quando combinado com

a elevada carga horária de estudo, são preditoras de Burnout no início e no final do ano letivo (Barbosa et al., 2016).

Discussão

Foram identificados diversos aspectos de saúde em universitários e variáveis relacionadas. Entre os principais desfechos de saúde tem-se: transtornos depressivos (Baroni et al., 2018; Deb et al., 2016; Lipson & Eisenberg, 2018; Mousa et al., 2016; Xiao et al., 2017), ansiedade (Baroni et al., 2018; Caballero Domínguez et al., 2015; Linares-Manrique et al., 2016; Saravanan & Heidhy, 2014), estresse (Bai, 2016; Binfet et al., 2018; Fischer et al., 2016; Russa & Mligiliche, 2014), Burnout (Asencio-López et al., 2016; Barbosa et al., 2016; Dois-Castellón, 2015; Gómez et al., 2015; May et al., 2015; Neves & Ribeiro 2016), consumo de substâncias - lícitas e ilícitas (Foster et al., 2016; Phillips et al., 2017). Assim como dimensões positivas de saúde como bem-estar (Cardwell & Lewis, 2017; Chen et al., 2017; Rania et al., 2013; Riveros et al., 2013), qualidade de vida (Henning et al., 2013; Naseem et al., 2016), e satisfação de vida (Coccia & Darling, 2016; Schnettler et al., 2017; Zhang et al., 2014).

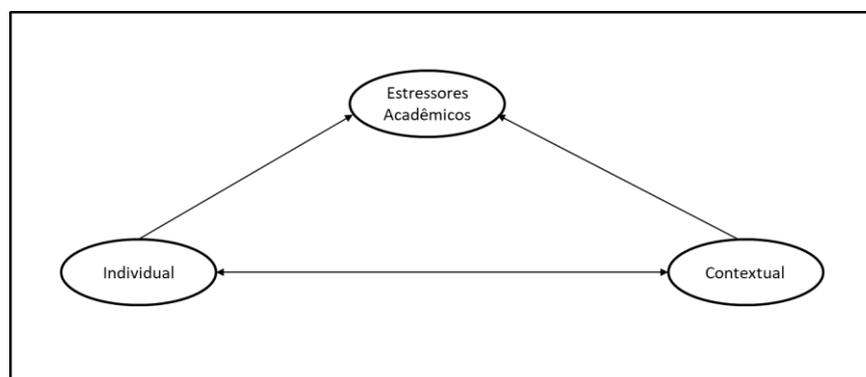
Fatores psicossociais podem ser positivos ou negativos (ILO, 1984; Carlotto et al., 2018), neste estudo serão denominados fatores de risco ou protetivos associados à saúde mental foram classificados conforme a categorização proposta por Ariño (2018), na qual são definidos os antecedentes em saúde mental de universitários como: individuais, contextuais e acadêmicos. A partir dessas categorias analisadas um novo modelo teórico, preditivo de saúde mental para estudantes universitários foi proposto.

Dada a complexidade do fenômeno, propõe-se um modelo tridimensional, apresentado de modo processual. Para predizer saúde mental em estudantes universitários, acredita-se que os fatores preditores se organizam em três dimensões, que interagem entre si, conforme apresentado na Figura 5.



Figura 5

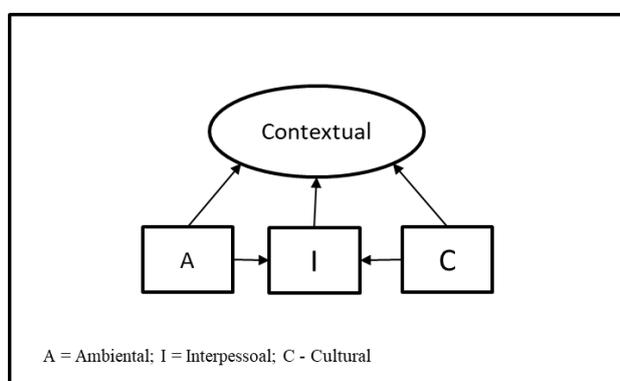
Dimensões dos fatores preditivos de saúde mental em estudantes universitários



A dimensão contextual caracteriza-se por aspectos culturais, ambientais e de relacionamento com o outro e com o mundo. Os aspectos culturais (C) envolvem: lugar de residência, orientação ideológica, cultura, religião etc. Os ambientais (A): exposição ao consumo de substâncias; problemas financeiros; status de moradia e status socioeconômico. E por fim os aspectos de relacionamento com o outro e com o mundo – interpessoal (I), envolvem fatores como: práticas parentais; problemas em relacionamento amorosos; relacionamentos violentos; violência sexual; vitimização etc. A dimensão contextual e suas subdimensões são apresentadas na Figura 6, nesta os fatores ambientais e culturais não estão relacionados e interferem nos fatores interpessoais de maneira direta e unidirecional.

Figura 6

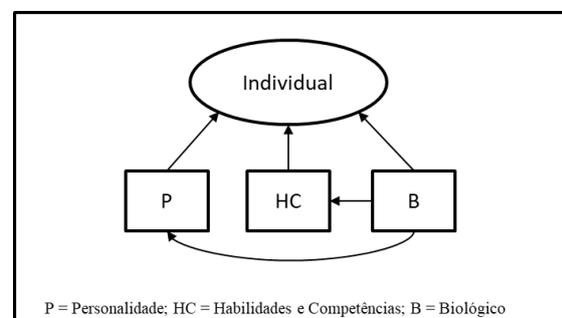
Fatores Preditores Contextuais de Saúde Mental em Estudantes Universitários



A dimensão individual é composta por características próprias do universitário, na Figura 7 são apresentados os fatores preditores de saúde mental nesta população, divididos em três subdimensões, sendo elas: personalidade (P), habilidades/competências (HC) e biológico (B). As subdimensões dos fatores individuais se relacionam entre si, sendo a relação do biológico com a personalidade e com habilidades/competências unidirecional, e habilidades/competências não se relaciona com personalidade.

Figura 7.

Fatores Preditores Individuais de Saúde Mental em Estudantes Universitários



A dimensão acadêmica fica caracterizada pelos processos de adaptação e desenvolvimento do acadêmico no ensino superior, além de experiências de formação e as relações estabelecidas pelo sujeito com o contexto universitário e com a carreira escolhida. Um amplo rol de fatores relacionados à saúde da população universitária foi encontrado na dimensão acadêmica e de carreira. Os mais frequentemente citados são o curso, a área de conhecimento, o tipo de instituição e o período de curso. As diferenças encontradas em função de tais variáveis podem ser explicadas pelas diferentes demandas acadêmicas que perpassam tais fatores. Por exemplo, o fato de estudantes da área da saúde, serem apontados em diversos estudos como os que apresentam piores condições de saúde, pode ser explicado pelas demandas acadêmicas que estes estudantes vivenciam, tais como experiência nas aulas de anatomia (Santos et al., 2012) e a relação com paciente nos estágios (Moreira et al., 2015), que podem ser potenciais estressores para esses discentes.

Já as diferenças nas condições de saúde em relação ao período de curso que o aluno se encontra podem ser explicadas pelas diferentes características e demandas de cada período. De modo geral à graduação universitária pode ser compreendida em três grandes momentos, segundo Bardagi (2007): a fase inicial marcada pelo processo de transição para o novo contexto e pelo processo de adaptação ao ensino superior; a intermediária marcada pelo aumento do

contato do aluno com a profissão almejada na formação e um início de preocupação com a atuação profissional, e a fase final marcada pelos processos de desligamento da universidade, ingresso ao mercado de trabalho, transição do papel de estudante para profissional, o que implica em um sentimento de maior responsabilidade por parte do discente.

Dessa forma, compreende-se que a maior parte dos fatores acadêmicos associados à saúde mental do corpo discente no ensino superior, podem ser classificados como “demandas acadêmicas”. As demandas acadêmicas ainda se subdividem em: a) carga de trabalho: a quantidade real de demanda gerada pelas atividades formativas, caracterizada pela quantidade de conteúdo a ser estudado, quantidade de horas diárias em sala de aula e em atividades curriculares, além da quantidade de horas necessárias para cumprir as tarefas e dar conta do conteúdo a ser estudado dentro do prazo estipulado, além das avaliações e provas a serem realizadas; b) ações gerenciais: uma vez que não apenas a demanda real é um estressor, mas o modo como tais demandas são geridas, as dificuldades do aluno para executar esse gerenciamento, e déficits nas habilidades e competências do sujeito, podem ser fonte estresse para os alunos (Souza et al., 2016); c) carga mental: que se refere ao nível de esforço cognitivo necessário para a execução das atividades formativas, essa definição é pautada no construto de carga mental de trabalho que é definida na literatura como esforço cognitivo necessário para execução das atividades de trabalho (Ródio-Trevisan, 2020).

A carga de trabalho vivenciada pelos estudantes impacta negativamente na saúde dos mesmos, aumentando a prevalência de sintomas de ansiedade, estresse, e depressão, reduzindo a qualidade de vida e a qualidade do sono da população (Brown et al., 2017; Deepthi et al., 2015; Kulsoom & Afsar, 2015; Redfern, 2015; Uraz et al., 2013; Zunhammer et al., 2014). A grade curricular de cursos, que ocorrem em turno integral pode gerar sofrimento no corpo discente. Alto grau de exigências acadêmicas acarreta sentimento de estar sobrecarregado e sentir que não “tem tempo para nada”, e assim serem vivenciados como estressores (Bonifácio et al., 2011). Estes mesmos autores indicam que 68,3% dos participantes relataram eventos estressores relacionados a prazos, carga horária, atividades extracurriculares, e avaliações.

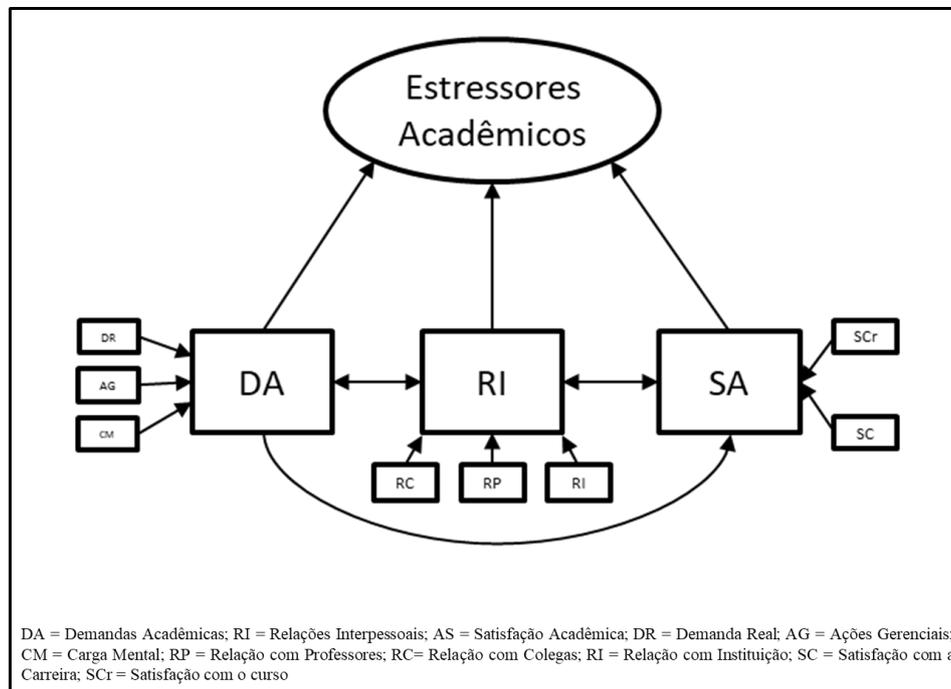
Ainda que as demandas acadêmicas possam se constituir como um fator de risco para saúde dos universitários, o envolvimento em atividades extracurriculares se mostrou como um fator protetivo (Al-Gamal et al., 2016). Esses dados são convergentes com os resultados encontrados na pesquisa de Ariño (2018), no qual a qualidade das vivências acadêmicas (hábitos de trabalho, competências de estudo, gestão do tempo/recursos de aprendizagem e o envolvimento em atividades extracurriculares) apresentaram-se como protetivas, tendo os envolvidos indicado menores índices de sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Tais dados

também reforçam o papel das ações gerenciais frente às demandas acadêmicas, uma vez que os hábitos de trabalho e de estudo, a gestão do tempo e os recursos utilizados para uma aprendizagem eficaz se correlacionam negativamente com o adoecimento, indicando que quando melhor ocorre o gerenciamento das demandas melhores serão as condições de saúde mental dos estudantes.

Além da execução das ações, as crenças sobre a própria capacidade de executar e planejar tais ações, necessárias para o processo formativo, ou seja, a autoeficácia para formação superior pode influenciar na saúde dos acadêmicos (Ariño, 2018). Os estudos apontam para uma relação direta da autoeficácia com a saúde dos estudantes, dessa forma, neste estudo, pressupõe-se que a autoeficácia, em um modelo preditivo de saúde para universitários, estaria ocupando o papel de mediador na relação de estressores acadêmicos e a saúde mental do corpo discente.

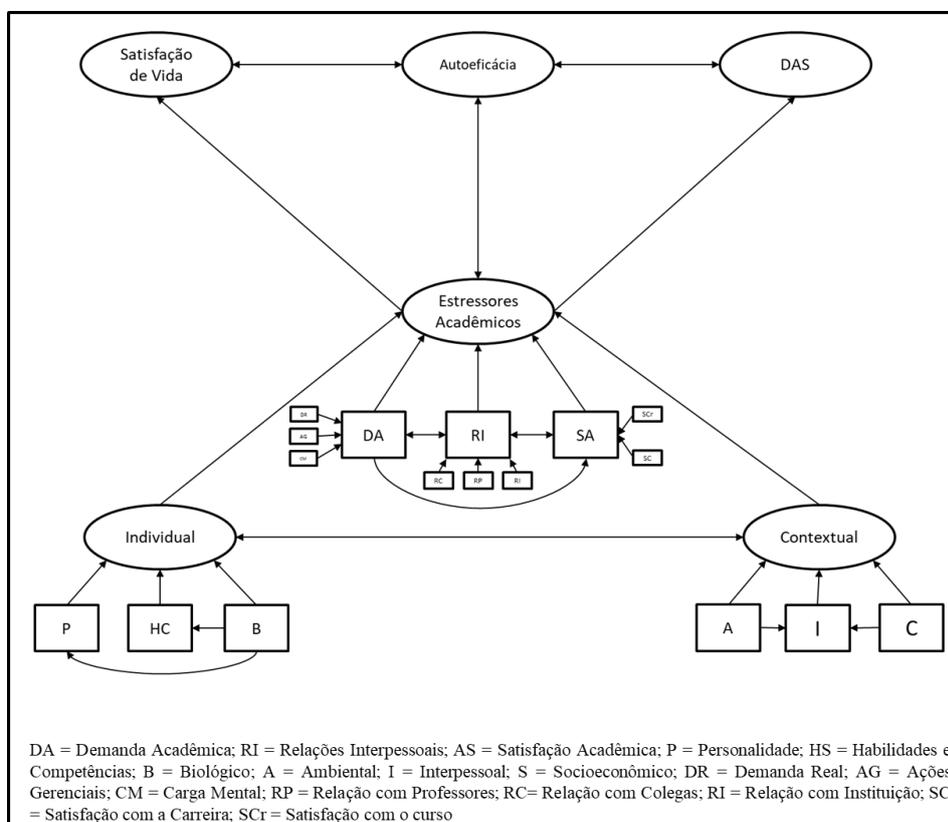
O que falta ser explorado na literatura, no contexto de formação superior, é o papel da carga mental na saúde dos estudantes. Parte-se do pressuposto que cada estudante vivencia as demandas de modo particular, e que demandas que podem ser consideradas estressoras para um, podem não ser para outro. Isso ocorre por uma série de fatores, pelas ações gerenciais, coping, autoeficácia, humor, mas também pelo nível de esforço cognitivo necessário ao sujeito, para alcançar a execução de tais atividades formativas. A dimensão acadêmica é representada na Figura 8, na qual são ilustrados os fatores acadêmicos e de carreira, que são foco de interesse neste estudo. Os fatores acadêmicos preditivos de saúde, para a presente proposta são subdivididos em: a) demanda acadêmica; b) relacional; c) satisfação acadêmica.



Figura 8*Preditores Acadêmicos de Saúde Mental em Estudantes Universitários*

Desta forma, parte-se da hipótese que a saúde mental em estudantes universitários (aqui compreendida por aspectos positivos - satisfação de vida, e por aspectos negativos - presença de sintomas de ansiedade, estresse e depressão) é predita por fatores individuais, contextuais e acadêmicos. E em tal relação explicativa a autoeficácia ocupa um papel de mediador entre os fatores acadêmicos e a saúde mental.



Figura 9.*Modelo Preditivo de Saúde Mental em Estudantes Universitários*

Considerações finais

O presente estudo atingiu o seu objetivo previamente proposto, mapeando e sistematizando os fatores associados à saúde mental de estudantes universitários, relatados pela literatura. Foi possível identificar um amplo rol de variáveis associadas ao adoecimento mental dos estudantes universitários. Dentre os fatores mapeados, alguns são fatores de risco conhecidos no campo da saúde mental, como sexo, status socioeconômico etc. Quando se trata de estudantes universitários, existem fatores específicos, como a satisfação acadêmica, a demanda acadêmica percebida, e a relação com os professores, com os colegas e com a própria instituição que afetam a saúde desta população.

Esta revisão permitiu um amplo mapeamento da literatura, identificando diversos fatores de risco e fatores protetivos de saúde dos estudantes universitários. Um trabalho intenso foi necessário para catalogar e sistematizar as informações. Ressalta-se que os resultados aqui indicados não representam a totalidade de artigos publicados sobre saúde mental da população

em foco. Foram excluídos estudos teóricos, estudos que utilizassem outras populações além da universitária para compor a amostra, estudos que tivessem como foco transtornos psicóticos e de personalidade.

O modelo teórico proposto foi construído por meio da interpretação dos resultados das buscas sistemáticas realizadas e descritas, cabendo destacar que a realização de buscas atualizadas ao longo dos anos possivelmente resulte no acréscimo de fatores ao modelo. Ainda assim, o modelo teórico proposto permite investigar a saúde mental de estudantes universitários com especificadores diferentes daqueles utilizados na avaliação da população em geral, suprimindo uma necessidade social e científica.

O estudo tem como limitação o fato de que tal modelo precisará ser testado empiricamente para afirmar sua validade. Os autores partem do pressuposto que os aspectos da dimensão acadêmica e de carreira são preditores importantes do adoecimento da população universitária. Portanto, ainda que o modelo esteja embasado unicamente nesta dimensão, não se menospreza a relevância das demais dimensões (individual e contextual) para a explicação do fenômeno, mas acredita-se que ao avaliar saúde mental em universitários a dimensão acadêmica tenha um alto poder preditivo, que será testado nos estudos subsequentes.

REFERÊNCIAS

- Aboalshamat, K., Hou, X.Y., & Strodl, E. (2015). Psychological well-being status among medical and dental students in Makkah, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *Medical Teacher*, 37(sup1), S75–S81. <https://doi.org/10.3109/0142159x.2015.1006612>
- Abu-Ghazaleh, S. B., Sonbol, H. N., & Rajab, L. D. (2016). A longitudinal study of psychological stress among undergraduate dental students at the University of Jordan. *BMC Medical Education*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0612-6>
- AlFaris, E., Irfan, F., Qureshi, R., Naeem, N., Alshomrani, A., Ponnampereuma, G., Yousufi, N. A., Maflehi, N.A., Naami, M.A., Jamal, A., & Van der Vleuten, C. (2016). Health professions' students have an alarming prevalence of depressive symptoms: exploration of the associated factors. *BMC Medical Education*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0794-y>
- Al-Gamal E., Alzayyat A., & Ahmad M.M. (2016). Prevalence of Internet Addiction and Its Association With Psychological Distress and Coping Strategies Among University Students in Jordan. *Perspect Psychiatr Care*, 52(1):49-61. <https://doi.org/10.1111/ppc.12102>

- Almeida, L. S., Soares, A. P. C., & Ferreira, J. A. (2002). Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. *Avaliação Psicológica*, 1(2): 81-93.
- Alzayyat, A., & Al-Gamal, E. (2014). Correlates of Stress and Coping among Jordanian Nursing Students during Clinical Practice in Psychiatric/Mental Health Course. *Stress and Health*, 32(4), 304–312. <https://doi.org/10.1002/smi.2606>
- Alzayyat A., Al-Gamal E., Ahmad M.M. (2015). Psychosocial correlates of Internet addiction among Jordanian university students. *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv.*, 53(4):43-51. <https://doi.org/10.3928/02793695-20150309-02>.
- Angkurawaranon, C., Jiraporncharoen, W., Sachdev, A., Wisetborisut, A., Jangiam, W., & Uaphanthasath, R. (2016). Predictors of quality of life of medical students and a comparison with quality of life of adult health care workers in Thailand. *SpringerPlus*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s40064-016-2267-5>
- Antúnez, Zayra, & Vinet, Eugenia V. (2013). Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena. *Revista médica de Chile*, 141(2), 209-216. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872013000200010>
- Ariño, D. O. (2018b). Relação entre Vulnerabilidade Psicológica, Vivências Acadêmicas e Autoeficácia. (Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Catarina). <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/189946>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good For? *Child Development Perspective*, 1(2): 68-73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arria, A. M., Caldeira, K. M., Vincent, K. B., Winick, E. R., Baron, R. A., & O’Grady, K. E. (2013). Discontinuous College Enrollment: Associations With Substance Use and Mental Health. *Psychiatric Services*, 64(2), 165–172. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201200106>
- Asencio-López, L., Almaraz-Celis, G. D., Carrillo Maciel, V., Valenzuela, P. H., Goytia, L. S., Torres, M. M., Caballero, F. M., Tapia, J. R., Martín, K. D., Miranda, D. N., Lavenant, C. M., Rodríguez, K. P., Martínez, C. S., Aparicio, A. G. S., & Lepe, R. F. (2016). Burnout syndrome in first to sixth-year medical students at a private university in the north of Mexico: descriptive cross-sectional study. *Medwave*, 16(3):e6432. <https://doi.org/10.5867/medwave.2016.03.6432>
- Bai, J. (2016). Perceived Support as a Predictor of Acculturative Stress Among International Students in the United States. *Journal of International Students*, 6(1):93-106. [https://books.google.com.br/books?hl=en&lr=&id=Le1CCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA93&dq=Bai,+J.+\(2016\).+Perceived+Support+as+a+Predictor+of+Acculturative+Stress+Among+International+Students+in+the+United+States.+Journal+of+International+Students,+6\(1\):93-106.&ots=3_kkExhksH&sig=vEqZ8Mt3hezVyh0DkJgNOibFhU&redir_esc=y#v=onepage&q=Bai%2C%20J.%20\(2016\).%20Perceived%20Support%20as%20a%20Predictor%20of%20Acculturative%20Stress%20Among%20International%20Students%20in%20the%20United%20States.%20Journal%20of%20International%20Students%2C%206\(1\)%3A93-106.&f=false](https://books.google.com.br/books?hl=en&lr=&id=Le1CCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA93&dq=Bai,+J.+(2016).+Perceived+Support+as+a+Predictor+of+Acculturative+Stress+Among+International+Students+in+the+United+States.+Journal+of+International+Students,+6(1):93-106.&ots=3_kkExhksH&sig=vEqZ8Mt3hezVyh0DkJgNOibFhU&redir_esc=y#v=onepage&q=Bai%2C%20J.%20(2016).%20Perceived%20Support%20as%20a%20Predictor%20of%20Acculturative%20Stress%20Among%20International%20Students%20in%20the%20United%20States.%20Journal%20of%20International%20Students%2C%206(1)%3A93-106.&f=false)

- Bajwa, H. Z., Al-Turki, A. S. A., Dawas, A. M. K., Behbehani, M. Q., Al-Mutairi, A. M. A., Al-Mahmoud, S., Shukkur, M., & Thalib, L. (2013). Prevalence and Factors Associated with the Use of Illicit Substances among Male University Students in Kuwait. *Medical Principles and Practice*, 22(5), 458–463. <https://doi.org/10.1159/000350609>
- Barbosa, J., Silva, Á., Ferreira, M. A., & Severo, M. (2016). Transition from Secondary School to Medical School: The Role of Self-Study and Self-Regulated Learning Skills in Freshman Burnout. *Acta Médica Portuguesa*, 29(12), 803. <https://doi.org/10.20344/amp.8350>
- Bardagi, M. P. (2007). Evasão e comportamento vocacional de universitário: estudos sobre o desenvolvimento de carreira na graduação. (Tese de Doutorado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul). <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/10762>
- Baroni A., Bruzzese J.M., Di Bartolo C.A., Ciarleglio A., & Shatkin J.P. (2018). Impact of a sleep course on sleep, mood and anxiety symptoms in college students: A pilot study. *J Am Coll Health*, 66(1):41-50. <https://doi.org/10.1080/07448481.2017.1369091>
- Baumann M., Amara M.E., Karavdic S., Limbach-Reich A. (2014). First-year at university: the effect of academic employability skills and physical quality of life on students' well-being. *Work*, 49(3):505-15. <https://doi.org/10.3233/WOR-131729>
- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The prevalence and sócio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43, 667-672. <https://doi.org/10.1007/s00127-008-0345-x>
- Bergin, A. J., & Jimmieson, N. L. (2017). The Implications of University Outcome Expectations for Student Adjustment. *Journal of College Student Development*, 58(5), 752–770. <https://doi.org/10.1353/csd.2017.0058>
- Binfet J.T., Passmore H.A., Cebry A., Struik K., & McKay C. (2018). Reducing university students' stress through a drop-in canine-therapy program. *J Ment Health*, 27(3):197-204. doi: 10.1080/09638237.2017.1417551. Epub 2017 Dec 21. <https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1417551>
- Bohry, S. (2007). Crise Psicológica do Universitário e Trancamento Geral de Matrícula por motivos de Saúde. (Dissertação de Mestrado, Universidade de Brasília). https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2817/1/2007_SimoneBohrydeOliveira.pdf
- Bonifácio, S. P., Silva, R. C. B., Montesano, F. T., & Padovani, R. C. (2011). Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de Psicologia. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 7(1). http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872011000100004&script=sci_arttext
- Brown, C., Qin, P., & Esmail, S. (2017). “Sleep? Maybe Later...” A Cross-Campus Survey of University Students and Sleep Practices. *Education Sciences*, 7(3), 66. <https://doi.org/10.3390/educsci7030066>
- Caballero Domínguez, C., González Gutiérrez, O., & Palacio Sañudo, J. (2015). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Salud Uninorte*, 31(1), 59-69. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522015000100008&lng=en&tlng=

- Cardwell J.M., & Lewis E.G. (2017). Vocation, Belongingness, and Balance: A Qualitative Study of Veterinary Student Well-Being. *J Vet Med Educ*. Spring;44(1):29-37. <https://doi.org/10.3138/jvme.0316-055R>.
- Carlotto, P. A. C., Cruz, R. M., Guiland, R., da Rocha, R. E. R., Dalagasperina, P., & Ariño, D. O. (2018). Riscos Psicossociais Relacionados ao Trabalho: perspectivas teóricas e conceituais. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 37(1), 52. <https://doi.org/10.21772/ripo.v37n1a04>
- Chau, C., Vilela, P. (2017). Variables asociadas a la salud física y mental percibida en estudiantes universitarios de Lima. *Liberabit*, 23 (1). <https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.06>
- Chen, C., Fan, J., & Jury, M. (2017). Are perceived learning environments related to subjective well-being? A visit to university students. *Learning and Individual Differences*, 54, 226–233. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.01.001>
- Cheung, T., Wong, S., Wong, K., Law, L., Ng, K., Tong, M., Wong, K. Y., Ng, M. Y., & Yip, P. (2016). Depression, Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(8), 779. <https://doi.org/10.3390/ijerph13080779>
- Coccia C., & Darling C.A. (2016) Having the Time of Their Life: College Student Stress, Dating and Satisfaction with Life. *Stress Health*, 32(1):28-35. doi: 10.1002/smi.2575. Epub 2014 Apr 11. PMID: 24723539.
- Coentre, R., Faravelli, C., & Figueira, M. L. (2016). Assessment of depression and suicidal behaviour among medical students in Portugal. *International Journal of Medical Education*, 7, 354–363. <https://doi.org/10.5116/ijme.57f8.c468>
- Costa, E. F. D., Mendes, C. M. C., & Andrade, T. M. (2017). Common mental disorders in medical students: A repeated cross-sectional study over six years. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 63 (9). <https://doi.org/10.1590/1806-9282.63.09.771>
- Dachew, B. A., Azale Bisetegn, T., & Berhe Gebremariam, R. (2015). Prevalence of Mental Distress and Associated Factors among Undergraduate Students of University of Gondar, Northwest Ethiopia: A Cross-Sectional Institutional Based Study. *PLOS ONE*, 10(3), e0119464. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0119464>
- Deb, S., Banu, P. R., Thomas, S., Vardhan, R. V., Rao, P. T., & Khawaja, N. (2016). Depression among Indian university students and its association with perceived university academic environment, living arrangements and personal issues. *Asian Journal of Psychiatry*, 23, 108–117. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2016.07.010>
- Deepthi, R., Ashakiran, S., Akhilesh, T. V., & Reddy, M. (2015). Good mental health status of medical students: Is there a role for physical activity? *JKIMSU*, 4(1). <https://web.p.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=22314261&AN=142150355&h=fHkfQwBeeq2h%2bFXg3qp%2bHKxWR78v1MA7HH7qvKOHUcs2F97b5Ly66D0OnN8eV6nGAiDj2Tn13LR9of1r8%2blaw%3d%3d&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&resultLocal=ErrCrlNotAuth&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost%26scope%3dsite%26authtype%3dcrawler%26jrnl%3d22314261%26AN%3d142150355>

- De-la-Torre-Ugarte, M. C., Takahashi, R. F., & Bertolozzi, M. R. (2011). Revisão sistemática: noções gerais. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 45(5), 1260-1266. <https://doi.org/10.1590/s0080-62342011000500033>
- Dessie, Y., Ebrahim, J., & Awoke, T. (2013). Mental distress among university students in Ethiopia: a cross sectional survey. *Pan African Medical Journal*, 15. <https://doi.org/10.11604/pamj.2013.15.95.2173>
- Dois-Castellón, A. M. (2015). La formación universitaria como factor de riesgo para la ocurrencia de hostigamiento laboral en enfermería. *FEM: Revista de La Fundación Educación Médica*, 18(2), 95–101. <https://doi.org/10.4321/s2014-98322015000200004>
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E., & Hefner, J. L. (2007). Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety and Suicidality Among University Students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77(4), 534-532.
- El Ansari, W., Vallentin-Holbech, L., & Stock, C. (2014). Predictors of Illicit Drug Use Among University Students in Northern Ireland, Wales and England. *Global Journal of Health Science*, 7(4). <https://doi.org/10.5539/gjhs.v7n4p18>
- Farahangiz, S., Mohebpour, F., & Salehi, A. (2016). Assessment of Mental Health among Iranian Medical Students: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Health Sciences*, 10 (1). <https://doi.org/10.12816/0031216>
- Fischer, S., Nater, U. M., & Laferton, J. A. C. (2016). Negative stress beliefs predict somatic symptoms in students under academic stress. *International Journal of Behavioral Medicine*, 23(6), 746–751. <https://doi.org/10.1007/s12529-016-9562-y>
- Fórum de Pró-reitores de Assuntos Estudantil [FONAPRACE]. (2011). Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Universidades Federais Brasileiras. (Relatório da Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior – ANDIFES). Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Brasília. https://www.andifes.org.br/wp-content/files_flutter/1377182836Relatorio_do_perfi_dos_estudantes_nas_universidades_federais.pdf
- Foster D.W., Dukes K., & Sartor C.E. (2016). The road to drink is paved with high intentions: Expectancies, refusal self-efficacy, and intentions among heavy drinking college students. *Alcohol*, 50:65-71. <https://doi.org/10.1016/j.alcohol.2015.11.004>
- Gomes, I. S., & Oliveira Caminha, I. D. O. (2014). Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano. *Movimento*, 20(1), 395-411. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.41542>
- Gómez H, P., Pérez V, C., Parra P, P., Ortiz M, L., Matus B, O., McColl C, P., Torres A, G., & Meyer K, A. (2015). Academic achievement, engagement and burnout among first year medical students. *Revista Medica Chilena*, 143(7):930-7. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872015000700015>
- Gupta, N., Garg, S., & Arora, K. (2016). Pattern of mobile phone usage and its effects on psychological health, sleep, and academic performance in students of a medical university.

- National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology, 6(2). <https://doi.org/10.5455/njppp.2016.6.0311201599>
- Hayley, A. C., Sivertsen, B., Hysing, M., Vedaa, Ø., & Øverland, S. (2017). Sleep difficulties and academic performance in Norwegian higher education students. *British Journal of Educational Psychology*, 87(4), 722–737. <https://doi.org/10.1111/bjep.12180>
- Henning, M. A., Krägeloh, C., Thompson, A., Sisley, R., Doherty, I., & Hawken, S. J. (2013). Religious Affiliation, Quality of Life and Academic Performance: New Zealand Medical Students. *Journal of Religion and Health*, 54(1), 3–19. <https://doi.org/10.1007/s10943-013-9769-z>
- Ibrahim, A. K., Kelly, S.J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 47, 391-400. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.11.015>
- International Labour Organization. (1984). *Psychosocial Factors At Work Recognition and Control*. Safety And Health (Vol. 13). [https://doi.org/10.1016/S1090-3801\(09\)60542-5](https://doi.org/10.1016/S1090-3801(09)60542-5)
- Jacob, T., Itzchak, E. B., & Raz, O. (2012). Stress among healthcare students – A cross disciplinary perspective. *Physiotherapy Theory and Practice*, 29(5), 401–412. <https://doi.org/10.3109/09593985.2012.734011>
- Jerez-Mendoza, M., & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 53(3), 149–157. <https://doi.org/10.4067/s0717-92272015000300002>
- Kananifar, N., Seghatoleslam, T., Atashpour, S. H., Hoseini, M., Habil, M. H. B., & Danaee, M. (2015). The relationships between imposter phenomenon and mental health in Isfahan universities students. *International Medical Journal*, 22(3): 144-146. [http://prof.khuisf.ac.ir/images/Uploaded_files/18\[8260488\].PDF](http://prof.khuisf.ac.ir/images/Uploaded_files/18[8260488].PDF)
- Kulsoom, B., & Afsar, N. (2015). Stress, anxiety, and depression among medical students in a multiethnic setting. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 1713. <https://doi.org/10.2147/ndt.s83577>
- Lantyer, A. S., Varanda, C. C. Souza, F. G. Padovani, R. C., & Viana, M. B. (2016). Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2). <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v18i2.880>
- Larcombe, W., Finch, S., & Sore, R. (2015). Who's Distressed? Not Only Law Students: Psychological Distress Level in University Students Across Diverse Fields of Study. *Sydney Law Review*, 37(2). <https://doi.org/10.3316/INFORMIT.310280367807277>
- Latas, M., Stojkovic, T., Ralic, T., Jovanovic, S., Spiric, Z., & Milovanovic, S. (2014). Medical students` health-related quality of life - a comparative study. *Military Medical and Pharmaceutical Journal of Serbia*, 71(8), 751–756. <https://doi.org/10.2298/vsp1408751l>
- Linares-Manrique, M., Linares-Girela, D., Schmidt-Rio-Valle, J., Mato-Medina, O., Fernández-García, R., & Cruz-Quintana, F. (2016). Relación entre autoconcepto físico, ansiedad e IMC en estudiantes universitarios mexicanos. *Revista Internacional de*

- Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 16 (62): 497-519. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2016.63.007>
- Lipson, S. K., & Eisenberg, D. (2018). Mental health and academic attitudes and expectations in university populations: results from the healthy minds study. *Journal of Mental Health*, 27(3). <https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1417567>
- Long, J., Liu, T.-Q., Liao, Y.-H., Qi, C., He, H.-Y., Chen, S.-B., & Billieux, J. (2016). Prevalence and correlates of problematic smartphone use in a large random sample of Chinese undergraduates. *BMC Psychiatry*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-016-1083-3>
- Mahmud H.M., Kalam M., Nawaz A., Khan S., Imam H., Khan O.A. (2014). Are medical undergraduates more likely to indulge in substance abuse than non-medical undergraduates? A survey from Karachi. *J Coll Physicians Surg Pakn*, 24(7):515-8. <https://jcpsp.pk/archive/2014/Jul2014/15.pdf>
- May, R. W., Bauer, K. N., & Fincham, F. D. (2015). School burnout: Diminished academic and cognitive performance. *Learning and Individual Differences*, 42, 126–131. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.07.015>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Prisma Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1136/bmj.b2535>
- Moreira, S.N. T., Vasconcellos, R. L. S. S., & Heath, N. (2015). Estresse na Formação Médica: como Lidar com Essa Realidade? *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39 (4):558-564. <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v39n4/1981-5271-rbem-39-4-0558.pdf>
- Mota, N. I. F., Alves, E. R. P., Leite, G. O., Sousa, B.S. M. A., Filha, M. O. F., & Dias, M. D. (2016). Stress among nursing students at a public university. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.*, 12(3):163-70. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v12i3p163-170>
- Moura, I. H., Nobre, R. S., Cortez, R. M. A., Campelo, V., Macêdo, S. F., Silva, A. R.V. (2016). Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. *Revista Gaúcha Enfermagem*, 37(2):e55291. <http://doi.org/10.1590/1983-1447.2016.02.55291>
- Mousa, O. Y., Dhamoon, M. S., Lander, S., & Dhamoon, A. S. (2016). The MD Blues: Under-Recognized Depression and Anxiety in Medical Trainees. *PLOS ONE*, 11(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0156554>
- Naseem, S., Orooj, F., Ghazanfar, H., & Ghazanfar, A. (2016). Quality of life of Pakistani medical students studying in a private institution. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 66(5):579-583. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/79523388/7746-libre.pdf?1643115430=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DQuality_of_life_of_Pakistani_medical_stu.pdf
- Neves, C. P., Ribeiro, D. M. (2016). Burnout em estudantes de graduação em Odontologia. *Revista da ABENO*, 16 (1): 39-49. <https://doi.org/10.30979/rev.abeno.v16i1.232>

- Nieto, I. E. (2016). Consumo de alcohol entre los estudiantes de la Universidad de Extremadura. *Metas de Enfermería*, 19(8): 6-11. <https://www.enfermeria21.com/revistas/metas/articulo/80970/consumo-de-alcohol-entre-los-estudiantes-de-la-universidad-de-extremadura>
- Nimkuntod, P., Uengarpon, N., Benjaoran, F., Pinwanna, K., Ratanakeereepun, K., & Tongdee, P. (2016). Psychometric Properties of Depression Anxiety and Stress in Preclinical Medical Students. *J Med Assoc Thai.*, 99 (7):S111-7. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.863323>
- Noronha Junior, M. A. G., Braga, Y. A., Marques, T. G., Silva, R. T., Vieira, S.D., Coelho, V. A. F., & Gobira, T. A. A. (2015). Depressão em estudantes de Medicina. *Revista Médica Minas Gerais*, 25(4), 562-567. <https://dx.doi.org/10.5935/2238-3182.20150123>
- Opoku-Acheampong, A., Kretchy, I. A., Acheampong, F., Afrane, B. A., Ashong, S., Tamakloe, B., & Nyarko, A. K. (2017). Perceived stress and quality of life of pharmacy students in University of Ghana. *BMC Research Notes*, 10(1). <https://doi.org/10.1186/s13104-017-2439-6>
- Osama, M., Islam, M. Y., Hussain, S. A., Masroor, S. M. Z., Burney, M. U., Masood, M. A., Menezes, R. G., & Rehman, R. (2014). Suicidal ideation among medical students of Pakistan: A cross-sectional study. *Journal of Forensic and Legal Medicine*, 27, 65–68. <https://doi.org/10.1016/j.jflm.2014.08.006>
- Payakachat, N., Gubbins, P. O., Ragland, D., Flowers, S. K., & Stowe, C. D. (2014). Factors Associated With Health-Related Quality of Life of Student Pharmacists. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 78(1), 7. <https://doi.org/10.5688/ajpe7817>
- Pereira, H. P., Lopes, D. G., Gonçalves, M. C., & Vasconcelos-Raposo, J. J. (2017). Bem-estar psicológico e autoestima em estudantes universitários. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(2),297-305. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311151242013>
- Phillips, K. T., Lalonde, T. L., Phillips, M. M., & Schneider, M. M. (2017). Marijuana use and associated motives in Colorado university students. *The American Journal on Addictions*, 26(8):830-837. <https://doi.org/10.1111/ajad.12640>
- Phimarn, W., Kaewphila, P., Suttajit, S., & Saramunee, K. (2015). Depression screening and advisory service provided by community pharmacist for depressive students in university. *SpringerPlus*, 4(1). <https://doi.org/10.1186/s40064-015-1259-1>
- Ran, M.-S., Mendez, A. J., Leng, L.-L., Bansil, B., Reyes, N., Cordero, G., Carreon, C., Fausto, M., Maminta, L., & Tang, M. (2016). Predictors of Mental Health Among College Students in Guam: Implications for Counseling. *Journal of Counseling & Development*, 94(3), 344–355. <https://doi.org/10.1002/jcad.12091>
- Rania, N., Siri, A., Bagnasco, A., Aleo, G., & Sasso, L. (2013). Academic climate, well-being and academic performance in a university degree course. *Journal of Nursing Management*, 22(6), 751–760. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2834.2012.01471.x>
- Redfern, K. (2015). An empirical investigation of the incidence of negative psychological symptoms among Chinese international students at an Australian university. *Australian Journal of Psychology*, 68(4), 281–289. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12106>

- Reyes-Rodríguez, M. L., Rivera-Medina, C. L., Cámara-Fuentes, L., Suárez-Torres, A., & Bernal, G. (2013). Depression symptoms and stressful life events among college students in Puerto Rico. *Journal of Affective Disorders*, 145(3), 324–330. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.08.010>
- Riveros, A., Rubio, T.H., Candelario, J., & Mangin, M. (2013). Características psicológicas y desempeño académico en universitarios de profesiones de pronta ocupación. *Rev.latinoam.psiol.* 45(2): 265-278. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342013000200009&script=sci_arttext
- Riveros, F., & Vinaccia-Alpi, S. (2017). Relationship between sociodemographic, pathogenic and salutogenic variables and the quality of life of Colombian university students. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 22 (3). <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.22.num.3.2017.16330>
- Ródio-Trevisan, K.R. (2020). Avaliação da associação entre carga mental de trabalho, fatores de risco psicossociais ocupacionais e agravos à saúde mental dos professores (Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Santa Catarina). <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/221998/PPSI0902-D.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Roso-Bas, F., Jiménez, A. P., & García-Buades, E. (2016). Emotional variables, dropout and academic performance in Spanish nursing students. *Nurse Education Today*, 37, 53–58. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.11.021>
- Russa, A. D., Mligiliche, L. (2014). Inspiring Tanzanian medical students into the profession: appraisal of cadaveric dissection stress and coping strategies. *Ital J Anat Embryol.*, 119(3):268-76. <https://doi.org/10.13128/IJAE-15560>
- Saias, T., du Roscoät, E., Véron, L., Guignard, R., Richard, J.-B., Legleye, S., Sauvade, F., Kovess, V. & Beck, F. (2014). Psychological distress in French college students: demographic, economic and social stressors. Results from the 2010 National Health Barometer. *BMC Public Health*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-256>
- Saldaña O. C., De Loera Soto, L. A., & Torres, B. E. M. (2017). Evaluation of Stress Academic Levels of Medical Students of The South University Center. *Ciencia & Trabajo*, 19 (58), 31:34. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00031.pdf>
- Santos, F. S., Maia, C. R. C., Faedo, F. C., Gomes, G. P. C., Nunes, M. E., & Oliveira, M. V. M. (2017). Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 41(2), 194:200. <http://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n2RB20150047>
- Santos, J. A. F., Lucena, N. M. G., Rocha, T.V., Aragão, P.O.R., Gatto-Cardia, M. C., Carvalho, A.G.C., & Barros, M.F.A. (2012). Estresse em Acadêmicos do Curso de Fisioterapia. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 16 (2), 89-94. <http://doi.org/10.4034/RBCS.2012.16.s2.12>
- Saravanan C., & Heidhy I. (2014). Psychological problems and psychosocial predictors of cigarette smoking behavior among undergraduate students in Malaysia. *Asian Pac J Cancer Prev.*, 15(18):7629-34. <https://doi.org/10.7314/apjcp.2014.15.18.7629>

- Schnettler B., Miranda-Zapata E., Grunert K.G., Lobos G., Denegri M., Hueche C., & Poblete H. (2017). Life Satisfaction of University Students in Relation to Family and Food in a Developing Country. *Front Psychol.*, 2017 Sep 6(8):1522. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01522>
- Scholz, M., Neumann, C., Ropohl, A., Paulsen, F., & Burger, P. H. M. (2016). Risk factors for mental disorders develop early in German students of dentistry. *Annals of Anatomy - Anatomischer Anzeiger*, 208, 204–207. <http://doi.org/10.1016/j.aanat.2016.06.004>
- Silva, A. O., & Cavalcante Neto, J. L. (2014). Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. *Motricidade*, 10(1). [http://doi.org/10.6063/motricidade.10\(1\).2125](http://doi.org/10.6063/motricidade.10(1).2125)
- Simić-Vukomanović, I., Mihajlović, G., Kocić, S., Djonović, N., Banković, D., Vukomanović, V., & Djukić-Dejanović, S. (2016). The prevalence and socioeconomic correlates of depressive and anxiety symptoms in a group of 1,940 Serbian university students. *Vojnosanit Pregl*, 73(2): 169–177. <https://doi.org/10.2298/VSP141106143S>
- Skodova, Z., & Lajciakova, P. (2013). The effect of personality traits and psychosocial training on burnout syndrome among healthcare students. *Nurse education today*, 33(11), 1311-1315. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2013.02.023>
- Souza, V. S. de, Costa, M. A. R., Rodrigues, A. C., Bevilaqua, J. de F., Inoue, K. C., Oliveira, J. L. C., & Matsuda, L. M. (2016). Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university. *Investigación y Educación En Enfermería*, 34(3), 518–527. <http://doi.org/10.17533/udea.iee.v34n3a11>
- Uraz, A., Tocak, Y.S., Yozgatligil, C., Cetiner, S., & Bal, B. (2013). Psychological well-being, health, and stress sources in Turkish dental students. *J Dent Educ.*, 77(10):1345-55. <https://doi.org/10.1002/j.0022-0337.2013.77.10.tb05609.x>
- Vasconcelos, T. C. D., Dias, B. R. T., Andrade, L. R., Melo, G. F., Barbosa, L., & Souza, E. (2015). Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39, 135-142. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n1e00042014>
- Victoria, M.S., Bravo, A, Felix, A.K., Neves, B.G., Rodrigues, C.B., Ribeiro, C.C.P., Canejo, D., Coelho, D., Sampaio, D., Esteves, I.M., Silva, J.A., Marotta, L., Rosa, M.S., Ribeiro, M.Y., Santos, N.S., Barbosa, T.B., Silva, T.M., Brito, T.M., Santos, V.C., Lima, V., Saltoris, W.P. (2013). Níveis de Ansiedade e Depressão em Graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). *Encontro Revista de Psicologia*, 16(25):163-165. <http://www.pgskroton.com.br/seer/index.php/renc/article/view/2447/2345>
- Vungkhanching, M., Tonsing, J. C., & Tonsing, K. N. (2016). Psychological Distress, Coping and Perceived Social Support in Social Work Students. *British Journal of Social Work*. <http://doi.org/10.1093/bjsw/bcw145>
- Xiao, H., Carney, D. M., Youn, S. J., Janis, R. A., Castonguay, L. G., Hayes, J. A., & Locke, B. D. (2017). Are we in crisis? National mental health and treatment trends in college counseling centers. *Psychol Serv*, 14(4):407-415. <http://doi.org/10.1037/ser0000130>

- Yao, B., Han, W., Zeng, L., & Guo, X. (2013). Freshman year mental health symptoms and level of adaptation as predictors of Internet addiction: A retrospective nested case-control study of male Chinese college students. *Psychiatry Research*, 210(2), 541–547. <http://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.07.023>
- Youn, S. J., Trinh, N.-H., Shyu, I., Chang, T., Fava, M., Kvedar, J., & Yeung, A. (2013). Using online social media, Facebook, in screening for major depressive disorder among college students. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(1), 74–80. [http://doi.org/10.1016/s1697-2600\(13\)70010-3](http://doi.org/10.1016/s1697-2600(13)70010-3)
- Wyatt, T., & Oswalt, S. B. (2013). Comparing Mental Health Issues Among Undergraduate and Graduate Students. *American Journal of Health Education*, 44(2), 96–107. <http://doi.org/10.1080/19325037.2013.764248>
- Zhang J., Zhao S., Lester D., Zhou C. (2014). Life satisfaction and its correlates among college students in China: a test of social reference theory. *Asian J Psychiatr.*, 10:17-20. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2013.06.014>
- Zhao, F., Guo, Y., Suhonen, R., & Leino-Kilpi, H. (2016). Subjective well-being and its association with peer caring and resilience among nursing vs medical students: A questionnaire study. *Nurse Education Today*, 37, 108–113. <http://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.11.019>
- Zunhammer, M., Eichhammer, P., & Busch, V. (2014). Sleep Quality during Exam Stress: The Role of Alcohol, Caffeine and Nicotine. *PLoS ONE*, 9(10). <http://doi.org/10.1371/journal.pone.0109490>

Contribuições dos autores	
Autora 1	Administração do Projeto, Análise Formal, Conceituação, Curadoria de Dados, Escrita – Primeira Redação, Escrita – Revisão e Edição, Investigação, Metodologia, Recursos, Software, Validação e Visualização.
Autor 2	Orientação da pesquisa, Revisão e Edição, Investigação, Metodologia, Recursos, Software, Validação e Visualização.
Autora 3	Revisão e Edição, Investigação, Metodologia, Recursos, Software, Validação e Visualização.
Autora 4	Revisão e Edição, Investigação, Metodologia, Recursos, Software, Validação e Visualização.