

A SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS

Pesquisador(es): DALLAPRIA, Natália Cavrucov; LORENZON, Morgana Poletto; FELDKERCHER, Nadiane; JANUARIO, Adriana Grazielle de Farias; NODARI, Tânia.

Curso: Medicina

Área: Ciências da Vida e Saúde

Resumo: A saúde mental durante a vida acadêmica representa o equilíbrio emocional entre as exigências externas e internas do estudante. A sua manutenção depende da capacidade de administrar a própria vida, estando de bem consigo mesmo e com os outros. O objetivo desse estudo foi analisar a qualidade da saúde mental dos estudantes universitários brasileiros. Pretendeu-se identificar os principais agravantes da saúde mental dos acadêmicos, bem como os principais fatores que corroboram para a manutenção do bem-estar. A elaboração do trabalho deu-se por meio de pesquisa bibliográfica nas bases de dados Google Acadêmico e Portal de Periódicos CAPES. Foram analisados artigos científicos publicados entre os anos de 1995 a 2016. A partir dos resultados encontrados nessa pesquisa, tornou-se possível determinar que a saúde mental dessa população é prejudicada por diversos fatores, sendo o estresse o mais relevante. Visto que muitos universitários apresentam dificuldades e adoecimento emocional ao longo da jornada universitária, verificou-se a importância de identificar as vulnerabilidades, as limitações e patologias de cada estudante. Além disso, mostrou-se primordial que o acadêmico disponha de apoio psicológico da família e da universidade, seja por meio de um espaço para reflexão sobre os sentimentos e emoções ou por meio de estratégias de tratamento preventivo ou terapêutico para seus estudantes. Por fim, acredita-se que garantindo boas relações pessoais, atividades de lazer e acompanhamento psicológico aos universitários, há promoção do bem-estar dessa população.

Palavras-chave: Saúde mental. Vida acadêmica. Universitários brasileiros.

E-mails: dallapria_nati@hotmail.com; mo_lorenzon@hotmail.com