

CRISES PSICOSSOCIAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

MALANJINOS, ANGOLA

Psychosocial crises in Malanjin University Students, Angola

MENDES, Cirilio¹, & PINTO, Arlindo²

Resumo

Crise é um estado transitório de desequilíbrio interno, decorrente de factores endógenos ou exógenos. Quanto os eventos determinantes de crises vivenciado pelos participantes, destaque-se problemas financeiros, morte de ente queridos, ideias suicidas, mudança de residência, problemas com a justiça, alterações de humor e preocupações com a vida. Objectivo: conhecer as crises psicossociais em estudantes universitários angolanos. Metodologia: Estudo descritivo, exploratório e misto. Para a coleta dos dados, utilizou-se a técnica como entrevista e como instrumento aplicou-se a Escala de Reajustamento Social de Holmes e Rahe. A amostragem do estudo foi censitária para ambos modelos (Quan-qual). O estudo foi realizado na Universidade Rainha Njinga a Mbande e no Instituto Superior Politécnico Dom Cardeal Alexandre do Nascimento, Malanje, Angola. Foram inclusos estudantes com crises psicossociais de ambos os sexos, com idade compreendida entre 18 e 40 anos. Quanto aos critérios de exclusão, não fizeram parte estudantes com situações de crises (> a dois anos). Cingiu-se apenas com período de um ano. Resultados: Em relação aos níveis de crises prevaleceu moderada a grave para ambos os sexos e estados civis. Destaque-se que todos os participantes apresentaram algum nível de crises psicossociais.

Abstract

Crisis is a transitory state of internal disequilibrium, resulting from endogenous or exogenous factors. As for the determinant events of crises experienced by the participants, financial problems, death of loved ones, suicidal thoughts, change of residence, problems with justice, mood swings and concerns about life stand out. Objective: to know the psychosocial crises in Angolan university students. Methodology: Descriptive, exploratory and mixed study. For data collection, the interview technique was used and the Holmes and Rahe Social Readjustment Scale was applied as an instrument. The study sample was census for both models (Quan-qual). The study was carried out at the Universidade Rainha Njinga a Mbande and at the Instituto Superior Politécnico Dom Cardeal Alexandre do Nascimento, Malanje, Angola. Students with psychosocial crises of both sexes, aged between 18 and 40 years were included. As for the exclusion criteria, students with crisis situations (> two years) did not participate. He was bound only with a period of one year. Results: Regarding the levels of seizures, moderate to severe prevailed for both sexes and marital status. It should be noted that all participants had some level of psychosocial crises.

Palavras-chave: *Crises psicossociais; Educação; Estudantes universitários.*

Keywords: *Psychosocial crises; Education; College students.*

Data de submissão: setembro de 2022 | **Data de publicação:** junho de 2023.

¹ CIRILO ARMANDO ANTÓNIO MENDES - Centro Comunitário de Saúde Mental de Malanje. ANGOLA. Email: mendeciro@gmail.com

² ARLINDO MANUEL PINTO – Psicólogo Clínico. ANGOLA. Email: Arlindo.pinto@multiparques.com

INTRODUÇÃO

As crises psicossociais se referem aos problemas que as pessoas enfrentam no seu dia-dia, como por exemplo: a perda de um ente-querido, ansiedade, depressão, problemas com a justiça, financeiro, habitação, dívidas, inveja, dificuldade de se relacionar com alguém, ciúme, separação conjugal, etc. todas estas situações podem criar algum vazio no sujeito, afetando desta forma a sua saúde. Estas crises podem ser de natureza psicológica ou social. A nossa vida é determinada por diversas situações, com isso quer dizer que todos os eventos que acontecem na nossa vida influenciam direta ou indiretamente a nossa saúde (Mendes & Pedro 2022).

Na perspectiva de Spatenkova (2006) citado por Buchartts e Manuel (2021), entende-se por crise como um estado transitório de desequilíbrio interno, decorrente de fatores endógenos ou exógenos afetando a saúde física e mental do indivíduo e requer intervenção imediata. Quanto a sua tipologia são classificadas da seguinte forma: ontogenética, situacional e cumulativa.

Sobre a vida universitária, muitos autores defendem que o ingresso ao ensino superior é um acontecimento e um período importante na vida do jovem adulto, sendo este conjugado com o período de desenvolvimento psicossocial, tornando-se assim uma fase de explorações e vivências de vida diferentes (Preguiça, 2021).

Certos investigadores encaram este fato como um momento marcante na vida dos jovens, abrangendo múltiplas mudanças, havendo necessidade de conciliar e priorizar situações e interesses pessoais no decorrer de situações do quotidiano. Nesta fase de vida, os estudantes idealizam ser uma fase de promoção intelectual, pessoal e social, sendo confrontados com diversos desafios e mudanças, assim como novas exigências de imposições pessoais, sociais e académicas. O aparecimento de novos fatores na vida do jovem, exigem assim que haja um aumento de autonomia, proatividade e um desenvolvimento a nível do estudo (Guimarães, 2017).

Quanto aos fatores considerados como de risco ou protetivos associados à saúde mental do estudante universitário são classificados com base em três categorias: A primeira dimensão, engloba as características próprias do indivíduo, como personalidade, humor, aspetos cognitivos e comportamentais. Já a segunda categoria, agrupa aspetos contextuais, como questões ambientais, culturais e interpessoais. A última categoria remete a fatores académicos e de carreira, tratando da experiência académica, tais como

processos de adaptação a universidade, o desenvolvimento do aluno ao longo da graduação, satisfação com escolha de curso, relação estudante-universidade (Ariño, 2018).

As repercursões psíquicas das crises em estudantes universitários, autores como Lambert e Moura, (2020), inferem que o sofrimento psíquico, está relacionado com fatores como não correspondência do curso as expectativas, preocupações com o futuro profissional, e necessidade de conciliar horário de estudo com trabalho. As questões psicológicas podem afetar a capacidade de se relacionar com outras pessoas, dificultando as relações sociais.

A tese apresentada por Costa et al., (2020), apontam que estudantes universitários estão mais suscetíveis a manifestação de transtornos mentais que a população geral. A presença desses transtornos mentais, entre estudantes universitários, pode interferir no seu bem-estar psicossocial, nas suas relações interpessoais, como também no seu desempenho acadêmico.

Estudos apontam uma taxa mais alta de prevalência de sintomas de ansiedade e depressão na população universitária do que na população geral. Quanto ao perfil socioeconômico dos estudantes de universidades federais, 58,36% do total de estudantes pesquisados indicaram sofrer de ansiedade; 44,72% relataram desânimo/falta de vontade de fazer as coisas; 32,57% têm insônia ou apresentam alterações significativas de sono; 22,55% relataram sentir desamparo/desespero/ desesperança e 21,29% sentimentos de solidão. Além dessas dificuldades, também são descritos problemas alimentares (13%), medo/pânico (10,56%), ideia de morte (6,38%) e pensamento suicida (4,13%) (Fonaprace, 2014) citado por (Sahão & Kienen, 2021).

Estudo brasileiro recente (Oliveira et al., 2021). A conjuntura imposta pela pandemia da COVID-19, impossibilitou os jovens de manterem modos de vidas habituais, que ocasionou impacto negativo na saúde mental do estudante universitário. Ainda nesta senda, o primeiro estudo brasileiro sobre saúde mental do estudante brasileiro, as principais queixas apresentadas pelos estudantes atendidos estavam relacionadas às questões da vida pessoal e familiar, havendo um reconhecimento de que essas questões afetavam o desempenho acadêmico (Machado et al., 2018).

Apesar da grande prevalência de sofrimento psíquico e/ou transtornos mentais entre os estudantes, poucos procuram apoio psicológico, e isso ocorre por conta de vários fatores, como falta de tempo, dificuldades de acesso aos profissionais de saúde mental, estigma em relação à doença mental e alto custo do tratamento (Costa et al., 2020).

Sobre a assistência a esta população, defende-se que a saúde mental no contexto universitário seja planejada e desenvolvida numa perspectiva institucional, não valendo-se apenas do PNAES ou dos setores de assistência estudantil das IFES (Araújo, 2020). Ao mesmo tempo, cabe a este “articular diferentes áreas e, conseqüentemente, diferentes políticas sociais, visando garantir um padrão de proteção social amplo” como por exemplo, através de ações articuladas nas áreas da cultura, do apoio pedagógico, e do esporte, áreas que pouco ou nada apareceram em nossos achados (Imperatori, 2017).

Assim, os velhos desafios apontados e os novos desafios, se consideramos o contexto plural e dinâmico que é a educação e onde se insere se entrecruzam criando obstáculos, mas também possibilidades, exigindo capital financeiro, humano e criativo das instituições e profissionais que atuam na saúde mental e no combate a evasão no ensino superior (Gomes et al., 2022).

Diante disso, surge a seguinte questão “Quais as crises psicossociais estão presentes em estudantes universitários malanjinjos? E para responder essa questão, o objetivo do estudo foi conhecer as crises psicossociais em estudantes universitários malanjinjos, Angola.

MÉTODOS

Estudo descritivo, exploratório e misto, com estratégia incorporada concomitante, realizado em setembro de 2022 a maio de 2023. A amostragem do estudo foi censitária para ambos modelos (quan-qual), considerando para isso os critérios de inclusão e exclusão, limitado ao período de coleta dos dados. O estudo foi realizado na Universidade Rainha Njinga a Mbande e no Instituto Superior Politécnico Dom Cardeal Alexandre do Nascimento, Malanje, Angola. As instituições em excerto são públicas e privadas construídas para dar resposta aos problemas psicossociais inerentes a sociedade.

As instituições do Ensino Superior de Malanje, apresentam diversas dificuldades em proporcionar um atendimento adequado aos estudantes com situações de crises psicossociais pelo fato de não disporem de um gabinete especializado para fins desta natureza. Por esta razão vários estudantes procuram a assistência psicossocial a outras unidades sanitárias de Malanje.

Com base na situação que muitos estudantes sofrem com estes tipos de problemas, motivou-nos a conhecer as principais crises psicossociais em estudantes universitários. Ademais, Angola é um país cujo sistema de saúde é ainda muito débil, sobretudo a saúde mental nas unidades públicas.

Foram inclusos estudantes com crises psicossociais de ambos os sexos, com idade compreendida entre 18 e 40 anos, pertencentes às instituições acima referenciadas. Quanto aos critérios de exclusão, não fizeram parte estudantes com situações de crises (> a dois anos). Cingiu-se apenas com período de um ano.

Realizou-se entrevistas semiestruturadas foram realizadas por quatro pesquisadores, três do sexo masculino com formação na área de Psicologia Clínica e Educacional e uma do sexo feminino com formação na área de Psicologia Social. Alguns participantes, logo após o aceite já foram entrevistados, e outros agendaram para datas e períodos de preferência. Quanto ao ambiente de realização das entrevistas ocorreram predominantemente fora e dentro das salas de aulas da própria universidade. As entrevistas tiveram duração média de 20 minutos. Inicialmente, os participantes responderam a questões sociodemográficas, de acordo com instrumento criado pelos próprios autores. Na sequência aplicou a Escala de Reajustamento Social de Holmes e Rahe. A Escala de Reajustamento Social é um instrumento composto por 43 itens, com propósito de avaliar o estado psicossocial dos indivíduos (crises).

A Escala tem ênfase na abordagem do perfil de estudantes com crises psicossociais e análise do seu desempenho acadêmico. É composto por perguntas sobre idade, sexo, estado civil, morada, faculdade em que o aluno estuda e respectivo ano em que se encontra.

A pontuação da Escala de Reajustamento Social varia de 150-199 (moderado), 200-299 (preocupante), 300-599 (grave) 600> (severo). A escolha deste instrumento ocorreu por ser utilizado regularmente em pesquisas sobre indivíduos com situações de crises.

Para a organização dos dados, estes foram lançados duplamente por pesquisadores independentes, em planilhas eletrônicas do *software Microsoft Office Excel®*, versão 10, o que permitiu o confronto e conferência. Inicialmente os dados quantitativos foram submetidos a estatística descritiva. E para o direcionamento da análise qualitativa, selecionou-se dez itens da escala com questões sobre as implicações das crises psicossociais e consequência individuais/coletivas, mais observados nos estudos sobre crises. Posteriormente, optou-se em reagrupar os 190 participantes selecionado para o estudo, em dois grupos de igual tamanho ($n= 95$), sendo distribuídos de forma aleatória, em grupo 1 (G1) e grupo 2 (G2), os quais foram analisados de forma concomitante, conforme a distribuição de frequências.

Para fins de interpretação, considerou o conceito de crises a partir da visão de Manuel (2022), sendo definido por estado de desequilíbrio interno no ser humano, que afeta a sua saúde. Este desequilíbrio é decorrente de vários eventos.

Foram respeitados todos aspetos éticos em pesquisa, e por se tratar de um grupo sensível, garantiu aos estudantes o sigilo sobre o trabalho que estava a ser realizado. Ressalta-se que não houve discriminação na seleção dos participantes nem a exposição das suas necessidades em saúde. Após esclarecimentos sobre o estudo, aqueles que deram o consentimento livre, seguiram-se para as próximas etapas. Para a realização deste estudo, endereçou-se uma carta de pedido de autorização à Universidade Rainha Njinga a Mbande e ao Instituto Superior Politécnico Dom Cardeal Alexandre do Nascimento, através dos seus departamentos de Investigação Científica, no desenvolvimento dos procedimentos da investigação, tendo autorização para início e desenvolvimento da pesquisa.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 190 estudantes universitários com crises psicossociais, sendo 100% solteiros, 65% do sexo masculino e na faixa etária entre 18 a 40 anos. Quanto ao estilo de vida, 88% eram estudantes, seguidos por empreendedores (7%) e funcionários públicos (1,5%), 1% moto taxista. Em relação a origem, prevaleceu Campo de Aviação (22%) e Catepa (21%) (Tabela 1).

Tabela 1 – Dados sociodemográficos – setembro de 2022 a abril de 2023, Malanje (n=190).

Variáveis	n		%
Sexo			
Feminino	66		34,0
Masculino	124		65,0
Estado civil			
Solteiro	190		100
Casado	0		0,0
Viúvo	0		0,0
Profissão			
Estudantes	168		88,0
Empreendedores	15		7,0
Funcionário público	5		1,5
Mototaxista	3		1,0
Garçon	1		0,5
Polícia	2		1,5
Bairro de residência			
Campo de Aviação	42		22,0
Catepa	41		21,0
Maxinde	32		16,0
Vila Matilde	30		15,0

Em relação aos níveis de crises prevaleceu moderada a grave para ambos os sexos e estados civis. Destaque-se que todos os participantes apresentaram algum nível de crise psicossocial (Tabela 2).

Tabela 2 – Classificação das crises (ERJ) por sexo e estado civil. abril de 2023. Malanje (n=190)

Classificação	Masculino n(%)	Feminino n(%)	Solteiro n(%)	Casado n(%)	Viúvo n(%)
Moderada	26(13%)	17(8%)	30(15%)	-	-
Preocupante	21(11%)	13 (6%)	15(7%)	-	-
Grave	32(16%)	9(4%)	11(5%)	-	-
Severo	9(4%)	3 (1%)	4(2%)	-	-

A apresentação das categorias selecionadas da Escala de Reajustamento Social para o aprofundamento analítico, foram nomeadas em situações de crises psicossociais e consequência individuais/coletivas. As categorias referentes as situações de crises correspondem aos itens, 4, 5, 6, 8, 11, 16, 29, 32 e 40 da ERS.

Durante este período estiveste preso ou alguém próximo de ti? afirmaram que sim (n=5) e isso deixa-lhes muito para baixo (n=3). Além da dor não conseguem suportar o trauma (n=12).

Teve morte de alguém na família? a maioria alegou que sim ($n=7$), seguidos daqueles que até agora choram pela perda do seu entequerido ($n=5$). Deste universo, alguns narrara ter certeza de que a perda não os levará a ter vida que levavam antes deste evento ($n=5$).

Sofreste algum tipo de acidente ou doenças? Os participantes evocaram que sim ($n=12$), outros informam que a ocorrência do trágico acidente os fez perder muitas oportunidades ($n=5$), seguido daqueles que afirmaram que o estado de saúde débil os impede de trabalharem firmemente.

Tiveste algum problema com o emprego? expressaram ideias de serem vítimas de síndromes organizacionais, ($n=7$) e alguns afirmaram que perderam emprego ($n=6$), e, outros por conta disso sobrevivem do moto táxi.

Teve alguém doente na família? afirmaram que sim e isso os preocupe ($n=2$). Por se tratar de uma doença grave e sem recursos para o tratamento acaba por interferir na sua vida acadêmica ($n=11$).

Sofreste alguma mudança na sua condição financeira? A maioria afirmou que sim ($n=18$), outros consideram que as dificuldades acadêmicas estão relacionadas com a sua condição financeira ($n=2$) e, que podem cancelar a formação por este motivo ($n=3$).

Houve mudança de residência? sim, por falta de condições ($n=14$), outros inferiram por não serem de Malanje, apenas estão ca por razões de estudo ($n=4$),

Acha que apresenta mudança de hábitos pessoais? muita, mais do que antes ($n=13$), outros alegaram ter mudanças de humor e irritabilidade ($n=5$).

Sente mudança nos hábitos de alimentação? Sim, e posso ter apenas uma refeição por dia ($n=8$), a mudança tem a ver com as preocupações da dia-dia ($n=13$).

DISCUSSÃO

Em geral, as crises são esperadas com repercussão nas condições de aprendizagem. Vidas perdidas, sequelas ainda desconhecidas, perda do trabalho e redução da fonte de renda familiar, maior exposição à violência doméstica, física e sexual. Crescimento da ansiedade, da depressão e do medo. Esses são alguns dos cenários

vivenciados em tempos de crise. Para a aprendizagem, não está colocado apenas o desafio da descontinuidade do ensino, mas das condições em que cada pessoa da comunidade escolar se encontra, tendo experimentado direta ou indiretamente algumas dessas situações descritas (UNICEF 2021).

Pesquisadores defendem que no período pandémico, o distanciamento social, a principal medida utilizada para reduzir a propagação do vírus, poderia ocasionar o aparecimento de sintomas psicológicos, tais como: medo de ser acometido pela doença; solidão, desesperança, angústia, sensação de abandono, alterações do sono, ideação suicida etc. Esse cenário potencializou o surgimento de quadros de estresse, ansiedade e depressão exigindo medidas protetivas, mormente por parte da Educação. Considerando os índices crescentes de adoecimento da comunidade estudantil (Schmidt *et al*, 2020 *et al* 2020).

Dos vários transtornos frequentes em estudantes universitários, a ansiedade se destaca, na perspectiva de alguns pesquisadores a ansiedade é caracterizada de duas maneiras: ansiedade-estado sendo caracterizada como uma emoção imediata devido a um acontecimento específico, ou seja, um estado emocional transitório; a ansiedade-traço é definida como uma característica do próprio indivíduo, desenvolvendo-se como uma situação provisória, envolvendo pensamentos desagradáveis e apreensivos, permitindo ao indivíduo avaliar sensações de perigo. A ansiedade por vezes, provém da genética de cada indivíduo, abrangendo fatores ambientais e sociais, ou eventos de infância associados à privação de acontecimentos e vivências sendo estes fatores propícios para futuramente os jovens sofrerem de ansiedade (Cordeiro, 2016).

Além dos sintomas de ansiedade, a vida acadêmica é caracterizada por um ambiente estressante no qual os acadêmicos têm a responsabilidade de aprender uma profissão e preparar-se para esse futuro profissional. De modo geral, o *stress* significa uma reação interna do organismo vivo quando experimenta situações as quais são percebidas pelo seu aparelho sensorial, como ameaçadoras ao seu bem-estar, físico ou psicológico (Assis et al., 2013, citado por, Lúcio et al., 2019).

Dados apresentados pela United Nations Children's Fund [UNICEF] infere que no contexto nacional e internacional apresenta uma alta prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em crianças e adolescentes e um uso abusivo e excessivo dos ambientes sociais virtuais; em adição, (UNICEF, 2021). O suicídio continua sendo uma das principais causas de morte nessa população em todo o mundo.

Os achados do estudo também se aproximam da realidade do Brasil, que registra um aumento crescente de casos de tentativa de suicídio, automutilações e ideação suicida, entre jovens de 15 a 29 anos (Ministério da Saúde, 2019).

Tal como as crises econômicas e sanitárias podem ter efeito na saúde mental, é importante ressaltar que os problemas de vulnerabilidade e adoecimento também impactam na economia, motivando afastamentos e perda de produtividade. Cuidar da saúde mental é uma prioridade de todos para o fortalecimento da resiliência e enfrentamento de uma sociedade da informação sustentada pela produtividade e consumo (Cronert & Hadenius, 2021).

Os fatores psicossociais envolvidos no bem-estar e na saúde da população, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), são: a existência de grupos e comunidades de autocuidado; de redes familiares e sociais de apoio e de ambientes de apoio para grupos específicos, além do senso pessoal de pertencer a uma comunidade.

Autores como Manuel et al., (2022) associam os fatores determinantes da saúde a questões sociais, econômicos, naturais, biológicos, sistema de saúde e estilo de vida, destacando-se: fatores econômicos e sociais, integrados por: trabalho, habitação, alimentação e o desenvolvimento econômico. Fatores naturais, constituídos pelo: clima e os agentes físicos, entre outros. Fatores biológicos, que incluem: o sexo, a idade, a hereditariedade e os agentes biológicos. Como nos grupos anteriores, cada elemento exerce a sua influência sobre a saúde.

No que concerne a limitação do estudo, não foi verificado quanto a presença de outros familiares com o mesmo diagnóstico no próprio domicílio ou de forma geral. Na análise foi considerada as particularidades econômicas e nível de escolaridade, variáveis que implicam no acesso aos cuidados em saúde e na compreensão da situação individual de saúde. Por se tratar de um estudo preliminar, para fins de reconhecimento do diagnóstico local, não aplicou testes estatísticos específicos. Ainda assim, o estudo apresentou uma estratégia pouco utilizada para refletir sobre as intervenções de suporte psicossociais, a partir das categorias da ERJ, o que pode ser viável em realidades, em que não há ou há poucos profissionais especializados, como é o caso dos países africanos.

CONCLUSÃO

Problemas financeiros, morte de ente queridos, ideias suicidas, mudança de residência, problemas com a justiça, alterações de humor e preocupações com a vida, foram os principais eventos determinantes de crises vivenciados pelos estudantes universitários angolanos. Entretanto, constatou-se a presença de crises psicossociais em todos participantes do estudo, através de uma seleção prévia com aqueles com evidente situação de crise. Embora tenha prevalecido formas moderada e graves de crises, a ocorrência de situações de crises em variadas esferas da vida podem evoluir para crises cumulativa (crônica), especialmente ao considerar o território estudado, assolado de problemas sociais, económicos e de saúde que implicam diretamente na evolução dos casos.

Os resultados do presente estudo poderão contribuir novas para novas pesquisas nessa localidade e permitir o planejamento da assistência a partir das manifestações identificadas, com redução de tempo, custos e maior direcionamento de cuidados. Entretanto, apostar nos serviços primários e secundários de saúde mental nesta população, seria um indicador muito importante para intervir nesta população, por se tratar de problemas que requerem intervenção emergencial.

Nesta ordem de ideias, recomenda-se a realização de estudos futuros do tipo longitudinais, que permitem compreender as causas e os efeitos adversos das crises psicossociais, e conseqüentemente as estratégias de intervenção, pelo facto de as crises apresentarem uma etiologia multifatorial.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Araújo, V. (2020). *Ações de assistência estudantil em saúde mental frente ao sofrimento psíquico em graduando nas instituições federais de ensino superior brasileiras*. Dissertação (Mestrado em Saúde, Sociedade e Ambiente). Diamantina, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri.

Ariño, D. O. (2018). *Relação entre vulnerabilidade psicológica, vivências acadêmicas e autoeficácia em estudantes universitários*. Dissertação (Mestrado). Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Florianópolis.

Buchartts, E., & Manuel, F. (2021). *Liderança Eficaz e Motivação: chaves para o sucesso organizacional*. WA. Where Angola.

Cordeiro, R. A., & Freire, V. (2016). Estado-traço de ansiedade e vivências acadêmicas em estudantes do 1º ano do instituto politécnico de Portalegre. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, 36(14), 1-7.

Costa, D. S., Medeiros, N. S. B., Cordeiro, R. A., Frutuoso, E. S., Lopes, J. M., & Moreira, S. N. T. (2020). Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Rev. bras. educ. med.*, 44(01), e040. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069>

Cronert, A., & Hadenius, A. (2021). Institutional foundations of global well-being: Democracy, state capacity and social protection. *International Political Science Review*, 42(5), 705-724. <https://doi.org/10.1177/0192512120917186>

UNICEF (2021). *Fortalecimento psicossocial da comunidade escolar. Recomendações para construção coletiva de estratégias entre profissionais, comunidades e estudantes*. Barça Foundation e UNICEF.

Gomes, L. M. L., Leitão, H. A. L., Santos, K. M. C., & Zanotti, S. V. (2022). Saúde Mental na Universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. *Educ. rev.*, 39, e40310. <https://doi.org/10.1590/0102-469840310>

Guimarães, M. R., Santos, I. M. S., Vale, M. P. S. S., Moura, I. H., & Silva, A. R. V. (2017). Estilo de Vida e Fatores Associados entre Estudantes Universitários. *Rev. enferm. UFPE on line*, 11(supl.8), 3228-3235.

Imperatori, T. (2017). A trajetória da assistência estudantil na educação superior brasileira. *Serviço Social & Sociedade*, 129, 285-303.

Lambert, A.S., & Mouras, R. A. (2020). Fatores que podem influenciar no adoecimento físico e psíquico do estudante universitário: uma análise da produção científica brasileira. *Revista Cocar*, Belém, 14(28), 70-89.

Machado L, Nunes R, & Cantilino A. (2018). Saúde mental do estudante de medicina: realidade preocupante décadas após o trabalho pioneiro do prof. Galdino Loreto. *Debates em Psiquiatria [Internet]*, 8(1), 42-50. <https://doi.org/10.25118/2236-918X-8-1-5>

Mendes, C.A., & Pedro, J. D. (2022). Sintomas depressivos em angolanos com HIV em período pré-pandêmico. *Journal Health NPEPS*, 7(2), e10698. <https://orcid.org/0000-0001-7151-7398>

Ministério da Saúde. (2019). *Boletim epidemiológico* (vol. 50). Secretária de Vigilância em Saúde.

Oliveira, F. P., da Silva, J. A. C., Braun, H. S. F., Pereira, I. de P. C., Real, M. M. F., Real Junior, M. M. F., Pinto, R. B., & Sousa, S. B. (2021). O impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental dos discentes de medicina. *Brazilian Journal of Development*, 7(6), 62028–62037. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n6-536>

Lúcio, S. S. R., Medeiros, L. G. S., Barros, D. R., Ferreira, O. D. L., & Rivera, G. A. (2019). Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. *Temas em Saúde*, ed. Especial, 260-274.

Preguiça, A. R. C. (2021). *Sintomas de Ansiedade em Estudantes Universitários*. Projeto de Graduação (Em Enfermagem). Universidade Fernando Pessoa, Escola Superior de Saúde, Porto.

Sahão, F. T., & Kienen, N. (2021). Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. *Psicol. Esc. Educ.*, 25, e224238 <https://doi.org/10.1590/2175-35392021224238>

Schmidt, B. et al. (2020). A quarentena na covid-19: orientações e estratégias de cuidado. In: D. Noal, M. Passos, & M. Freitas (Ed.), Carlos. *Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na covid-19* (p.112-122). Fiocruz.

ONU (2019). *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF, New York.