




SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE DIREITO: A RELAÇÃO ENTRE A CARGA ACADÊMICA E O ESTRESSE

MENTAL HEALTH OF LAW STUDENTS: THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC LOAD AND STRESS

  Anna Saleth de Aquino Medeiros, Universidade Federal Rural do Semi-Árido, Mossoró, Rio Grande do Norte, Brasil.

  Júlia Vanessa Benigno de Moura, Universidade Federal Rural do Semi-Árido, Mossoró, Rio Grande do Sul, Brasil.

  Adailson Pinho de Araújo, Universidade Federal Rural do Semi-Árido, Mossoró, Rio Grande do Sul, Brasil.

 Revista
Práxis em Saúde

Ano II | Volume II | n I | Florianópolis | 2024 | ISSN: 2966-1056
<https://doi.org/10.56579/prxis.v2i1.1797>

SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE DIREITO: A RELAÇÃO ENTRE A CARGA ACADÊMICA E O ESTRESSE

MENTAL HEALTH OF LAW STUDENTS: THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC LOAD AND STRESS

Anna Saleth de Aquino Medeiros¹
Júlia Vanessa Benigno de Moura²
Adailson Pinho de Araújo³

Resumo: O artigo examina o impacto da carga acadêmica na saúde mental dos estudantes de Direito, com foco no estresse causado pelo volume de trabalho e pressão por desempenho. Utilizando uma abordagem quantitativa e qualitativa, a pesquisa aplicou questionários a alunos de diferentes períodos para medir a intensidade da carga e os sintomas de estresse, como ansiedade, insônia e esgotamento emocional, em instituições de ensino superior da cidade de Mossoró/RN. Ainda, entrevistas individuais e em grupo permitiram que os alunos compartilhassem experiências pessoais, revelando os principais desafios enfrentados no cotidiano acadêmico e como estes afetam negativamente seu bem-estar. Os resultados indicam que muitos estudantes consideram a carga acadêmica pesada, com uma parcela significativa não buscando apoio psicológico. Ansiedade, sensação de angústia e tristeza e cansaço excessivo foram os sintomas mais citados.

Palavras-chave: Saúde Mental; Estudantes de Direito; Estresse; Bem-estar.

Abstract: This article examines the impact of academic load on the mental health of law students, focusing on the stress caused by workload and performance pressure. Using both quantitative and qualitative approaches, the research applied questionnaires to students from different academic periods to measure the intensity of workload and stress symptoms, such as anxiety, insomnia, and emotional exhaustion, at higher education institutions in the city of Mossoró/RN. Additionally, individual and group interviews allowed students to share personal experiences, revealing the main challenges faced in their academic routines and how these negatively affect their well-being. The results indicate that many students perceive the academic load as heavy, with a significant portion not seeking psychological support. Anxiety, feelings of distress and sadness, and excessive fatigue were the most commonly reported symptoms.

Keywords: Mental Health; Law Students; Stress; Well-being.

¹ Discente do curso de Direito da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA). Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-9042-2951>. E-mail: anna.medeiros@alunos.ufersa.edu.br

² Discente do curso de Direito da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA). Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2692-3383>. E-mail: julia.moura@alunos.ufersa.edu.br

³ Professor de Direito da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA). Mestrando em Direito pela UFERSA. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0755-4711>. E-mail: adailson@ufersa.edu.br

INTRODUÇÃO

Atualmente, o Brasil é o quinto país no ranking de pessoas com depressão, e o primeiro no de transtornos de ansiedade (MARTINS, 2022). No território nacional, é importante destacar que o índice de doenças mentais é maior entre os jovens. A literatura destaca que 30% dos jovens entre 12 e 17 sofre com transtornos mentais, como tristeza frequente, falta de disposição, dificuldade para se concentrar, problemas para dormir, entre outros sintomas, os quais, se não forem devidamente tratados, poderão se tornar distúrbios mais graves, levando até mesmo ao suicídio (COSTA; NEBEL, 2019).

Além disso, a taxa de suicídio entre jovens aumentou mais de 10% desde 2002 (ESCÓSSIA, 2017). Entre os jovens na faixa etária de 15 a 29 anos, há um grupo específico no qual os diagnósticos de transtornos mentais têm crescido de forma muito expressiva nos últimos anos: os estudantes universitários. No mais, vale questionar como está a saúde mental dos estudantes de Direito.

A saúde mental dos estudantes universitários, especialmente em cursos de alta exigência como o Direito, tem ganhado visibilidade em discussões acadêmicas e de saúde pública. Esse curso, caracterizado por uma intensa carga de leituras e atividades práticas, muitas vezes exige dos estudantes mais do que conseguem administrar, tanto emocional quanto fisicamente.

A pressão para obter notas elevadas, somada à competição entre colegas, pode resultar em um ambiente altamente estressante. O estresse relacionado à vida acadêmica pode causar problemas de saúde mental, como ansiedade, insônia, esgotamento físico e até depressão (BARROS, 2020). Além disso, a falta de apoio psicológico e a estigmatização em torno do tema da saúde mental podem agravar esses problemas, dificultando a busca por ajuda.

Diante desse cenário, torna-se essencial questionar como a carga acadêmica no curso de Direito afeta a saúde mental dos estudantes. Assim, este estudo visa responder ao seguinte problema de pesquisa: de que maneira a carga acadêmica do curso de Direito impacta a saúde mental dos estudantes?

Dessa forma, o objetivo desta pesquisa é investigar como a carga acadêmica no curso de Direito afeta a saúde mental dos estudantes, identificando os principais fatores de estresse e suas consequências no bem-estar emocional e desempenho acadêmico.

O texto está dividido em cinco seções, sendo a primeira esta introdução. A segunda parte detalha as estratégias metodológicas da pesquisa. Em seguida, no desenvolvimento, discute-se o estado da saúde mental de estudantes universitários na literatura. Na penúltima parte, se apresentam os resultados coletados, bem como a discussão e suas implicações. A conclusão, por fim, resume os principais achados da pesquisa.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O estudo foi realizado por meio de um método misto de pesquisa, com abordagens quantitativas e qualitativas para explorar a percepção dos estudantes de Direito. Foram aplicados questionários estruturados que contaram com respostas dos alunos dos cursos de Direito de todas as universidades e faculdades do município de Mossoró/RN, conforme o Imagem 1.

Imagem 1 - Universidades e faculdades dos discentes respondentes.

Universidade/Faculdade	Sigla
Universidade Federal Rural do Semiárido	UFERSA
Universidade do Estado do Rio Grande do Norte	UERN
UniCatólica do Rio Grande do Norte	UniCatólica do RN
Universidade Potiguar	UNP
Centro Universitário Maurício de Nassau	UNINASSAU

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Além da aplicação de questionários com discentes dos centros universitários do Imagem 1, foram realizadas entrevistas semiestruturadas individualmente e em grupo com estudantes de diferentes períodos do curso de Direito da UFERSA. As entrevistas foram feitas com um grupo focal com faixa de idade entre 20 e 24 anos, sendo 5 pessoas do gênero feminino e 3 do gênero masculino, variando do 3º ao 7º período, feitas em diferentes horários, variando do turno vespertino e noturno.

As entrevistas também foram realizadas na própria universidade, um ambiente que proporciona conforto e segurança, incentivando o compartilhamento honesto e aberto das experiências dos estudantes, garantindo que suas vozes fossem devidamente representadas. Dessa forma, permitiu-se uma compreensão mais ampliada das experiências e opiniões dos participantes.

A coleta de dados ocorreu em duas etapas. Inicialmente, os questionários quantificaram aspectos como níveis de estresse, horas dedicadas ao estudo e percepções sobre apoio psicológico. Em seguida, as entrevistas qualitativas ofereceram um espaço para que os estudantes pudessem compartilhar as suas histórias, desafios e sugestões de melhorias.

A amostra foi composta por 48 estudantes, com idades entre 18 e 29 anos, distribuídos em diferentes períodos dos cursos de Direito. A escolha de uma amostra heterogênea visou captar perspectivas diversas ao longo da trajetória acadêmica, permitindo uma compreensão mais ampla dos desafios enfrentados em distintas fases da formação. Essa diversidade etária e de experiência acadêmica possibilitou identificar padrões e particularidades nas percepções sobre a carga acadêmica e seus efeitos na saúde mental.

Os questionários foram elaborados com perguntas fechadas, utilizando escalas Likert, que servem para medir atitudes, opiniões, crenças e percepções (LIKERT, 1932; MEIRELES, 2024) a fim de avaliar a percepção dos estudantes sobre a carga acadêmica, a frequência de sintomas de estresse e os principais fatores de esgotamento psicológico. Essa estrutura permitiu quantificar as respostas e identificar tendências nas experiências dos participantes, fornecendo uma base sólida para a análise dos dados.

As escalas Likert facilitaram a mensuração da intensidade das emoções e sentimentos (LIKERT, 1932) dos estudantes em relação a diferentes aspectos da vida acadêmica. As entrevistas individuais e em grupo foram realizadas presencialmente na UFERSA, proporcionando um ambiente familiar e acolhedor, com perguntas que serviram como ponto de partida para o desenvolvimento de um diálogo mais aprofundado. Esse formato incentivou os participantes a compartilharem suas experiências e reflexões de maneira livre e espontânea, resultando em relatos ricos e detalhados que complementaram os dados quantitativos.

Os dados foram coletados por meio de questionários distribuídos digitalmente entre 28 de agosto e 4 de setembro de 2024, garantindo um alcance amplo e acessível aos estudantes. As respostas foram anonimizadas para assegurar a privacidade dos participantes e promover um ambiente de confiança, incentivando a honestidade nas respostas, um cuidado ético fundamental para a integridade da pesquisa e proteção dos direitos dos envolvidos.

A análise dos dados quantitativos foi realizada com base em estatísticas descritivas, o que permitiu visualizar os resultados e identificar padrões significativos nas respostas. As informações coletadas foram organizadas e interpretadas, proporcionando uma base para a discussão e as conclusões deste estudo.

DESENVOLVIMENTO

A saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo consegue lidar com as tensões normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a sua comunidade (GAINO et al., 2018). No ambiente acadêmico, no entanto, as demandas impostas aos estudantes podem gerar fatores estressantes que comprometem esse equilíbrio.

No caso dos estudantes de Direito, o cenário é particularmente desafiador, devido à pressão constante imposta pelo curso, que exige leituras extensas, prazos rigorosos e avaliações frequentes, somados a outras responsabilidades, como estágios e empregos. Essa carga excessiva pode levar a um estado contínuo de alerta e ansiedade, dificultando a concentração e prejudica a produtividade.

Outro fator agravante é a falta de suporte emocional e psicológico nas universidades, que pode intensificar o estresse dos estudantes (GOMES et al., 2023). Muitos se sentem isolados e sobrecarregados, sem saber a quem recorrer para obter ajuda, e o estigma em torno da saúde mental também faz com que hesitem em buscar apoio, temendo julgamentos ou consequências acadêmicas.

Esses fatores juntos podem gerar um ciclo vicioso, no qual a deterioração da saúde mental compromete o desempenho acadêmico e impacta negativamente a trajetória educacional. Portanto, é fundamental que as instituições de ensino adotem uma abordagem holística que reconheça a importância do bem-estar emocional como parte essencial da formação acadêmica.

A saúde mental dos estudantes universitários é uma questão que demanda atenção urgente, especialmente considerando que um elevado percentual de alunos enfrenta problemas emocionais sem buscar ajuda. Essa situação é frequentemente exacerbada pela pressão acadêmica e pela transição para um novo ambiente, o que pode levar a um aumento do sofrimento psicológico. A falta de iniciativas eficazes nas instituições de ensino para desestigmatizar a busca por apoio psicológico e promover um ambiente acolhedor é preocupante (PENHA; OLIVEIRA; MENDES, 2020).

No caso específico do curso de Direito, trata-se de um ensino superior tradicionalmente visto como um dos mais exigentes, devido à interligação normativa, além da prática jurídica. A pressão por excelência acadêmica e a grande carga de leitura obrigatória são fontes constantes de estresse, contribuindo para um ambiente competitivo onde a comparação entre colegas exacerba a ansiedade e a insegurança (HAHN; FERRAZ; GIGLIO, 1999).

Muitos estudantes relatam sentir-se sobrecarregados pela expectativa de alto desempenho, levando a um declínio significativo em sua saúde mental (ARAOZ; RAMOS, 2022). A rotina acelerada do curso gera uma sensação constante de urgência, na qual as obrigações acadêmicas frequentemente se sobrepõem ao autocuidado e ao lazer.

Como resultado, muitos estudantes sacrificam atividades pessoais e sociais para atender às demandas do curso, levando a isolamento e desgaste emocional

(LORICCHIO; LEITE, 2012). Esse desequilíbrio afeta tanto o bem-estar dos alunos quanto sua capacidade de absorver conteúdo e se preparar adequadamente para a prática profissional (SOARES *et al.*, 2023).

Assim, é importante que as instituições reconheçam essas dinâmicas e promovam iniciativas que incentivem a gestão do estresse e o equilíbrio entre vida acadêmica e pessoal, de modo a proporcionar condições para os estudantes prosperarem emocional e academicamente.

Para enfrentar esses desafios, diversas universidades ao redor do mundo vêm implementando políticas de apoio à saúde mental de seus alunos, como serviços de aconselhamento psicológico e programas de gerenciamento de estresse (GOMES *et al.*, 2023). Essas iniciativas buscam oferecer um ambiente de apoio onde os estudantes tenham acesso a recursos que atenuem os efeitos do estresse acadêmico.

No entanto, a eficácia dessas políticas é, por vezes, limitada pela falta de divulgação e pela resistência dos alunos em procurar ajuda. Muitos estudantes desconhecem a existência desses serviços ou mantêm preconceitos quanto ao uso do apoio psicológico, temendo serem estigmatizados.

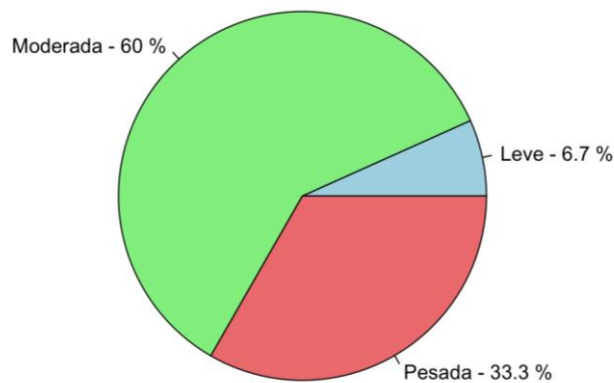
A efetividade dessas políticas depende de uma cultura institucional que valorize a saúde mental como prioridade. Isso implica oferecer treinamento a professores e funcionários para poderem identificar sinais de sofrimento emocional e encaminhar os estudantes para o suporte adequado.

Além disso, campanhas de conscientização sobre saúde mental e ações para desestigmatizar o suporte psicológico são fundamentais para incentivar os estudantes a buscarem ajuda. Com uma abordagem integrada e acolhedora, as universidades têm a possibilidade de fazer uma diferença significativa na saúde mental dos alunos, promovendo um ambiente acadêmico mais saudável.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

No que diz respeito aos resultados quantitativos, conforme evidenciado no estudo, 93,3% dos entrevistados classificaram a carga de leitura e de estudos como moderada a pesada, conforme o Gráfico 1 a seguir.

Gráfico 1 - Considerações dos discentes sobre a intensidade da carga de leitura e estudo.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

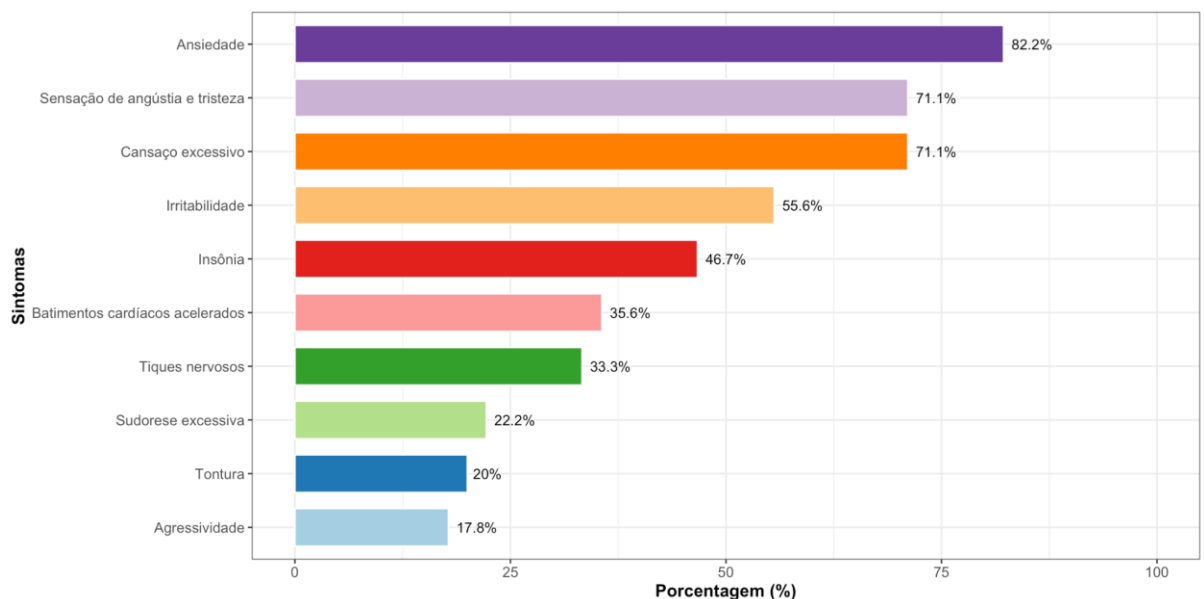
Essa percepção de sobrecarga é corroborada por outros achados que indicam que as exigências do ensino superior impactam significativamente a qualidade de vida e a saúde mental dos acadêmicos, sugerindo que a pressão acadêmica pode ser um fator determinante para o desenvolvimento de transtornos mentais entre os estudantes (SANTIAGO *et al.*, 2020). Portanto, a quase totalidade dos estudantes entrevistados se sentem sobrecarregados em seus cursos e realidades acadêmicas.

Além disso, outro dado relevante obtido na pesquisa indica que 90% dos alunos acreditam que a universidade não oferece apoio psicológico adequado para lidar com o estresse acadêmico. Essa percepção evidencia uma lacuna na qualidade de vida e no bem-estar que as instituições de ensino superior devem proporcionar a seus estudantes (SANTIAGO *et al.*, 2020).

A ausência de recursos e suporte psicológico pode agravar a evasão escolar, uma vez que essa situação pode desmotivar os alunos a buscar ajuda, contribuindo para o aumento dos sintomas de ansiedade e estresse, que já são comuns entre a população acadêmica (SANTIAGO *et al.*, 2020).

Além disso, os principais sintomas relatados pelos discentes dos cursos de Direito incluem ansiedade (82,2%), sensação de angústia e tristeza (71,1%), cansaço excessivo (71,1%), irritabilidade (55,6%) e insônia (46,7%). Esses sintomas refletem um estado de sofrimento psíquico que é comum entre os estudantes universitários (BARROS, 2020). A presença constante desses indicativos sugere um impacto negativo na saúde mental dos alunos, o que, conforme discutido na literatura, pode levar a uma diminuição significativa no rendimento escolar (BARROS, 2020). Outros sintomas estão expostos no Gráfico 2 a seguir.

Gráfico 2 - Frequência dos sintomas reportados.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Ademais, no que diz respeito às áreas de ensino nas quais os entrevistados relataram maior dificuldade, as provas foram identificadas como as principais fontes de depressão por mais de 62% dos alunos. Eles também associaram a ansiedade a essas avaliações, que são frequentes e rigorosas na avaliação de seu desenvolvimento escolar.

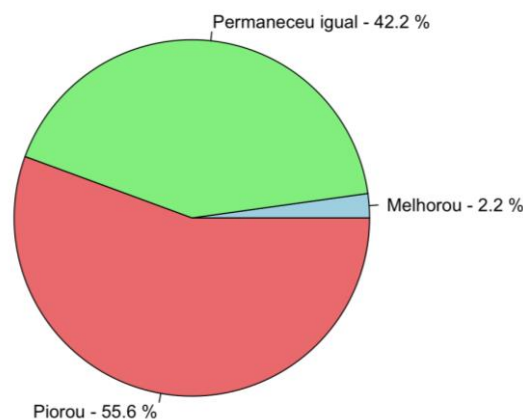
É importante ressaltar que, conforme discutido por Barros (2020), tais meios de avaliação não são suficientes para analisar o desempenho do aluno, uma vez que existem diversos fatores externos que podem gerar desconforto ou tristeza em dias

de provas, os quais estão além do controle do estudante. Essa realidade evidencia a necessidade de uma abordagem mais holística na avaliação do desempenho acadêmico, considerando não apenas os resultados das provas, mas também o bem-estar emocional e as condições de saúde mental dos alunos.

Em relação à entrega de trabalhos, 37,8% indicaram que esse é um fator de estresse, o que aumenta ainda mais a pressão constante com que eles têm de lidar com estágio, faculdade e prazos para entregas de trabalhos, bem como as expectativas depositadas pelos docentes nesse meio de avaliação. Tudo isso contribui para que o aluno não consiga administrar bem seu tempo, levando a uma sobrecarga mental que afeta não só o estado físico, como psicológico deles, interferindo diretamente na qualidade de vida.

Ademais, sobre o suporte psicológico oferecido pelas universidades, 91% dos estudantes acreditam que as instituições não oferecem suporte psicológico necessário para lidar com todas as demandas de sua vida social e universitária, o que agrava ainda mais o sentimento de esgotamento mental e sobrecarga. Logo, isso gera um ciclo vicioso, onde o alto nível de estresse compromete a saúde mental e, conseqüentemente, o desempenho acadêmico, no qual 55,6% dos discentes informaram uma piora na saúde mental após o ingresso na graduação, conforme o Gráfico 3 a seguir.

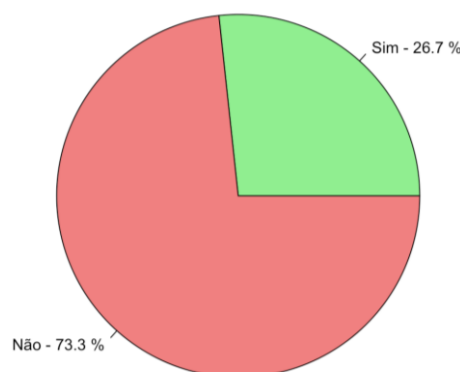
Gráfico 3 - Considerações dos discentes sobre a saúde mental após o ingresso na graduação.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Esse resultado pode evidenciar uma carga acadêmica excessiva associada à pressão constante por alto nível de desempenho, principalmente, pela família e em busca de um futuro profissional bem-sucedido. Além disso, cabe citar a alta concorrência no curso e a falta de suporte oferecido como fatores cruciais para estes dados. No mais, apenas 26,7% dos estudantes buscaram apoio psicológico, logo, isso indica uma preocupação, pois a maioria parece relutante em procurar ajuda, seja por falta de informação, estigma ou incerteza sobre os recursos disponíveis.

Gráfico 4 - Considerações dos discentes sobre a busca por apoio psicológico.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Já ao que tange à pesquisa qualitativa, a qual foi realizada de forma individual com 8 estudantes, destaca-se que as respostas apontaram para uma rotina acadêmica extremamente cansativa, principalmente para os estudantes que moram em cidades distantes do campus universitário. Frases como: “Perco quase 4h do meu dia só pra vir assistir aula” e “Todo dia arrisco minha vida vindo para cá. Já perdi a conta de quantas vezes o ônibus quebrou no caminho e cheguei em casa de madrugada” foram mencionadas por integrantes do grupo focal.

Outro fator que foi bastante citado foi a leitura prévia exigida por alguns professores, que apesar de essencial para o aprendizado, é um desafio adicional para aqueles que já lidam com uma rotina pesada, incluindo estágios e empregos. Além disso, destacaram acerca do novo Projeto Pedagógico de Curso (PPC) do curso de Direito da UFERSA, o qual exige uma carga mínima de horas de pesquisa e extensão

que acaba dificultando a conclusão do curso para quem mora em outra cidade e não tem transporte para vir no contraturno, uma vez que o curso é noturno (BRASIL, 2021).

Dos sintomas neurológicos mais recorrentes, a ansiedade foi o mais citado. Os alunos relataram altos níveis de estresse associados a crises constantes de ansiedade, principalmente durante provas, afetando seu desempenho acadêmico e sua saúde geral, um dado em comum em outras pesquisas (SAHÃO; KIENEN, 2021). A literatura aponta que alunos com dificuldades certamente apresentarão menos condições para lidar com as pressões inevitáveis de cursos exigentes e necessitarão, portanto, de algum auxílio psicológico-psiquiátrico para nele se manterem (ZAIHAF, 2019). Uma variável interessante da do grupo focal a ser mencionado é que apenas 2 dos 8 entrevistados recebem apoio psicológico.

Ao comparar os resultados obtidos a partir das entrevistas e do formulário com estudos anteriores, nota-se uma congruência com outras pesquisas que identificaram a sobrecarga de trabalho como uma fonte significativa de estresse, com consequências sérias para a saúde mental.

Nessa conjuntura, os dados desta pesquisa também transparecem uma falha nas estratégias de suporte das universidades pesquisadas com os alunos, pois muitos estudantes ainda não se sentem confortáveis para buscar ajuda ou desconhecem a existência de tais serviços. Dessa forma, destaca-se a necessidade de intervenções institucionais, dentre elas, deve prevalecer políticas que incentivem o equilíbrio entre a vida acadêmica e pessoal, com uma carga acadêmica mais flexível e menos desgastante, onde prevaleça a saúde e ao bem-estar dos estudantes, alinhados a sua jornada acadêmica e ao sucesso dos alunos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo geral desta pesquisa foi investigar como a carga acadêmica no curso de Direito afeta a saúde mental dos estudantes, identificando os principais fatores de estresse e suas consequências no bem-estar emocional e desempenho acadêmico. O problema de pesquisa se concentrou na relação entre a carga acadêmica do curso de Direito e a saúde mental dos discentes, buscando compreender como esses elementos se interconectam e impactam a vida dos estudantes.

Os resultados obtidos revelaram que a carga acadêmica exerce um impacto significativo na saúde mental dos alunos, com muitos enfrentando altos níveis de estresse, sobrecarga emocional e ansiedade. Esses fatores dificultam o equilíbrio entre a vida acadêmica e pessoal, comprometendo a qualidade de vida dos estudantes. Além disso, a pesquisa destacou a resistência dos alunos em buscar apoio psicológico, evidenciando a necessidade de intervenções que promovam a conscientização e desestigmatização em torno da saúde mental. A falta de suporte adequado e a pressão por desempenho acadêmico foram identificadas como barreiras que agravam a situação.

A pesquisa contribui para o entendimento da relação entre carga acadêmica e saúde mental. Os dados coletados podem servir como base para a implementação de políticas públicas eficazes e para a criação de um ambiente acadêmico mais acolhedor. A promoção de iniciativas que incentivem o diálogo sobre saúde mental, a formação de grupos de apoio entre pares e a capacitação de docentes em questões de bem-estar emocional são algumas das recomendações que emergem deste estudo. Assim, a pesquisa abre espaço para discussões sobre a necessidade de revisar as políticas educacionais, visando criar ambientes acadêmicos que valorizem tanto o desempenho acadêmico quanto o bem-estar dos estudantes, integrando o cuidado emocional na experiência educacional.

Para estudos futuros, sugere-se a ampliação da amostra para incluir estudantes de diferentes cursos e instituições, permitindo uma análise comparativa mais abrangente. Além disso, pesquisas longitudinais poderiam ser realizadas para acompanhar a evolução da saúde mental dos alunos ao longo do tempo, especialmente em relação a intervenções implementadas.

REFERÊNCIAS

ARAOZ, Edwin Gustavo Estrada; RAMOS, Néstor Antonio Gallegos. Cansaço emocional em estudantes universitários peruanos no contexto da pandemia de Covid-19. **Educação & Formação**, Fortaleza, v. 7, p. e6759, 1 jan. 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.25053/redufor.v7i1.6759>. Disponível em:

http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-35832022000100118. Acesso em: 02 nov. 2024.

BARROS, Rebeca Neri de. **Saúde mental de estudantes universitários: o que está acontecendo nas universidades?**. 2020. 181 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2020. Disponível em: <http://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/33236>. Acesso em: 26 set. 2024.

BRASIL. UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO SEMIÁRIDO (UFERSA). **Projeto Pedagógico do Curso de Graduação em Direito**. 2021. Disponível em: <https://direito.ufersa.edu.br/wp-content/uploads/sites/35/2022/01/PPC-Direito-1.pdf>. Acesso em: 11 nov. 2024.

COSTA, Everton Garcia da; NEBEL, Letícia. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis**, Santiago, v. 17, n. 50, p. 207-227, ago. 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/s0718-65682018000200207>. Disponível em: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-65682018000200207. Acesso em: 01 nov. 2024.

ESCÓSSIA, Fernando. **Crescimento constante: taxa de suicídio entre jovens sobe 10% desde 2002**. BBC News Brasil. 2017. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-39672513>. Acesso em: 20 set. 2024.

GAINO, Loraine Vivian *et al.* O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD - Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449>. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762018000200007. Acesso em: 01 nov. 2024.

GOMES, Lucélia Maria Lima da Silva *et al.* Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v. 39, p. e40310, 2023. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-469840310>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/wpFT8qpYkFN3JgWS5XD9qJD/#>. Acesso em: 04 nov. 2024.

HAHN, Michelle Selma; FERRAZ, Marcos P. Toledo; GIGLIO, Joel Sales. A Saúde Mental do Estudante Universitário: sua história ao longo do século XX. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 2-3, p. 81-89, dez. 1999. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-5271v23.2-3-011>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/t8zQdXWT4HjHcWr4KLZxvyG/#>. Acesso em: 03 nov. 2024.

LIKERT, Rensis. A technique for the measurement of attitudes. **Archives of Psychology**, v. 140, p. 5-55, 1932. Disponível em: https://legacy.voteview.com/pdf/Likert_1932.pdf. Acesso em: 01 nov. 2024.

LORICCHIO, Tânia Mara Brito; LEITE, José Roberto. Estresse, ansiedade, crenças de autoeficácia e o desempenho dos bacharéis em Direito. **Avaliação Psicológica**, [s. l.], v. 11, n. 1, p. 37-47, 2012. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-04712012000100005&script=sci_arttext. Acesso em: 05 nov. 2024.

MARTINS, Fran. **Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão**. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>. Acesso em: 01 nov. 2024.

MEIRELES, Manuel. Validação de escala Likert: 1- Conceito. **Revista da Micro e Pequena Empresa (RMPE)**, [s. l.], v. 18, n. 1, p. 1-4, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.48099/1982-2537/2024v18n1p14>. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9701684>. Acesso em: 01 nov. 2024.

PENHA, Joaquim Rangel Lucio; OLIVEIRA, Cleide Correia; MENDES, Ana Virginia Silva. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. **Journal Health NPEPS**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 369-395, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.30681/252610103549>. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549>. Acesso em: 01 nov. 2024.

SAHÃO, Fernanda Torres; KIENEN, Nádia. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psicologia Escolar e Educacional**, [s. l.], v. 25, p. e224238, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392021224238>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/tdnsrZFwKyb53nvNZG79p9n/#>. Acesso em: 06 nov. 2024.

SANTIAGO, Mathews Barbosa *et al.* Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador, v. 10, n. 1, p. 73-84, 12 fev. 2021. DOI: <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpd.v10i1.3374>. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3374>. Acesso em: 01 nov. 2024.

SOARES, Adriana Benevides *et al.* Ansiedade no ambiente acadêmico: Concepções de estudantes universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 24, n. 2, p. 203-215, 2023. DOI: <https://doi.org/10.26707/1984-7270/2023v24n0208>. Disponível em: 01 nov. 2024.

em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1679-33902023000200203&script=sci_arttext. Acesso em: 05 nov. 2024.

ZAIDHAFT, Sergio. A saúde mental dos estudantes de medicina. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 98, n. 2, p. 86-98, 29 abr. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i2p86-98>. Disponível em: <https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/154139>. Acesso em: 01 nov. 2024.

Recebido em: 23/11/2024 | **Aceito em:** 22/12/2024 | **Publicado em:** 31/12/2024