REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

Transtornos Mentais e Desempenho Acadêmico no Ensino Superior: Uma Revisão Integrativa das Evidências no Contexto da Amazônia Ocidental

Mental Disorders and Academic Performance in Higher Education: An Integrative Review of Evidence in the Western Brazilian Amazon

Trastornos Mentales y Rendimiento Académico en la Educación Superior: Revisión Integrativa de la Evidencia en el Contexto de la Amazonía Occidental

Higor Dos Santos Cruz
Acadêmico de Medicina, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Brasil
E-mail: higorcruzss1@gmail.com

Nicholas Somenzari
Acadêmico de Medicina, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Brasil
E-mail: nicholassomenzari@gmail.com

Jerônimo Vieira Dantas Filho
Pós-Doutor em Saúde Ambiental, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Brasil
E-mail: jeronimo.filho@afya.com.br

Rosineide Vieira Gois
Mestra em Biologia Celular e Molecular Aplicada à Saúde, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Brasil
E-mail: rosineide.gois@afya.com.br

Resumo

A saúde mental de estudantes do ensino superior tem sido reconhecida como um fator central na determinação do desempenho acadêmico, especialmente em contextos marcados por desigualdades sociais, territoriais e institucionais, como a Amazônia Ocidental. O presente estudo teve como objetivo sintetizar e analisar as evidências científicas disponíveis sobre a relação entre saúde mental e desempenho acadêmico em estudantes universitários, com foco nesse contexto regional, por meio de uma revisão integrativa da literatura. A pesquisa seguiu as etapas metodológicas propostas por Whittemore e Knafl e foi orientada pela estratégia PICo. A busca foi realizada nas bases BVS (LILACS e MEDLINE), SciELO, Scopus e Web of Science, incluindo estudos publicados entre 2015 e 2025, nos idiomas português, inglês ou espanhol, selecionados conforme as recomendações do protocolo PRISMA. Foram incluídas 33 referências nacionais e internacionais, cujos resultados evidenciam associação consistente entre

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

indicadores de sofrimento psíquico, como ansiedade, depressão, estresse e burnout, e prejuízos no desempenho acadêmico. Fatores moduladores, como qualidade de vida, sono, atividade física, gênero e nível socioeconômico, foram recorrentes, assim como os efeitos positivos de intervenções baseadas em competências socioemocionais e mindfulness. Observou-se sub-representação de estudos com recorte específico da Amazônia Ocidental, ressaltando a necessidade de políticas acadêmicas e públicas integradas, sensíveis às especificidades socioculturais regionais, voltadas à promoção da saúde mental no ensino superior.

Palavras-chave: Desempenho acadêmico; Estudantes universitários; Saúde mental.

Abstract

Mental health has increasingly been recognized as a key determinant of academic performance among higher education students, particularly in contexts characterized by social, territorial, and institutional vulnerabilities, such as the Western Amazon. This study aimed to synthesize and analyze available scientific evidence on the relationship between mental health and academic performance among university students, with specific attention to the Western Amazon region, through an integrative literature review. The review followed the methodological framework proposed by Whittemore and Knafl and was guided by the PICo strategy. Searches were conducted in BVS (LILACS and MEDLINE), SciELO, Scopus, and Web of Science, including studies published between 2015 and 2025 in Portuguese, English, or Spanish, selected according to PRISMA recommendations. A total of 33 national and international studies were included, revealing a consistent association between indicators of psychological distress, such as anxiety, depression, stress, and burnout, and poorer academic performance. Modulating factors including quality of life, sleep, physical activity, gender, and socioeconomic status were frequently identified, as well as positive academic and emotional regulation outcomes associated with socioemotional and mindfulness-based interventions. Evidence specifically addressing the Western Amazon remains scarce, highlighting significant research gaps and reinforcing the need for integrated institutional and public policies tailored to regional sociocultural and logistical realities to promote mental health and academic success in higher education.

Keywords: Academic performance; Mental health; University students.

Resumen

La salud mental de los estudiantes de educación superior ha sido reconocida como un factor central en la determinación del desempeño académico, especialmente en contextos marcados por desigualdades sociales, territoriales e institucionales, como la Amazonía Occidental. El presente estudio tuvo como objetivo sintetizar y analizar la evidencia científica disponible sobre la relación entre la salud mental y el desempeño académico en estudiantes universitarios, con énfasis en este contexto regional, mediante una revisión integrativa de la literatura. La investigación siguió las etapas metodológicas propuestas por Whittemore y Knafl y se orientó por la estrategia PICo. La búsqueda se realizó en las bases de datos BVS (LILACS y MEDLINE), SciELO, Scopus y Web of Science, incluyendo estudios publicados entre 2015 y

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

2025 en portugués, inglés o español, seleccionados de acuerdo con las recomendaciones del protocolo PRISMA. Se incluyeron 33 referencias nacionales e internacionales, cuyos resultados evidencian una asociación consistente entre indicadores de malestar psíquico, como ansiedad, depresión, estrés y burnout, y perjuicios en el desempeño académico. Factores moduladores como la calidad de vida, el sueño, la actividad física, el género y el nivel socioeconómico fueron recurrentes, así como los efectos positivos de intervenciones basadas en competencias socioemocionales y mindfulness. Se observó una subrepresentación de estudios con un recorte específico de la Amazonía Occidental, lo que resalta la necesidad de políticas académicas y públicas integradas, sensibles a las particularidades socioculturales regionales, orientadas a la promoción de la salud mental en la educación superior.
Palabras clave: Desempeño académico, Estudiantes universitarios, Salud mental.

1. Introdução

Segundo o DSM-5 e a CID-11, transtornos como Depressão e Ansiedade envolvem pensamentos persistentes e disfuncionais que afetam humor, emoções, comportamento e a rotina diária. Em paralelo, os Transtornos Mentais Comuns (TMC) reúnem sintomas não psicóticos, insônia, fadiga, lapsos de memória, dificuldade de aprendizagem e irritabilidade somática (tremores, má digestão, sudorese fria, cefaleia) — frequentemente associados à alodinia e à hipersensibilidade ao estresse (Golbery; Huxley, 1993). Globalmente, os transtornos mentais estão entre as principais causas de incapacidade: estima-se que cerca de 1 bilhão de pessoas viva com algum transtorno mental (OMS, 2019). A ansiedade afeta aproximadamente 301 milhões de indivíduos (58 milhões crianças e adolescentes) e a depressão 280 milhões (23 milhões jovens), com perdas substanciais de anos de vida ajustados por incapacidade e redução de 10 a 20 anos na expectativa de vida em condições psiquiátricas graves (OPAS/OMS, 2019; OMS, 2019).

No Brasil, cerca de 9% da população apresenta algum transtorno mental crônico (OMS, 2017). Em grandes centros urbanos, entre 17% e 35% dos entrevistados exibem indicativos de TMC, com maior concentração entre 15 e 29 anos e alta prevalência no Ensino Fundamental e, sobretudo, no Ensino Superior (Santos et al., 2019). Universitários mostram-se especialmente vulneráveis devido a exigências acadêmicas, reorganização da rotina, pressões institucionais e fatores externos (familiares e socioeconômicos), o que repercute na qualidade de vida, atenção, memória e relações interpessoais, além de fomentar pensamentos nocivos ao bem-estar (Eeisenberg; Golberstein, 2007).

Entre as causas e gatilhos, destacam-se o estresse do ambiente escolar,

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

desestrutura familiar, frustrações interpessoais, isolamento social potencializado por mídias sociais e incertezas quanto ao futuro pessoal e ao mercado de trabalho (Vital; Ferreira, 2024). Variáveis demográficas e de estilo de vida têm peso adicional: o gênero feminino tende a ser mais afetado e fatores como dificuldades econômicas, instabilidades em ciclos de amizade e sedentarismo agravam o risco (Trajano, 2024; Trajano et al., 2024). Essas situações podem iniciar crises psicossomáticas e desencadear episódios recorrentes de TMC, evoluindo para condições crônicas e severas, como Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) ou Transtorno Depressivo Maior (TDM), com interferência direta no desenvolvimento acadêmico e risco de desinteresse, evasão e desistência.

Diante desse quadro, emergem as questões norteadoras: como a qualidade da saúde mental do acadêmico interfere no processo de ensino-aprendizagem? E quais são os impactos reais e mensuráveis desses transtornos no âmbito institucional? Como caminhos de solução, destacam-se o rastreamento precoce e contínuo, protocolos de acolhimento, ampliação do acesso a serviços psicológicos/psiquiátricos, programas de psicoeducação e manejo do estresse, promoção de atividade física, redes de apoio entre pares e capacitação docente para identificação e encaminhamento adequados.

Parte-se da hipótese de que a prevalência de TMC entre universitários vem crescendo, prejudicando a qualidade de vida, o desempenho cognitivo e a satisfação com a experiência acadêmica. Acredita-se que o ambiente universitário, frequentemente pautado por alta exigência, exacerbe sintomas. Além disso, diagnóstico tardio, tratamento inadequado e estratégias de enfrentamento disfuncionais, como uso de álcool e de substâncias psicoativas, criam um ciclo vicioso que afeta a saúde orgânica e o sucesso na formação profissional.

A relevância do estudo justifica-se pela necessidade de mapear o impacto do adoecimento psíquico na rotina acadêmica, especialmente em recortes regionais com carência de dados. Em Rondônia, a PNS/IBGE de 2019 estimou mais de 119 mil pessoas com diagnóstico formal de depressão, número provavelmente subnotificado (Brito; Valeria, 2022). Assim, torna-se imperativo rastrear o estado mental de estudantes de diferentes cursos de uma IES na região central do estado, especificamente no município de Ji-Paraná, assegurando rigor ético, anonimato e proteção integral dos

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

dados.

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo sintetizar e analisar as evidências disponíveis na literatura acerca da relação entre saúde mental e desempenho acadêmico entre estudantes do ensino superior, com foco no contexto da Amazônia Ocidental, por meio de uma revisão integrativa da literatura.

2. Metodologia

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita a síntese e a análise do conhecimento científico disponível acerca de determinado fenômeno, permitindo a inclusão de estudos com diferentes delineamentos metodológicos. Esse tipo de revisão contribui para a compreensão abrangente do tema investigado e para a identificação de lacunas no conhecimento científico. Para a condução desta pesquisa, foram seguidas as etapas metodológicas propostas por Whittemore & Knafl, que incluem: identificação do problema de pesquisa, busca na literatura, avaliação dos estudos, análise dos dados e apresentação da síntese do conhecimento.

A elaboração da questão norteadora foi realizada por meio da estratégia PICo (*Population, Interest, Context*), frequentemente empregada em revisões integrativas. Assim, definiu-se como população os estudantes do ensino superior; como fenômeno de interesse, o estado de saúde mental; e como contexto, o desempenho acadêmico no ambiente universitário, com atenção especial ao cenário da Amazônia Ocidental. A partir dessa estrutura, estabeleceu-se a seguinte questão de pesquisa: quais evidências científicas disponíveis na literatura abordam a relação entre o estado de saúde mental e o desempenho acadêmico de estudantes do ensino superior, especialmente no contexto da Amazônia Ocidental?

A busca dos estudos foi realizada em bases de dados eletrônicas amplamente reconhecidas na área da saúde e das ciências sociais aplicadas, incluindo a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que contempla as bases LILACS e MEDLINE, além das bases SciELO, Scopus e Web of Science. A escolha dessas bases justifica-se pela ampla cobertura de periódicos científicos nas áreas da saúde, educação e psicologia. Para a construção das estratégias de busca foram utilizados descritores controlados e

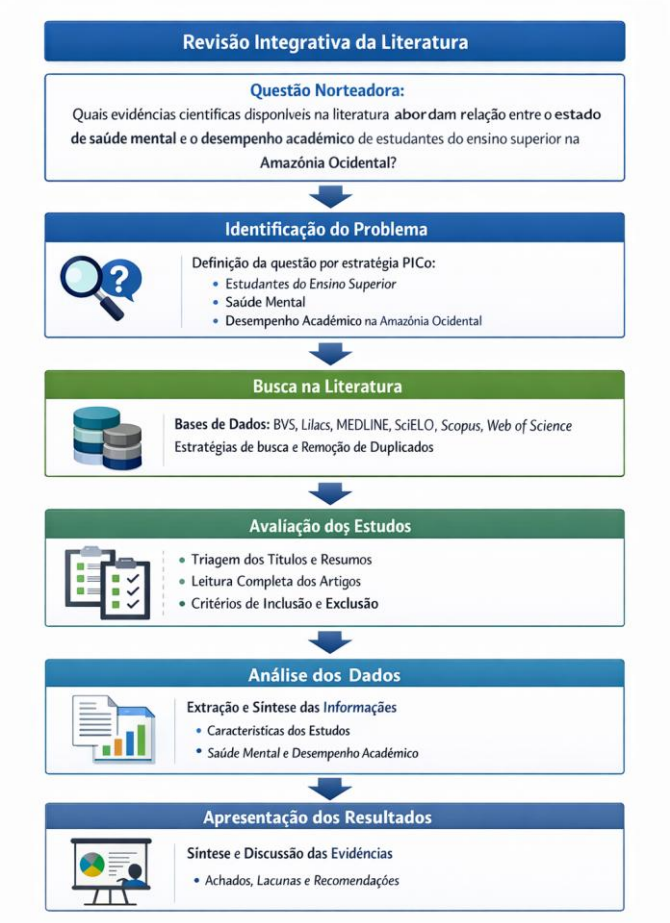
CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

não controlados provenientes do DeCS – Descritores em Ciências da Saúde e do Medical *Subject Headings*, combinados por meio dos operadores *booleanos* AND e OR. Entre os principais termos utilizados destacam-se: "saúde mental, mental health, desempenho acadêmico, academic performance, estudantes universitários, university students e ensino superior". As combinações de busca foram adaptadas conforme as especificidades de cada base de dados.

Figura 1. Fluxograma das etapas de seleção dos artigos científicos.



Foram estabelecidos previamente critérios de inclusão e exclusão para a seleção dos estudos. Foram incluídos artigos científicos disponíveis na íntegra, publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol, no período de 2015 a 2025, que abordassem a relação entre saúde mental e desempenho acadêmico em estudantes do ensino superior. Também foram considerados estudos realizados em diferentes

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

contextos universitários, com atenção especial àqueles desenvolvidos na região amazônica ou em contextos socioculturais semelhantes. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, resumos de eventos, dissertações, (teses de Doutorado foram mantidas) e estudos duplicados nas bases de dados, bem como pesquisas que não apresentassem relação direta entre saúde mental e desempenho acadêmico ou cujo público-alvo não fosse composto por estudantes universitários.

O processo de seleção dos estudos ocorreu em três etapas: (i) Inicialmente foi realizada a identificação dos estudos nas bases de dados e a remoção de duplicidades. Em seguida, (ii) procedeu-se à leitura dos títulos e resumos para verificar a adequação aos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Por fim, (iii) os artigos potencialmente elegíveis foram submetidos à leitura completa para confirmação da elegibilidade.

Esse processo foi conduzido por dois revisores independentes, sendo as divergências resolvidas por consenso. Para garantir maior rigor metodológico e transparência na seleção dos estudos, o fluxo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão foi organizado conforme as recomendações do protocolo PRISMA.

Para a extração dos dados foi elaborado um instrumento padronizado contendo informações como autor e ano de publicação, país ou região de realização do estudo, objetivos da pesquisa, delineamento metodológico, características da amostra, instrumentos utilizados para avaliação da saúde mental, indicadores de desempenho acadêmico analisados e principais resultados. As informações extraídas foram organizadas em tabelas sinóticas, permitindo a comparação entre os estudos e a identificação de padrões, convergências e lacunas nas evidências científicas disponíveis.

A avaliação da qualidade metodológica dos estudos incluídos foi realizada de acordo com o delineamento das pesquisas. Para estudos observacionais e qualitativos foram utilizados instrumentos de avaliação crítica recomendados pela *Joanna Briggs Institute*, considerando aspectos como clareza metodológica, consistência dos resultados, adequação da amostra e validade dos instrumentos utilizados. Esse procedimento contribuiu para assegurar maior rigor científico na análise das evidências incluídas na revisão.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

Por fim, a análise dos dados ocorreu por meio de síntese temática e análise descritiva, permitindo identificar categorias analíticas relacionadas às condições de saúde mental dos estudantes universitários e seus possíveis impactos no processo de aprendizagem e no desempenho acadêmico. Os resultados foram apresentados de forma narrativa e comparativa, destacando tendências, fatores associados e lacunas no conhecimento científico, especialmente no que se refere ao contexto da Amazônia Ocidental. Dessa forma, a revisão integrativa possibilitou a consolidação das evidências disponíveis e contribuiu para ampliar a compreensão sobre a relação entre saúde mental e desempenho acadêmico no ensino superior.

3. Resultados

A Tabela 1 apresenta uma síntese de 33 referências nacionais e internacionais sobre a relação entre saúde mental e desempenho acadêmico em estudantes do ensino superior. Inclui diagnósticos e modelos conceituais (DSM-5, CID-11, modelo biopsicossocial), estudos de prevalência de depressão, ansiedade e burnout, e revisões integrativas e scoping reviews sobre fatores protetivos, como qualidade de vida, sono, atividade física e competências socioemocionais. Evidencia a importância de intervenções como mindfulness e programas socioemocionais, bem como determinantes sociais, como gênero e nível socioeconômico, que modulam a saúde mental e o rendimento acadêmico. Estudos regionais, principalmente da Amazônia Ocidental, destacam lacunas de evidência e a necessidade de políticas públicas integradas e campus-baseadas, reforçando o impacto da saúde mental no sucesso acadêmico.

Tabela 1 – Sumarização dos artigos científicos selecionados para revisão integrativa.

Citação (Autor/Ano)	Título do Trabalho	Principais Resultados
AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014	DSM-5: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais	Referência padrão para diagnóstico de transtornos mentais; fundamenta classificação de sofrimento psíquico e sintomas estudados em universitários.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

BALDASSIN; ALVES; ANDRADE et al., 2008	The characteristics of depressive symptoms in medical students during medical education and training: a cross-sectional study	Identificou prevalência significativa de sintomas depressivos em estudantes de medicina, relacionando-os a desempenho acadêmico e carga de estudos.
BRASIL, 2012	Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012	Define diretrizes éticas para pesquisa envolvendo seres humanos, incluindo estudos com universitários e avaliação de saúde mental.
BRASIL, 2021	Pesquisa Nacional de Saúde 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal	Relatórios nacionais indicam fatores de saúde física e mental que influenciam rendimento acadêmico; fornece dados comparativos regionais.
BRITO et al., 2022	Prevalência de depressão autorreferida no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde 2019 e 2013	Mostrou aumento na prevalência de depressão autorreferida, sugerindo impacto potencial na performance acadêmica.
CARVALHO, 2020	Proteção de dados pessoais no Brasil: análise da Lei nº 13.709/2018	Relevante para estudos que coletam dados de saúde mental de estudantes, garantindo ética e segurança.
DOURADO; AITH, 2022	A regulação da inteligência artificial na saúde no Brasil	Relevância indireta: métodos de análise de dados em saúde mental podem usar IA, respeitando regulamentação.
EISENBERG; GOLBERSTEIN; HUNT, 2007	The impact of mental health on academic performance: findings from the National College Health Assessment	Evidenciou associação significativa entre saúde mental e desempenho acadêmico em estudantes universitários nos EUA.
GALVÃO; RICARTE, 2021	A Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11)	Fornece base para categorização de transtornos mentais em estudos de saúde acadêmica.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

GIL, 2002	Como classificar as pesquisas	Orienta metodologia para estudos em saúde mental e desempenho acadêmico.
GOLDBERG; HUXLEY, 1993	Common mental disorders: a bio-social model	Modelo biopsicossocial fundamenta interpretação das relações entre saúde mental e desempenho.
MERCHÁN-HAMANN; TAUIL, 2021	Proposta de classificação dos diferentes tipos de estudos epidemiológicos descritivos	Auxilia na classificação metodológica dos estudos revisados.
OLIVA et al., 2012	Depressive symptoms among medical intern students in a Brazilian public university	Evidenciou associação entre sintomas depressivos e menor engajamento acadêmico.
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2017	Mental Health Atlas 2017	Panorama global da saúde mental, contextualizando necessidade de políticas universitárias.
PATINO; FERREIRA, 2016	Qual a importância do cálculo do tamanho amostral?	Orienta sobre rigor metodológico em estudos de saúde mental e desempenho.
PEROTTA et al., 2021	Sleepiness, sleep deprivation, quality of life, mental symptoms and perception of academic environment in medical students	Demonstrou relação entre sono, qualidade de vida e desempenho acadêmico; reforça importância de fatores comportamentais.
SANTOS et al., 2019	Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo	Evidenciou determinantes sociais de saúde mental que podem afetar desempenho acadêmico.
TRAJANO et al., 2024	Prevalência de transtorno mental comum e fatores relacionados ao ambiente universitário	Relacionou ambiente universitário e sofrimento psíquico, destacando lacunas em suporte psicológico.
VITAL et al., 2024	A ansiedade entre jovens	Evidenciou prevalência

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

	estudantes: uma análise situacional em escola de Ensino Médio	de ansiedade e fatores associados; base comparativa para estudos universitários.
CHIARELLO, 2024	Desempenho acadêmico e saúde mental na universidade, e afinal, qual o nosso sintoma?	Qualidade de vida prediz menor burnout e sofrimento psíquico; impacto positivo no desempenho acadêmico.
FARIA; SILVEIRA; VIEGAS, 2023	Vivências cotidianas na graduação e o impacto na saúde mental de estudantes: scoping review	Experiências diárias influenciam sofrimento psíquico; lacunas em suporte universitário e necessidade de estratégias preventivas.
LEÃO; GOTO; IANNI, 2025	Sofrimento psíquico na universidade e o campo da Saúde Mental Coletiva: uma revisão integrativa de 46 anos	Associação consistente entre sofrimento psíquico e desempenho acadêmico; sub-representação de dados da Amazônia Ocidental.
LOIOLA; LOIOLA; MUGRABI, 2023	A qualidade de vida como fator de proteção na saúde mental de estudantes universitários: perspectiva Amazônia Ocidental	Melhor qualidade de vida prediz redução de burnout e melhora de saúde geral; fator protetivo para desempenho acadêmico.
NATIONAL ASSOCIATION OF SCHOOL PSYCHOLOGISTS (NASP), 2020	The Relationship Between Mental Health and Academic Achievement	Intervenções socioemocionais e de saúde mental melhoram atenção, autorregulação e desempenho acadêmico.
NOGUEIRA; BARROS; SEQUEIRA, 2017	A Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior: Relação com gênero, nível socioeconómico e comportamentos de saúde	Gênero, NSE, sono e atividade física modulam saúde mental e indiretamente desempenho acadêmico.
RAMOS-MONSIVÁIS et al., 2024	Relationship between mental health and students' academic performance through a literature review	Intervenções de mindfulness e competências socioemocionais associadas a melhora de desempenho

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

		acadêmico e regulação emocional.
BIREME/OPAS/OMS, 2026	Sobre a LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde	Portal de referência regional para evidências científicas em saúde, incluindo estudos sobre universitários.

Fonte: Arquivos dos autores.

A síntese dos estudos identificados indica associação consistente entre indicadores de saúde mental (sofrimento psíquico, ansiedade, depressão, estresse e burnout) e desempenho acadêmico em estudantes do ensino superior, com sinais de sub-representação de evidências com recorte regional para a Amazônia Ocidental. Em termos de instrumentos, prevaleceram medidas validadas como WHOQOL-Bref, MBI-SS e GHQ/QSG para saúde mental e indicadores objetivos/subjetivos de desempenho (CRA/GPA, notas, aprovação/abandono e autorrelato de rendimento). No recorte amazônico, um estudo com universitários de Guajará-Mirim (RO) mostrou que qualidade de vida prediz dimensões de burnout e fatores de saúde geral, sustentando a hipótese de que a promoção de qualidade de vida pode atenuar o adoecimento psíquico e, por consequência, favorecer o desempenho acadêmico . Em nível nacional, uma tese recente reforça a interseção entre desempenho e saúde mental no ensino superior, contribuindo com variáveis e instrumentos pertinentes à análise dessa interface.

No plano internacional, revisões e sumários de evidências apontam que intervenções em competências socioemocionais e mindfulness se associam a melhoras acadêmicas, atenção e autorregulação, achados particularmente relevantes para populações universitárias expostas a alto estresse acadêmico. Em populações europeias, diferenças por gênero, nível socioeconômico, atividade física e sono se relacionam de modo significativo à saúde mental, sugerindo potenciais moduladores do desempenho em curso superior. Por fim, sínteses sobre sofrimento psíquico na universidade destacam lacunas de produção e de oferta de cuidado e a necessidade de articulação intersetorial com a rede pública,

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

o que ressoa com os desafios logísticos e socioculturais do interior amazônico.

4. Discussão

Principais achados. Esta revisão integrativa indica que melhores condições de saúde mental se associam a melhor desempenho acadêmico, e que qualidade de vida atua como fator protetivo frente a burnout e sofrimento psíquico no contexto universitário, evidência particularmente visível no estudo conduzido na Amazônia Ocidental (Guajará-Mirim), que encontrou relações preditivas entre domínios do WHOQOL-Bref, dimensões do MBI-SS e fatores do GHQ/QSG . Em paralelo, a literatura recente sugere que programas de promoção de competências socioemocionais e mindfulness tendem a melhorar atenção, autorregulação e métricas acadêmicas; e que fatores demográficos e comportamentais (gênero, NSE, sono, exercício) modulam a saúde mental e, indiretamente, o desempenho.

Comparação com a literatura recente (últimos 5–10 anos). Os resultados convergem com sínteses que posicionam a saúde mental como determinante do rendimento: o sumário da NASP documenta ganhos acadêmicos associados a programas socioemocionais e reforça que intervenções de saúde mental podem melhorar resultados educacionais, aproximando-se do que se observa em nível superior quando se intensifica a frequência/qualidade das ações de promoção e prevenção. Em universidades, um review de 2024 indica que mindfulness se relaciona a melhoras cognitivas e de aprendizagem, ancoradas em regulação atencional e redução de estresse, alinhando-se ao corpo de evidências desta revisão. Em termos de determinantes sociais e comportamentais, a literatura portuguesa recente mostra gradiente por NSE, além de efeitos positivos de sono adequado e atividade física na saúde mental, elementos que ajudam a explicar variações de desempenho observadas entre grupos de estudantes. Por fim, revisões sobre sofrimento psíquico na universidade evidenciam lacunas de produção e déficits assistenciais, o que é coerente com os desafios relatados por estudantes e gestores em regiões menos centrais, como a Amazônia Ocidental.

Possíveis razões biológicas, clínicas e sociais. Biologicamente, estresse crônico e privação de sono comprometem circuitos de atenção, memória de

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

trabalho e flexibilidade cognitiva, impactando estudo e provas; intervenções como mindfulness podem reduzir reatividade ao estresse e melhorar regulação atencional, explicando parte das melhorias acadêmicas relatadas em revisões recentes. Clinicamente, ansiedade e depressão associam-se a evitação, procrastinação e fadiga, reduzindo engajamento e rendimento, relação observada de forma ampla em sínteses educacionais e de saúde mental estudantil. Socialmente, NSE mais baixo, exigências laborais/familiares e acesso limitado a serviços no interior da Amazônia intensificam vulnerabilidades; estudos de perfil e revisões apontam baixa procura por ajuda e oferta insuficiente de acolhimento nas universidades, reforçando a necessidade de caminhos assistenciais claros e parcerias com a rede pública. No recorte amazônico, a evidência local de que qualidade de vida prediz burnout/sofrimento sugere que ambiente acadêmico, relações sociais e infraestrutura (p.ex., transporte, moradia estudantil, conectividade) são componentes críticos da equação saúde-desempenho.

Concordâncias e divergências. Há concordância entre os achados desta revisão e a literatura que associa promoção de saúde mental a ganhos acadêmicos, tanto por via de programas socioemocionais quanto por intervenções de mindfulness, ainda que o corpo de evidências em nível superior seja mais heterogêneo do que no ensino básico. Quanto aos moduladores, convergimos com estudos que identificam gênero, NSE, sono e exercício como fatores relevantes para saúde mental (e, indiretamente, para desempenho). Como divergência, alguns estudos descrevem efeitos variáveis de intervenções (p.ex., magnitudes pequenas a moderadas ou dependentes de adesão e contexto), além de heterogeneidade na mensuração do desempenho (notas, aprovação, autorrelato), o que dificulta meta-sínteses comparáveis; parte dessa dispersão metodológica emerge nas análises recentes sobre saúde mental universitária no Brasil, que também denunciam lacunas e subtemas pouco explorados.

Implicações científicas, clínicas e de saúde pública. Cientificamente, os resultados apoiam modelos explicativos integrados (biopsicossociais) para o elo saúde-desempenho e justificam ensaios/estudos longitudinais com instrumentos padronizados (WHOQOL-Bref, MBI-SS, GHQ/DASS-21) e indicadores

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

acadêmicos comparáveis (CRA, tempo de curso, aprovação), especialmente na Amazônia Ocidental, onde a evidência emergente aponta qualidade de vida como alavanca protetiva. Clinicamente e em saúde pública, recomenda-se a implementação de programas campus-baseados que integrem promoção (SEL/mindfulness adaptados culturalmente), prevenção (triagem ativa de sofrimento psíquico) e cuidado (fluxos com a RAPS/SUS), com atenção a gênero, NSE e estilo de vida (sono/atividade física), direções alinhadas às sínteses de associações entre saúde mental e desempenho.

Limitações do estudo. Como revisão integrativa, esta síntese inclui delineamentos distintos e medidas variadas de saúde mental e desempenho, o que limita comparabilidade e impede estimativas agregadas de efeito. A janela temporal (2015–2025) e os idiomas (português/inglês/espanhol) podem ter excluído evidências relevantes. Observa-se ainda escassez de estudos especificamente focados na Amazônia Ocidental, aumentando a dependência de extrapolações a partir de contextos próximos. Por fim, a heterogeneidade na mensuração do desempenho (desde autorrelato até notas e CRA) reduz a robustez de conclusões causais, aspecto já criticado em revisões recentes sobre saúde mental universitária.

Conclusão e direções futuras. Os achados reforçam que saúde mental é determinante do sucesso acadêmico e que qualidade de vida desponta como alvo estratégico para intervenções no ensino superior, com evidência local sugerindo impacto na redução de burnout e sofrimento na Amazônia Ocidental. À luz das lacunas identificadas, recomendam-se: (i) estudos longitudinais e experimentais na região amazônica que testem intervenções multicomponentes (p.ex., mindfulness + promoção de sono/atividade física + suporte socioeconômico); (ii) padronização de indicadores acadêmicos e de saúde mental; (iii) análise de subgrupos (gênero, NSE, estudantes indígenas e ribeirinhos) e determinantes estruturais; e (iv) avaliações de implementação de serviços campus-baseados integrados à RAPS/SUS. Tais agendas podem qualificar políticas de permanência e reduzir desigualdades no ensino superior amazônico, consolidando a relação positiva entre bem-estar psicológico e desempenho acadêmico que esta revisão

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

evidencia.

5. Considerações finais

A síntese dos estudos identificados indica associação consistente entre indicadores de saúde mental (sofrimento psíquico, ansiedade, depressão, estresse e burnout) e desempenho acadêmico em estudantes do ensino superior, com sinais de sub-representação de evidências com recorte regional para a Amazônia Ocidental. Em termos de instrumentos, prevaleceram medidas validadas como WHOQOL-Bref, MBI-SS e GHQ/QSG para saúde mental e indicadores objetivos/subjetivos de desempenho (CRA/GPA, notas, aprovação/abandono e autorrelato de rendimento). No recorte amazônico, um estudo com universitários de Guajará-Mirim (RO) mostrou que qualidade de vida prediz dimensões de burnout e fatores de saúde geral, sustentando a hipótese de que a promoção de qualidade de vida pode atenuar o adoecimento psíquico e, por consequência, favorecer o desempenho acadêmico. Em nível nacional, uma tese recente reforça a interseção entre desempenho e saúde mental no ensino superior, contribuindo com variáveis e instrumentos pertinentes à análise dessa interface.

No plano internacional, revisões e sumários de evidências apontam que intervenções em competências socioemocionais e mindfulness se associam a melhoras acadêmicas, atenção e autorregulação, achados particularmente relevantes para populações universitárias expostas a alto estresse acadêmico. Em populações europeias, diferenças por gênero, nível socioeconômico, atividade física e sono se relacionam de modo significativo à saúde mental, sugerindo potenciais moduladores do desempenho em curso superior. Por fim, sínteses sobre sofrimento psíquico na universidade destacam lacunas de produção e de oferta de cuidado e a necessidade de articulação intersetorial com a rede pública, o que ressoa com os desafios logísticos e socioculturais do interior amazônico.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-5: manual diagnóstico e

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

estatístico de transtornos mentais. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BALDASSIN, Sergio; ALVES, Tânia Cristina; ANDRADE, Arthur Guerra et al. The characteristics of depressive symptoms in medical students during medical education and training: a cross-sectional study. **BMC Medical Education**, London, v. 8, p. 60, 2008.

BIREME/OPAS/OMS. Sobre a LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde. 2026. Disponível em: https://lilacs.bvsalud.org/sobre-a-lilacs/. Acesso em: 13 mar. 2026.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/acesso-a-informacao/atos-normativos/resolucoes/2012/resolucao-no-466.pdf/view. Acesso em: 8 maio 2025.

BRASIL. Fundação Oswaldo Cruz. Pesquisa Nacional de Saúde 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2021. Disponível em: https://www.pns.icict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/02/liv101764.pdf. Acesso em: 8 maio 2025.

BRITO, Valéria Cristina de Albuquerque et al. Prevalência de depressão autorreferida no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde 2019 e 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 31, p. e2021384, 2022.

CARVALHO, Renata Cavalcanti. Proteção de dados pessoais no Brasil: uma análise da Lei nº 13.709/2018 sob a perspectiva da Teoria da Regulação Responsiva. **Journal of Law and Regulation**, v. 6, n. 2, p. 45-58, 2020.

CHIARELLO, Carla de Oliveira Vaz. Desempenho acadêmico e saúde mental na universidade, e afinal, qual o nosso sintoma? 2024. Tese (Doutorado em Tecnologia e Sociedade) — Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), Curitiba. Disponível em: https://riut.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/36239/1/saudementaluniversidade.pdf. Acesso em: 13 mar. 2026.

DOURADO, Daniel de Araujo; AITH, Fernando Mussa Abujamra. A regulação da inteligência artificial na saúde no Brasil começa com a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 56, p. 80, 2022.

EISENBERG, Daniel; GOLBERSTEIN, Ezra; HUNT, Justin. The impact of mental health on academic performance: findings from the National College Health Assessment. **Journal of Adolescent Health**, New York, v. 41, n. 1, p. 25-32, 2007.

FARIA, Elisangela Lopes de; SILVEIRA, Edilene Aparecida Araújo da; VIEGAS, Selma Maria da Fonseca. Vivências cotidianas na graduação e o impacto na saúde mental de estudantes: scoping review. SciELO Preprints, versão 2, 2023. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.2744. Disponível em:

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/2744/10900/11468. Acesso em: 13 mar. 2026.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa; RICARTE, Ivan Luiz Marques. A Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11): características, inovações e desafios para implementação. **Asklepion: Informação em Saúde**, v. 1, n. 1, p. 104-118, 2021.

GIL, Antônio Carlos. **Como classificar as pesquisas**. In: GIL, Antônio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. p. 44-45.

GOLDBERG, David; HUXLEY, Peter. **Common mental disorders**: a bio-social model. London: Tavistock/Routledge, 1993.

LEÃO, Thiago Marques; GOTO, Carine Sayuri; IANNI, Aurea Maria Zöllner. Sofrimento psíquico na universidade e o campo da Saúde Mental Coletiva: uma revisão integrativa de 46 anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 30, n. 4, 2025. DOI: 10.1590/1413-81232025304.16382023. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/Z36yHBD564GkfjJv4x9BdfR/?format=html. Acesso em: 13 mar. 2026.

LOIOLA, Elainy da Silva Camilo; LOIOLA, Tiago de Oliveira; MUGRABI, Renan. **A qualidade de vida como fator de proteção na saúde mental de estudantes universitários**: uma perspectiva da Amazônia Ocidental brasileira. In: Obra coletiva da Atena Editora (cap. 9). Ponta Grossa: Atena Editora, 2023. Disponível em: https://atenaeditora.com.br/catalogo/dowload-post/79889. Acesso em: 13 mar. 2026.

MERCHÁN-HAMANN, Edgar; TAUIL, Pedro Luiz. **Proposta de classificação dos diferentes tipos de estudos epidemiológicos descritivos**. Epidemiologia e Serviços de Saúde, Brasília, v. 30, p. e2018126, 2021.

NATIONAL ASSOCIATION OF SCHOOL PSYCHOLOGISTS (NASP). **The Relationship Between Mental Health and Academic Achievement**. Bethesda, MD: NASP, 2020. Disponível em: https://www.nasponline.org/Documents/Research%20and%20Policy/Research%20Center/MentalHealthAcademicAchievement_2020.pdf. Acesso em: 13 mar. 2026.

NOGUEIRA, Maria José; BARROS, Luísa; SEQUEIRA, Carlos. A Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior: Relação com o género, nível socioeconómico e os comportamentos de saúde. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. spe5, 2017. DOI: 10.19131/rpesm.0167. Disponível em: https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602017000200009. Acesso em: 13 mar. 2026.

OLIVA, Edméa Fontes et al. Depressive symptoms among medical intern students in a Brazilian public university. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 58, n. 1, p. 53-59, 2012.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 27/06/2026 - **Accepted:** 02/08/2026
Vol: 13.17
DOI: 10.66104/ytgrqw23
Pages: 1-19

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Mental Health Atlas 2017. Geneva: World Health Organization, 2017.

PATINO, Cecilia Maria; FERREIRA, Juliana Carvalho. Qual a importância do cálculo do tamanho amostral? **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, São Paulo, v. 42, p. 162, 2016.

PEROTTA, Bruno et al. Sleepiness, sleep deprivation, quality of life, mental symptoms and perception of academic environment in medical students. **BMC Medical Education**, London, v. 21, p. 1-13, 2021.

RAMOS-MONSIVÁIS, Cynthia Lizeth; RODRÍGUEZ-CANO, Sonia; LEMA-MOREIRA, Estefanía; DELGADO-BENITO, Vanesa. Relationship between mental health and students' academic performance through a literature review. **Discover Psychology**, v. 4, art. 119, 2024. DOI: 10.1007/s44202-024-00240-4. Disponível em: https://link.springer.com/article/10.1007/s44202-024-00240-4. Acesso em: 13 mar. 2026.

SANTOS, Gustavo de Brito Venâncio dos et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 35, p. e00236318, 2019.

TRAJANO, Soraya da Silva et al. Prevalência de transtorno mental comum e fatores relacionados ao ambiente universitário. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 32, n. 3, p. e32030411, 2024.

VITAL, Ana Maria Pereira; FERREIRA, Janice Galvão; ALVES, Maria Kayllany Simplício; ALMEIDA, Raniere de Carvalho; MACHADO, Ricardo de Macedo. A ansiedade entre jovens estudantes: uma análise situacional em escola de Ensino Médio no interior cearense. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, 2024

CC BY