

MODELO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM UNIVERSITÁRIOS REFERENCIADO NA TEORIA DE NOLA PENDER

Pedro Lucas Ferreira Mota¹
Lucas Dias Soares Machado²
Marcos Ryan Loiola Lima³
Guilhermi da Silva Maia⁴
Ana Suelen Pedrosa Cavalcante⁵
Nayara Santana Brito⁶

INTRODUÇÃO

A experiência universitária é um período complexo, único, transitório e transformador, que pode predispor à adoção de comportamentos de propensão e/ou de risco à saúde, sobretudo à dimensão psicológica/mental (Barros; Peixoto, 2022). Nessa dimensão pode-se destacar o desenvolvimento de transtornos mentais, tais como ansiedade, reconhecidos em cerca de 25% desse público (Noronha Júnior *et al.*, 2015).

Sob esse prisma, a enfermagem é categoria essencial ao cuidado ao universitário, dado a sua competência para o emprego de técnicas e atividades de promoção, prevenção e educação em saúde mental. Como eixo de condução e organização da assistência, recorre-se ao Processo de Enfermagem (PE) fundamentado na aplicação prática das Teorias de Enfermagem (TE), cuja finalidade reside em explicar, orientar e/ou prescrever cuidados consolidados à fenômenos que envolvem respostas humanas (Taffner *et al.*, 2022).

Ao considerar a promoção da saúde como estratégia modificadora do comportamento, o Modelo de Promoção da Saúde de Nola Pender, enquanto Teoria de Médio Alcance (TMA), se estabelece como subsídio à enfermagem para a compreensão de comportamentos saudáveis e construção de ações que promovam a qualidade de vida (Cardoso *et al.*, 2022). Apresenta assim estrutura capaz de alicerçar a descrição e explicação da promoção da saúde mental em estudantes universitários, sendo fundamento e modelo dinâmico para entendimento e aplicação de cuidados pela enfermagem em promoção da saúde.

Assim sendo, objetivou-se modelar o processo de promoção da saúde mental para universitários por meio do Modelo de Promoção da Saúde de Nola Pender.

MÉTODO

Estudo exploratório e teórico, com abordagem qualitativa, que se apropriou de técnicas de análise conceitual, grupo focal e modelagem (Cardoso *et al.*, 2022), realizado entre outubro de 2023 e maio de 2024.

A operacionalização do estudo considerou inicialmente a análise do conceito comportamento de saúde propenso a risco em universitários, com a finalidade de

¹ Graduando em enfermagem, Universidade Regional do Cariri, email: pedro.lucas@urca.br

² Doutor, Instituto Federal da Paraíba, email: lucas.machado@ifpb.edu.br

³ Graduando em enfermagem, Universidade Regional do Cariri, email: marcos.ryan@urca.br

⁴ Graduando em enfermagem, Universidade Regional do Cariri, email: guilhermi.maia@urca.br

⁵ Doutora, Universidade Estadual do Ceará, email: ana.suelen@uece.br

⁶ Doutora, Universidade Regional do Cariri, email: nayara.brito@urca.br

reconhecimento dos aspectos psicológicos e de saúde mental pertinentes ao contexto universitário que expõem a saúde dos estudantes a riscos. Para tanto adotou-se o referencial metodológico de Walker e Avant (2019), com mapeamento do uso do conceito e seus elementos a partir de revisão integrativa da literatura, executada através da equação de busca (“*Health Risk Behaviors*” OR “Comportamento de risco à saúde”) AND (“*Students*” OR “Estudantes” OR “*Universities*” OR “Universitários”), nas bases de dados *National Library of Medicine and National Institutes of Health* (MEDLINE/PubMed), Scopus, PsycInfo, *Latin American and Caribbean Health Sciences Literature* (LILACS), Bases de Dados em Enfermagem (BDENF) e Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências da Saúde (IBECS).

A busca resultou em 2.614 estudos, dos quais 135 compuseram a amostra final.

Em seguida deu-se a etapa qualitativa, que teve como lócus uma Instituição de Ensino Superior (IES) pública do estado do Ceará.

Adotou-se como população participante estudantes universitários, segundo amostra intencional não probabilística. Participaram do estudo 30 universitários, sob elegibilidade de matrícula ativa na IES e disponibilidade para participação da coleta.

A coleta de dados deu-se através de grupo focal, com estruturação entre seis e dez estudantes/grupo e condução por meio de um moderador e um observador. Esses foram realizados em ambiente privado, com gravação digital média de 36 minutos cada e norteado por questionamentos que instigassem as reflexões comportamentais, especialmente de saúde mental.

Os dados foram transcritos por intermédio do *Google Colaboration*, revisado por dois pesquisadores e organizados no *Microsoft Word 2013®* de acordo com a análise de conteúdo segundo Bardin (2016). Para tanto, extraiu-se as unidades de registro e contexto relacionadas a dimensão psicológica. O estudo foi apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) sob parecer de nº 6.774.511.

Por fim, dado o reconhecimento do fenômeno na literatura e junto a população de interesse, deu-se a modelagem. Os modelos são representações dinâmicas e observáveis, utilizadas como instrumentos para elucidar, explorar e tecer possibilidades de compreensão à fenômenos. Nesse íterim, para subsidiar o desenvolvimento do Modelo de Promoção da Saúde Mental de Universitários (MPSMU), recorreu-se às prerrogativas de Nola Pender, em complementação e/ou contraposição aos elementos representativos do fenômeno de interesse. O Modelo foi construído por intermédio da abstração, cruzamento dos resultados e disposto a partir de diagrama.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O conceito comportamento de saúde propenso a risco em universitários foi refinado utilizando a interpretação de 135 estudos, especialmente observacionais do tipo transversal (95,5%), de nível de evidência VI (95%), sem restrição de curso de graduação.

Em definição, delineou-se como uma tendência à adoção de hábitos prejudiciais à saúde e bem-estar de caráter voluntário, negativo, desfavorável e/ou destrutivo. Abrange efeitos e resultados comprometedores a saúde e vida, seja de modo direto e/ou indireto, para si ou para os outros, apresentando potencialidade para a ocorrência de resultados adversos, impactos na aprendizagem, danos físicos, emocionais, econômicos e sociais.

Como elementos predisponentes e consequentes, mapeou-se 19 dimensões. Em associação ao objetivo desse estudo, destaca-se a dimensão psicológica e da saúde mental

comprometida, agrupadas intencionalmente, e dispostas como “os desequilíbrios do estado mental, psicológico e cognitivo, com reflexos negativos às atividades de vida. Envolve o sofrimento psicológico, ansiedade, depressão, isolamento, solidão, desesperança, baixa autocompaixão, baixa satisfação com a vida, sentimento de insegurança, sentimento de desamparo, baixa autoestima, tristeza, introversão, necessidade de autoafirmação, autoconfiança insuficiente, tédio, baixo senso de controle, situações traumáticas, estresse, compulsão alimentar, pensamento suicida, esgotamento mental, esgotamento emocional, ideação suicida, transtornos mentais, autolesão não suicida, falta de expectativa com o futuro, baixo nível de felicidade, tentativa de suicídio, baixa satisfação corporal e irritabilidade”.

Junto a população universitária, as dimensões psicológicas e a saúde mental foram reconhecidas nos discursos de 30 estudantes universitários participantes dos grupos focais. Em sua maioria, os participantes eram do sexo feminino (22; 73,3%), com idade média de 21 anos ($\sigma= 1,524$), de raça/cor parda (12; 40%) e com renda familiar entre 1 e 2 salários mínimos (16; 53,3%). Estavam devidamente matriculados nos cursos de graduação em Enfermagem (20; 66,7%) e Direito (10; 33,3%), cursando, principalmente, o 9º semestre (11; 36,7%) em turno integral (20; 66,7%).

Dentre os discursos dos universitários relacionados aos processos mentais, destacam-se:

E1: “O ingressar na faculdade trouxe prejuízos, sobretudo a minha saúde mental, psicológica. Eu sempre tive alguns problemas, porém, a faculdade foi um propulsor muito forte dessas problemáticas, a ansiedade, o ambiente acadêmico, que exige muito do aluno, causando uma ansiedade muito forte”.

E17: “Tenho ansiedade em relação a universidade. Essa última semana que eu sei que vai começar as aulas, já é uma semana muito estressante (universitária chora) e que eu posso entrar em pânico a qualquer momento”.

E22: “A faculdade me causa ansiedade, sensação de ser incapaz de conseguir o que eu quero”.

As perspectivas mencionadas se alinham com os resultados de um estudo correlacional de corte transversal, que revela uma associação negativa entre as experiências universitárias e a vulnerabilidade psicológica, majoritariamente, evidenciada por sinais de ansiedade e sensação de incapacidade relacionada ao ambiente acadêmico (Ariño; Bardagi, 2018).

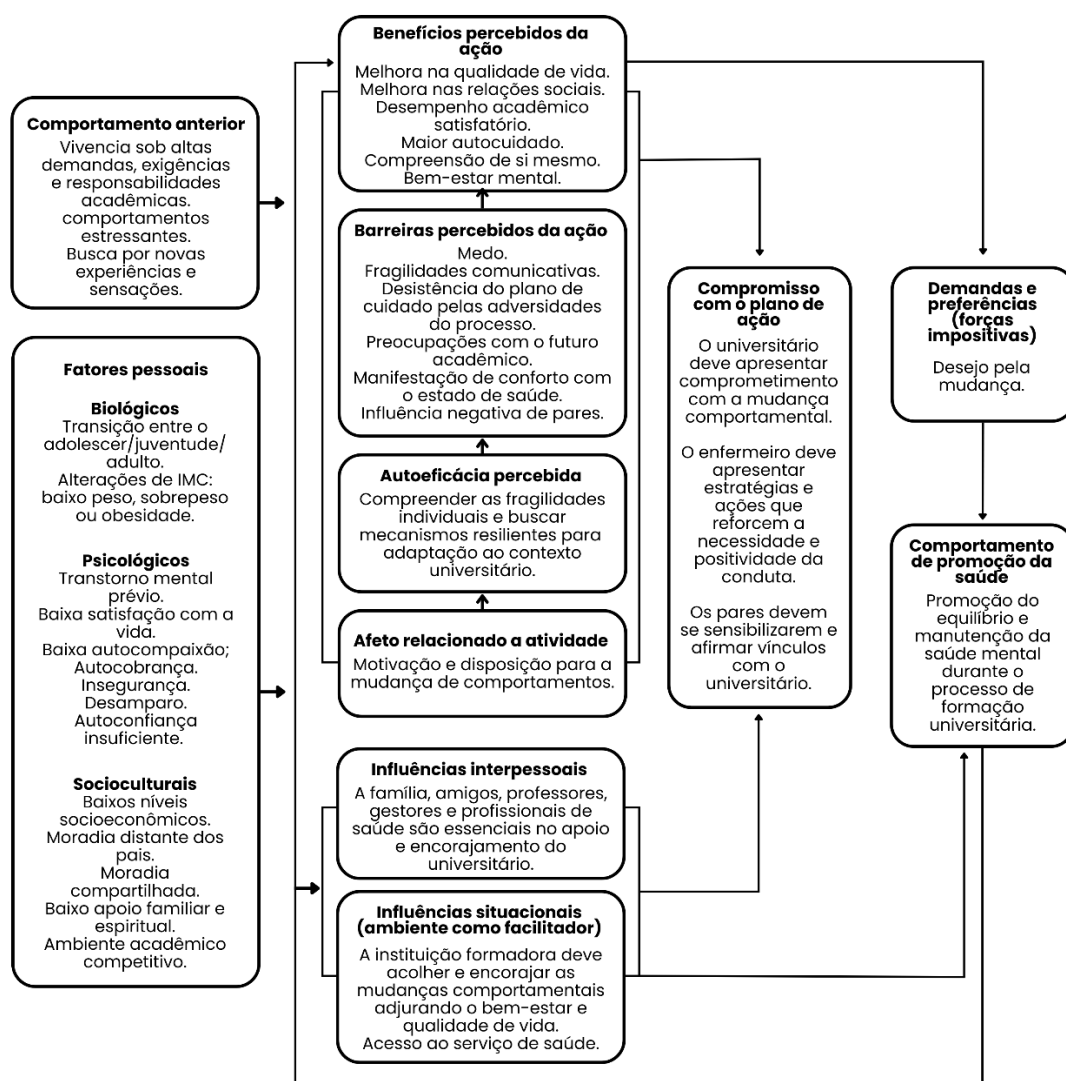
Assim, elaborou-se o MPSMU, considerando o subsídio teórico às práticas de promoção da saúde pautados na saúde mental de universitários mediadas por enfermeiros (Figura 1).

A formulação de ações em promoção da saúde demanda a interrelação de conhecimentos, habilidades e atitudes direcionadas às necessidades da população de interesse (Machado *et al.*, 2021). Nesse sentido, ao utilizar o MPSMU enquanto fundamento de implementação do PE, o enfermeiro deve orientar suas ações buscando o equilíbrio e a manutenção da saúde mental ao longo da graduação, por meio da sensibilização do universitário à motivação, disposição e compromisso com o plano de modificação de comportamentos prejudiciais à saúde mental.

Para tal, é essencial que o universitário compreenda suas fragilidades pessoais e as barreiras do processo, de modo a intensificar os desejos de mudança e adquirir os benefícios dessas ações, especialmente no que diz respeito ao bem-estar mental.

Além disso, sugere-se um olhar perceptivo às influências interpessoais e situacionais, haja vista a dualidade de seus efeitos de positivação ou negativação das ações adotadas. É crucial reconhecer que a promoção da saúde mental no ambiente universitário representa um desafio complexo, exigindo um esforço multidisciplinar e colaborativo. Ressalta-se que as atividades de promoção da saúde devem estar alinhadas aos comportamentos pregressos e aos fatores pessoais dos estudantes, uma vez que estes potencializam a ocorrência de desequilíbrios na efetivação do cuidado à saúde mental do universitário.

Figura 1 – Diagrama representativo do Modelo de Promoção da Saúde Mental de Universitários. Iguatu, CE, Brasil, 2024



Fonte: elaboração própria.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A versão inicial do MPSMU é uma ferramenta inovadora e poderosa para fundamentar o processo de enfermagem no cuidado ao universitário, pois abrange a multidimensionalidade do fenômeno, explicando-o e orientando as ações de saúde com base em uma teoria consolidada e reconhecida na prática de enfermagem.

De modo complementar, ao avaliar o contexto de descrédibilização dos instrumentos próprios da enfermagem e supervalorização das práticas imediatistas e biomédicas, essa proposição reflete o interesse dos autores em contribuir com o fortalecimento da enfermagem enquanto ciência em desenvolvimento e incentivar estudantes e pesquisadores a se apropriarem e construir modelos conceituais e teóricos para orientação do cuidado na categoria.

Descritores: Teoria de enfermagem. Promoção da saúde. Saúde mental. Estudantes. Processo de enfermagem.

REFERÊNCIAS

ARIÑO, D.O.; BARDAGI, M.P. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista psicologia em pesquisa*, v. 12, n. 3, 2018.

BARDIN, Laurence. *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2016.

BARROS, R. N. DE.; PEIXOTO, A. DE L. A. Integração ao ensino superior e saúde mental: um estudo em uma universidade pública federal brasileira. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, v. 27, n. 3, p. 609–631, set. 2022.

CARDOSO, R. B. CALDAS, C. P.; BRANDÃO, M. A. G.; SOUZA, P. A. DE.; SANTANA, R. F. Healthy aging promotion model referenced in Nola Pender's theory. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, n. 1, p. e20200373, 2022.

JUNIOR, M. A. G. N.; BRAGA, Y. A.; MARQUES, T. G.; SILVA, R. T.; VIEIRA, S.D.; COELHO, V. A. F.; GOBIRA, T. A. A. Depressão em estudantes de Medicina. *Revista Médica Minas Gerais*, v. 25, n. 4, p. 562-567, 2015.

MACHADO, L. D. S.; XAVIER, S. P. L.; LEITE, P. L.; MOREIRA, M. R. C.; SILVA, M. R. F.; MACHADO, M. de F. A. S. Competências em promoção da saúde: conformações e recursos mobilizados na residência multiprofissional. *Escola Anna Nery*, v. 26, p. e20210089, 2022.

TAFFNER, V. B. M.; PIMENTEL, R. R. DA S.; ALMEIDA, D. B. DE.; FREITAS, G. F. DE.; SANTOS, M. J. DO. Teorias e Modelos de Enfermagem como referenciais teóricos para teses e dissertações brasileiras: um estudo bibliométrico. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, n. 4, p. e20210201, mar, 2022. <https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0201>

WALKER, L.O.; AVANT, K.C. *Strategies for theory construction in nursing*. 6. ed. Boston: Pearson Prentice Hall, 2019.