

Estudantes de pós-graduação e a saúde mental: uma investigação narrativa na literatura acadêmica

*Postgraduate students and mental health:
a narrative investigation in the academic literature*

*Estudiantes de posgrado y la salud mental:
una investigación narrativa en la literatura académica*

Victor Ferreira do Nascimento¹ , Priscilla Pinto Costa da Silva² 

¹ Mestrando em Educação Física. Bolsista CAPES - Universidade Federal do Rio Grande do Norte / Departamento de Educação Física. Natal/RN. E-mail: ferreiravviktor@gmail.com

² Doutora em Educação Física - Universidade Federal do Rio Grande do Norte / Departamento de Educação Física. Natal/RN.

RESUMO

Este estudo tem como objetivo analisar como a literatura acadêmica aborda a saúde mental dos discentes no contexto da pós-graduação. Trata-se de uma revisão narrativa, referente ao período de 2013 a 2023. Os dados foram coletados em publicações, no idioma português, inglês e espanhol na base de dados CAPES, LILACS e SciELO. Como resultados, foram encontradas 215 publicações, com amostra final de 14 artigos. Os dados evidenciaram uma incidência de problemas relacionados ao contexto acadêmico, como dificuldade de relacionamento com o orientador e outras tensões que assolam os pós-graduandos. Ainda, observou-se uma prevalência de sintomatologia depressiva e ansiosa nos estudantes de pós-graduação, assim como observou-se que algumas possibilidades e estratégias de cuidado com a saúde mental vem sendo tematizada na literatura. Considera-se, a importância de pensar políticas internas de atenção aos estudantes dos programas de pós-graduação.

Palavras-chave: Saúde mental, estudantes de pós-graduação, pós-graduação.

ABSTRACT

This study aims to analyze how academic literature addresses the mental health of graduate students. It is a narrative review covering the period from 2013 to 2023. Data were collected from publications in Portuguese, English, and Spanish in the CAPES, LILACS, and SciELO databases. As a result, 215 publications were found, with a final sample of 14 articles. The data highlighted issues related to the academic context, such as difficulties in the advisor-student relationship and other tensions affecting graduate students. Additionally, a prevalence of depressive and anxious symptoms was observed, as well as discussions in the literature about strategies for mental health care. It is considered essential to develop internal policies to support postgraduate students.

Keywords: Mental health, postgraduate students, postgraduate education.

RESUMEN

Este estudio tiene como objetivo analizar cómo la literatura académica aborda la salud mental de los estudiantes de posgrado. Se trata de una revisión narrativa del período 2013-2023. Los datos se recopilaron de publicaciones en portugués, inglés y español en las bases de datos CAPES, LILACS y SciELO. Como resultado, se encontraron 215 publicaciones, con una muestra final de 14 artículos. Los datos evidenciaron problemas relacionados con el contexto académico, como dificultades en la relación con el asesor y otras tensiones que afectan a los estudiantes de posgrado. Además, se observó una prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos, así como debates en la literatura sobre estrategias de cuidado de la salud mental. Se considera fundamental desarrollar políticas internas para apoyar a los estudiantes de posgrado.

Palabras-clave: Salud mental, estudiantes de posgrado, posgrado.

INTRODUÇÃO

Em uma sociedade moderna, altamente tecnológica, com vistas à rapidez das informações, das notícias e do mundo conectado através do celular, os índices de ansiedade e depressão têm crescido. Assim, cada vez mais a temática da saúde mental se apresenta de forma pertinente, importante e necessária. Estudos atuais, têm demonstrado que isto é uma preocupação global. De forma recente, a *World Health Organization* apresentou um estudo a nível mundial em que a população manifestou um aumento de 25% nos casos de ansiedade e depressão (World Health Organization, 2022).

Dessa forma, por saúde mental (SM), a *World Health Organization (Mental health, s.d., tradução nossa)* aborda a temática, conceituando-a como “... um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com as tensões normais da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de fazer contribuições à sua comunidade” (p. 1). Já o autor Amarante (2007) apresenta a saúde mental enquanto uma área complexa, na qual é necessário um olhar para os sujeitos e seus contextos sociais. As duas conceituações são importantes e balizam a compreensão sobre saúde mental em diferentes contextos, avaliando o território sociocultural de inserção de cada indivíduo.

Nessa direção, compreendendo a SM diante de contextos sociais, as proposições investigativas começaram a adentrar os cursos de formação inicial, buscando compreender as relações dialéticas entre os processos de transições entre as etapas de ensino. Dessa forma, ao ingressar nas universidades, os estudantes lidam com as altas cobranças acadêmicas, profissionais, pessoais e, por vezes, essas demandas acabam desenvolvendo a ansiedade ou depressão (Jeremus *et al.*, 2023). Os estudos sobre saúde mental com estudantes de graduação (Ariño & Bardagi, 2018; Silva & Silva, 2024; Murakami, Panuncio-Pinto, Santos & Troncon, 2019; Silva Neto *et al.*, 2025) acontecem de forma recorrente na literatura e demonstram o empenho na busca por proposições válidas que colaborem com a construção de um ambiente favorável ao desenvolvimento saudável das habilidades e competências, da ordem profissional e pessoal.

Desta forma, considerando também a pós-graduação como um nível acadêmico que envolve responsabilidades sociais, pessoais e acadêmicas específicas, geralmente acompanhadas por pressões, demandas e exigências significativas, supõe-se que os discentes nesse contexto possam apresentar maior vulnerabilidade mental. Desse modo, como questão de estudo, indaga-se: de que maneira a literatura

acadêmica discorre sobre a saúde mental dos discentes na pós-graduação? Portanto, o objetivo desta revisão narrativa é analisar como a literatura acadêmica aborda a saúde mental dos discentes no contexto da pós-graduação.

Metodologia

Este estudo se caracteriza como um estudo qualitativo descritivo e utilizou como método a revisão de literatura. A revisão de literatura, ou revisão narrativa, é recomendada para a realização de um levantamento da produção científica sobre determinada área de conhecimento, sem a necessidade de utilizar critérios rígidos durante a busca. Tal proposição metodológica permite e possibilita ao pesquisador a construção e reconstrução de conhecimentos, pensamentos e conceitos que se articulam em diversas áreas, assim, pode ser um importante mecanismo exploratório da literatura (Cordeiro, Oliveira, Renteria & Guimarães, 2007; Gomes & Caminha, 2014; Rother, 2007).

As buscas foram realizadas no Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na biblioteca eletrônica, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) em novembro de 2024. Como estratégia de busca, foram utilizados o descritor Saúde Mental e a palavra-chave Pós-Graduação, dessa forma, associado ao operador booleano AND, as buscas aconteceram desta maneira: (Saúde Mental) AND (Pós-Graduação). Na plataforma CAPES, foi necessário utilizar o operador “título” e o “contém” nas palavras pós-graduação e saúde mental, uma vez que essas palavras-chave muitas vezes apareciam de forma repetida, identificando somente que aquele trabalho foi desenvolvido dentro de algum programa de pós-graduação e, muitas vezes, não tinha relação com a temática investigada. A plataforma da LILACS permitia o uso de tema, portanto, foi empregado o seguinte buscador (Saúde Mental) AND (Pós-Graduação) associado às temáticas de Depressão, Qualidade de Vida, Saúde Mental, Ansiedade, Transtorno Depressivo, Estresse Psicológico, Transtorno Depressivo Maior, Transtornos de Ansiedade, Estudantes, Transtornos Mentais e Educação de Pós-Graduação. Na SciELO, as buscas aconteceram desta maneira: (Saúde Mental) AND (Pós-Graduação).

Para esta pesquisa, utilizou-se um recorte de dez anos, de 2013 a 2023, pesquisando em três línguas: português, inglês e espanhol. Como critério de inclusão, estabeleceu-se: ser artigos originais que tratam de discentes na pós-graduação, artigos abertos. Critérios de exclusão: ser tese, ensaio teóricos, revisões, não tratar de discentes na pós-graduação, não conseguir acesso ao artigo; não tratar sobre a saúde mental. Embora a revisão narrativa não se apresente com a necessidade de um rigor metodológico, o pesquisador optou por utilizar, após a estratégia de busca, alguns mecanismos que contribuíram e facilitaram a compreensão e organização dos trabalhos.

Dessa maneira, após a extração dos dados, observou-se uma recorrência e aproximação temática entre alguns estudos e, desse modo, para melhor análise e discussão, foram construídas duas categorias analíticas a partir da técnica de análise categorial de Bardin (2011). A primeira, nomeada como “Um olhar para a pós-graduação” apresenta e discute estudos que apresentam dados sobre a saúde mental e estudos que discutem a organização e exigências de um curso de pós-graduação. A segunda categoria, foi nomeada como “Estratégias e possibilidades de promoção à saúde mental na pós-graduação”. Esta categoria reúne artigos que apresentam intervenções realizadas em problemas de pós-graduação, assim como estratégias e possibilidades reflexivas sobre o ambiente acadêmico.

RESULTADOS

Na busca, registrou-se duzentos e quinze artigos, os quais foram inseridos no *site* gratuito do *Ryyan*, que contribui para organizar os trabalhos por títulos, resumo, como também auxilia na exclusão de artigos duplicados e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão (Betini & Bozoni, 2022). No *Ryyan*, foram encontrados 06 artigos duplicados e realizada a leitura de título e resumo de duzentos e nove, dos quais foram selecionados dezessete para a leitura completa. Ao realizar a leitura completa dos trabalhos aplicando os critérios de inclusão e temática, três 03 artigos foram removidos, dentre eles, 02 que não abordaram o discente na pós-graduação e 01 que se tratava de uma revisão sistemática. Este processo pode ser visualizado na Figura 1, que trata do fluxograma, o qual é comumente utilizado na revisão sistemática, mas foi adaptado para demonstrar o progresso na escolha dos artigos selecionados neste estudo.



Fonte: adaptação dos autores.

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos artigos.

Deste modo, após a leitura e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão apresentados acima, foram selecionados quatorze artigos, os quais podem ser visualizados na Tabela 1, o qual contém informações referentes à base de dados do qual o artigo foi extraído, assim como o ano, o título e os nomes dos autores.

Tabela 1. Detalhamento dos artigos selecionados.

Nº	Autores	Título	Ano de Publicação	Base de Dados
1	Yin, Zhuoran	Research on the application of music-based psychological adjustment in improving postgraduates' mental health	2023	LILACS
2	Kogien, Moisés <i>et al.</i>	Prevalencia y correlatos de ideación suicida pasiva y activa en ingresantes de posgrado	2023	SCIELO
3	Costa, Henrique Almeida Assis <i>et al.</i>	Estratégias para promoção de saúde mental em discentes na pós-graduação: relato de experiência	2022	CAPES
4	Oliveira Barros, Leonardo; Ambiel, Rodolfo Augusto Matteo & Baptista, Makilim Nunes.	Sintomatologia depressiva em estudantes brasileiros de pós-graduação stricto sensu	2021	LILACS
5	Cesar, Flaviane Cristina Rocha <i>et al.</i>	Quality of life of master's and doctoral students in health	2021	SCIELO
6	Piuco, Thainan <i>et al.</i>	Diferentes modos de existencia en posgrado: prácticas de cuidado entre salud y educación	2021	CAPES
7	Kuenka, Bárbara Sant'Ana.	O Impacto da Pós-Graduação Stricto Sensu sobre o Estado deSaúde Mental do Brasileiro	2021	CAPES
8	Cunha, Vivian Fukumasu <i>et al.</i>	Religiosidade/espiritualidade em saúde: uma disciplina de pós-graduação	2020	LILACS
9	Pinzón, Juanita Hincapié <i>et al.</i>	Barreiras à Carreira e Saúde Mental de Estudantes de Pós-graduação	2020	LILACS
10	Donato, Edilaine Cristina da Silva Gherard <i>et al.</i>	Efetividade de uma intervenção baseada em Mindfulness para redução de estresse e melhora da qualidade de vida em estudantes de enfermagem	2020	LILACS
11	Santos, Magna Monique Silva <i>et al.</i>	Avaliação do nível de estresse e perfil social de estudantes de pós-graduação da área dasaúde	2020	CAPES
12	Galdino, Maria José Quina & Martins, Júlia Trevisan.	Prazer e sofrimento na formação de doutores em enfermagem: estudo descritivo	2019	LILACS
13	Costa, Everton Garcia da & Nebel, Letícia.	O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil	2018	CAPES
14	Campos, Cláudia Ribeiro Franulovic <i>et al.</i>	Academic performance of students who underwent psychiatric treatment at the students' mental health service of a Brazilian university	2017	LILACS

Fonte: elaboração dos autores.

Após os achados, sentiu-se a necessidade de construção de duas categorias analíticas a partir da recorrência temática apresentada nos artigos. Desta maneira, na seção abaixo, serão apresentadas e discutidas as categorias.

DISCUSSÃO

3.1. Um olhar para a saúde mental na pós-graduação

A partir dos resultados apresentados, a discussão irá tratar das principais interpretações relacionadas aos achados acerca da temática. De modo geral, os resultados indicam que existe uma preocupação na literatura acadêmica com a saúde mental dos estudantes de pós-graduação. Um ponto comum nos estudos selecionados para esta seção temática está na recorrência do processo de adoecimento mental dos estudantes em detrimento às altas exigências do ambiente acadêmico, bem como o olhar reflexivo para as instituições acadêmicas.

Dentro os achados, Costa & Nebel (2018) apontam que o ambiente acadêmico apresenta e requer uma alta demanda dos discentes, seja através de cobranças para publicação de artigos, pela instabilidade financeira que assola uma grande parte dos estudantes que precisam trabalhar de forma concomitante ao curso de pós-graduação ou mesmo pelos fatores que envolvem o processo de orientação. Todas essas demandas impactam diretamente na saúde mental dos discentes, causando-lhes ansiedade, insônia, irritabilidade e baixa motivação. Durante a leitura, também foi recorrente a incidência de problemas relacionados à saúde mental nesses estudantes. Nesta direção, Kogien *et al.* (2023) evidenciam o risco de ideação suicida, especialmente em estudantes de orientações sexuais e de condições sociais minoritárias. Em virtude da baixa autoestima, do abuso de álcool, dos conflitos familiares e das condições estressantes apresentadas na pós-graduação.

Do mesmo modo, Pinzón, Sanchez, Machado e Oliveira (2020) também identificaram sintomas moderados de ansiedade e depressão, tendo observado ainda um sofrimento em relação às demandas e perspectivas de trabalho ao encerrar o processo de pós-graduação. A autora Kuenka (2021) e os autores Barros, Ambiem e Baptista (2021) encontraram dados similares relacionados à depressão no espaço formativo, Kuenka (2021) considerou que frequentar um curso de pós-graduação *stricto sensu* exerceu um impacto positivo diante dos diagnósticos de depressão clínica. Seguindo a mesma ideia, Barros *et al.* notaram que a sintomialgia depressiva severa atingiu o índice de 31% do público investigado. Os autores divergem ao nomear públicos distintos com agravante; Kuenka (2021) apresenta o público masculino e Barros *et al.* apresentam o público feminino. Contudo, apesar da divergência em decorrência da amostragem, ambos trazem dados importantes para a investigação em saúde mental dos estudantes.

Cesar *et al.* (2021) sugerem que fatores prejudiciais à qualidade de vida atingem os estudantes em todos os níveis e/ou anos acadêmicos. Perceberam ainda que características contextuais, como ter dependentes menores de 18 anos, insatisfação com o orientador e pensar em desistir do curso, apresentaram baixo índice de qualidade de vida.

Os estudos descritos acima apresentam e fundamentam um processo reflexivo que precisa ser realizado de forma urgente no ambiente acadêmico. Destaca-se que o processo de adoecimento não acontece em virtude de um caso isolado, mas de situações constantes que se vinculam às demandas sociais e contextuais de

cada indivíduo. Amarante (2007) e *World Health Organization* (Mental Health, s.d.), ao lançarem seus conceitos sobre saúde mental, apresentam e chamam a atenção para o contexto de vivência dos indivíduos. Dessa maneira, apontam a necessidade da análise do contexto sociocultural no qual o indivíduo está inserido, assim como as relações sociais que ele estabelece com outros sujeitos a partir de vivências, crenças, manifestações e outros mecanismos interacionistas, uma vez que o ser humano é construído a partir de sua relação com o mundo (Le Breton, 2006). Desse modo, conseguimos compreender e estabelecer as relações entre os sujeitos e os fenômenos e o quanto eles podem impactar na saúde mental.

Nesta direção, Galdino & Martins (2019) notaram que os estudantes sentem prazer no processo formativo, pelo crescimento acadêmico, pessoal e profissional; contudo, demonstraram sofrimento em relação às altas exigências da produção científica, às dificuldades de relacionamento com os orientadores e com os múltiplos papéis assumidos nesse processo. Através deste estudo, conseguimos perceber que há prazer em participar de um curso de pós-graduação, mas que outros fatores podem desvincular esta ideia prazerosa e direcionar barreiras ao ambiente acadêmico. Dessa maneira, reforça a emergência de novas reflexões e ações no campo da pós-graduação para que exista um ambiente equilibrado em relação às demandas, acolhedor do ponto de vista emocional e que os programas vislumbrem possibilidades práticas para mitigar os efeitos negativos direcionados aos estudantes.

3.2. Estratégias e possibilidades de promoção à saúde mental na pós-graduação

Os artigos dispostos nesta categoria temática buscam refletir e pensar estratégias e possibilidades de cuidado com a saúde mental durante o curso de pós-graduação.

Estudos realizados na China e no Brasil (Costa *et al.*, 2022; Cunha, Rossato, Gaia & Scorsolini-Comin, 2020; Donato *et al.*, 2020; Piuco, Silveira, Mossi & Rocha, 2021; Yin, 2021) apontam estratégias positivas para a promoção da saúde mental por meio da música, de práticas integrativas, como o *mindfulness*, yoga, meditação e de práticas reflexivas. Os autores identificam contribuições pertinentes à melhora e à manutenção da saúde mental dos estudantes. Dessa maneira, estes estudos evidenciam a importância da aplicação/inserção de novas abordagens integradas à saúde mental em programas de pós-graduação como uma forma de equilibrar e, em certa medida, minimizar os efeitos negativos direcionados à saúde mental dos estudantes.

Ainda evidencia-se que as contribuições não aconteceram somente no campo individual do ser, alguns autores apresentaram discussões do ponto de vista coletivo. Piuco *et al.* (2021) atentam em seu estudo sobre práticas colaborativas e reflexivas, com um viés mais filosófico, contrário às políticas capitalistas, de individualização do ser e com vistas às novas formas de existência, de produção de conhecimento e de atuação, associando esses fatores às novas práticas de cuidado, denominado por eles de “economia do cuidado”, com uma abordagem mais coletiva e menos individual. Partilhando do mesmo sentido da coletividade e do aspecto comunitário, Santos *et al.* (2020) apresentam que os estudantes de pós-graduação, os quais apresentaram ter um alto apoio social no que diz respeito a um bom relacionamento com os colegas, orientadores, familiares e outros do convívio social, demonstram um alto controle do estresse, gerando uma motivação para desenvolver suas habilidades e potencialidades da profissão, evidenciando que construir comunidades colaborativas durante o processo de um curso de pós-graduação impacta positivamente no controle do estresse e na saúde mental.

Para além dessas estratégias alternativas, os estudos citados na seção anterior apontaram para a necessidade de uma assistência psicológica para os discentes de pós-graduação. Assim, é primordial que as instituições reflitam e efetivem políticas internas de cuidado com os seus alunos. A literatura consultada (Cesar *et al.*, 2021; Costa & Nebel, 2018; Barros *et al.*, 2021; Galdino & Martins, 2019; Kogien *et al.*, 2023; Kuenka, 2021; Pinzón *et al.*, 2020) evidencia que os estudantes estão adoecendo dentro de suas instituições e as medidas precisam ser urgentes para conter o avanço e o surgimento de novos casos de ansiedade, depressão e transtornos adjacentes que impactam no desenvolvimento integral dos discentes de pós-graduação.

Campos, Oliveira, Mello e Dantas (2017) realizaram um estudo com estudantes da graduação e da pós-graduação e conseguiram identificar que os alunos de graduação assistidos pelo programa de assistência em saúde mental da Universidade Estadual de Campinas tiveram taxas de conclusão de curso melhores do que as do grupo controle. Ainda, destacam que a taxa de conclusão da pós-graduação foi quase igual ao grupo controle muito em virtude dos curtos prazos para conclusão. Embora o estudo não apresente um dado relativamente positivo no que se refere à taxa de conclusão dos discentes da pós-graduação, pode sugerir um efeito positivo no cuidado com a saúde mental e, desse modo, influenciar a permanência e conclusão de curso em ambos os níveis. Dessa forma, destaca a necessidade de políticas internas de cuidado. E, nesta articulação do cuidar, os discentes conseguem um melhor controle das emoções, um melhor aproveitamento acadêmico, assim como conseguem desenvolver suas habilidades e potencialidades profissionais (Santos *et al.*, 2020; Cunha *et al.*, 2020; Yin, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho tinha como objetivo analisar como a literatura acadêmica aborda a saúde mental no contexto dos discentes de pós-graduação. Dessa forma, compreende-se que o objetivo foi alcançado, ao conseguir encontrar e enxergar na literatura acadêmica um olhar para o público investigado. A partir desse encontro, observou que a literatura ainda apresenta muitos dados quantitativos sobre a saúde mental dos estudantes, seus níveis de estresse, ansiedade, índices de qualidade de vida, de depressão, de ideação suicida, bem como um panorama de como a produção acadêmica exige do estudante uma produtividade desequilibrada que, somada a outros fatores externos, como a instabilidade financeira, as dificuldades no relacionamento com o orientador, acabam causando um desequilíbrio mental e o possível adoecimento.

A partir dos achados, considera-se que a literatura ainda é pouco abrangente no que se refere à proposição de políticas internas com vistas ao cuidado com a saúde mental nos programas de pós-graduação. Os artigos permitiram observar que, geralmente, parte de pequenos grupos de estudantes e/ou professores pensam estratégias e possibilidades de cuidado com a saúde mental. E, quando essa proposição surge, ela está associada a alguma intervenção em uma disciplina acadêmica.

É importante destacar a emergência desta temática, com vistas à proposição urgente de estratégias efetivas nos programas de pós-graduação para mitigar os efeitos nocivos causados aos estudantes. Como possibilidade para estudos futuros, considera-se interessante investigar a organização dos créditos e disciplinas dos programas de pós-graduação no Brasil e em que medida surgem possibilidades de oferta de disciplinas ou projetos atrelados à pós-graduação que possibilitem o diálogo sobre saúde mental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amarante, P. (2007). *Saúde mental e atenção psicossocial*. SciELO-Editora FIOCRUZ.
- Ariño, D. O., & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista psicologia em pesquisa*, 12(3).
- Bardin, L. (2011). *Análise de Conteúdo*. Trad. Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Edições 70.
- Betini, M. & Bozzoni, D. F. (2022). *Rayyan Systematic Review*. <https://www.btu.unesp.br/Home/sobre/biblioteca/manual-rayyan-systematic-review-1.pdf>
- Cesar, F. C. R.; Oliveira, L. M. D. A. C.; Ribeiro, L. C. M.; Alves, A. G.; Moraes, K. L., & Barbosa, M. A. (2021). Quality of life of master's and doctoral students in health. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74(04), e20201116.
- Cordeiro, A. M.; Oliveira, G. M. D.; Rentería, J. M., & Guimarães, C. A. (2007). Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Revista do colégio brasileiro de cirurgias*, 34, 428-431.
- Costa, E. G. D., & Nebel, L. (2018). O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. *Polis. Revista Latinoamericana*, 50.
- Costa, H. A. A.; Porto, E. F.; Andrade, I. C. S.; Santos, H. C.; Corrêa, R. M.; Azevedo, M. S. & Martins, R. D. (2022). Estratégias para promoção de saúde mental em discentes na pós-graduação: Relato de experiência. *Saúde Coletiva*, 12(83), 12128-12137.
- Cunha, V. F.; Rossato, L.; Gaia, R. D. S. P. & Scorsolini-Comin, F. (2020). Religiosidade/espiritualidade em saúde: uma disciplina de pós graduação. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 11(3), 232-251.
- Silva, M. F. & da Silva, P. P. C. (2024). Lazer e saúde mental: desafios de estudantes do curso de educação física licenciatura da Universidade Federal do Rio Grande do Norte –UFRN. *Corpoconsciência*, e18603-e18603.
- Barros, L. O.; Ambiel, R. A. M., & Baptista, M. N. (2021). Sintomatologia depressiva em estudantes brasileiros de pós-graduação stricto sensu. *Psico*, 52(4), e36161-e36161.
- Donato, E. C. D. S. G.; Quinhoneiro, D. C. G.; Gimenez, L. B. H.; Siqueira, L. H. H.; Diaz-Serrano, K. V. & Zanetti, A. C. G. (2020). Efetividade de uma intervenção baseada em *mindfulness* para redução de estresse e melhora da qualidade de vida em estudantes de enfermagem. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 16(3), 33-43.
- Galdino, M. J. Q. & Martins, J. T. (2019). Prazer e sofrimento na formação de doutores em enfermagem: estudo descritivo. *Online braz. j. nurs.*
- Gomes, I. S. & Caminha, I. O. (2014). Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano. *Movimento*, 395-411.
- Jaremus, F.; Sincok, K.; Patfield, S.; Fray, L.; Prieto, E. & Gore, J. (2023). Pressure to Attend University: Beyond Narrow Conceptions of Pathways to a "Good Life". *Educational Review*, 1-20.
- Kogien, M.; Marcon, S. R.; Modena, C. F.; Bittencourt, M. N.; Rézio, L. D. A. & Faria, J. S. (2023). Prevalencia y correlatos de ideación suicida pasiva y activa en ingresantes de posgrado. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 31, e3980.

- Kuenka, B. S. A. (2021). O impacto da pós-graduação stricto sensu sobre o estado de saúde mental do brasileiro. *Economia Ensaios*, 36(2), 258-83.
- Le Breton, D. (2006). *A Sociologia do corpo*.
- Murakami, K.; Panuncio-Pinto, M. P.; Santos, J. L. F. & Troncon, L. E. A. (2019). Psychological Stress in Students from Undergraduate Courses in Health Professions: Contribution to Promote Mental Health. *Revista de Medicina*, 98(2), 108-113.
- Silva Neto, J. M.; Duarte, F. G.; Macedo, P. T. C.; Daikuara, D. Y.; Figueiredo, B. C. P.; Holland, B. L. M. & Luz, F. N. S. (2025). Saúde mental na graduação de medicina: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 7(1), 1247-1254.
- Pinzón, J. H.; Sanchez, G.; Machado, W. L. & de Oliveira, M. Z. (2020). Barreiras à carreira e saúde mental de estudantes de pós-graduação. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*.
- Piucó, T.; Silveira, R. D. P., Mossi, C. P. & Rocha, C. M. F. (2021). Diferentes modos de existencia en posgrado: prácticas de cuidado entre salud y educación. *Cuestiones de Filosofía. Boyaca*. 7, n. 29 (2021), p. 101-119.
- Rother, E. T. (2007). Revisión sistemática X Revisión narrativa. *Acta paulista de enfermagem*, 20, v-vi.
- Santos, M. M. S.; Sampaio, J. M. F.; Brito Júnior, F. E.; Lima Júnior, J. C. C.; Santos, S. M. S.; Silva, S. M. & Pereira, D. F. (2020). Avaliação do nível de estresse e perfil social de estudantes de pós-graduação da área da saúde. *Research, Society and Development*, 9(8), e276985776-e276985776.
- Mental health*. (s.d.). WHO.int. Recuperado 19 de fevereiro de 2025, de <https://www.who.int/health-topics/mental-health>.
- World Health Organization. (2022). *Mental Health and COVID-19: Early Evidence of the Pandemic's Impact: Scientific Brief*, (No. WHO/2019-nCoV/Sci_Brief/Mental_health/2022.1). World Health Organization.
- Yin, Z. (2021). Research on the application of music-based psychological adjustment in improving postgraduates' mental health. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 27(spe), 43-46.