



## **Promoção da saúde mental de estudantes universitários: revisão de escopo**

Rodrigo Ferreira de Oliveira<sup>1</sup>,

Luiz Ribeiro<sup>2</sup>,

Helian Nunes de Oliveira<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. <sup>2</sup>Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. <sup>3</sup>Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. E-mail: [rodrigofoliveira.ufmg@gmail.com](mailto:rodrigofoliveira.ufmg@gmail.com)

**RESUMO:** A prevalência de transtornos mentais entre universitários constitui um desafio crescente, e a promoção da saúde mental desponta como uma estratégia essencial. Este estudo, uma revisão de escopo, analisou intervenções descritas em artigos científicos publicados entre 2014 e 2024. A busca foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde entre dezembro de 2024 e janeiro de 2025, resultando em 777 artigos, dos quais 44 compuseram a amostra final. As intervenções identificadas foram classificadas como universais, seletivas e indicadas, conforme a tipologia da Organização Mundial da Saúde (OMS), além de incluírem capacitações voltadas à comunidade acadêmica. Os resultados indicam que as ações de promoção da saúde mental, com o uso de diferentes tecnologias e ferramentas, apresentam potencial para enfrentar o sofrimento psíquico nesse contexto. Conclui-se que as instituições de ensino superior devem adotar modelos de cuidado mental integrados e multiníveis.

**Palavras-chave:** Saúde Mental, Promoção da Saúde, Estudantes Universitários, Universidade.

### **Promotion of university students' mental health: a scoping review**

**ABSTRACT:** The prevalence of mental disorders among university students constitutes a growing challenge, and the promotion of mental health emerges as an essential strategy. This study, a scoping review, analyzed interventions described in scientific articles published between 2014 and 2024. The search was conducted in the Virtual Health Library between December 2024 and January 2025, resulting in 777 articles, of which 44 comprised the final sample. The identified interventions were classified as universal, selective, and indicated, according to the typology of the World Health Organization (WHO), and also included training programs aimed at the academic community. The results indicate that mental health promotion actions, using various technologies and tools, show potential to address psychological distress in this context. It is concluded that higher education institutions should adopt integrated and multilevel mental care models.

**Keywords:** Mental Health, Health Promotion, University Students, University.

### **Promoción de la salud mental de estudiantes universitarios: revisión de alcance**

**RESUMEN:** La prevalencia de los trastornos mentales entre estudiantes universitarios constituye un desafío creciente, y la promoción de la salud mental se presenta como una estrategia esencial. Este estudio, una revisión de alcance, analizó intervenciones descritas en artículos científicos publicados entre 2014 y 2024. La búsqueda se realizó en la Biblioteca Virtual en Salud entre diciembre de 2024 y enero de 2025, con un total de 777 artículos, de los cuales 44 conformaron la muestra final. Las intervenciones identificadas se clasificaron como universales, selectivas e indicadas, según la tipología de la Organización Mundial de la Salud (OMS), e incluyeron además capacitaciones dirigidas a la comunidad académica. Los resultados indican que las acciones de promoción de la salud mental, mediante el uso de diversas tecnologías y herramientas, tienen potencial para enfrentar el sufrimiento psíquico en este contexto. Se concluye que las instituciones de educación superior deben adoptar modelos de atención mental integrados y multinivel.

**Palabras clave:** Salud Mental, Promoción de la Salud, Estudiantes Universitarios, Universidad.

## Introdução

A saúde mental de estudantes universitários tem se configurado como um desafio crescente para as políticas públicas de Educação e Saúde, tanto em nível nacional quanto internacional, nos últimos anos. A prevalência de transtornos mentais nesse grupo é superior à observada na população geral. Segundo dados divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, em 2019, aproximadamente 10,2% da população adulta brasileira (com 18 anos ou mais) relatou ter recebido diagnóstico médico de depressão (IBGE, 2021). Além disso, em uma revisão integrativa sobre o sofrimento psíquico entre estudantes universitários, realizada por Graner e Cerqueira (2017), as taxas de prevalência dos transtornos mentais comuns (TMC) variaram entre 18,5% e 48,7%.

Essa realidade evidencia que, além de sua alta incidência, os transtornos mentais na população universitária devem ser compreendidos a partir de concepções mais amplas de saúde. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental refere-se a um estado de bem-estar no qual a pessoa reconhece suas capacidades, lida adequadamente com as adversidades cotidianas, desempenha suas atividades de maneira produtiva e satisfatória, e contribui de forma positiva para a sociedade em que vive. Nessa perspectiva, ela é considerada um elemento essencial para o bem-estar individual e o funcionamento eficaz da coletividade, sendo um conceito que admite múltiplas interpretações culturais (WHO, 2005).

O relatório da V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos Graduandos das Instituições Federais de Ensino Superior do Brasil, realizada em 2018 pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes), revelou que uma parcela significativa dos universitários enfrenta dificuldades emocionais durante seus trajetos acadêmicos, com um índice alarmante de 83,05%. Os dados indicam que os sentimentos de ansiedade e desânimo são predominantes, seguidos por pensamentos suicidas e ideias relacionadas à morte. O suicídio é destacado, pela pesquisa, como a segunda principal causa de morte entre estudantes universitários brasileiros (FONAPRACE, 2019).

Nos Estados Unidos, o último relatório do *Healthy Minds Study* (2023–2024), pesquisa anual realizada com 104.729 estudantes universitários (da graduação e da pós-graduação) de 196 universidades norte-americanas, revelou que 19,0% dos participantes apresentaram sintomas depressivos graves, 38,0% relataram sintomas depressivos de moderados a graves, 34,0% demonstraram sintomas de ansiedade de moderados a graves, 13,0% indicaram ideação suicida e 31,0% fizeram uso de medicamentos psiquiátricos (Healthy Minds Study, 2024).

Diante dos resultados do *Healthy Minds Study*, a *School of Public Health* da Universidade de Michigan publicou uma matéria intitulada *College Students' Mental Health Improving, More Finding Support*. O texto indicou que houve melhorias nas taxas de prevalência de transtornos mentais em comparação aos resultados da pesquisa de 2022, o que pode estar relacionado à recuperação dos estudantes dos efeitos da pandemia de COVID-19. Contudo, ressalta-se que as questões relativas à saúde mental e seus fatores associados continuam a representar uma preocupação social urgente (Shine, 2024).

Pesquisadores como Padovani et al. (2014), Campbell et al. (2022) e Barros e Peixoto (2023) argumentam que as intervenções voltadas à promoção da saúde mental constituem ferramentas relevantes no enfrentamento do sofrimento psíquico entre estudantes universitários. Compreende-se que tais ações devem ser planejadas levando-se em consideração os fatores individuais, sociais e estruturais que influenciam a saúde mental. Assim, torna-se possível intervir de modo a minimizar riscos, fortalecer a resiliência e criar ambientes que ofereçam suporte psicossocial (WHO, 2005).

A presente revisão de escopo tem como objetivo mapear e analisar as intervenções (programas, projetos, ações e pesquisas interventivas) voltadas à promoção da saúde mental de estudantes universitários, descritas em artigos científicos publicados entre 2014 e 2024. Nesse sentido, pretende-se: a) identificar características gerais dos programas e intervenções para a promoção da saúde mental de estudantes universitários; b) identificar os principais resultados das intervenções; e c) descrever como a promoção da saúde mental está sendo implementada nas universidades.

## Material e Métodos

Optou-se por realizar uma revisão de escopo como ferramenta metodológica para a síntese e divulgação dos resultados da investigação. Essa abordagem revelou-se a mais adequada para caracterizar as intervenções de promoção da saúde mental entre estudantes universitários descritas na literatura científica disponível, além de possibilitar uma visão geral da extensão dessa produção acadêmica e das lacunas existentes no conhecimento sobre o tema.

Como instrumentos metodológicos orientadores, foram utilizados o *Preferred Reporting Items for Scoping Reviews* (Prisma) e as cinco etapas recomendadas por Arksey e O'Malley (2005). Os passos sugeridos pelos autores são: a) identificar a questão de pesquisa; b) identificar estudos relevantes; c) realizar a seleção dos estudos;

d) mapear os dados; e) compilar, sumarizar e relatar os resultados (incluindo os procedimentos de extração e análise dos dados).

### I) Identificar a questão de pesquisa

Como são caracterizadas as intervenções de promoção da saúde mental entre estudantes universitários nos artigos científicos publicados entre 2014 e 2024?

### II) identificar estudos relevantes

Com o intuito de identificar estudos relevantes, foi elaborada uma estratégia de busca de dados. A primeira etapa consistiu na elaboração de uma lista de palavras-chave, seguida de sua categorização com base na população-alvo, intervenção e contexto. As palavras-chave utilizadas estão apresentadas na Tabela 1. A busca por evidências científicas elegíveis foi realizada entre dezembro de 2024 e janeiro de 2025, por meio da plataforma da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). No total, foram identificados 777 artigos científicos provenientes das seguintes bases de dados: Medline, LILACS, Index Psicologia, BDENF - Enfermagem, IBECs, PAHO-IRIS, WPRIM (Pacífico Ocidental), PIE e SciELO. Para organizar as fontes encontradas, eliminar duplicatas e excluir registros irrelevantes, utilizou-se a plataforma online Rayyan.

**Tabela 1 - Palavras-chave utilizadas**

<b>População</b>	“university students” OR “college students”. AND
<b>Intervenção</b>	“promoting mental health” OR “mental health promotion” OR “mental health” OR “support service” OR “psychological support” OR “social support” OR “mental health program” OR “student health service” OR “university health service”. AND/OR
<b>Contexto</b>	“university” OR “higher education”

Fonte - Elaborada pelos autores.

### III) Seleção dos estudos

O Rayyan foi utilizado nesta etapa para a seleção dos estudos com evidências relevantes para esta revisão. A seleção foi inicialmente realizada com base em critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Em seguida, a escolha dos artigos ocorreu em três etapas principais: a) leitura dos títulos; b) leitura dos resumos; e c) leitura completa dos artigos.

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: a) artigos publicados em português, espanhol ou inglês; b) artigos sobre serviços, programas, projetos, pesquisas empíricas ou intervenções de promoção da saúde mental de estudantes universitários; c) ter como população-alvo estudantes universitários (de graduação e/ou pós-graduação); d) estudos publicados entre 2014 e 2024; e) artigos disponíveis integralmente para leitura e coleta de dados.

Foram excluídos os artigos que não abordavam intervenções, pesquisas interventivas, programas ou serviços de promoção da saúde mental de estudantes universitários, bem como aqueles do tipo revisão sistemática ou integrativa da literatura, ensaios de opinião de especialistas, publicações em formatos distintos de artigo científico e textos cujo conteúdo integral não estivesse acessível aos pesquisadores.

### IV) Mapeamento dos dados

No processo de extração dos dados, foram priorizadas informações bibliográficas, como autor(es), título da publicação, ano de publicação, país onde o estudo foi conduzido, metodologia de pesquisa, modelo(s) de intervenção implementado(s), objetivos do estudo e principais resultados relatados.

A extração dos dados foi realizada por meio da leitura integral dos artigos incluídos na revisão, sendo as informações registradas em uma tabela padronizada elaborada pelos autores. Esse procedimento permitiu sistematizar os dados de forma comparável entre os estudos e facilitar a identificação de padrões nas características das intervenções descritas na literatura. Os dados foram organizados em uma tabela para facilitar a compreensão (Tabela 2).

### V) Compilação, sumarização e relato dos resultados

Nesta etapa, procedeu-se à leitura integral dos artigos selecionados, e os dados foram organizados em um formulário elaborado pelo primeiro autor, utilizando o programa Word. Trata-se de uma ferramenta simples, com o propósito de sintetizar as principais informações dos estudos analisados. O documento foi estruturado em tópicos, como: título do trabalho, autor(es), país de origem, ano de publicação, metodologia do estudo, descrição da intervenção, resumo do contexto e resultados reportados.

Após a seleção dos textos, os dados coletados foram transcritos para esse formulário, o que facilitou tanto a elaboração de uma tabela resumida (Tabela 2), incorporada ao corpo do texto, quanto a análise comparativa e a categorização das intervenções descritas nos estudos.

Com o objetivo de categorizar as estratégias interventivas relatadas, adotou-se o modelo descrito nas Diretrizes sobre Intervenções de Promoção e Prevenção em Saúde Mental para Adolescentes, da Organização Mundial da Saúde (World Health Organization [WHO], 2020). Embora se trate de populações distintas, a categorização proposta pela OMS mostrou-se útil para as análises desta revisão. Dessa forma, as iniciativas selecionadas foram classificadas como intervenções universais, seletivas e indicadas.

Consideram-se intervenções universais aquelas destinadas a todos os estudantes universitários, sem necessidade de seleção específica. Intervenções seletivas são direcionadas a estudantes com maior risco de desenvolver transtornos mentais, em razão da exposição a adversidades como violência, pobreza, situações de emergência, doenças crônicas ou outras circunstâncias específicas. Já as intervenções indicadas são aquelas voltadas a estudantes universitários que apresentam sinais de problemas emocionais ou comportamentais, com ou sem diagnóstico formal de transtorno (WHO, 2020).

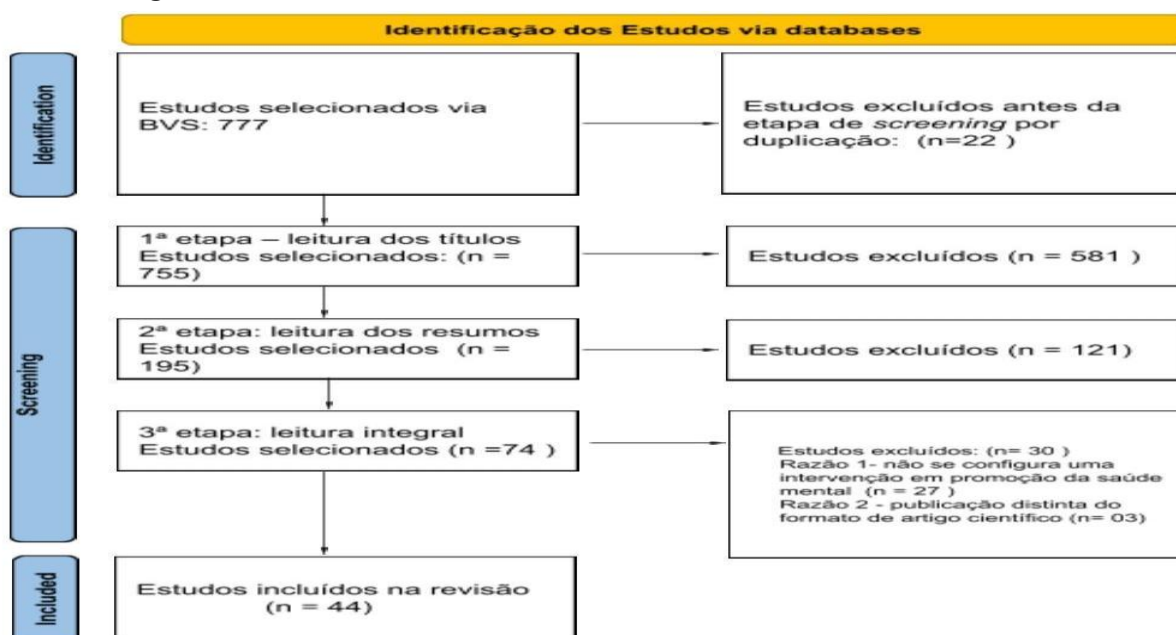
A aplicação dessas categorias ocorreu a partir da análise do público-alvo e dos objetivos das intervenções descritas em cada estudo. O processo de classificação foi realizado com base nos critérios conceituais estabelecidos pela OMS, sendo efetuada a leitura interpretativa das descrições das intervenções para identificar sua correspondência com cada categoria analítica.

Optou-se ainda pelo acréscimo de uma categoria adicional, intitulada *capacitação para intervenções psicossociais*, voltada a profissionais, docentes e estudantes, tendo em vista a frequência de iniciativas com esse enfoque. A definição dessa categoria foi realizada após a etapa inicial de extração dos dados, quando se observou a recorrência de intervenções cujo objetivo principal era formar ou capacitar agentes institucionais para atuar em ações de promoção da saúde mental.

## Resultados

Foram identificados 777 artigos por meio das buscas realizadas nas bases de dados. Após a remoção dos estudos duplicados, permaneceram 755. A triagem dos títulos e resumos resultou na exclusão de 681 estudos. Os 74 trabalhos remanescentes foram avaliados na íntegra, o que levou à exclusão de 30 deles. Assim, a amostra final desta revisão foi composta por 44 estudos.

Figura 1 - Fluxograma da seleção dos estudos



Fonte: Elaboração pelos autores.

No que tange ao recorte geográfico, os estudos selecionados contemplam dados oriundos de 15 países distintos. Observa-se uma predominância de publicações provenientes dos Estados Unidos, que representam 43,18% do total, seguidos pelo Brasil, com 13,63%, e pela China, com 9,09%. Considerando-se conjuntamente os países pertencentes ao Norte Global, ou seja, as denominadas nações desenvolvidas, verifica-se que estes concentram 68,18% dos artigos incluídos na amostra desta investigação. As amostras das populações-alvo das intervenções analisadas apresentaram variações entre 5 e 9.895 participantes.

**Tabela 2 - Distribuição dos estudos por país**

País	Número de estudos	Porcentagem
<b>Estados Unidos</b>	19	43,18%
<b>Brasil</b>	6	13,63%
China	4	9,09%
Alemanha	2	4,54%
Canadá	2	4,54%
Itália	2	4,54%
Reino Unido	2	4,54%
África do Sul	1	2,27%
Áustria	1	2,27%
Colômbia	1	2,27%
Egito	1	2,27%
Espanha	1	2,27%
França	1	2,27%
Irã	1	2,27%
Portugal	1	2,27%
<b>Total: 15 países</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Fonte: Elaborada pelos autores.

Um total de 12 estudos descreveram estratégias interventivas direcionadas a estudantes de cursos ou áreas de conhecimento específicas, como Medicina (n = 4), estudantes da área da saúde sem especificação dos cursos/programas (n = 3), Psicologia (n = 4) e Enfermagem (n = 1). Vale destacar que quatro estudos incluíram, além dos estudantes, docentes e funcionários das universidades em programas de treinamento voltados a ações de promoção da saúde mental. Além disso, uma pesquisa empírica com o mesmo foco foi direcionada exclusivamente a docentes e funcionários de um serviço de aconselhamento universitário. Os dados coletados foram sistematizados, categorizados e organizados em formato de tabela, como apresentado na Tabela 3.

Quanto ao tipo de intervenção, as mais prevalentes foram aquelas baseadas em mindfulness ou atenção plena, suporte psicoterapêutico, capacitação para intervenção em saúde mental, estratégias educativas e o mapeamento da saúde mental universitária.

Tabela 3 - Caracterização das Intervenções em Saúde Mental

Categoria	Tipo de intervenção		Nº	%		
Universais	Mindfulness/atenção plena/gerenciamento de estresse		4	6,66		
	Mapeamento universal de saúde mental		3	5		
	Psicoeducação ou alfabetização em saúde mental		3	5		
	Ferramentas interativas online		3	5		
	Prescrição de atividade física		2	3,33		
	Campanhas de conscientização / prevenção		2	3,33		
	Promoção de bem-estar, resiliência ou inteligência emocional		1	1,66		
	Ações para redução do estigma com a saúde mental		1	1,66		
<b>Subtotal</b>			<b>19</b>	<b>31,66</b>		
Seletivas	<b>Estudantes de cursos da área da saúde</b>	Psicoterapia - (n = 1) Disciplina/seminário/curso- (n = 3) Treinamento baseado em Terapia Cognitiva Comportamental - (n = 2) Mapeamento da saúde mental dos estudantes - (n = 1)	7	11,66		
		<b>Estudantes com vulnerabilidades</b> (etnia, gênero e condição de saúde)	Programa de bem-estar universitário - Estudantes convivendo com HIV - (n = 1) Programa psicoeducacional baseado em mídias sociais (jovens homens negros) - (n = 1) Psicoterapia em grupo (universitárias de origem asiática) - (n = 1) Programa de autodefesa (universitárias) - (n = 1)	4	6,66	
			<b>Estudantes de Psicologia</b>	Mindfulness - (n = 2) Psicoterapia - (n = 2)	4	6,66
				<b>Subtotal</b>	<b>15</b>	<b>25</b>
Indicadas	Mindfulness/atenção plena		6	10		
	Suporte psicoterápico (individual ou em grupo)		5	8,33		
	Suporte clínico ou psiquiátrico ambulatorial		2	3,33		
	Gestão de crises e suporte emergencial		2	3,33		
	Encaminhamento ou orientação para serviços especializados		2	3,33		
	Programas online com acompanhamento terapêutico		1	1,66		
	Psicoeducação		1	1,66		
	Apoio ao bem-estar psicológico e habilidades de estudo		1	1,66		
	Práticas integrativas e complementares em saúde		1	1,66		
	Programa de Apoio entre pares		1	1,66		
<b>Subtotal</b>			<b>22</b>	<b>36,66</b>		
Capacitação para intervenção	Treinamento de funcionários, docentes e estudantes envolvidos com a atenção à saúde mental universitária.		5	6,66		
	<b>Subtotal</b>		<b>5</b>	<b>6,66</b>		
<b>Total de intervenções:</b>			<b>60</b>	<b>100</b>		

Fonte: Elaborada pelos autores.

#### a) Intervenções Universais

Um total de 19 iniciativas descritas nos estudos selecionados foram classificadas como universais. Nesta categoria, estão incluídas pesquisas que descrevem ações baseadas em mindfulness (Mak et al., 2017; Galante et al., 2019; Seppälä et al., 2020; Yang Bai et al., 2024), mapeamento universal da saúde mental estudantil (Cornish et al., 2017; Ebert et al., 2018; Aluri et al., 2024), estratégias com foco em psicoeducação ou alfabetização em saúde mental (Cornish et al., 2017; Ebert et al., 2018; Liu, 2024), ferramentas interativas online (Cornish et al., 2017; Lutz-Kopp et al., 2021; Labrosse et al., 2024), campanhas de conscientização e prevenção de riscos à saúde

mental (Silk et al., 2017; Champlin & Nisbett, 2018), programas com foco em bem-estar, resiliência ou inteligência emocional (Seppälä et al., 2020), prescrição de atividades físicas (Liang & Huang, 2023; Yang Bai et al., 2024; Aluri et al., 2024) e ações para redução do estigma relacionado à saúde mental (Conceição et al., 2024).

### **b) Intervenções Seletivas**

Foram identificadas 15 intervenções classificadas como seletivas. Destas, quatro ações estão relacionadas à maior exposição do público-alvo a situações de adversidade, como estudantes convivendo com o vírus da imunodeficiência humana (HIV) (Diedricks et al., 2018), questões étnico-raciais e/ou de gênero (Watkins, Goodwill & Abelson, 2020; Hahm et al., 2022; Hotchkiss, Weinberg & Berke, 2024).

Um total de 10 intervenções foi direcionado a estudantes de áreas do conhecimento específicas, considerando sua vulnerabilidade ao sofrimento psíquico. A maioria (n = 7) foi destinada a estudantes de graduação e/ou pós-graduação da área da saúde, como Medicina, Enfermagem e outros sem especificação do curso (Seritan et al., 2014; Sahranavard et al., 2018; Rodríguez et al., 2018; Brett et al., 2020; Wenceslau et al., 2021; Souza et al., 2023; Till et al., 2024). Quatro iniciativas tiveram como foco estudantes do curso de Psicologia (Nguyen-Feng, Greer & Frazier, 2017; González-García et al., 2021; Forbes et al., 2021; Correia et al., 2023).

### **c) Intervenções Indicadas**

Nesta revisão, foram identificadas 22 ações classificadas como intervenções indicadas. Essas iniciativas apresentam características diversas, incluindo programas e serviços de suporte psicoterapêutico, tanto individual quanto coletivo (Cornish et al., 2017; Vescovelli et al., 2017; McAleavey et al., 2019; Castro et al., 2022; Aschieri et al., 2024), programas de saúde mental online assistidos por terapeutas (Cornish et al., 2017), suporte clínico ou psiquiátrico ambulatorial (Cornish et al., 2017; Phillips et al., 2024), gestão de casos e suporte em crises psíquicas (Cornish et al., 2017; Forbes et al., 2021), intervenções com foco em controle no presente, mindfulness, resolução de problemas e/ou meditação (Nguyen-Feng, Greer & Frazier, 2017; Carpena et al., 2019; Friedman et al., 2019; Galante et al., 2019; Ellison et al., 2024; ElBarazi et al., 2024), psicoeducação adaptada (Ebert et al., 2018), orientações sobre e/ou vinculação com serviços especializados de saúde mental (Ebert et al., 2018; Aluri et al., 2024), ferramentas de apoio ao bem-estar psicológico e habilidades de estudo (Papadatou-Pastou et al., 2019), sessões de práticas integrativas e complementares em saúde (Belasco, Passinho & Vieira, 2019), e programa de apoio entre pares (Grégoire et al., 2024).

### **d) Capacitação para Intervenção em Saúde Mental**

Um total de cinco estudos apresentou estratégias focadas no treinamento de funcionários, docentes e estudantes envolvidos na atenção à saúde mental nas universidades pesquisadas (Cimini et al., 2014; Friedman et al., 2019; Stewart et al., 2020; Wang et al., 2024; Aluri et al., 2024).

## **Discussão**

No modelo de categorização adotado, as intervenções classificadas como indicadas foram as mais prevalentes (36,66%). Somadas às seletivas (25%), configuram a maioria (61,66%) das intervenções identificadas. Esse achado pode indicar uma tendência das universidades em direcionar seus esforços de promoção da saúde mental especialmente aos estudantes que já apresentam sintomas psíquicos ou que possuem maior probabilidade de desenvolvê-los, possivelmente em razão dos impactos que tais condições podem exercer sobre a produtividade e o desempenho acadêmico. Dentre as estratégias classificadas como indicadas e seletivas, destaca-se o suporte psicoterapêutico (n = 10). As intervenções psicoterapêuticas descreveram resultados positivos, como a redução dos níveis de sofrimento psíquico, o aumento da sensação de bem-estar e a diminuição dos sintomas de depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático. Esses achados sugerem que a psicoterapia tem sido uma ferramenta utilizada pelas universidades para suporte aos alunos que apresentam algum transtorno mental ou encontram-se em situação de maior vulnerabilidade psicossocial.

Os estudos selecionados, em seu conjunto, evidenciaram a diversidade de estratégias que as universidades têm adotado ou testado para promover a saúde mental do seu corpo discente. Dentre as iniciativas, destacam-se as intervenções baseadas na prática de mindfulness, atenção plena ou meditação descritas em algumas pesquisas (n = 12). Os resultados relatados associaram essa prática à redução do sofrimento psicológico, dos distúrbios do sono e dos sintomas de estresse e ansiedade, bem como ao aumento dos níveis de autocompaixão, satisfação com a vida e resiliência frente a fatores estressores. A prática de mindfulness foi utilizada como ferramenta nas três categorias de intervenções.

Destaca-se, ainda, o número expressivo de iniciativas que utilizaram meios ou ferramentas digitais (internet, websites e aplicativos) para ofertar suporte psicossocial aos universitários ( $n = 15$ ). Como hipótese, considera-se que essa ampliação no uso de recursos digitais seja reflexo dos avanços tecnológicos recentes, bem como uma consequência da pandemia de Covid-19, que levou a sociedade a repensar as formas de ensino e de promoção da saúde. Conforme Almeida (2023), as tecnologias digitais de promoção da saúde aprimoraram a compreensão sobre a manutenção da saúde pessoal, permitindo que os universitários desenvolvam planos de autocuidado. Elas estão diretamente associadas ao bem-estar psicológico, à mudança de hábitos e ao incentivo da prática regular de atividades físicas. Para Oliveira et al. (2024), o uso de recursos digitais em intervenções oferece diversas vantagens, sendo a principal delas a ampliação das atividades que podem ser executadas tanto pelos pesquisadores quanto pelos participantes, graças à flexibilidade proporcionada pela tecnologia.

Ressalta-se que, entre os estudos selecionados, apenas um (Cornish et al., 2017) apresentou um modelo estruturado e escalonado de cuidado voltado ao enfrentamento do declínio da saúde mental no contexto universitário. Os autores propuseram o modelo “Stepped Care 2.0”, composto por nove níveis progressivos de intervenção, concebidos para oferecer suporte personalizado, conforme as necessidades e os recursos psicossociais de cada estudante. O modelo propõe nove etapas para o cuidado em saúde mental dos estudantes, que incluem: identificação e acolhimento inicial, oferta de materiais educativos, uso de ferramentas online de promoção da saúde, workshops psicoeducacionais, suporte psicológico online com terapeutas, aconselhamento em grupo, terapia individual para casos mais complexos, encaminhamento psiquiátrico quando necessário e gestão de casos críticos com articulação ao sistema de saúde (Cornish et al., 2017).

Bresse et al. (2023) também defendem a adoção de modelos escalonados para a promoção da saúde mental no contexto universitário. Em seus estudos, os autores descrevem o “Holistic Prevention and Intervention Model” (HPIM), um sistema de cuidado estruturado em sete etapas, que vão desde o incentivo ao autocuidado até a orientação para a busca de ajuda em situações de urgência. O HPIM adota uma abordagem voltada à promoção da saúde mental e à prevenção do suicídio, com o objetivo de engajar toda a comunidade universitária nesse compromisso. Em vez de concentrar a responsabilidade apenas nas equipes dos centros de aconselhamento, o modelo enfatiza que o bem-estar psicológico dos estudantes deve ser uma prioridade coletiva, compartilhada por todos os membros do campus (Bresse et al., 2023).

No Chile, por exemplo, destacam-se, no contexto da atenção psicossocial no âmbito escolar, os Sistemas de Apoio de Múltiplos Níveis (SAMN). Este programa tem como objetivos a prevenção, a recuperação e a minimização dos problemas de saúde mental, ao mesmo tempo em que busca fortalecer as trajetórias educativas e promover o desenvolvimento socioemocional positivo. Esses sistemas estão em consonância com as definições contemporâneas de saúde mental, sendo compreendida como um constructo dual que abrange tanto as experiências de bem-estar subjetivo quanto os episódios de mal-estar psicopatológico (Rojas-Andrade, Bravo & Zurita, 2023). Os SAMN são organizados em três níveis distintos, a saber: intervenções promocionais, preventivas e suporte ao tratamento individual. O primeiro nível envolve intervenções direcionadas à comunidade escolar, com o objetivo de promover o bem-estar e reduzir os fatores de risco para toda a população escolar. O segundo nível abrange ações grupais preventivas, frequentes, intensivas e específicas, voltadas para indivíduos que apresentam sintomatologia moderada ou que estão em situação de vulnerabilidade. Finalmente, o terceiro nível foca em intervenções individuais e especializadas para estudantes que enfrentam problemas de saúde mental, que não responderam às abordagens dos níveis anteriores, mas que ainda podem se beneficiar de tratamentos dentro do ambiente escolar (Rojas-Andrade, Bravo & Zurita, 2023).

Compreende-se que as instituições de ensino superior deveriam priorizar modelos de atenção psicossocial que sejam holísticos, multiníveis e integrados, além de adaptados – ou passíveis de adaptação – às realidades socioculturais de cada país ou região. Para isso, é fundamental que a promoção da saúde mental transcenda ações pontuais ou paliativas, sendo incorporada à cultura organizacional universitária como política institucional ou matriz sistematizada de cuidado. É igualmente relevante que as instituições de ensino superior estejam articuladas com os serviços especializados em saúde, a fim de viabilizar o encaminhamento adequado dos casos que demandem cuidados clínicos especializados e extrapolem os limites da promoção da saúde.

Uma limitação deste estudo, em função dos objetivos e da abordagem metodológica adotada, foi a não avaliação da qualidade metodológica e da confiabilidade dos resultados relatados. O objetivo desta revisão restringiu-se a identificar e compreender as intervenções voltadas à promoção da saúde mental no contexto universitário. Destaca-se, ainda, que os estudos analisados apresentaram tamanhos amostrais bastante variados, oscilando entre 5 e 9.895 participantes. Para minimizar o risco de viés, todas as etapas desta revisão foram conduzidas pelo primeiro autor, sob supervisão e orientação dos segundo e terceiro autores. Eventuais dúvidas ou discordâncias foram discutidas entre os três pesquisadores até a obtenção de consenso.

## Considerações Finais

A presente revisão teve como objetivo mapear e caracterizar as intervenções voltadas à promoção da saúde mental de estudantes universitários. A avaliação da qualidade metodológica dos estudos não foi contemplada neste

trabalho. Para atender ao objetivo proposto, optou-se pela realização de uma revisão de escopo. Foram selecionados 44 artigos que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, os quais evidenciaram uma ampla diversidade de ações implementadas.

A análise dos estudos incluídos também permitiu identificar algumas lacunas relevantes na literatura sobre promoção da saúde mental no contexto universitário. Em primeiro lugar, observa-se a predominância de intervenções classificadas como indicadas ou seletivas, voltadas principalmente a estudantes que já apresentam sintomas psíquicos ou se encontram em situação de maior vulnerabilidade, em detrimento de estratégias universais de promoção da saúde mental direcionadas a toda a comunidade discente. Esse padrão sugere que, embora haja avanços no desenvolvimento de respostas institucionais ao sofrimento psíquico, ainda são relativamente escassas as iniciativas que priorizam abordagens amplas e estruturais de promoção do bem-estar psicológico no ambiente universitário. Em segundo lugar, nota-se a limitada presença de modelos institucionais sistematizados e escalonados de cuidado em saúde mental, sendo que apenas um dos estudos analisados apresentou uma proposta estruturada nesse sentido. A predominância de intervenções isoladas ou em fase experimental indica que muitas universidades ainda se encontram em processo inicial de construção de políticas institucionais mais abrangentes e integradas de atenção psicossocial.

Compreende-se que a universidade constitui um espaço privilegiado para a reflexão, a inovação, a implementação e a disseminação de estratégias e intervenções de suporte psicossocial. A deterioração da saúde mental entre estudantes universitários configura uma realidade complexa, influenciada por múltiplos fatores de ordem social, cultural, psíquica, ambiental e econômica. Em uma sociedade orientada pela lógica neoliberal – pautada na valorização excessiva da produtividade, da perfeição e do individualismo –, o sofrimento psíquico e sua sintomatologia emergem como efeitos colaterais desse modelo hegemônico.

A promoção da saúde mental, por meio de suas ferramentas e tecnologias, constitui um campo promissor para a implementação de estratégias de enfrentamento ao sofrimento psíquico e para o desenvolvimento de um modelo de cuidado que atenda às necessidades psicossociais dos estudantes. A abordagem defendida pelos autores desta revisão não se limita a medidas paliativas que camuflam os efeitos de um sistema perverso, mas propõe a construção de modelos de cuidado que sejam holísticos, integrais e multiníveis.

Nas últimas décadas, observa-se um movimento crescente nas universidades em direção à construção de redes de Universidades Promotoras da Saúde (UPS). Esse movimento tem como um de seus principais eixos teórico-metodológicos as abordagens de promoção da saúde, com ênfase na concepção de entornos saudáveis, proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS) após a Carta de Ottawa, de 1986. As abordagens centradas nos entornos saudáveis constituem um marco significativo, pois permitem identificar fatores de proteção e de risco, além de possibilitar a implementação de estratégias de promoção da saúde, a melhoria da qualidade de vida e a contribuição para o desenvolvimento sustentável.

Conforme Muñoz e Cabiese (2008), as Universidades Promotoras da Saúde (UPS) são aquelas que integram a promoção da saúde ao seu projeto institucional, com o objetivo de fomentar o desenvolvimento humano e melhorar a qualidade de vida da comunidade universitária. Essas instituições atuam no sentido de promover conhecimentos, habilidades e formações voltadas para o autocuidado, além de incentivar a adoção de estilos de vida mais saudáveis no contexto acadêmico.

Diante da lógica neoliberal predominante em nossa sociedade e das elevadas taxas de adoecimento psíquico entre estudantes universitários, considera-se significativa a adesão das instituições de ensino superior a esse movimento. Integrar-se a tal iniciativa implica incorporar a promoção da saúde – com ênfase na atenção à saúde mental e na criação de um ambiente psicossocial saudável – à cultura organizacional das universidades. Em uma sociedade marcada por uma lógica institucional que desresponsabiliza as organizações pelo cuidado em saúde mental, transferindo tal responsabilidade aos indivíduos, a atuação das universidades, ao assumir essa pauta e ao coletivizar e problematizar a questão no âmbito educacional, representa uma aposta na construção de práticas formativas orientadas pela dignidade humana, pela equidade e pelo acesso ampliado a direitos.

Os trabalhos selecionados foram relevantes para compreender como as universidades vêm lidando com o sofrimento psíquico de seus estudantes. Contudo, a maioria dos textos analisados descreveu intervenções isoladas, em fase de implementação ou testagem, o que dificulta a obtenção de uma visão abrangente sobre o conjunto de serviços, programas ou ações desenvolvidas nas instituições onde os dados foram coletados. Nesse sentido, pesquisas futuras podem se beneficiar da realização de estudos de caso institucionais, investigações longitudinais e análises de implementação que permitam compreender de maneira mais abrangente como diferentes estratégias são incorporadas às políticas e à cultura organizacional das universidades, bem como seus efeitos sustentados sobre o bem-estar da comunidade acadêmica.

## Referências

- Aluri, J., Lewis, S., Torres, M., & Wilcox, H. C. (2024). A suicide prevention initiative across a multi-campus university before and during the COVID-19 pandemic. *Journal of American College Health*, 72(5). <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2076563>

- Almeida, A. T. D. (2023) *Tecnologias para a promoção da saúde de estudantes universitários: revisão de escopo*. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/52630>
- Arksey, H & O'malley, L. (2005) Scoping studies: towards a methodological framework. *Int J Soc Res Methodol*. 8(1), 19-32. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1364557032000119616>
- Aschieri, F., Fantini, F., Antonelli, A., Van Ryzin, M., & Smith, J. D. (2024) Therapeutic Assessment in a University Counseling Center: A Replicated Single-Case Time-Series Pilot Study. *Journal of Personality Assessment*, 106(4). <https://dx.doi.org/10.1080/00223891.2023.2296065>
- Bai, Y., Burns, R., Ma, C., Curl, A., Hudziak, J., & Copeland, W. E. (2024). Tracking well-being: A comprehensive analysis of physical activity and mental health in college students across COVID-19 phases using ecological momentary assessment. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 34, e14738. <https://doi.org/10.1111/sms.14738>
- Barros, R. N., & Peixoto, A. L. A. (2023). Saúde Mental e Cotas: um estudo comparativo entre estudantes universitários no Brasil. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43, e255410. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003255410>
- Belasco, I. C., Passinho, R. S., & Vieira, V. A. (2019). Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 71(1), 103-111. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672019000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672019000100008&lng=pt&nrm=iso)
- Campbell, F., Blank, F., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC Public Health*, 22, 1778. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>
- Carpena, M. X., Tavares, P. S., & Menezes, C. B. (2019).. The effect of a six-week focused meditation training on depression and anxiety symptoms in Brazilian university students with 6 and 12 months of follow-up. *Journal of Affective Disorders*, 246, 401-407. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.126> .
- Castro, S. A., Silva, L. A., Smith, J. A., & Gomes, M. F. C. (2022). Escuta do sofrimento mental estudantil: relato de experiência do atendimento psicológico aos estudantes da UFRJ. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 22(1), 380-396. <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/66490/41891>
- Champlin, Sara, & Nisbett, Gwendelyn. (2018). Promoting Mental Health Resource Use on Campus by “Trying Something New”. *American Journal of Health Promotion*, 32(4), 1140-1144. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0890117117740348>
- Cimini, M. D., Rivero, E. M., Bernier, J. E., Stanley, J. A., Murray, A. D., Anderson, D. A., Wright, H. R., & Bapat, M. (2014). Implementing an audience-specific small-group gatekeeper training program to respond to suicide risk among college students: a case study. *Journal of American College Health*, 62(2). <https://doi.org/10.1080/07448481.2013.849709>
- Conceição, V., Mesquista, E., & Gusmão, R. (2024). Effects of a stigma reduction intervention on help-seeking behaviors in university students: A 2019-2021 randomized controlled trial. *Psychiatry Research*, 331, 115673. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115673>
- Cornish, P. A., Berry, G., Benton, S., Barros-Gomes, P., Johnson, D., Ginsburg, R., Whelan, B., Fawcett, E., & Romano, V. (2017). Meeting the mental health needs of today's college student: Reinventing services through Stepped Care 2.0. *Psychological Services*, 14(4), 428-442. <https://doi.org/10.1037/ser0000158>
- Correia, K. C. R., Araújo, J. L. de, Barreto, S. R. V., Bloc, L., Melo, A. K., & Moreira, V. (2023). Saúde mental na universidade: atendimento psicológico online na pandemia da Covid-19. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003245664>
- Dederichs, M., Nitsch, F. J., & Apolinário-Hagen, J. (2022). Piloting an Innovative Concept of e-Mental Health and mHealth Workshops With Medical Students Using a Participatory Co-design Approach and App Prototyping: Case Study. *JMIR Medical Education*, 8(1), e32017. <https://mededu.jmir.org/2022/1/e32017>

- Diedricks, T., Myburgh, C., & Poggenpoel, M. (2018). Promoting mental health of students living with HIV using appreciative inquiry. *African Journal of AIDS Research*, 17(2), 163-174. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2989/16085906.2018.1478312>
- Ebert, D. D., Franke, M., Kählke, F., Küchler, A.-M., Bruffaerts, R., Mortier, P., ...Baumeister, H. (2018). Increasing intentions to use mental health services among university students. Results of a pilot randomized controlled trial within the World Health Organization's World Mental Health International College Student Initiative. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 28(2), e1754. <https://dx.doi.org/10.1002/mpr.1754>
- ElBarazi, A. S., Mohamed, F., Mabrok, M., Adel, A., Abouelkheir, A., Ayman, R., Mustafa, M., ...Mohamed, F. (2024). Efficiency of assertiveness training on the stress, anxiety, and depression levels of college students (Randomized control trial). *Journal of Education and Health Promotion*, [S.l.], 13, 203. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11392326/>
- Ellison, O. K., Bullard, L. E., Lee, G. K., Vazou, S., Pfeiffer, K. A., Baez, S. E., & Pontifex, M. B. (2024). Examining efficacy and potential mechanisms of mindfulness-based cognitive therapy for anxiety and stress reduction among college students in a cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 24, 100514. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2024.100514>
- FONAPRACE. (2019). *V Pesquisa Nacional do Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES*. ANDIFES; FONAPRACE; UFU. <https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2021/07/Clique-aqui-para-acessar-o-arquivo-completo.-1.pdf>
- Forbes, F.-J. M., Whisenhunt, B. L., Citterio, C., Jordan, A. K., Robinson, D., & Deal, W. P. (2021). Making mental health a priority on college campuses: implementing large scale screening and follow-up in a high enrollment gateway course. *Journal of American College Health*, 69(3). <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1665051>
- Freitas, P. H. B. de, Meireles, A. L., Ribeiro, I. K. da S., Abreu, M. N. S., de Paula, W., & Cardoso, C. S. (2023). Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes da saúde e impacto na qualidade de vida. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3885>
- Friedman, N. M. G., Dingler, B. J., Gorstein, L. N., & Epstein, J. A. (2020). Implementation of a Mental Health Task Force in a collegiate-based emergency medical services organization. *Journal of American College Health*, 68(5). <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1583654>
- Galante, J., Dufour, G., Vainre, M., Wagner, A. P., Stochl, J., Benton, A., Lathia, N., Howarth, E., & Jones, P. B. (2017). A mindfulness-based intervention to increase resilience to stress in university students (the Mindful Student Study): a pragmatic randomised controlled trial. *Lancet Public Health*, 3(2), e72-e81. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5813792/>
- González-García, M., Crespo Álvarez, J., Zubeldia Pérez, E., Fernandez-Carriba, S., & González López, J. (2021). Feasibility of a brief online mindfulness and compassion-based intervention to promote mental health among university students during the COVID-19 pandemic. *Mindfulness*, [S.l.], 12, 1685-1695. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01632-6>
- Graner, K. M., & Cerqueira, A. T. A. R. (2017). Revisão integrativa: Sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência e Saúde Coletiva*, 16(3). <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>
- Grégoire, S., Beaulieu, F., Lachance, L., Bouffard, T., Vezeau, C., & Perreault, M. (2024). An online peer support program to improve mental health among university students: A randomized controlled trial. *Journal of American College Health*, 72(7), 2001-2013. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2099224>
- Hahm, H. C., Hsi, J. H., Petersen, J. M., Xu, J., Lee, E. A., Chen, S. H., & Liu, C. H. (2020). Preliminary efficacy of AWARE in college health service centers: a group psychotherapy intervention for Asian American women. *Journal of American College Health*, 70(3), 665-669. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7872434>

- Healthy Minds Study. (2024). Healthy Minds Network. <https://healthymindsnetwork.org/research/data-for-researchers>
- Hotchkiss, M. E., Weinberg, L., & Berke, D. S. (2024). Implementation of empowerment self-defense programming in a university counseling center: An effective sexual violence prevention delivery model. *Journal of American College Health*, 72(8), 2432-2440. <https://dx.doi.org/10.1080/07448481.2022.2115299>
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2021). *Pesquisa Nacional de Saúde: 2019: informações sobre domicílios, moradores e trabalhadores*. Rio de Janeiro: IBGE. <https://www.pns.icict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/12/liv101846.pdf>
- Labrosse, D., Vié, C., Hajjam, H., Tisseron, C., Thellier, D., & Montagni, I. (2024). An Escape Game on University Students' Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Cocreation Study. *JMIR Serious Games*, 12, e48545. <https://games.jmir.org/2024/1/e48545>
- Liang, N., & Huang, K. (2023). Experimental study of exercise prescription intervention on the university students' health. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 29. [https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022\\_0185](https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0185)
- Liu, Yamei. (2024). A study of the effects of four reading styles on college students' mental health and quality of life based on positive psychology: a first-of-its-kind study. *PLoS ONE*, 19(8), e0308475. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0308475>
- Lutz-Kopp, C., Luka-Krausgrill, U., Honsbrok, B., Meinhardt-Injac, B., & Gropalis, M. (2021). Development, implementation and first evaluation of an online portal to promote the mental health of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1179). <https://doi.org/10.3390/ijerph18031179>
- Mak, W. W. S., Chio, F. H. N., Chan, A. T. Y., Lui, W. W. S., & Wu, E. K. Y. (2017). The Efficacy of Internet-Based Mindfulness Training and Cognitive-Behavioral Training With Telephone Support in the Enhancement of Mental Health Among College Students and Young Working Adults: Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 19(3), e84. <https://doi.org/10.2196/jmir.6737>
- McLavey, A. A. (2019). Effectiveness of routine psychotherapy: Method matters. *Psychotherapy Research*, 29(2). <https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1395921>
- Muñoz, M., & Cabieses, B. (2008). Universidades y promoción de la salud: ¿cómo alcanzar el punto de encuentro? *Rev Panam Salud Pública*, 24(2), 139-146. [http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1020-49892008000800009](http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1020-49892008000800009)
- Muñoz-Albarracín, M., Mayorga-Muñoz, C., & Jiménez-Figueroa, A. (2023). Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Niñez Y Juventud*, 21(2), 1-27. <https://doi.org/10.11600/ricsnj.21.2.5428>
- Nguyen-Feng, V. N., Greer, C. S., & Frazier, P. (2017). Using online interventions to deliver college student mental health resources: evidence from randomized clinical trials. *Psychological Services*, 14(4), 481-489. <http://dx.doi.org/10.1037/ser0000154>
- Oliveira, A. F. de, Marcon, S. R., Kogien, M., Bittencourt, M. N., & Rezio, L. de A. (2024). Intervenções para a promoção da saúde mental de universitários. *Mental*, Barbacena, 16(30). <https://doi.org/10.5935/1679-4427.v16n30.0012>
- Padovani, R. da C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F. de, Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. do N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Rev. bras. ter. cogn.* [online], 10(1), 02-10. <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20140002>
- Papadatou-Pastou, M., Campbell-Thompson, L., Barley, E., Haddad, M., Lafarge, C., McKeown, E., Simeonov, L., & Tzotzoli, P. (2019). Exploring the feasibility and acceptability of the contents, design, and functionalities of an online intervention promoting mental health, wellbeing, and study skills in Higher Education students. *International Journal of Mental Health Systems*, 13, 51. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0308-5>

- Phillips, J., Salsman, N. L., Rigdon, D., Taylor, J., Buell, J., & Ronis-Tobin, V. (2024). Implementation of an integrated primary care behavioral health training model on campus. *Journal of American College Health*, 72(9). <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2141061>
- Richard, J., Rebinsky, R., Suresh, R., Kubic, S., Carter, A., Cunningham, J. E. A., Ker, A., Williams, K., & Sorin, M. (2022). Scoping review to evaluate the effects of peer support on the mental health of young adults. *BMJ Open*, 12, e061336. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-061336>
- Rodríguez, M. H., Castillo Ávila, I. Y., & Alvis Estrada, L. R. (2018). *Estrategia pedagógica con tecnologías multimedia para promover la salud mental en estudiantes de la salud*. *Salud Uninorte, Barranquilla*, 34(1), 25-32. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81759538003>
- Rojas-Andrade, R., Bravo, G. P., & Zurita, S. A. (2023). Preparación organizacional para implementar sistemas de apoyo en múltiples niveles en salud mental escolar. *Psicoperspectivas*, 22(1), 1-15. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-69242023000100062](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242023000100062)
- Sahranavard, S. (2018). The effectiveness of stress-management-based cognitive-behavioral treatments on anxiety sensitivity, positive and negative affect and hope. *BioMedicine*, 8(4), 10-17. <https://doi.org/10.1051/bmdcn/2018080423>
- Seppälä, E. M., Bradley, C., Moeller, J., Harouni, L., Nandamudi, D., & Brackett, M. A. (2020). Promoting Mental Health and Psychological Thriving in University Students: A Randomized Controlled Trial of Three Well-Being Interventions. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 590. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7373803>
- Seritan, A. L., Rai, G., Servis, M., & Pomeroy, C. (2014). The Office of Student Wellness: Innovating to Improve Student Mental Health. *In Brief Report*, 39, 80-84. <https://dx.doi.org/10.1007/s40596-014-0152-5>
- Shine, K. N. (2024). *College students' mental health improving, more finding support*. <https://sph.umich.edu/news/2024posts/college-students-mental-health-improving-more-finding-support.html>
- Silk, K. J., Perrault, E. K., Nazione, S. A., Pace, K., & Collins-Eaglin, J. (2017). Evaluation of a Social Norms Approach to a Suicide Prevention Campaign. *Journal of Health Communication*, 22, 135-142. <https://doi.org/10.1080/10810730.2016.1258742>
- Souza, D. C. de, Rossato, L., Zanini, M. R. G. C., & Scorsolini-Comin, F. (2023). Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo: Estratégia de Psicoeducação com Estudantes de Enfermagem. *Estudos e Pesquisa em Psicologia*, 23(1). <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/75309/45813>
- Stewart, K. L. (2020). Dissemination of the Safety Planning Intervention (SPI) to University Counseling Center Clinicians to Reduce Suicide Risk Among College Students. *Archives of Suicide Research*, 24. <https://doi.org/10.1080/13811118.2018.1531797>
- Till, B., Hofhans, A., & Niederkrotenthaler, T. (2024). Effects of the mental health promotion seminar 'Coping with stress' in the undergraduate medical curriculum of the Medical University of Vienna. *BMC Medical Education*, [S. l.], 24, 41. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-05019-0>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467-473. <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/M18-0850>
- Vescovelli, F., Melani, P., Ruini, C., Ricci Bitti, P. E., & Monti, F. (2017). University counseling service for improving students' mental health. *Psychological Services*, 14(4), 470-480. <https://doi.org/10.1037/ser0000166>
- Wang, F., Gao, J., Hao, S., Tsang, K. T., Wong, J. P.-H., Fung, K., ... Cheng, S. (2024). Empowering Chinese university health service providers to become mental health champions: insights from the ACE-LYNX

- intervention. *Frontiers in Psychiatry*, Sec. Public Mental Health, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1349476>
- Watkins, D. C., Goodwill, J. R., & Abelson, J. M. (2020). An Online Behavioral Health Intervention Promoting Mental Health, Manhood, and Social Support for Young Black Men: The YBMen Project. *Am J Mens Health*, 14(4). <https://doi.org/10.1177/1557988320937215>
- Wenceslau, L. D., Souza, P. R. de, & Sousa, G. L. (2022). Atenção plena e equilíbrio emocional: experiência de uma disciplina durante a pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 46(3). <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.3-20210466>
- World Health Organization. (1986). *Carta de Ottawa*. Ottawa: WHO. [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/carta\\_ottawa.pdf](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf)
- World Health Organization (2005). *Promoting Mental Health: concepts, emerging evidence, practice : summary report*. World Health Organization. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/58c74cc5-f816-47f8-b01d-cd414a6ffb64/content>
- World Health Organization (2020). *Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents: helping adolescents thrive*. World Health Organization. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/1cba1d3a-29b6-407e-9b3e-250753af02ae/content>

## Informações sobre os autores

**Rodrigo Ferreira de Oliveira:** Graduado em Serviço Social pela Universidade Estadual de Montes Claros. Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Educação: Conhecimento e Inclusão Social da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais. Coordenador Administrativo do Centro de Graduação da Faculdade de Medicina da UFMG. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-5648-0431>  
E-mail: [rodrigofoliveira.ufmg@gmail.com](mailto:rodrigofoliveira.ufmg@gmail.com)

**Luiz Ribeiro:** Psicólogo pela PUC-MG, mestre em Promoção da Saúde e Prevenção da Violência e doutor em Educação: Conhecimento e Inclusão Social e mestre pela Universidade Federal de Minas Gerais, professor Adjunto no Departamento de Ciências Aplicadas à Educação da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4278-7871>  
E-mail: [luizribeiro@live.com](mailto:luizribeiro@live.com)

**Helian Nunes de Oliveira:** Graduado em Medicina, mestre e doutor em Saúde Pública pela Universidade Federal de Minas Gerais, professor do Departamento de Medicina Preventiva e Social da Faculdade de Medicina e do Programa de Pós-Graduação em Medicamentos e Assistência Farmacêutica da Universidade Federal de Minas Gerais. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1635-5175>  
E-mail: [heliannunes@gmail.com](mailto:heliannunes@gmail.com)

**Nota:** Todos os autores foram responsáveis pela concepção, redação e revisão crítica do conteúdo do manuscrito, bem como pela aprovação da versão final a ser publicada.

*Submissão: 03 ago. 2025  
Aceito: 22 mar. 2026*