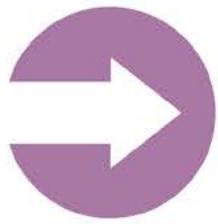
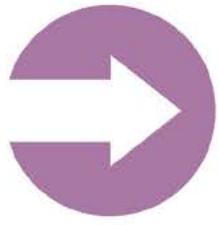


versão português



Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários: É TEMPO DE UMA POLÍTICA

english version



Rapid synthesis to cope with psychic distress in university students: IT IS TIME FOR A POLICY

Emiliana Maria Grando Gaiotto, Carla Andrea Trapé, Celia Maria Sivalli Campos,
Elizabeth Fujimori, Eloá Otrenti, Fernanda Campos de Almeida Carrer, Jorge Otávio Maia Barreto,
Lucia Yasuko Izumi Nichiata, Luciana Cordeiro, Maritsa Carla de Bortoli, Tatiana Yonekura,
Tereza Setsuko Toma, Cassia Baldini Soares

Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários:

É TEMPO DE UMA POLÍTICA

Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários: É TEMPO DE UMA POLÍTICA

Emiliana Maria Grando Gaiotto
Carla Andrea Trapé
Celia Maria Sivalli Campos
Elizabeth Fujimori
Eloá Otrenti
Fernanda Campos de Almeida Carrer
Jorge Otávio Maia Barreto
Lucia Yasuko Izumi Nichiata
Luciana Cordeiro
Maritsa Carla de Bortoli
Tatiana Yonekura
Tereza Setsuko Toma
Cassia Baldini Soares



Janeiro de 2021



Direitos e permissões

©Todos os direitos reservados.

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e a autoria.

Autoria

Emiliana Maria Grando Gaiotto¹, Carla Andrea Trapé¹, Celia Maria Sivalli Campos¹, Elizabeth Fujimori¹, Eloá Otrenti¹, Fernanda Campos de Almeida Carrer², Jorge Otávio Maia Barreto³, Lucia Yasuko Izumi Nichiata¹, Luciana Cordeiro⁴, Maritsa Carla de Bortoli⁵, Tatiana Yonekura⁶, Tereza Setsuko Toma⁵, Cassia Baldini Soares¹.

1. Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva, Escola de Enfermagem, USP, São Paulo, SP;

2. Departamento de Odontologia Social, Faculdade de Odontologia, USP, São Paulo, SP;

3. Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), Brasília, DF;

4. Curso de Terapia Ocupacional, Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS;

5. Instituto de Saúde, Secretaria Estadual da Saúde, São Paulo, SP;

6. Laboratório de Implementação do Conhecimento em Saúde, Hospital do Coração, São Paulo, SP.

Financiamento

Esta síntese de evidências é parte das atividades conjuntas entre a Universidade de São Paulo (Brasil) e a Universidade McMaster (Canadá), e foi possibilitada graças ao Programa de Pós Graduação em Enfermagem (PPGE), da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, curso de doutorado de Emiliana Maria Grando Gaiotto, com apoio de Bolsa do programa CAPES/PRINT/USP. A orientadora é Cassia Baldini Soares da EEUSP e a supervisão do estágio de doutorado no exterior é de Kaelan Moat do McMaster Health Forum, Universidade McMaster. A editoração do E-book recebeu apoio do Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva, da EEUSP.

Catalogação na Publicação (CIP)

Biblioteca “Wanda de Aguiar Horta”

Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo

Gaiotto, Emiliana Maria Grando

Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários: é tempo de uma política / Emiliana Maria Grando Gaiotto, Carla Andrea Trapé, Celia Maria Sivalli Campos, et al. - São Paulo: EEUSP, 2021.

153 p.

ISBN: 978-65-00-24893-7

1. Saúde mental. 2. Angústia psicológica. 3. Adaptação psicológica. 4.

Saúde do estudante. I. Título.

Conflito de interesse

Os autores declaram não ter interesses profissionais ou comerciais relevantes para a síntese rápida. A agência de fomento não desempenhou nenhum papel na identificação, seleção, avaliação, síntese ou apresentação das evidências de pesquisa estabelecidas pela síntese rápida.

Agradecimentos

Agradecemos a supervisão de Kaelan Moat, do McMaster Health Forum, às bibliotecárias Fabiana Gulin Longhi Palácio e Juliana Akie Takahashi, por contribuírem com a definição das estratégias de buscas e buscas nas bases de dados, à Paula Voorheis pela correção da tradução do protocolo e à Maria Rita Bertolozzi, pela contribuição na definição do problema.

Projeto gráfico e diagramação

ES Mídia & Arte Digital (evellynsimon@gmail.com)

Citação

Gaiotto EMG, et al. Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários: é tempo de uma política. São Paulo: Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva, Escola de Enfermagem da USP, 2020.

CDD: 614.58

Prefácio

Leitoras (com a licença do feminino universal),

Aceitei o convite para escrever o prefácio deste livro de imediato. Conheço algumas pesquisadoras envolvidas na produção e as admiro pelo posicionamento sobre as necessidades de saúde e enfrentamento na dimensão coletiva. As autoras que não conhecia ganharam também meu reconhecimento. O texto aqui organizado por muitas mãos e mentes tem uma voz forte, objetiva, determinada.

O tema também me é caro. Como integrante do Núcleo de Apoio ao Estudante da FMUSP, reconheço o impacto do sofrimento mental e a necessidade urgente de encarar o problema, permitindo que ele seja discutido com a esperança de que seja superado.

O livro “Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários: é tempo de uma política” é uma leitura necessária a todas envolvidas com a formação em saúde, sobretudo no âmbito universitário. A caracterização do problema na parte inicial do livro nos ajuda a perceber e destacar uma realidade que não pode e nem deve permanecer como está.

Como o título anuncia: é tempo! É hora de agir. A síntese de revisões sistemáticas recentes alerta que já temos conhecimento de qualidade para subsidiar transformações na realidade formativa, muitas vezes excludente e estigmatizante. É hora de promover a saúde dos estudantes dos cursos da saúde, futuros profissionais responsáveis pelo cuidado da população.

Ainda na dimensão temporal, a obra é publicada em meio à pandemia da COVID-19, agravante significativo do sofrimento psíquico em escala global. Cito apenas alguns dos novos desafios frente à suspensão da vida “normal” dos estudantes: a experiência do distanciamento social, as mudanças na forma de ensinar e aprender, a vivência do ambiente universitário. Embora não inclua artigos voltados a este cenário específico, a leitura apoia a tomada de consciência crítica sobre a situação[limite] que envolve os estudantes universitários dos cursos da saúde.

Escutar as oportunidades de desenvolvimento e implementação de uma política voltada à saúde mental dos universitários, informada por evidências científicas, amplia o horizonte de práticas possíveis, ou melhor, de “inéditos viáveis” (tema proposto por Paulo Freire e detailhado em ensaio publicado em 2020 por pesquisadoras da Universidade Federal do Rio de Janeiro).

A partir de evidências nacionais e internacionais e da escuta de informantes-chave são elencadas possibilidades e não certezas, uma vez mais trazendo Paulo Freire, “Soluções praticáveis despercebidas”.

As autoras trazem uma fala consistente e diretiva, fundamentando quatro opções de ações necessárias e possíveis, voltadas aos estudantes da área da saúde: uma política que possa sensibilizar a identificação de necessidades em saúde mental, bem como dar respostas a elas; a integração e ampliação da oferta de programas de atenção em saúde mental, bem

como assegurar acesso a eles; os programas educativos e estratégias comunicacionais; e por fim, o monitoramento constante e avaliação contínua das necessidades em saúde mental. As mensagens-chave ilustram propostas de enfrentamento que reforçam a indissociabilidade entre a dimensão individual e a coletiva, especialmente envolvendo aspectos institucionais.

As autoras são claras no recorte geográfico, ao incluírem o levantamento dos recursos de atenção em saúde mental: o quadrilátero da saúde da USP. A localização é fundamental frente ao compromisso de provocar o envolvimento institucional. Novamente recuperando Paulo Freire, vejo como força motriz da obra, a “criação de algo concreto, novo e possível para as condições atuais e locais”. Ao mesmo tempo, as informações reunidas são ponto de partida para outros inéditos viáveis, em outros locais e realidades.

Desejo que a leitura deste livro fomente o compromisso coletivo para abrirmos “possibilidades para que se consolidem propostas transformadoras e ineditamente-viáveis”.

Ana Claudia Germani

Apresentação

O conteúdo deste livro é resultado do estudo¹ que teve como objetivo formular respostas institucionais ao sofrimento psíquico de estudantes universitários de cursos da área da saúde, no contexto do campus do Quadrilátero da Universidade de São Paulo (USP).

O tema da saúde mental dos universitários é complexo, dado que se conjuga com a dinâmica social como um todo e particularmente com a sociabilidade na universidade. Nos dias atuais, observa-se aumento da preocupação com o problema, que tem sido tratado sob diferentes ângulos, em âmbito nacional e internacional.

O estudo foi realizado na modalidade de Resposta Rápida (do Inglês *Rapid Response*) elaborado em 90 dias, conforme proposto pelo McMaster Health Forum². Trata-se de uma modalidade de síntese de evidência para política e foi desenvolvida como parte das atividades de estágio sanduíche da doutoranda do Programa de Pós-Graduação da Escola de Enfermagem da USP, Emiliana Maria Grando Gaiotto, no *McMaster Health Forum*, da *McMaster University*, no Canadá, com financiamento CAPES/USP/Print.

Este trabalho foi desenvolvido por professoras e pesquisadores de diversas instituições - Escola de Enfermagem da USP (EEUSP), da Faculdade de Odontologia da USP (FOUSP), do Curso de Terapia Ocupacional da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas, RS, da Fundação Oswaldo Cruz de Brasília, DF, do Laboratório de Implementação do Conhecimento em Saúde, do Hospital do Coração, do Instituto de Saúde da Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo (IS), que integram a EVIPNET Brasil, uma rede para políticas informadas por evidências.

Para delinear o problema, foram identificados na literatura elementos envolvidos na produção de sofrimento psíquico entre universitários. No contexto da USP, identificou-se também serviços/programas de apoio à saúde mental disponíveis aos universitários e os do Sistema Único de Saúde (SUS). Enquetes com informantes-chave, estudantes de graduação e pós-graduação de cursos da área da saúde da USP, possibilitaram melhor compreensão das dificuldades e necessidades dos estudantes e orientaram as buscas de estratégias para enfrentar o problema. O problema foi equacionado por meio de um protocolo que estabeleceu a pergunta de pesquisa e os objetivos da revisão da literatura, bem como o processo de busca da literatura e as fontes a serem pesquisadas. As buscas foram realizadas entre maio e junho de 2020, em 21 fontes de dados bibliográficos, incluindo literatura cinzenta. O relatório em Português foi finalizado em setembro de 2020 e traduzido para o inglês, recebendo feedback do *McMaster Health Forum* em outubro. A partir desse feedback foram feitos ajustes no texto e as versões em Português e Inglês estão reunidas neste E-book, com a finalidade de apoiar a implementação de política de fortalecimento dos estudantes da área da saúde.

As evidências desses estudos embasaram a elaboração de quatro opções que convergem para o estabelecimento de uma política universitária de fortalecimento da saúde mental de

¹ Parte do texto deste ebook foi base para o artigo científico “Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida”, a ser publicado na Revista de Saúde Pública.

² <https://www.mcmasterforum.org/find-evidence/rapid-response>

estudantes dos cursos da área da saúde, e indicam integrar programas oferecidos pela universidade entre si e aos serviços do SUS, bem como monitorar as necessidades em saúde mental e avaliar continuamente as ações oferecidas.

A literatura na área, a escuta de informantes chave e o levantamento dos recursos de atenção em saúde mental da USP e do SUS permitiram compreender a multiplicidade de elementos que estão nas bases do sofrimento psíquico de universitários dos cursos da área da saúde e identificar respostas a elas, o que permitiu mostrar a complexidade do problema e a insuficiência atual das respostas institucionais oferecidas.

A síntese rápida da literatura identificou um conjunto expressivo de evidências sobre intervenções, majoritariamente indicadas por estudos classificados como de alta qualidade. Esses resultados podem embasar a implementação de medidas consistentes para dar respostas ao sofrimento psíquico, que vem acometendo os estudantes na atualidade e comprometendo seu futuro. É possível, sob a responsabilidade da universidade, estabelecer uma política sólida, com ações coordenadas, contínuas e integradas ao SUS, para o fortalecimento de jovens universitários.

Equacionar e levar a cabo as ações previstas em cada uma das opções é um desafio, e requer da Universidade envolvimento e compromisso institucional com planejamento, desenvolvimento e implementação de uma política para o fortalecimento da saúde mental de universitários da área da saúde. Para isso, é imprescindível a adoção de instrumentos capazes de reconhecer as necessidades em saúde e as manifestações de sofrimento psíquico de estudantes, estabelecer comissões institucionais para a elaboração, implementação, avaliação e ampla divulgação de ações/programas internos à universidade, integrando-os entre si e com os serviços do Sistema Único de Saúde.

A adoção das opções para uma política de fortalecimento da saúde mental de estudantes, ou de parte delas pela Universidade, com vistas a superar a atual condição de fragmentação e escassez das ações, tratá proteção aos estudantes, bem como confiança para finalizar seus estudos, com a garantia de ter suas necessidades atendidas

Embora as opções tenham sido elaboradas para apoiar o equacionamento do problema na USP, elas podem ser estendidas para diferentes universidades brasileiras. As autoras reconhecem que os desafios são enormes e que extrapolam os muros das universidades.

No período em que este livro foi editado, no final de 2020, a Política Nacional de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas sofria pesada ameaça do Ministério da Saúde, por meio de mudanças que, se efetivadas, resultarão no desmonte da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), conquistada em processo histórico e político-legislativo, com ampla mobilização e participação social. A política de saúde mental de caráter antimanicomial efetivou avanços na atenção à saúde mental pública e gratuita, que promoveu a dignidade daqueles que enfrentam o adoecimento psíquico.

Em meio a mais um ataque ao Sistema Único de Saúde, é necessário que as universidades se posicionem para reafirmar seus compromissos com a causa pública e com a ciência.

Sumário

I- O QUE SERÁ APRESENTADO NO RELATÓRIO 10

II - POR QUE O PROBLEMA É DE ALTA PRIORIDADE? 13

III- POSSIBILIDADES DE ENFRENTAMENTO DO SOFRIMENTO PSÍQUICO DE UNIVERSITÁRIOS: identificação de respostas a esse sofrimento 17

O SUS e a atenção à saúde mental • 17

A USP e as respostas ao sofrimento psíquico de estudantes • 18

Recursos oferecidos pela USP para o enfrentamento do sofrimento psíquico: o que existe e o que sabem os estudantes - informantes chave • 18

IV - EVIDÊNCIAS DA LITERATURA QUE SUBSIDIARAM AS OPÇÕES 22

OPÇÃO 1 • 23

OPÇÃO 2 • 27

OPÇÃO 3 • 30

OPÇÃO 4 • 32

LIMITAÇÕES DO ESTUDO • 34

V- CONSIDERAÇÕES FINAIS 34

REFERÊNCIAS 35

APÊNDICES 44

I- O QUE SERÁ APRESENTADO NO RELATÓRIO

O problema

- ⌚ Os dados relativos aos problemas de saúde mental de estudantes universitários são preocupantes. O Brasil é o primeiro país no ranking internacional de transtorno de ansiedade e o quarto no número de indivíduos com depressão, problemas de saúde mental considerados incapacitantes e que podem levar ao suicídio;
- ⌚ O ambiente universitário provoca altos níveis de estresse e desgaste e baixos níveis de bem-estar para os acadêmicos. Estudantes da área da saúde e, particularmente os de Medicina e Enfermagem, são submetidos a situações estressantes durante todo o curso de graduação;
- ⌚ Os graduandos são em sua maioria jovens, geração que tem sido estimulada a desenvolver habilidades individuais, compatíveis com as demandas da realidade do mercado de trabalho, marcado pela falta de vagas e expresso na dificuldade de inserção no trabalho. O medo de ficar desatualizado requer treinamentos contínuos e múltiplos. Tal responsabilização individual provoca sofrimento psíquico;
- ⌚ A formação na área da saúde, e particularmente em Medicina, trata o sofrimento de forma naturalizada, o que contribui para o adoecimento dos estudantes. O número de tentativas e de suicídios entre estudantes de Medicina vem chamando a atenção nos últimos anos;
- ⌚ A relação entre problemas de saúde mental e racismo, bem como outras formas de discriminação, mostra que a universidade deve ter abordagem particular para negros, LGBTI e para o grupo de cotistas que acessam a universidade;
- ⌚ Os recursos de atenção em saúde mental disponíveis na universidade a estudantes são escassos, o que os obriga a procurar serviços de saúde fora do ambiente universitário diretamente relacionados ao perfil social;
- ⌚ Não há arranjos de governança que integrem os serviços de atenção em saúde mental disponíveis na universidade, entre si ou com os oferecidos pelo SUS;
- ⌚ Não há equipes sentinelas, que se concentrem em estratégias para apoiar os estudantes que estão em situações de desgaste e sofrimento psíquico.

Perguntas de pesquisa

Este trabalho foi desenvolvido com o intuito de responder às seguintes perguntas de pesquisa:

- ⌚ Qual a melhor política a ser oferecida pela Universidade de São Paulo (USP) para o fortalecimento da saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero?
- ⌚ Quais programas deveriam compor a atenção em saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero, e como poderia ser o acesso a esses programas?
- ⌚ Quais programas educativos e estratégias de comunicação poderiam oferecer melhor suporte a programas de atenção em saúde mental para estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero?
- ⌚ Quais são as estratégias de monitoramento contínuo e avaliação das necessidades em saúde mental de estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero?

Opções para enfrentamento do problema

A busca de evidências na literatura global permitiu selecionar 45 estudos, 34 destes eram revisões sistemáticas. A partir desses 45 estudos foram sintetizadas quatro opções para políticas e as respectivas mensagens-chave descritas a seguir.

OPÇÃO 1

Estabelecer e dar suporte a uma política de fortalecimento da saúde mental, capaz de sensibilizar para a identificação de necessidades em saúde mental dos estudantes da área da saúde, bem como dar respostas a elas, no âmbito dos cursos da área da saúde, localizados no Quadrilátero da USP

MENSAGENS-CHAVE

- 1) Constituir um comitê em saúde mental no âmbito dos cursos do Quadrilátero/USP, com o objetivo de discutir os principais problemas que afetam os estudantes e apoiá-los na decisão sobre a melhor maneira de enfrentar os desafios que estão vivendo. Este comitê deve ser composto por professores, servidores de apoio técnico-administrativo e estudantes e deve estar formalmente registrado no âmbito das políticas da USP, podendo ser viabilizado como Núcleo de Apoio à Pesquisa, com apoio de todas as unidades do quadrilátero;
- 2) Desenvolver atividades para diminuição do estigma relacionado à saúde mental, bem como para promover o aperfeiçoamento cultural, o bem estar e a sociabilidade, que possam contribuir para mudança de mentalidade e fortalecimento dos estudantes na busca por melhoria da saúde mental.
- 3) Propor mudanças curriculares nos cursos da área da saúde, que compõem o Quadrilátero, no sentido de esclarecer o significado de saúde mental e proporcionar elementos críticos aos estudantes para compreender a relação entre saúde mental e sociedade, detectar problemas, buscar ajuda e apoiar colegas que estão passando por situações de sofrimento psíquico;
- 4) Integrar programas e atividades de combate ao racismo e preconceitos contra LGBTI, cotistas, e outras formas de discriminação dos estudantes, bem como programas e atividades de apoio à permanência estudantil.

OPÇÃO 2

Integrar e ampliar a oferta de programas de atenção em saúde mental e proporcionar acesso a eles, para estudantes de cursos da área da saúde, localizados no Quadrilátero da USP

MENSAGENS-CHAVE

- 1) Integrar formalmente os serviços de atenção em saúde mental disponibilizados na USP por meio de rede colaborativa de serviços de saúde oferecidos dentro e fora do campi, integrada aos serviços do SUS, ofertados pela Prefeitura Municipal de Saúde de São Paulo, elaborando fluxo de cuidados integrais aos estudantes universitários;

- 2) Ampliar as atividades de promoção da saúde e intervenções não farmacológicas nos serviços de saúde mental oferecidos pela USP;
- 3) Adotar programa de avaliação, com uso de tecnologias virtuais, como aplicativo para avaliação da saúde mental de estudantes universitários para encaminhamento aos serviços de saúde apropriados.

OPÇÃO 3

Promover programas educativos e estratégias comunicacionais para os estudantes da área da saúde, do Quadrilátero da USP, quanto ao sofrimento psíquico na contemporaneidade e as formas de enfrentamento, para assegurar que os estudantes conheçam os serviços e recursos e possam acessá-los e para que possam encontrar práticas fortalecedoras

MENSAGENS-CHAVE

- 1) Promover a comunicação e disponibilizar, de maneira acessível, informações oriundas de todos serviços de saúde e grupos de apoio a estudantes voltados à saúde mental, por meio de aplicativo de celulares e *links* nos sites oficiais da USP;
- 2) Incentivar discussões sobre os problemas atuais da juventude e estimular o debate crítico sobre racismo, preconceitos e todas as formas de discriminação que afetam a saúde mental dos estudantes.

OPÇÃO 4

Monitoramento constante e avaliação contínua das necessidades em saúde mental de estudantes dos cursos da saúde, do Quadrilátero da USP

MENSAGENS-CHAVE

- 1) Implementar programa de monitoramento em saúde mental no Quadrilátero da USP, para o planejamento e implementação de ações;
- 2) Criar uma rede de apoio, a partir de programa de tutoria para acompanhamento de estudantes que apresentem sinais de sofrimento psíquico.

II - POR QUE O PROBLEMA É DE ALTA PRIORIDADE?

Os problemas de saúde mental são globalmente preocupantes e o desfecho do suicídio, fenômeno social complexo, é considerado grave problema de saúde pública (WHO, 2014), despontando como a segunda causa de morte no planeta entre jovens de 15 a 29 anos, atrás somente das mortes por violência (*MENTAL HEALTH ATLAS*, 2017).

Nos últimos anos a preocupação com a saúde mental de estudantes universitários vem aumentando, dada a alta prevalência de transtornos mentais nessa fase da vida, o enorme sofrimento que impõe a esses jovens e os prejuízos que podem causar ao desempenho acadêmico (AUERBACH et al., 2018).

Estudo da Organização Mundial da Saúde (World Health Organization World Mental Health Surveys), realizado em 19 universidades de 8 países de alta renda, sobre a prevalência de problemas de saúde mental entre universitários, mostra que pelo menos um terço dos que se encontram no primeiro ano de graduação apresenta problemas, sendo que a depressão e o transtorno de ansiedade são os mais comuns (AUERBACH et al., 2018).

Estudo de Cromlish (2020) identificou que questões de saúde mental como depressão e estresse são muito prevalentes no ensino superior dos EUA e influenciam diretamente o desempenho acadêmico, notando-se que os estudantes não recebem apoio psicológico adequado. Outro artigo concluiu que há evidências convincentes de que o ambiente universitário está provocando altos níveis de estresse e desgaste e baixos níveis de bem-estar para os acadêmicos (URBINA GARCIA, 2020).

Uma revisão de escopo define alguns domínios sobre o que comporia uma “boa” saúde mental, entre eles: autopercepção e valores, habilidades cognitivas, desempenho acadêmico, desempenho no trabalho, inserção no mercado de trabalho, comportamentos, estratégias de autogestão, habilidades sociais, relações familiares e significativas, saúde física, saúde sexual, significado da vida e qualidade de vida (FUSAR-POLI et al., 2019).

No Brasil, pesquisa realizada pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2014) sobre o perfil de estudantes de universidades federais mostrou que 58,36% dos estudantes que participaram da pesquisa sofriam de ansiedade, 44,72% de desânimo/falta de vontade, 32,57% apresentavam insônia ou alterações de sono, 22,55% sentiam-se desamparados ou desesperançados e 21,29% apresentavam sentimentos de solidão. Foram também relatados, entre os estudantes, problemas alimentares (13%), medo/pânico (10,56%), ideia de morte (6,38%) e pensamento suicida (4,13%).

Acrece-se problemas relacionados ao consumo problemático de drogas e que podem enredar-se com outros formando uma teia de obstáculos ao pleno exercício da vida estudantil. No Brasil, o único levantamento em âmbito nacional do consumo de drogas entre universitários data de 2009, e conta com dados de cerca de 18 mil estudantes de 27 capitais. As drogas mais consumidas uma vez na vida foram o álcool (86%), seguido do tabaco (47%) e, dentre as drogas ilícitas, a mais consumida foi a maconha, sendo mais frequentes nas regiões Sul e Sudeste do país. Os resultados indicam ainda que 36% dos universitários haviam consumido álcool em *binge*, ou seja, ingeriram cinco ou mais doses em uma única ocasião, nos últimos 12 meses e 25% nos últimos 30 dias (BRASIL, 2010).

A relação entre racismo e discriminação no ambiente universitário também tem consequências para a saúde mental dos estudantes. Nas últimas décadas, houve um crescimento notável na pesquisa científica examinando as múltiplas maneiras pelas quais o racismo pode afetar adversamente a saúde. A persistência das desigualdades raciais na saúde determina acesso diferenciado a oportunidades e recursos para cuidados em saúde (WILLIAMS, LAWRENCE, DAVIS, 2019). O trabalho de Paradies (2006) revisou 138 artigos sobre racismo autorreferido e saúde e identificou que os estudos mostraram associação entre racismo e problemas de saúde mental, principalmente estresse. Trabalho norte-americano de Torres-Harding, Torres, Yeo (2020) indica várias formas pelas quais micro agressões raciais - comportamentos não tão explícitos, frase ou outra ação que exibe uma atitude hostil para uma minoria - podem estar associadas a indicadores de saúde psicológicos e somáticos. Os resultados do estudo sugerem que as relações com o estado de saúde podem variar, dependendo do tipo de micro agressão e de acordo com o contexto em que elas são experimentadas.

É importante salientar que, em função da brutalidade policial nos episódios de agosto de 2020 contra negros nos EUA, os serviços e trabalhadores de saúde mental estão sendo conclamados a adotar postura antirracista no cuidado em saúde, o que requer abertura e capacitação. Diretrizes para fornecer cuidados em saúde mental antirracistas foram publicadas e envolvem conhecimento sobre as questões raciais, capacidade para fazer um levantamento adaptado às necessidades de indivíduos negros, abordagem medicamentosa humanista e adequada às necessidades e problemas relacionados ao racismo. Dezenas de ações estão disponíveis nessa direção, a começar pela busca por conhecimentos sobre discriminação, micro agressões, perfil racial e racismo e seus impactos potenciais na saúde mental, bem como conhecimento sobre os componentes raciais na determinação social da saúde (CÉNAT, 2020).

No Brasil, a raça/cor é uma dimensão fundamental na determinação das oportunidades durante a vida dos indivíduos e a discriminação racial produz efeitos na escolaridade e na inserção no trabalho. Apesar do desenvolvimento econômico do país e da melhoria nas condições de vida em todos os estratos socioeconômicos, as desigualdades sociais e raciais aumentaram. Nessa perspectiva, após diversas mobilizações sociais no país, algumas políticas afirmativas para o negro se concretizaram, a exemplo da Lei federal 12.711 / 2012, que estabelece cotas nas universidades públicas para candidatos negros (pretos e pardos). O programa de ação afirmativa¹ foi implementado de formas variadas, tendo priorizado, em diversas universidades, estudantes provenientes de escolas públicas incluindo-se ou não um percentual de negros (BERNARDINO-COSTA; DE CARLI BLACKMAN, 2016).

É importante salientar que as universidades estaduais paulistas foram as últimas a implementar o sistema de cotas étnico-raciais, e dentre elas a USP foi a última, mostrando sua resistência a essa política (ARAÚJO, 2019).

Estudo brasileiro que analisou a relação entre formação médica e segregação racial mostrou que ainda que o Brasil seja considerado de forma equivocada uma democracia racial, pessoas negras, povos indígenas e aqueles excluídos socialmente são os mais afetados pelas dificuldades de acesso à universidade. As faculdades de Medicina são tradicionalmente ocupadas por grupos brancos, ricos e de classe média alta e o sistema de cotas não aumentou significativamente a presença de pessoas negras nesse curso, pois elas não tiveram os mesmos acessos de formação escolar básica para ingressarem na universidade. O estudo concluiu que políticas de inclusão racial descoladas de outras políticas que combatam a desigualdade social não parecem romper a barreira à entrada de não brancos nas faculdades de Medicina, o que contribui para a desigualdade racial (SOUZA et al., 2020).

Além disso, a existência das políticas de cotas não garante que os ingressantes nas universidades por esse sistema não sofram discriminação. Sabe-se que o racismo tem um nexo de causalidade com morbidade, incapacidade e mortalidade, embora o problema não seja comumente abordado. Sobre a relação entre racismo e desempenho acadêmico, estudantes negros no Brasil e na África do Sul expressam sentimentos de alienação, limitando suas experiências acadêmicas e sociais em seus campi (SANTOS, SPESNY, KLEINJES, GALVAAN, 2019).

Embora a política de cotas tenha favorecido o ingresso de jovens de grupos sociais que não acessavam o ensino universitário, a mesma não é suficiente para garantir a permanência do estudante na universidade, até a conclusão do curso. Saccaro, França, Jacinto (2018) identificaram que as taxas de evasão universitária são menores entre estudantes contemplados com bolsas de programas oficiais de apoio à permanência estudantil, como o PNAES².

Bleicher, Oliveira (2016), em revisão bibliográfica e documental sobre políticas públicas de saúde e educação referidas à assistência estudantil, nas instituições federais de ensino técnico e superior, mostraram que inexistem ações ministeriais conjuntas entre educação e saúde e que as ações em saúde são direcionadas à oferta de tratamento. O estudo concluiu ainda não haver no PNAES políticas de melhoria da saúde para estudantes de pós-graduação.

Embora o PNAS seja fundamental para a permanência estudantil, não é suficiente para promover o bem estar psíquico. É necessário o monitoramento das condições desses estudantes, por meio da observação de sinais de discriminação social.

Exemplo dessa discriminação foi identificada em pesquisa com estudantes que dependem da moradia estudantil da USP. Foram identificadas nesse ambiente variadas motivações para o início do consumo de drogas, como a solidão, advinda principalmente da falta de recursos para sair da moradia nos finais de semana, até mesmo para visitar a família de origem, e ainda outros problemas indicativos do impacto da vivência de uma nova realidade cultural. Assim, ainda que a moradia estudantil ajude a democratizar o acesso e a permanência na universidade, em função de outras características relativas às diferenças estruturais de classe social, os jovens pobres que chegam à universidade têm ainda outros obstáculos para que sua sociabilidade seja rica e exitosa, o que indica a necessidade de políticas estruturalmente mais abrangentes e sólidas, antes e durante o percurso na universidade (LARANJO; SOARES, 2006).

É, portanto, fundamental que as universidades enfrentem o desafio de reconhecer os perfis sociais dos estudantes dos diversos cursos e, a partir deles, elaborar políticas de fortalecimento que promovam concretamente o que está preconizado entre as diretrizes de permanência estudantil na universidade (CAMPOS et al., 2020).

Outro grupo discriminado nas universidades é o grupo de estudantes LGBT. Uma revisão narrativa mostrou que estudantes LGBT nigerianos sofrem rejeição e intimidação por parte de seus colegas, professores, conferencistas universitários, e administradores. Esses estudantes universitários mostraram probabilidade próxima a quatro vezes maior de ficarem deprimidos, além de ideação suicida significativamente maior do que os estudantes heterossexuais (OKANLAWON, 2020). Ainda que não na mesma proporção, essa tendência foi confirmada por pesquisa realizada em países de alta renda, em que também foi verificado que orientação não heterosexual era um dos correlatos para problemas de saúde mental entre estudantes universitários (AUERBACH et al., 2018).

No Brasil, outro desgaste à saúde física e mental de universitárias é a violência de gênero. A USP, entre outras universidades paulistas, foi citada em relatório de comissão parlamentar de inquérito como universidade em que há relações de violência contra mulheres, em festas, atividades esportivas, em letras de refrões das baterias universitárias com teor discriminatório (MAITO et al., 2019). Essas experiências impactam a saúde, o bem-estar e o desempenho acadêmico das estudantes (CRUZ et al., 2018).

Consequência de sofrimento psíquico intenso, o fenômeno do suicídio entre estudantes de medicina tem sido discutido a partir de 1986, mas desde 1976 há estudos científicos em todo mundo sobre a temática, conforme entrevista concedida por um professor de medicina da Faculdade da Saúde e Ecologia Humana, na região metropolitana de Belo Horizonte, que expressa preocupação diante de sua observação sobre o aumento do número de casos ainda que não dispusesse efetivamente de dados oficiais (OLIVEIRA, 2017). A literatura mostra que a forma naturalizada com que é tratado o sofrimento mental no processo de formação na graduação em Medicina contribui para o adoecimento dos estudantes, pois essa naturalização pode levar à negação, ao isolamento, à culpa, à racionalização e ao silêncio sobre o sofrimento dos estudantes, o que por sua vez dificulta a percepção sobre a necessidade de ações de apoio (CONCEIÇÃO et al., 2019). Em 2017, até o mês de abril, foram registradas seis tentativas de suicídio entre alunos do quarto ano de medicina da FMUSP, o que foi caracterizado como “epidemia de suicídio” (COLLUCCI, 2017). Também entre maio e junho do mesmo ano ocorreram quatro suicídios, de acordo com informações de matéria veiculada no Jornal da USP (VIEIRA, 2017).

¹ Ações afirmativas se referem ao conjunto de políticas estatais estabelecidas com o objetivo de corrigir os efeitos da discriminação histórica, na busca pela igualdade de acesso a bens fundamentais e direitos de cidadania plena; têm a finalidade de fortalecer grupos sociais prejudicados e combater a discriminação. O sistema de cotas constitui uma dessas ações e consiste em medidas que criam certa reserva de vagas em instituições públicas ou privadas para os segmentos sociais discriminados (BRASIL, 2012; GELEDÉS et al., 2013).

² Para favorecer a permanência estudantil na universidade, o governo brasileiro instituiu, em 2008, o Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), para oferecer condições para a permanência estudantil no ensino de terceiro grau a estudantes com baixa renda. Na USP esse apoio é realizado por meio do Programa de Apoio à Permanência e Formação Estudantil (PAPFE), voltado a graduandos com dificuldades socioeconômicas para se manter na universidade. Esse Programa é administrado pela Superintendência de Assistência Social (SAS).

Uma revisão integrativa, que avaliou a saúde mental dos estudantes de enfermagem de universidades brasileiras, mostra que o graduando de enfermagem apresenta momentos críticos durante o curso: no início do curso, quando ainda não está familiarizado com o ambiente acadêmico; no início das atividades práticas, devido a inseguranças e ao impacto de lidar com problemas complexos, como a morte; e na conclusão do curso, quando se preocupa com o mercado de trabalho e as exigências da profissão (ESPERIDIÃO et al., 2013), ou seja, ao longo de quase toda a graduação estudantes de Enfermagem estão sujeitos a desgaste emocional/mental. Outra revisão integrativa mostra que os estudantes universitários da área de enfermagem são submetidos a fatores estressantes durante o decorrer de todo o curso de graduação, mas que há piora no final, pois as atividades de conclusão de curso são exaustivas e comprometem a qualidade de vida do estudante, seu foco nos estudos e sua saúde mental (SILVA et al., 2016).

Do ponto de vista teórico, comprehende-se que os desafios aos jovens na atualidade referem-se a certo mal-estar que a pós-modernidade impõe à vida social, e que se desdobra em múltiplas formas de sofrimento psíquico.

Sofrimento psíquico é um processo produzido na dinâmica de vida de um indivíduo, em suas relações sociais, que produz obstruções nos seus “modos de andar a vida”; o sofrimento psíquico não se refere aos processos da vida cotidiana tornados patológicos, tal como o senso comum poderia denotar, mas aos processos vividos como obstruções à vida. Trata-se de expressão do campo da saúde mental que explica que as mediações que ajudam o indivíduo a obter o senso de inteireza podem não ser efetivas, e dessa forma podem produzir sentimentos de decomposição. Essa sensação não se expressa apenas organicamente, mas como mal-estar, desconforto ou dor, capaz de obstaculizar as dinâmicas e enrijecer a forma como os indivíduos estabelecem suas relações sociais (KINOSHITA; BARREIROS; SCHORN; MOTA; TRINO, 2016).

A juventude é estimulada a dar conta do padrão globalizado de hábitos de consumo imediato, em detrimento da construção de projetos para o futuro, pois precisa responder às promessas de ascensão a curto prazo. Nessa atmosfera valorativa, as relações imediatas são preponderantes, estabelecendo-se à medida que mudam as exigências da fluída realidade. As construções processuais perdem lugar para ações pontuais e prazeres momentâneos, abre-se mão das experiências, em função do senso de oportunidade. A juventude é estimulada a desenvolver competências individuais, compatíveis com as exigências da realidade do mercado, e a falta de vagas, expressa na dificuldade de inserção no trabalho, é obscurecida pela necessidade de qualificação. O medo da desatualização exige capacitações contínuas e múltiplas. O horizonte das escolhas profissionais dos jovens restringe-se a ocupações relacionadas aos serviços localizados nos setores mais avançados na economia, desvalorizando-se todas as demais. O estímulo social é, portanto, para o desenvolvimento de uma personalidade ávida por novidades, alerta para não perder oportunidades, e disposta à mudança, e ainda capaz de múltiplo e excelente desempenho (SENNETT, 2006).

Nessa perspectiva de explicação da realidade, ter crítica aos preceitos da dimensão totalizadora da realidade, contrapor-se ao individualismo e ao imediatismo, engajando-se em movimentos coletivos contrários à submissão dos homens a essa estrutura demolidora, é a forma de encontrar bem-estar e saúde mental, a forma de acionar mediações capazes de fortalecer os indivíduos e grupos sociais. A perspectiva emancipatória de educação é a base de apoio dessa crítica radical que os jovens necessitam ter para buscar explicações que extrapolam a si mesmos, que amparem a si e a sua geração, e que permitam buscar caminhos saudáveis para a vida social (SOARES, 2007).

Nesse sentido, as intervenções para melhoria da saúde mental de estudantes universitários não podem se resumir a terapias individuais, mas devem buscar o bem-estar social, pelo fortalecimento dos processos de socialização dos jovens.

III- POSSIBILIDADES DE ENFRENTAMENTO DO SOFRIMENTO PSÍQUICO DE UNIVERSITÁRIOS: identificação de respostas a esse sofrimento

Com o objetivo de identificar o que tem sido proposto para o enfrentamento do sofrimento psíquico nas universidades realizou-se: 1) descrição do sistema de saúde brasileiro (SUS) e da atenção à saúde mental, observando aspectos da governança e arranjos financeiros; 2) consulta a estudantes, para ajudar a delinear o problema (incluindo aspectos-chave do problema, bem como opções potenciais para abordá-lo) e levantamento de informações sobre ações e programas voltados ao enfrentamento de sofrimento psíquico existentes na USP; 3) buscas por evidências de pesquisa no tema, para responder às perguntas de pesquisa e para subsidiar a elaboração das opções consideradas nesta síntese.

O SUS e a atenção à saúde mental

A atenção à saúde pública no Brasil é realizada por meio do Sistema Único de Saúde, o SUS, a que todos os cidadãos brasileiros têm direito. A lei 8.080 de 1990, que regulamenta o SUS, permite a coexistência de serviços públicos e privados de saúde. O Brasil tem cerca de 210 milhões de habitantes, dentre os quais cerca de 47 milhões são usuários de planos de saúde privados, comercializados por 731 operadoras (BRASIL, 2020).

A atenção à saúde mental constituiu-se no SUS como uma rede de serviços de diferentes níveis de complexidade, a partir do enfoque antimanicomial que fundamentou a reforma psiquiátrica nas décadas de 1980 e 1990. Os serviços estão organizados em uma Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) que além de contar com serviços de saúde da Atenção Básica possui serviços como os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), para atendimento de pessoas com sofrimento ou transtorno mental, além daquelas que tiveram esses transtornos causados pelo uso de álcool e drogas (BRASIL, 2005, 2011; TENÓRIO, 2002; ALMEIDA, 2019).

Há diferentes tipos de CAPS, que se diferenciam conforme o número de habitantes do município atendido, abrangência do horário de atendimento, número e diversidade de profissionais que atuam na equipe mínima, faixa etária da população atendida (adulta ou infantil) e ainda se atende os problemas de saúde mental em geral, ou se é específico para a atenção em álcool e outras drogas (BRASIL, 2011).

A RAPS também conta com atendimentos de emergência nas Unidades de Pronto Atendimento (UPA) 24 horas, Serviço de Atendimento Móvel de Urgência, pronto socorros e hospitais (BRASIL, 2011).

Dessa forma, é prevista uma rede complexa para a atenção em saúde mental. Entretanto, as barreiras que limitam a plena consecução do SUS acabam também interferindo diretamente nas ações de atenção à saúde mental, dentre elas, o subfinanciamento e a segmentação do sistema de saúde, ao combinar serviços destinados a usuários de diversos segmentos de classes sociais, dada a coexistência de um subsistema público de saúde com um subsistema privado de desembolso direto, ao lado do subsistema de saúde suplementar (COSTA, 2017).

O financiamento público, da forma como tem sido operacionalizado, não é compatível com a universalidade. Os estados e os municípios vêm aumentando seus gastos em saúde, mas os gastos federais vêm decrescendo (SALDIVA; VERAS, 2018). Ressalte-se ainda que no Brasil menos de 1% dos gastos com a área da saúde são destinados à saúde mental (OPAS, 2018), não havendo clareza de como esse repasse é feito aos estados e municípios.

Da mesma forma, não existem dados que explicitem investimentos financeiros destinados ao enfrentamento de sofrimentos psíquicos de estudantes da USP.

A USP e as respostas ao sofrimento psíquico de estudantes

A USP é a maior universidade da América Latina, com 55.771 alunos de graduação e 38.228 alunos de pós-graduação, em 2019³. Conta com diversos campus na cidade de São Paulo e no interior do estado de São Paulo, entre eles, o campus da saúde, que se localiza em área de intensa atividade de ensino, pesquisa, e extensão universitária, em meio a diversos institutos de pesquisa e complexos hospitalares, como o do Hospital das Clínicas. Os cursos de graduação na área da saúde da Faculdade de Medicina (Medicina, Fonoaudiologia, Fisioterapia e Terapia Ocupacional), da Escola de Enfermagem (Enfermagem) e da Faculdade de Saúde Pública (nutrição e saúde pública) encontram-se reunidos no Distrito de Pinheiros, que dista 6,4 km do campus localizado na Cidade Universitária. A distância física e a demora no fluxo das informações fizeram com que fosse implementado pela Reitoria da Universidade, em 2008, um projeto de descentralização administrativa, passando a constituir um novo campus, denominado Quadrilátero da Saúde/Direito (PUSP-QSD). Além de vários cursos da área da saúde, o Quadrilátero reúne também a Faculdade de Direito e o Instituto de Medicina Tropical. A administração é exercida pela Prefeitura do campus e pelo Conselho Gestor, este composto pelo prefeito do campus, diretores das citadas unidades da USP, representantes de docentes, discentes de graduação e pós-graduação e representantes dos servidores técnico-administrativos. O Conselho tem como uma de suas competências promover o entrosamento das atividades administrativas comuns de interesse da Universidade e das Unidades/Órgãos integrantes da PUSP-QSP⁴.

Recursos oferecidos pela USP para o enfrentamento do sofrimento psíquico: o que existe e o que sabem os estudantes - informantes chave

Para identificar serviços, programas e recursos disponíveis para o enfrentamento do sofrimento psíquico no contexto da USP, entre maio e junho de 2020, foram convidados estudantes de graduação (10), e de pós-graduação (7) a responderem, por meio de aplicativos de conversa ou e-mail, questões relacionadas ao conhecimento de recursos para suporte/monitoramento, tratamento de sofrimentos psíquicos e ações para a promoção da saúde mental de estudantes da USP, que ajudaram na contextualização, definição do problema e compreensão das necessidades e das respostas a essas necessidades.

A totalidade dos informantes relatou conhecer colega de curso que foi acometido por sofrimento psíquico.

Em relação aos recursos na Universidade para o enfrentamento do sofrimento psíquico, conhecidos pelos informantes, graduandos de Fonoaudiologia, Fisioterapia e Terapia Ocupacional referiram que o GRAPAL (Grupo de Assistência psicológica do aluno da Faculdade de Medicina (FMUSP) é uma referência, oferecendo atendimento psicológico e psiquiátrico. Quando sentem a necessidade de ajuda, os estudantes desses cursos procuram o acolhimento e são orientados sobre as formas de apoio para seu caso. A inserção em atendimento psiquiátrico é rápida, o tratamento é realizado por meio de acompanhamento mensal ou semanal, de acordo com a necessidade e, em caso de prescrição medicamentosa, os medicamentos podem ser fornecidos pela farmácia do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP. Já a inserção no atendimento psicológico tem espera de mais de um ano; por isso, além de inserir o graduando na lista de espera para atendimento psicológico, os profissionais do GRAPAL informam locais com atendimento gratuito em São Paulo, bem como uma lista de profissionais que atendem por preços simbólicos. O GRAPAL foi muito elogiado pelos graduandos, por proporcionar apoio principalmente no processo de aceitação do sofrimento psíquico e da necessidade de ajuda.

Também foi mencionado o Instituto de Psicologia da USP, que em conjunto com o Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, desenvolve atividades de ensino, pesquisa e extensão. Assegura que está preparado para atender de forma completa e integrada

aos mais diversos transtornos neuropsiquiátricos, nos diferentes públicos: crianças e adolescentes, adultos e pacientes geriátricos. No relato, entretanto, devido à demora para inserção no atendimento, por falta de vagas, os alunos dificilmente obtêm sucesso no atendimento às suas necessidades. O atendimento é pontual, em dias e horários específicos da semana, por ordem de chegada. A procura é grande e o atendimento acontece por demanda espontânea, sem agendamento prévio; portanto, não há como garantir uma vaga para atendimento no mesmo dia da busca, o que pode desestimular os graduandos. Além dessa, outra dificuldade deve-se ao fato de os primeiros atendimentos serem realizados em horários das aulas. Apesar desses pontos, os estudantes reforçam que é um recurso essencial para os estudantes da USP que, à exceção dos graduandos da FMUSP, não têm outra possibilidade de acesso a cuidados de saúde mental na universidade. O Instituto de Psiquiatria também foi referido pelos estudantes de Enfermagem como recurso para atendimento psiquiátrico, mas que não possibilita acompanhamento a longo prazo.

Quanto a outros recursos formais ou informais da universidade utilizados em caso de sofrimento psíquico foi citado o NAE (Núcleo de Apoio ao Estudante da FMUSP), que promove rodas de conversa e outras atividades para o bem estar dos alunos.

Os estudantes da FMUSP referiram ainda diversos recursos envolvendo atividades relacionadas à arte, como o Recital dos Estudantes de Medicina, que se configura em uma atividade de extensão aberta a todos os estudantes do quadrilátero da saúde, organizado pelos graduandos para ensaiar músicas. Para participar basta comparecer aos ensaios que ocorrem duas vezes por semana. Com a mesma finalidade os estudantes também organizaram um grupo de dança denominado Med Dança, voltado para todos alunos da USP.

O Coletivo Sobrevivências foi outro recurso lembrado, que atualmente está em reformulação e temporariamente suspenso; tem a proposta de interseccionar arte e saúde de forma a possibilitar que os alunos interajam e troquem experiências considerando sua inserção na área da saúde. A arte é utilizada como forma de expressão a fim de criar relações de vínculo e enfrentamento para as demandas de saúde mental dos próprios estudantes.

O Grupo de Teatro da Medicina foi outro espaço considerado importante, pois tem se constituído também como acolhimento e rede de apoio, embora não tenha esses objetivos explicitamente descritos.

Os estudantes de enfermagem relataram que contam com apoio de docentes e de enfermeiras contratadas para o apoio ao ensino que, por iniciativa individual, têm disponibilidade para acolher as dificuldades dos graduandos.

Um dos graduandos também referiu o Serviço de Assistência Social da USP e do Hospital Universitário, mas não soube informar que tipo de atendimento oferecem.

Em relação à forma como os estudantes obtiveram informação sobre os recursos existentes, quase todos responderam que foi por intermédio dos próprios colegas de graduação. As atividades de recepção dos calouros foram referidas como espaço de divulgação, bem como o Jornal da USP.

Os estudantes de enfermagem mencionaram ainda espaços, como o CODEENF (Coletivo de diversidade sexual e de gênero da EEUSP) e a Bateria Arritmia, onde encontram fortalecimentos em relação à saúde mental, porém chamaram a atenção para o fato de que poucos têm tempo livre o bastante para manter e participar dessas entidades estudantis. Respostas muito semelhantes foram dadas pelos alunos de pós-graduação. No que diz respeito aos recursos utilizados pelos pós-graduandos apenas dois entrevistados referiram que seus colegas procuraram o Escritório de Saúde Mental criado pela Superintendência de Assistência Social da USP (SAS), o Instituto de Psicologia da USP (SAP - Serviço de Atendimento Psicológico), que oferece psicoterapia individual e em grupo, e o Hospital Universitário (HU USP), que oferece atendimento psiquiátrico.

Com certa frequência os alunos organizam espaços para falar sobre saúde mental como rodas de conversas independentes ou promovidas pela graduação e centros acadêmicos ou até mesmo saraus e outras atividades.

³ Dados disponíveis no sistema de informação da USP: <https://uspdigital.usp.br/tycho/listarIndicadorGeral?codmnu=2417>

⁴ <http://www.puspqsd.usp.br/>

Os estudantes apontaram outras possibilidades de enfrentamento aos problemas de saúde mental, como festas na universidade, atividades esportivas promovidas pela Atlética, saídas para bares com os amigos, depois das aulas. Consideradas estratégias de escape da rotina acabam ajudando bastante no enfrentamento do sofrimento psíquico, além do próprio fortalecimento entre os estudantes em reuniões do Centro Acadêmico, por exemplo. Esses espaços são considerados potenciais de fortalecimento.

No que diz respeito aos pós-graduandos, esses também referiram conhecer colegas que passaram ou passam por sofrimento psíquico e que buscaram ajuda, entretanto os entrevistados não souberam responder como os pós-graduandos acessaram esses serviços, qual o caminho percorrido e quais as dificuldades / facilidades para se chegar a esses recursos. Também não souberam responder se os recursos atenderam às necessidades dos colegas. Ressalte-se que nenhum dos pós-graduandos referiu conhecer outros recursos, formais ou informais da universidade, que possam demandar para o enfrentamento do sofrimento psíquico. Um dos estudantes citou 20 serviços ou programas de atendimento gratuito ou de baixo custo divulgados via WhatsApp, mas nenhum vinculado à USP. Conversas entre os próprios pós-graduandos via aplicativo e redes sociais foram mencionadas por dois entrevistados como única forma de apoio diante de sofrimento psíquico.

No que diz respeito aos recursos da universidade, para promover ou fortalecer a saúde mental dos estudantes, foi citada a realização de palestras sobre atenção plena (*mindfulness*), “que reforçam o pensamento positivo e a redução da ansiedade relacionadas ao ‘fracasso’”, que são divulgadas online, sem especificação de vínculo a algum serviço específico da USP. Outro entrevistado falou sobre o “mapa de Saúde mental da universidade”, disponível no site da USP, criado por ocasião do Setembro Amarelo (mês dedicado a colocar problemas de saúde mental em evidência) e que congrega todos os serviços e programas de atendimento em saúde mental da universidade. Foram citadas também as *lives* realizadas pelo Centro de Práticas Esportivas da USP (CEPEUSP), com exercícios de respiração, alongamento, entre outros, com foco na ansiedade, controle dos pensamentos e melhoria do condicionamento físico. O mesmo estudante referiu ainda o apoio psicológico online do Instituto de Psiquiatria da USP, para o atual período de pandemia de COVID-19.

Além desses, os estudantes podem também ser atendidos no Hospital Universitário da USP, mas esse serviço conta com apenas um psiquiatra, sem outros profissionais de saúde mental, que permitiria outras ações terapêuticas, para além da terapêutica medicamentosa.

Há também uma unidade básica de saúde vinculada à Faculdade de Medicina e articulada à rede do SUS (Centro de Saúde Escola do Butantã), que oferece um Programa de Saúde Mental (NASSER et al., 2017; SCHMIDT, 2013). A área coberta por esta unidade inclui o campus universitário do Butantã, principal campus da USP, que é bastante afastado do Quadrilátero. Portanto, é a unidade básica de saúde referência dos moradores do Conjunto Residencial da USP (CRUSP), moradia que faz parte do programa de assistência estudantil e que fica localizada no campus Butantã. O Programa de Saúde Mental realiza atividades de assistência, ensino e pesquisa. Atualmente, a equipe é composta por dois psiquiatras, um psicólogo, um médico sanitarista com formação em psicanálise e três técnicos de Enfermagem com formação em saúde mental. O Programa de Saúde Mental atende adultos e adolescentes (a partir dos 12 anos), atualmente nas seguintes modalidades: atendimento psiquiátrico individual, atendimento de enfermagem, psicoterapia individual e de grupo, oficinas terapêuticas, visitas domiciliares. O programa pode atender qualquer pessoa residente na área de cobertura que tenha se matriculado na unidade. Qualquer estudante residente no CRUSP pode ser atendido se procurar assistência. Também atendem estudantes da USP que moram perto da unidade.

Existe outro serviço de atenção básica, articulado à Faculdade de Saúde Pública da USP (FSP), o Centro de Saúde Escola Geraldo de Paula Souza. Este serviço proporciona atendimento em saúde mental para servidores da FSP e para a população que mora em sua área de abrangência, mas não há atendimento dirigido a estudantes. Oferece alguns grupos de relaxamento e yoga que são abertos ao público em geral sem necessidade de cadastramento, o que pode beneficiar estudantes do Quadrilátero.

Para além dos recursos informados pelos estudantes, obteve-se outras informações de recursos da USP, descritos no quadro 1.

Quadro 1 - Identificação e descrição de recursos em saúde mental na USP

RECURSO	DESCRIÇÃO
Escrítorio de Saúde Mental	Ligado à Reitoria da USP, o escritório oferece acolhimento psicológico, feito por psicólogos da Instituto de Psicologia da USP (Cidade Universitária), de caráter voluntário, com escuta pontual, para orientação e encaminhamentos para o Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP. Também oferece um curso online gratuito sobre prevenção do suicídio
Comissão de apoio à comunidade	Localizada no Instituto de Ciências Biomédicas (Cidade Universitária), o projeto disponibiliza uma psicóloga de fora da USP e uma psicanalista. Se necessário os pacientes também podem ser encaminhados para outro local. O projeto organiza eventos e cursos sobre o tema
SOS Poli (Escola Politécnica)	Projeto do Grêmio Politécnico, da Escola Politécnica (Cidade Universitária). São organizadas terapias em grupo quinzenalmente com uma psicóloga voluntária. Além disso, ocorrem eventos e palestras sobre o assunto e também é disponibilizada para os alunos uma planilha com contatos de psicólogos que atendem gratuitamente ou com um preço acessível. A Poli também oferece cursos na cidade de Santos. Para a comunidade desse campus, são feitas mensalmente sessões de terapia em grupo pela ferramenta de conferência online Hangouts;
Centro Acadêmico Moacyr Rossi Nilsson	Centro Acadêmico da Faculdade de Medicina Veterinária e Zootecnia (Cidade Universitária) desenvolve sessões quinzenais de terapia em grupo, coordenada por uma psicóloga contratada
Acolhe USP	Programa de Acolhimento Relacionado ao Uso de Álcool e Outras Drogas (Cidade Universitária): é um serviço de saúde voltado ao cuidado de estudantes e trabalhadores da USP com problemas relacionados ao uso de substâncias psicoativas
Grupos de Apoio ao Estudante	Projeto organizado pela Faculdade de Odontologia, (Cidade Universitária) não é exclusivamente voltado à saúde mental. A ideia é que os alunos possam escolher alguém com que tenham maior identificação para ser seu tutor. Nessa atividade, o estudante é auxiliado em diversos problemas relacionados à faculdade, desde questões administrativas até psicosociais. Também graduandos dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia e Terapia Ocupacional contam com o programa de tutoria acadêmica em que os professores e alunos que desejam participar se encontram periodicamente para compartilhar experiências e pensar em enfrentamentos para as questões de saúde mental.
GRAPUSP	Grupo Reflexivo de Apoio e Permanência da USP é uma iniciativa do laboratório LIPSIC (do Instituto de Psicologia da USP, Cidade Universitária), formado por pós-graduandos e graduandos, que visa criar um espaço de grupo para pensar questões de permanência nos cursos da USP. O grupo funciona usando objetos mediadores, como fotografias, ou a partir da fala livre ⁵ .
Coletivo Neurodivergente Nise da Silveira	Grupo gerido por estudantes criado em 2016 na Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da USP (Cidade Universitária) e que funciona como uma rede de apoio para alunos que têm problemas de saúde mental, como depressão, bipolaridade, transtornos de ansiedade e pânico, entre outros.
Rede não Cala!	Composto por 200 mulheres, professoras e pesquisadoras da USP de vários campi, em diferentes cidades, que tem como objetivos acolher estudantes e trabalhadoras vítimas de relações de violência de gênero, elaborar estratégias para o enfrentamento da violência, por meio de orientação sobre ações que as vítimas podem realizar, sejam mecanismos administrativos de denúncia na própria unidade de ensino, ou ações judiciais. Também são feitos encaminhamentos a serviços de saúde, especialmente ao Centro de Saúde Escola do Butantã. As autoras, componentes da Rede, reforçam a importância da adoção de medidas de enfrentamento da violência sexual e de gênero pela universidade, pois sem este o acolhimento feito pela Rede tem se mostrado insuficiente (CRUZ et al., 2018)

Os relatos de estudantes e de informações sobre os recursos disponíveis, foi possível afirmar que são limitadas as respostas em saúde mental aos estudantes da USP, que têm buscado alternativas próprias para responder às suas necessidades. Os estudantes de famílias com alto poder aquisitivo, como é o caso da maior parte dos estudantes de medicina, pagam seguros privados para atenção à saúde ou acessam serviços de atenção à saúde privados, para obter atenção em saúde em geral e mental em particular.

⁵ <https://www.facebook.com/IPUSP/posts/2370326159724774/>

Na USP não existe uma política de saúde mental para a comunidade universitária. Há recursos que prestam algum tipo de cuidado, sem articulação entre eles, como os elaborados internamente a determinados cursos e o acesso a eles é aberto apenas aos estudantes desses cursos.

Os relatos de estudantes e informações sobre os recursos disponíveis permitem concluir que a USP não tem arranjo organizativo de integração com os serviços oferecidos pelo SUS, nem existem fóruns de discussão com a participação de outras instituições públicas, para traçar planos de ações integradas em saúde mental.

Também não se identificou equipes sentinelas, que pudessem concentrar-se em estratégias para apoiar os estudantes em situações de desgaste e de sofrimento psíquico. As ações são em geral de tratamento, em detrimento de atividades de fortalecimento que envolvem articulação com a rede de saúde. Também não se identificou mecanismos para discussão multiprofissional e interdisciplinar dos casos de estudantes que não conseguem ter êxito nas atividades acadêmicas, como consequência de sofrimento ou de efeitos colaterais de tratamento medicamentoso.

Não há dados epidemiológicos ou programas de monitoramento da saúde mental da comunidade universitária. Tal invisibilidade dificulta qualquer dimensionamento do problema de forma clara. A comunicação entre a universidade e os serviços de vigilância do município de São Paulo, para monitoramento de casos de suicídio ou tentativa de suicídio, parece não existir e também não existe informação completa e atualizada para aqueles que procuram recursos de serviços de saúde mental em resposta às suas necessidades em saúde mental.

A partir desse delineamento, vale relembrar aqui as perguntas de pesquisa desta RR:

- ⌚ Qual a melhor política a ser oferecida pela Universidade de São Paulo (USP) para o fortalecimento da saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero?
- ⌚ Quais programas deveriam compor a atenção em saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero, e como poderia ser o acesso a esses programas?
- ⌚ Quais programas educativos e estratégias de comunicação poderiam oferecer melhor suporte a programas de atenção em saúde mental para estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero?
- ⌚ Quais são as estratégias de monitoramento contínuo e avaliação das necessidades em saúde mental de estudantes universitários da área da saúde, no Quadrilátero?

IV - EVIDÊNCIAS DA LITERATURA QUE SUBSIDIARAM AS OPÇÕES

Além do levantamento de recursos disponíveis em saúde mental dentro e fora da universidade, para responder às questões de investigação foram realizadas buscas de sínteses de evidências e estudos primários, em maio e junho de 2020, nas fontes de dados: PubMed, Health System Evidence, Social System Evidence, Epistemonikos, McMaster Plus, Health Evidence, Embase, ASSIA, Campbell, Cochrane, ERIC, JBI, CINAHL, Scopus, PsycInfo, LILACS, CAPES, Sociological Abstract, Opengrey, PE-Dro, Social Service Abstract.

O processo de seleção das publicações foi realizado por um revisor e, em caso de dúvida, também por um segundo revisor. Esse processo foi orientado por quatro opções previamente elaboradas, já apresentadas no item. São elas: 1. estabelecer e dar suporte a uma política de fortalecimento da saúde mental, capaz de sensibilizar para a identificação de necessidades em saúde mental dos estudantes da área da saúde, bem como dar respostas a elas, no âmbito dos cursos da área da saúde, localizados no Quadrilátero da USP; 2. integrar e ampliar a oferta de programas de atenção em saúde

mental e proporcionar acesso a eles, para estudantes da área da saúde, localizados no Quadrilátero da USP; 3. promover programas educativos e estratégias comunicacionais para os estudantes da área da saúde, do Quadrilátero da USP, quanto ao sofrimento psíquico na contemporaneidade e as formas de enfrentamento, para assegurar que os estudantes conheçam os serviços e recursos e possam acessá-los e para que possam encontrar práticas fortalecedoras; 4. Monitoramento e avaliação das necessidades em saúde mental de estudantes no Quadrilátero da USP.

Para a opção 2 foram identificados 48 artigos elegíveis. Considerando que o número de artigos relacionados a esta opção foi bem maior do que para as demais opções, e o tempo era limitado para a realização da revisão rápida, decidiu-se imprimir maior rigor e especificidade, ampliando-se assim os critérios de exclusão para esta opção. Desta forma, foram excluídos artigos que não especificaram o país de realização dos estudos primários, os que não apresentaram avaliação das intervenções, os que não informaram data da busca e os que não apresentaram metanálise.

Os artigos incluídos foram classificados de acordo com as quatro opções. As estratégias de busca podem ser consultadas no Apêndice 1. As revisões sistemáticas e artigos primários incluídos podem ser consultados nos Apêndices 2 e 3. Após a extração dos dados, verificou-se que a mensagem-chave 4, da opção 1, foi respondida de forma precária, tendo sido encontradas poucas evidências. Foram, então, realizadas buscas específicas sobre racismo e outras formas de discriminação. Também foram indicados por pesquisadores/docentes estudos primários. Esses estudos foram acrescentados na coluna das publicações complementares do Apêndice 1.

Foram incluídos 45 trabalhos, dentre os quais 34 eram revisões sistemáticas (RS). As RS incluídas foram avaliadas quanto à qualidade metodológica por meio da ferramenta AMSTAR (SHEA et al., 2007) e classificadas como qualidade baixa (escore 0 a 3), moderada (4 a 7) e alta (8 a 11).

A essas 34 revisões sistemáticas (RS) foram também incluídas 1 síntese de evidências, 1 revisão guarda-chuva, 1 revisão de escopo, 3 revisões narrativas e 5 estudos primários relacionados às quatro opções.

Opção 1

Estabelecer e dar suporte a uma política de fortalecimento da saúde mental, capaz de sensibilizar para a identificação de necessidades em saúde mental dos estudantes da área da saúde, bem como dar respostas a elas, no âmbito dos cursos da área da saúde, localizados no Quadrilátero da USP

Para compor esta opção se consideraram as iniciativas que objetivam: aperfeiçoar a sociabilidade, a democracia e o acesso à cultura; propiciar discussões e fóruns políticos de integração e de organização estudantil; ações para diminuir o estigma relativo à saúde mental, e às desigualdades de classe, gênero e etnia, a violência, o bullying, entre outras. Dessa forma, as evidências encontradas na literatura foram abaixo discriminadas em quatro mensagens-chave.

Mensagens-chave

- 1) Constituir um comitê em saúde mental no âmbito dos cursos do Quadrilátero/USP, com o objetivo de discutir os principais problemas que afetam os estudantes e apoiá-los na decisão sobre a melhor maneira de enfrentar os desafios que estão vivendo. Este comitê deve ser composto por professores, servidores de apoio técnico-administrativo e estudantes e deve estar formalmente registrado no âmbito das políticas da USP, podendo ser viabilizado como Núcleo de Apoio à Pesquisa, com apoio de todas as unidades de quadrilátero;

- 2) Desenvolver atividades para diminuição do estigma relacionado à saúde mental com a finalidade de promover mudança de mentalidade e fortalecimento dos estudantes na busca por melhoria da saúde mental;
- 3) 3) Propor mudanças curriculares nos cursos da área da saúde, que compõem o Quadrilátero, no sentido de esclarecer o significado de saúde mental e proporcionar elementos críticos aos estudantes para compreender a relação entre saúde mental e sociedade, detectar problemas, buscar ajuda e apoiar colegas que estão passando por situações de sofrimento psíquico;
- 4) 4) Integrar programas e atividades de combate ao racismo e preconceitos contra LGBTI, cotorras, e outras formas de discriminação dos estudantes, bem como programas e atividades de apoio à permanência dos estudantes.

A **mensagem-chave 1** está fundamentada em revisões sistemáticas (RS) e estudos primários. Um dos estudos primários relata experiência sobre a criação de uma política de saúde mental da Universidade Federal de São Carlos (UFSCAR), que colabora com a integração dos diversos atores que trabalham com saúde mental na UFSCAR e a criação de um grupo de trabalho de saúde mental para definição de uma agenda comum e integrada (UFScar, 2020).

Com o objetivo de sintetizar evidências sobre estratégias atuais de promoção da saúde mental no contexto da universidade, uma RS (qualidade moderada) analisou a política institucional para controle do suicídio da Universidade de Illinois, EUA. A estratégia consiste de avaliação profissional obrigatória, com o mínimo de quatro sessões, para estudantes que ameaçaram ou tentaram suicídio. A série temporal comparou as taxas de suicídio antes e depois da implementação da política. A taxa de suicídios que antes da política era de 6,91 por 100.000 alunos matriculados passou a 3,78 por 100.000 alunos matriculados após a implementação da política. Embora o programa de avaliação obrigatória tenha sido associado à diminuição do suicídio entre alunos de graduação, há dúvidas sobre sua eficácia para outros grupos visto que, em contraposição, houve aumento entre alunos de pós-graduação e profissionais (FERNANDEZ et al., 2016).

Uma RS (qualidade alta) que buscou evidências sobre intervenções para prevenir o suicídio encontrou uma política de múltiplos componentes implementada por uma universidade estadunidense. A política envolve restrição de meios para praticar o suicídio e avaliação obrigatória para comportamento suicida. Após a implementação, a incidência cumulativa de suicídio foi significativamente menor nesta universidade, inclusive para o grupo estudantil, do que nas universidades do grupo controle (HARROD et al., 2014).

Um artigo de opinião, introduzido nesta revisão por conter informação relevante, fornece princípios e uma lista das principais ações que devem compor uma política universitária de enfrentamento do racismo contra *Black, Indigenous and people of color* (BIPOC). Os princípios das reformas a serem efetivadas devem integrar o compromisso de restabelecer os direitos civis, a justiça restaurativa, a dignidade e o respeito, a participação e a interseitorialidade compondo uma abordagem integrada. As ações são apresentadas em três fases. As ações iniciais se referem ao reconhecimento público da instituição sobre sua responsabilidade no combate ao racismo, tornando-se uma instituição que tem mecanismos para identificar seus problemas e agir sobre eles, implementando ações mandatórias e subsidiadas, de formação em história do racismo, e de monitoramento de incidentes, como realização de seminários/oficinas, implementação de fichas de notificação de ocorrências, mecanismos de análise e disseminação dos resultados e adoção de ações em resposta, e a reforma de serviços prestados aos estudantes, para que não sejam reprodutores de racismo institucional. As ações intermediárias são de suporte ao enfrentamento e correção do legado de racismo, como financiamento para departamentos que desenvolvem a temática, contratação de educadores críticos, oportunidades de estágio para estudantes em organizações que lutam contra o racismo estrutural. Na etapa avançada, as ações devem estar voltadas para a construção de uma sociedade antirracista equitativa, como as de investir em programas de apoio à formação no ensino fundamental e médio, a construção de formas acessíveis para ingresso na instituição para comunidades BIPOC, implementação de programas de

matrícula dupla em parceria com escolas de ensino médio que atendem a BIPOC e às comunidades da classe trabalhadora, eliminar o uso de pontuações de testes padronizados para admissão nas universidades, oferecer programas de educação comunitária gratuitos ou de baixo custo nas comunidades BIPOC, tornar as acomodações no campus, planos de alimentação e atividades institucionais extracurriculares opcionais e acessíveis (METIVIER, 2020).

A **mensagem-chave 2** foi formulada com base em uma síntese de evidências para políticas (TAMBOLY; GAUVIN, 2013) e quatro RS de qualidade alta e moderada (LIVINGSTON et al., 2012; GIRALT-PALOU; PRAT-VIGUÉ; TORT-NASARRE, 2012; YAMAGUCHI et al., 2013; HEIM et al., 2019), que abordaram a redução de estigmas entre universitários por meio de capacitações de estudantes. Destaca-se a síntese de evidência com o relato de que a Universidade McMaster (Canadá) forneceu recursos e treinamento para a equipe, membros do corpo docente e assistentes de ensino de graduação e pós-graduação para garantir que eles estivessem adequadamente equipados para criar um espaço livre de estigma para seus alunos e identificar e abordar proativamente as preocupações de saúde mental dos alunos. Outra intervenção são os clubes dirigidos pelos próprios estudantes, que se destinam a eliminar o estigma e apoiar os colegas que apresentam estresse, ansiedade e outros problemas de saúde mental, criados em função do aumento dos problemas que afligem os estudantes (TAMBOLY; GAUVIN, 2013). Além disso, duas RS (LECKEY, 2011; MANSFIELD et al., 2014), respectivamente de qualidade moderada e alta, e uma revisão de escopo (MEREDITH, 2020) abordaram atividades como dança, teatro, esporte e caminhadas na natureza, como forma de promoção de bem-estar, e uma RS de qualidade moderada avaliou o estímulo a atividades como assistir filmes e melhorar os padrões de descanso e sono (LABRAGUE et al., 2017).

A **mensagem-chave 3** foi evidenciada em RS e estudos primários. Uma RS de qualidade moderada sobre intervenções para prevenção de ideação suicida e problemas de saúde mental de estudantes de Medicina. Poucos estudos investigaram o efeito de intervenções baseadas no currículo, não sendo encontradas evidências de melhoria nos sintomas de depressão e redução nos escores de ansiedade, entre esses estudos. A revisão concluiu haver foco em intervenções que priorizam a resiliência individual, em detrimento dos elementos estruturais, sistêmicos e culturais que podem impactar de forma mais ampla o bem-estar na formação médica (WITT et al., 2019). Outra RS de qualidade moderada também reuniu estudos para descrever como os programas de gerenciamento de estresse foram incorporados ao currículo de educação médica e se houve impacto no sofrimento psicológico. As disciplinas oferecidas incorporaram técnicas de auto hipnose e meditação, feedback sobre vários hábitos de saúde, grupos de discussão educacional sobre autocuidado, aulas sobre medicina mente-corpo, seminários de redação reflexiva, entre outras; foram também feitas mudanças na duração e tipo de currículo pré-clínico e na forma de graduar o currículo de ciências básicas (SHIRALKAR et al., 2013).

Oferecimento de disciplina optativa no curso de graduação em Enfermagem a estudantes dos diversos cursos da USP foi avaliado pelos graduandos das várias turmas como de fundamental importância no currículo, destacando a necessidade de disciplinas com conteúdo que estimule a crítica social para o pleno exercício de vida estudantil. Essa disciplina instrumentaliza os graduandos para construir projetos educativos emancipatórios; foram muitos os projetos, com propostas para diversas áreas de atuação, coerentemente aos cursos de origem dos graduandos. Os conteúdos disciplinares focalizam o fenômeno das drogas psicoativas, nas dimensões produção, distribuição e consumo, a temática da vivência da juventude na contemporaneidade, com ênfase em estratégias de redução de danos, e respostas a desgastes produzidos socialmente, por meio de ações de educação em saúde, na vertente emancipatória. Os projetos elaborados têm mostrado que o processo pedagógico da disciplina permite a desindividualização do problema, ou seja, a compreensão da dimensão coletiva dos problemas que afetam os jovens na atualidade (CORDEIRO et al., 2016).

Essa disciplina propõe intervenções que incidem sobre o coletivo e visam mudanças organizacionais, sob a abordagem da Redução de Danos Emancipatória (RDE). Partindo de explicação sociológica sobre o consumo de drogas e da educação crítica, a RDE mostra o caminho do fortalecimento coletivo dos jovens por meio da adoção de práticas de acolhimento a necessidades de saúde dos jovens, bem como de práticas educativas que apoiam a compreensão do problema, pelas instituições e grupos

organizados. A construção de práticas coletivas e contextualizadas pressupõe desenvolvimento de projetos participativos, com espaço e tempo próprios ao aprofundamento analítico e desenvolvimento de propostas práticas. Nessa perspectiva, outra tecnologia pode ser mencionada, o “Caderno de educação para ampliar a crítica sobre o consumo de drogas: como trabalhar com jovens⁶”, que propõe desmistificar o consumo de drogas e expor suas contradições a partir de conhecimentos científicos e artísticos críticos, pode ser usado por professores, trabalhadores de saúde e assistência social, centros acadêmicos, entre outros. Esta evidência não foi captada nas buscas, mas foi incluída posteriormente dada a riqueza da experiência, de mais de 15 anos, e robustez da evidência verificada por meio de avaliações de projetos de redução de danos desenvolvidos pelos estudantes (CORDEIRO et al., 2016).

Um estudo primário aborda o caso de uma universidade finlandesa, a Universidade Aalto, que está entre as 200 melhores do mundo, como exemplo de como criar ações e políticas de apoio à saúde por meio de recursos relevantes, apoio universitário aprimorado por meio de pontos de contato frequentes e da cultura organizacional. O estudo mostra que as mudanças curriculares devem ser implementadas em períodos iniciais dos cursos, com o objetivo de aumentar as habilidades sociais que beneficiam o aluno. Destaca-se o imperativo de que os professores saibam quais recursos estão disponíveis para os alunos abordarem questões pessoais ou questões acadêmicas que enfrentam. Essas recomendações podem ajudar a conectar os alunos aos recursos necessários para melhorar seus conhecimentos e habilidades (CROMLISH, 2020).

Na RS conduzida por FERNANDEZ et al. (2016), de qualidade moderada, foi avaliado o impacto no bem-estar mental de estudantes de um curso obrigatório sobre saúde (*Health in Modern Society*). O curso aborda saúde mental e sexual e estilo de vida e vale-se de técnicas de aprendizagem ativa. Houve aumento no conhecimento sobre saúde mental e na adoção de comportamentos de bem-estar mental. Essa RS avaliou também o *Health Enhancement Program* (HEP), curso obrigatório ministrado aos alunos do primeiro ano de Medicina na Universidade Monash (Austrália), que consiste de oito aulas sobre: a relação entre saúde física e mental, medicina integrativa mente/corpo, estratégias de mudança de comportamento, com base na terapia de atenção plena e a importância de comportamentos saudáveis. Contou com sessões de tutoria para apoio. A avaliação mostrou melhoria da qualidade de vida psicológica, dos sintomas de depressão, da hostilidade e da saúde mental em geral. A revisão analisou ainda outras evidências sobre mudanças curriculares, entre elas, a da Escola de Medicina da Universidade de Saint Louis (EUA). As mudanças curriculares tinham elementos estruturais com mudanças nas disciplinas e no sistema de notas, entre outras. Embora os resultados tenham mostrado níveis mais baixos de sintomas de depressão, ansiedade e estresse, eles foram contraditórios com outro estudo de avaliação de mudanças curriculares estruturais, que não obteve resultados positivos.

Uma RS de qualidade baixa, com o objetivo de explorar o programa *Mental Health First Aid* (MHFA) e verificar sua integração aos currículos, justifica a importância desse tipo de treinamento para estudantes universitários, considerando que se trata da faixa etária que apresenta maior prevalência de problemas de saúde mental e que é um grupo que preferencialmente procura ajuda informal. Ademais, há evidências de que profissionais de saúde não têm recebido educação em saúde mental durante sua formação. Várias versões de treinamento MHFA podem ser encontradas internacionalmente para público em geral, sendo que na Austrália o treinamento consiste em 12 horas presenciais, por um instrutor credenciado, enquanto nos EUA são 8 horas de duração. Nos últimos anos, diferentes versões do programa têm sido desenvolvidas para públicos específicos, incluindo um MHFA para estudantes universitários. Entre os estudantes que receberam o treinamento, a maioria era da área da saúde ou serviço social. A revisão mostrou que em apenas 3 dos 12 estudos havia integração desse treinamento ao currículo. (EL-DEN et al., 2020).

Outra RS, de qualidade moderada, avaliou intervenções realizadas durante a formação de estudantes de Enfermagem e de enfermeiros recém-formados para prevenir o abandono do curso ou do trabalho. Uma das intervenções consiste em programa de gerenciamento de estresse, com inclusão de sessões grupais. Outra intervenção envolveu treinamento de habilidades de relaxamento, incluindo conhecimento, discussão e treinamento prático. As demais envolveram educação e treinamento de

habilidades para lidar com o estresse e estressores, em combinação com treinamento de habilidades de relaxamento e técnicas de terapia cognitivo-comportamental. A duração variou de duas sessões de 2,5 horas a seis sessões de 2 horas. As intervenções foram fornecidas por professores de Enfermagem, estagiários de psicologia, assistentes sociais e estudantes de graduação (BAKKER et al., 2020).

A mensagem-chave 4 foi apoiada por uma síntese de evidências e revisões narrativas. A síntese trouxe intervenções destinadas a melhorar o acesso a serviços de saúde mental de grupos sociais que fazem parte de minorias. Intervenções destinadas a provedores de cuidados em saúde, que objetivavam melhorar a qualidade do atendimento prestado, usaram estratégias comunicacionais como sistema de lembrete de provedor para fornecimento de serviços, para oferecer serviços preventivos diretamente aos pacientes e questionários estruturados para avaliar os comportamentos de saúde de estudantes universitários. Intervenções de divulgação direcionadas a grupos religiosos, como livretos educacionais sobre as causas e o tratamento de várias condições de saúde mental, serviço de linha direta por telefone para fornecer informações sobre serviços de intervenção em crises, reuniões mensais de grupo e apresentações de especialistas, familiares e indivíduos, com problemas de saúde mental. Essas intervenções tiveram efeitos positivos no conhecimento sobre doenças mentais e sobre os serviços de saúde, bem como na satisfação dos grupos que participaram, mas não se tem evidências sobre seu efeito direto em indivíduos com problemas mentais (TAMBOLY; GAUVIN, 2013).

Uma revisão narrativa sobre problemas enfrentados por estudantes LGBT em uma universidade da Nigéria, mostra que a organização de conferências sobre inclusão, igualdade e diversidade na educação universitária, em 2017 e 2019, proporcionou oportunidade para acadêmicos, estudantes, ativistas LGBT e outros grupos nigerianos discutirem a homofobia sexual (OKANLAWON, 2020).

Outra revisão narrativa abordou o processo de elaboração e construção das “Diretrizes gerais para as ações institucionais de intervenção diante de situações de violência e discriminação de gênero e orientação sexual⁷” para a USP, valendo-se de revisão da literatura e documental, e da experiência dos autores na Comissão para Apurar Denúncias de Discriminação, Assédio e Violência Contra Mulheres e de Gênero do campus USP de Ribeirão Preto e de outros movimentos dentro da USP. O documento apresenta propostas de como enfrentar o problema, prevendo medidas de proteção para que vítimas de violência não venham a ter prejuízos na sua formação, com atendimento integral aos vitimados, investigação e respostas rápidas aos casos notificados. A revisão mostrou que existem respostas ao problema na Europa e na América Latina, bem como práticas dialógicas de prevenção da violência contra mulheres na Universidade Autônoma do México e em universidades no Reino Unido que serviram de subsídio às diretrizes (MAITO et al., 2019).

OPÇÃO 2

Integrar e ampliar a oferta de programas de atenção em saúde mental e proporcionar acesso a eles, para estudantes da área da saúde, localizados no Quadrilátero da USP

Para compor esta opção, buscou-se a efetividade e o significado/aceitação de ações de promoção, prevenção e tratamento de problemas e agravos em saúde mental, procurando propostas que viabilizem acolhimento simples, claro e imediato, bem como acesso aos diversos tipos de terapêutica disponíveis no SUS. Para proporcionar acesso a programas especializados no âmbito de atuação de outras instituições do SUS, deve-se buscar projetos de integração dessas ações à universidade, com claros arranjos estruturais de funcionamento. Dessa forma, as evidências encontradas na literatura foram abaixo discriminadas em três mensagens-chave.

⁷ Diretrizes gerais para as ações institucionais de intervenção diante de situações de violência ou discriminação de gênero ou orientação sexual. Comissão Para Apurar Denúncias de Violência Contra Mulheres e Gêneros [Internet]. Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo, 2018 [citado 01 Dez 2018]. Disponível em: <http://www.prefeiturarp.usp.br/cav-mulheres/diretrizes-2018.pdf>.

⁶ http://www.ee.usp.br/posgraduacao/mestrado/apostilas/lara_Ribeiro.pdf



Mensagens chave

- 1) Integrar formalmente os serviços de atenção em saúde mental disponibilizados na USP por meio de rede colaborativa de serviços de saúde oferecidos dentro e fora do campus, integrada aos serviços do SUS, ofertados pela Prefeitura Municipal de Saúde de São Paulo, elaborando um fluxo de cuidados integrais aos estudantes universitários;
- 2) Ampliar as atividades de promoção da saúde e intervenções não farmacológicas nos serviços de saúde mental oferecidos pela USP;
- 3) Adotar programa de avaliação, com uso de tecnologias virtuais, como aplicativos para avaliação da saúde mental de estudantes universitários para encaminhamento aos serviços de saúde apropriados.

A **mensagem-chave 1** se fundamenta em proposta da UFSCAR de integração dos serviços e recursos oferecidos pela universidade aos do SUS; a proposta defende que as estratégias integradas poderiam potencializar a oferta e o acesso a serviços, evitando dessa forma que a universidade tenha que responder sozinha e isoladamente por responsabilidades no cuidado em saúde mental dos estudantes, que são atribuições do município, como provedor de serviços do SUS. A experiência foi descrita em estudo primário (BLEICHER, 2018).

A **mensagem-chave 2** se baseia na eficácia de tratamentos não farmacológicos para estresse, ansiedade, entre outros sinais e sintomas de sofrimento psíquico.

Para a intervenção de atenção plena (*mindfulness*) e demais terapias comportamentais (meditação, ioga, tai chi, relaxamento muscular e respiração, treinamento e terapia cognitivo-comportamental) foram encontradas oito RS, de qualidade moderada e alta, que mostram resultados satisfatórios desse tipo de intervenção (REGEHR; GLANCY; PITTS, 2013; BAMBER; MORPETH, 2018; HUANG et al., 2018; WINZER et al., 2018; CHEN et al., 2019; DAWSON et al., 2019; GONZÁLEZ-VALERO et al., 2019; WITT et al., 2019).

Em matéria de intervenções não farmacológicas para o tratamento da depressão foram destacadas como mais efetivas as terapias psicológicas (psicoterapia), em duas RS de qualidade alta (LI et al., 2018; FU et al., 2019). Além das psicoterapias, a RS de Chen et al. (2019), de qualidade alta, demonstrou que as intervenções de atenção plena e programas de gerenciamento de estresse eram comuns e eficazes e que as intervenções não farmacológicas tiveram efeitos benéficos moderados sobre os sintomas depressivos em comparação com o tratamento farmacológico em estudantes de Enfermagem. Também foi relatado que as intervenções não farmacológicas de curto prazo (1–8 semanas) aliviaram moderadamente os sintomas depressivos e a depressão. Outra RS, de qualidade moderada mostrou que intervenções psicoeducacionais produziram efeitos significativos para reduzir sintomas de ansiedade, estresse, sofrimento psicológico, entre outros (CONLEY; DURLAK; KIRSCH, 2015); ainda, outra RS de qualidade alta mostrou que também intervenções como música, exercícios físicos, yoga, tai chi, entre outras, foram eficazes para prevenir problemas comuns de saúde mental, sendo que os programas de duração média apresentaram melhores efeitos que os de curta (HUANG et al., 2018).

Outras revisões sistemáticas examinaram intervenções terapêuticas baseadas em mudança comportamental como as de aconselhamento e atenção plena. Dessa forma, em três RS, respectivamente de qualidade baixa, moderada e alta, esse tipo de intervenção colaborou com o gerenciamento e diminuição do estresse (GHILARDI et al., 2019; AMANVERMEZ et al., 2020; CONLEY et al., 2017).

As evidências indicam que intervenções breves e com foco individual de atenção plena são limitadas para a redução dos níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina com ideação suicida. Uma limitação observada nesta RS de qualidade moderada, é que a maior parte das intervenções avaliadas foi oferecida durante os anos pré-clínicos, sendo que há evidências de que os problemas aumentam ao longo do curso de Medicina, tornando-se mais expressivo no período de

incursão na prática clínica (WITT et al., 2019).

Uma revisão do tipo guarda-chuva avaliou intervenções que objetivam promover mudanças de hábitos de estudantes universitários, para redução do consumo de álcool, melhoria da dieta e nutrição, melhoria da adoção de atividade física e do sono. As intervenções para a redução do consumo de álcool consistiam de programas face a face e via internet, mas o estudo considerou haver necessidade de futuras pesquisas para identificar abordagens mais promissoras a longo prazo. Com relação à melhoria dos hábitos alimentares, as intervenções presenciais, as abordagens de mídia e a rotulagem nutricional pareceram ser boas estratégias. As intervenções de promoção de atividade física devem considerar com cautela a personalização, pois os estudos não foram bem avaliados; no caso do sono, a terapia cognitiva comportamental mostrou efeitos maiores em comparação com as intervenções de higiene do sono (DIETZ et al., 2020).

Uma RS, de qualidade moderada (REID; CAREY, 2015), e uma revisão narrativa (REAVLEY; JORM, 2010) mostraram efeito de terapias individuais voltadas para mudança de comportamento sobre a redução do consumo de bebidas alcoólicas entre estudantes universitários.

Para redução de consumo de bebidas alcoólicas de estudantes com consumo elevado, uma RS de qualidade moderada apresentou efetividade da intervenção breve, de sessão única, com resultados satisfatórios e indica que pesquisas futuras devem examinar qual seria a duração eficaz dessa intervenção para estudantes universitários (SAMSON; TANNER-SMITH, 2015).

Para promover o bem-estar dos estudantes, um estudo de caso relatou que há universidades americanas procurando oferecer programas diversificados de atividades físicas, orientações nutricionais e atividades, ioga, entre outras atividades voltadas ao aprimoramento das condições de saúde mental (CROMLISH, 2020).

A **mensagem-chave 3** se apoia em diversas revisões. Uma RS (qualidade moderada) trata da efetividade de intervenções em saúde mental, do tipo *e-health* (saúde digital), sobre o desempenho acadêmico de estudantes universitários. Foram analisadas intervenções com as seguintes características: 1) Plataforma web, com uso opcional de aplicativo de celular; 2) No tema do consumo de álcool, o programa apresentava como base o feedback normativo personalizado (os alunos do grupo de intervenção receberam instruções de login por e-mail da administração central da universidade); 3) No tema da criação de oportunidades para capacitação pessoal (*Creating Opportunities for Personal Empowerment - COPE*), foi feita adaptação de um protocolo de Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) face a face, integrando-a à plataforma de cursos online da universidade. O protocolo inclui vídeos e exercícios, com conteúdo sobre autoestima; enfrentamento saudável e redução do estresse; definição de metas e solução de problemas; emoções, pensamento positivo e comunicação; 4) Com o objetivo de melhorar o significado de vida dos alunos, com efeito positivo assumido sobre a depressão, foi desenvolvida uma intervenção composta de quatro módulos consecutivos com temas como definição de metas; pontos fortes pessoais e plano de carreira para um trabalho significativo; integração do conhecimento sobre si mesmo com objetivos significativos; 5) *You Only Live Once (YOLO)*, intervenção baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso (TAC), que abrange os principais aspectos de esclarecimento de valores e objetivos; desfusão cognitiva⁸; aceitação; e atenção plena; 6) Intervenção de escrita expressiva computadorizada: as sessões de redação informatizada foram precedidas por uma sessão de instrução presencial; nas sessões de redação, os alunos eram incentivados a relatar detalhadamente seus medos acadêmicos. As intervenções tiveram efeito pequeno sobre o desempenho acadêmico, depressão e ansiedade (BOLINSKI et al., 2020).

Uma RS de qualidade alta avaliou o uso de tecnologias para redução do consumo de tabaco e maconha. Assim, em comparação com uma condição de controle de cuidado usual, a intervenção multidirecionada, compreendendo o uso de um programa de computador que gera um feedback, mostrou resultado positivo para a intenção de fumar cigarros, mas não para a intenção de usar maconha. Nenhuma das intervenções, que consistem em programas breves de feedback personalizado baseados na web ou no computador, foi eficaz na redução ou prevenção do uso de maconha (GULLIVER et al., 2015). KHADJESARI et al. (2011) desenvolveram RS (qualidade moderada) para verificar

⁸ Desfusão cognitiva é a habilidade de se afastar dos próprios pensamentos, a capacidade do sujeito de fazer distinção entre si mesmo e seus pensamentos (HAYES et al., 2008).

se intervenções virtuais podem, independente de outras, ser eficazes para diminuir o consumo de álcool. As intervenções consistiam em: *feedback* para avaliar os níveis atuais de consumo de álcool, jogos interativos, entre outras. As conclusões sobre a efetividade são provisórias, mas mostram que intervenções baseadas em computador podem ajudar a reduzir o consumo de álcool.

Uma RS de qualidade moderada avaliou o impacto de intervenções universais (sem doenças pré-existentes) ou indicadas (com problemas de saúde mental pré-existente), para um conjunto de nove desfechos, que incluíam depressão, ansiedade, estresse, habilidades sociais e emocionais, entre outros fornecidas por meio de *Technology Delivered Intervention* (TDIs). As intervenções foram classificadas em: treinamento para o desenvolvimento de habilidades, o que envolvia estratégias cognitivo-comportamentais, de relaxamento, atenção plena e habilidades sociais; e treinamento (não de habilidades), incluindo intervenções psicoeducacionais, entre outras. A maioria das estratégias de intervenção (por exemplo, TCC, atenção plena, relaxamento, habilidades sociais, grupos de apoio online) produziu mais efeitos como intervenções indicadas do que universais. As duas intervenções (universais e indicadas) eram mais eficazes quando utilizavam tecnologias mais recentes, como computadores e telefones celulares (CONLEY et al., 2016).

Em uma RS com meta-análise (qualidade alta), que avaliou intervenções via internet para a melhoria da saúde mental, do bem-estar e do funcionamento social e acadêmico de estudantes universitários, foram encontrados efeitos positivos pequenos para a depressão, ansiedade e sintomas de estresse, bem como efeitos positivos moderados para os sintomas de transtorno alimentar e para o funcionamento social e acadêmico dos alunos. De maneira geral, os efeitos foram maiores para intervenções de moderada duração (1-2 meses). A maior parte das intervenções foi realizada por meio de um site e uma porcentagem menor usou e-mail e dispositivos móveis. Dos 53 programas avaliados, quase a metade era de programas não guiados e pouco mais de um terço era de guiados com *feedback* humano, os demais incluíam apenas mecanismos de lembrete. Os programas de intervenção avaliados foram, na sua maioria, programas de terapia cognitivo-comportamental (TCC), sendo uma parcela pequena deles de terceira onda. Foram avaliados ainda treinamentos de habilidades em saúde mental, programas de revelação emocional, como apoio de pares e grupos de discussão, sintoma personalizado e *feedback*. Em número pequeno foram encontrados ainda programas que envolviam procedimentos de modificação de viés cognitivo (HARRER et al., 2019).

OPÇÃO 3

Promover programas educativos e estratégias comunicacionais para os estudantes da área da saúde, do Quadrilátero da USP, quanto ao sofrimento psíquico na contemporaneidade e as formas de enfrentamento, para assegurar que os estudantes conheçam os serviços e recursos e possam acessá-los e para que possam encontrar práticas fortalecedoras

Para compor essa proposta se buscou elementos para apoiar o estabelecimento de efetiva comunicação com os estudantes e com os serviços de atenção à saúde mental, como construção de *links* e/ou sites de orientações sobre os programas e serviços de saúde e outras informações úteis para estudantes do Quadrilátero da USP; construção de outras tecnologias comunicacionais para detecção, acolhimento e encaminhamento de estudantes em sofrimento psíquico; e capacitação dos membros da comunidade universitária sobre o tema da saúde mental e juventude universitária.

Mensagens-chave

1) Promover a comunicação e disponibilizar, de maneira acessível, informações oriundas de todos serviços de saúde e grupos de apoio a estudantes voltados à saúde mental, por meio de aplicativo de celulares e *links* nos sites oficiais da universidade;

2) Incentivar discussões sobre os problemas atuais da juventude e estimular o debate crítico sobre racismo, preconceitos e todas as formas de discriminação que afetam a saúde mental dos estudantes.

Para fundamentar a mensagem-chave 1, considerou-se principalmente uma síntese de evidência elaborada para aperfeiçoar a atenção à saúde mental dos estudantes da Universidade McMaster, além de outras RS. A síntese propõe: promoção da comunicação entre os serviços de saúde mental administrados pela universidade e as iniciativas oferecidas por entidades estudantis, com o objetivo de ajudar os estudantes a procurar recursos que considerem mais apropriados ao seu perfil; campanhas conjuntas para melhorar a utilização dos serviços e grupos; elaboração de texto/guia com os recursos oferecidos por cada serviço ou grupo; apresentação dos serviços de saúde mental disponíveis dentro e fora do campus aos estudantes, a fim de apoiar a continuidade de cuidados e potencializar a utilização dos recursos disponíveis; facilidade para que os estudantes possam ter acesso online aos recursos de saúde mental oferecidos, de forma a poderem escolher os mais apropriados. Destacam-se ainda as seguintes intervenções: campanha *Elephant in the Room* e *Mental Health Awareness Week*, na Universidade McMaster; eventos e serviços promovidos por meio de e-mails confidenciais enviados por meio das faculdades ou listas de mala direta do *McMaster Student Union*; o treinamento opcional Mental Health 101 e o treinamento padronizado obrigatório *Question, Persuade, and Respond* (QPR), que pode ser feito por meio de módulos online ou sessões presenciais, destinados a apoiar professores, para abordar questões relacionadas à saúde mental em sala de aula e encaminhar os estudantes para serviços apropriados, caso necessário (TAMBOLY; GAUVIN, 2013).

Uma RS de qualidade moderada também foi considerada para esta mensagem. Ela aborda o uso de tecnologias (mHealth) em campi universitários, para melhorar o nível de conhecimento dos estudantes universitários sobre recursos e bem-estar e aumentar o conhecimento sobre os serviços oferecidos em unidades de saúde e acolhimento na universidade. As informações fornecidas por meio de aplicativos foram: nutrição, promoção de saúde da instituição, cessação do tabagismo, intervenção para o abuso de álcool e intervenções breves de saúde mental. As intervenções que se mostraram efetivas foram para: redução de sintomas de ansiedade e depressão; identificar alunos em risco para transtornos mentais; redução do consumo de álcool e tabaco e parar o consumo de tabaco. Os universitários mostraram-se abertos e dispostos a utilizar a tecnologia mHealth, desejavam buscar informações sobre saúde em seus celulares; estudantes de Medicina relataram familiaridade e uso frequente do mHealth para pesquisar questões de saúde. Os estudantes universitários consideraram os dispositivos virtuais um meio conveniente e confiável para acessar informações (JOHNSON; KALKBRENNER, 2017).

Para prevenção ao suicídio na universidade e outros cursos pós ensino médio, uma RS de qualidade alta avaliou a efetividade de programas educacionais em sala de aula e de treinamento de *gatekeepers* que objetivam ajudar colegas, professores e funcionários a reconhecer e responder aos sinais de alerta de crises emocionais e risco de suicídio. As duas intervenções foram eficazes para aumentar o conhecimento de curto prazo relacionado ao suicídio. O treinamento de *gatekeepers* resultou também em auto eficácia na prevenção de suicídio. Poucas evidências mostraram efeitos de longo prazo do treinamento de *gatekeeper* no conhecimento relacionado ao suicídio; nenhuma evidência avaliou seu efeito no comportamento suicida (HARROD, 2014).

A mensagem-chave 2 foi formulada a partir de um estudo descritivo, que relatou as atividades na Universidade do México (UNAM), que, dentre outras, serviram de base para a elaboração das diretrizes na USP. A UNAM criou serviços de acolhimento e apoio para estudantes. Um núcleo de pesquisa sobre direitos das mulheres produz ferramentas que visam conhecer a situação da comunidade uni-

versitária e cursos sobre gênero para docentes; defende a capacitação dos trabalhadores da vigilância universitária em temas como segurança, direito, legislação universitária, violência de gênero e direitos humanos e o desenvolvimento de programas de serviço social em torno da igualdade de gênero (MAITO et al., 2019). Este estudo primário foi incluído por trazer elementos contextuais pertinentes e não abordados pelas revisões incluídas.

OPÇÃO 4

Monitoramento e avaliação das necessidades em saúde mental de estudantes no Quadrilátero da USP

Essa proposta alberga estratégias de acompanhamento dos estudantes do Quadrilátero da USP, desde o ingresso na universidade até a finalização dos cursos; implementação de sistema de levantamento e manutenção de dados epidemiológicos para contínua formulação de novas políticas ou reformulação das existentes; processos claros de avaliação das estratégias implementadas; integração com os serviços municipais de vigilância epidemiológica.

Mensagens-chave

- 1) Implementar programa de monitoramento em saúde mental no Quadrilátero da USP para o planejamento e implementação de ações;
- 2) Criar uma rede de apoio a partir de programa de tutoria para acompanhamento de estudantes.

A **mensagem-chave 1** pautou-se em experiência de informante-chave, em estudo de caso e no relatório de processo de elaboração de políticas para saúde mental de universitários. A experiência do informante-chave serviu como ponto de partida para a elaboração de um modelo de monitoramento no Quadrilátero da Saúde. Uma delas vem de um programa desenvolvido pela Disciplina de Gestão de Planejamento em Odontologia da Faculdade de Odontologia da USP (FOUUSP). Desde 2013 está sendo desenvolvida pesquisa longitudinal, de coorte formado por ingressantes. Todos os anos os alunos respondem um questionário auto informado sobre saúde mental, com especial ênfase para caracterização da síndrome de *Burnout* durante a graduação (CAAE 23475813.0.0000.0075).

O estudo de caso destaca a estratégia de aplicação de pesquisa, que envolve *feedback* e acompanhamento dos estudantes de graduação e pós-graduação, e que também é usada para melhorar a cultura na universidade já que professores e outros funcionários também acompanham os resultados, que são disponibilizados a eles de forma anônima. O *feedback* envolve o gerenciamento de tempo, melhores habilidades de estudo e habilidades metacognitivas, bem como preparação para as dificuldades específicas que fazem parte dos programas (CROMLISH, 2020).

O relatório da comissão para estudo de política de saúde mental para a Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) apresenta 7 eixos, que devem nortear o desenvolvimento da política de saúde mental na UFSCar.

O Eixo1, “Promoção e Prevenção”, objetiva elaborar ações para promover saúde mental, prevenir agravos em saúde mental e desenvolver cuidado após tentativas e efetivações de suicídios. O Eixo 2, “Redução de Danos”, vai ao encontro das formulações internacionais sobre o uso problemático de toda e qualquer substância psicoativa e os cuidados possíveis para cada pessoa e grupo de uso. O Eixo 3, “Assistência”, aborda ações de cuidado em si, principalmente quando o sofrimento já está estabelecido e/ou em momento agudo, considerando os diferentes lugares dos serviços na rede de atenção psicossocial (RAPS). O eixo 4, “Informação – coleta, gestão, pesquisa e análise de dados e

indicadores”, objetiva o monitoramento constante de informações, para fundamentar diagnósticos situacionais, compreensão do fenômeno do sofrimento psíquico na comunidade acadêmica, planejamento e avaliação de programas, projetos e ações, com vistas a impactar na saúde mental da comunidade acadêmica. O Eixo 5, “Acadêmico/Pedagógico/Ambiental/ Inclusão Pedagógica e Cognitiva”, busca compreender a relação entre os processos de ensino/aprendizagem e o sofrimento psíquico, de modo a indicar medidas de prevenção. O Eixo 6, “Documentações / Criação de Protocolo, Código de Ética da UFSCar / Corregedoria”, teve como objetivo criar um Comitê Permanente de Saúde Mental, com vistas à revisão de Regimentos e Estatutos da UFSCar e à elaboração de Código de Ética e Protocolos. O Eixo 7, “Combate à Violência Institucional / Trote / Bullying / Assédio Moral / Assédio Sexual”, para propor ações preventivas a situações de violência e para elaborar protocolos para ações em casos de violência (UFSCar, 2020).⁹

A inclusão deste trabalho se justifica academicamente, uma vez que há poucos estudos, especialmente em nosso contexto, sobre a implementação de políticas de saúde mental para a comunidade acadêmica. Os estudos encontrados sobre implementação de ações são dirigidos aos universitários, no âmbito individual ou a grupos de estudantes, mas não a ações organizadas e/ou integradas, em âmbito institucional, e dirigidas à comunidade acadêmica.

A **mensagem-chave 2** se baseou na experiência com o desenvolvimento de programas de tutorias em duas das unidades da USP, que foram incluídos por apresentarem evidências que podem servir de base para a adoção integrada pelo Quadrilátero. Baseou-se também em síntese de evidências para melhorar a saúde mental em uma universidade no Canadá.

A FOUUSP, que reúne vários recursos como: site, cartilha do tutor com orientações básicas para docentes tutores, treinamento anual dos tutores com profissionais de saúde mental, relatórios semestrais de acompanhamento do tutorado pelo tutor. Ao todo, 20 docentes, uma psicóloga e duas assistentes sociais apoiam alunos de graduação por meio de um programa caracterizado como: “recurso psicopedagógico na construção do profissional competente que desejamos formar: aquele que além da aquisição de conhecimentos e desenvolvimento de habilidades, reconhece a importância de suas atitudes na relação com os pacientes e com a sociedade”. A criação dessa rede depende de uma forte decisão por parte dos dirigentes de instituições, à medida em que tutores e tutorados necessitam de constante monitoramento e apoio institucional.¹⁰

A Comissão de Curso Bacharelado da Escola de Enfermagem da USP tem projeto de tutoria acadêmica, realizada por quatro docentes da Comissão, uma docente de referência para cada ano da graduação, para acompanhamento de dificuldades acadêmicas, escuta de sofrimentos e desgastes relacionados à saúde mental e para encaminhamentos (LEONELLO et al., 2018). Estudo primário incluído por tratar de programa de tutoria desenvolvido no contexto da USP, com estudantes do Quadrilátero.

Uma síntese de evidência mostrou intervenção em que trabalhadores da *Residence Life* e membros da *Society of Off-Campus Students* da Universidade McMaster colaboraram com os alunos do primeiro ano de graduação que apresentam dificuldades na transição para a universidade. Além disso, encoraja os membros do corpo docente a oferecer aos estudantes, no início das disciplinas, disponibilidade para discutir quaisquer problemas de saúde mental, como estresse e ansiedade, que possam estar enfrentando. Outros grupos também oferecem apoio aos estudantes, como os *Student Health Education Centre* que dá suporte àqueles que apresentam problemas de variadas ordens, inclusive aqueles de saúde mental e bem-estar pessoal. O *Student Wellness Centre* por meio do programa *Student Success Leaders* oferece workshops e eventos educativos (TAMBOLY; GAUVIN, 2013).

⁹ Esse relatório é um documento público, aprovado pelo colegiado responsável pela criação e demanda do trabalho da Comissão (CoACe), mas ainda não submetido para apreciação na instância deliberativa máxima da Universidade, o Conselho Universitário (CONSUNI), que descreve o contexto e o processo de elaboração da proposta de Política de Saúde Mental para a UFSCar. A proposta preliminar dessa política pode ser consultada em BLEICHER, Tais. Criação de Política de Saúde Mental da Universidade Federal de São Carlos 2018. Trabalho apresentado na Conferência sobre a Criação de Política de Saúde Mental da Universidade de São Carlos, Manaus, 2018. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/325679239_CRIACAO_DE_POLITICA_DE_SAude_MENTAL_DA_UNIVERSIDADE_FEDERAL_DE_SAO_CARLOS

¹⁰ http://www.fo.usp.br/?page_id=13852

Limitações do estudo

As estratégias de busca não incluíram descritores e/ou palavras-chave para identificar evidências em redução de danos, abordagem que vem sendo cada vez mais adotada pelas instituições, na área do consumo prejudicial de álcool, tabaco e outras drogas. Além disso, algumas revisões não sistemáticas e estudos primários foram incluídos, pela necessidade de abordar as dimensões coletiva e organizacional, bem como outros aspectos que não foram contemplados nas revisões sistemáticas incluídas, como sistemas de monitoramento e tutoriais. Alguns estudos primários foram incluídos por trazerem evidências de experiências em cursos na USP, o que é relevante em termos contextuais.

V- CONSIDERAÇÕES FINAIS

*A literatura na área, a escuta de informantes chave e o levantamento dos recursos de atenção em saúde mental da USP e do SUS permitiram compreender a multiplicidade de elementos que estão nas bases do sofrimento psíquico de universitários dos cursos da área da saúde e identificar respostas a elas, o que permitiu mostrar a complexidade do problema e o atual estado de fragmentação, fragilidade e insuficiência das respostas institucionais oferecidas.

A síntese rápida da literatura identificou um conjunto expressivo de evidências de excelente qualidade, de intervenções na área e permitiram afirmar a possibilidade de implementação de medidas consistentes para dar respostas ao sofrimento psíquico, que vem acometendo estudantes na atualidade e comprometendo seu futuro. É possível, sob a responsabilidade da universidade, estabelecer uma política sólida, com ações coordenadas, contínuas e integradas ao SUS, para o fortalecimento de jovens universitários.

O Quadrilátero da USP tem condições institucionais para apoiar o estabelecimento de um núcleo de trabalho que implemente e monitore essa política. É também responsabilidade da Universidade participar de processos em defesa do SUS e da política de saúde mental, diante do ataque e ameaça de desmonte da RAPS.

O desafio está lançado!

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, José Miguel Caldas de. Política de saúde mental no Brasil: o que está em jogo nas mudanças em curso. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 11, e00129519, 2019. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2019001300502&lng=en&nrm=iso>. access on 13 Apr. 2020. Epub Oct 31, 2019. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00129519>.
- AMANVERMEZ, Yagmur; RAHMADIANA, Metta; KARYOTAKI, Erini.; DE WIT, Leonore; EBERT, Davi D.; KESSLER, Ronald C.; CUIJPERS, Pim. Stress management interventions for college students: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, v. 19, n. 1, p.59, May 2020. Available from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/cpsp.12342>. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12342>
- ARAÚJO, Danielle Pereira de. "Inclusão com mérito" e as facetas do racismo institucional nas universidades estaduais de São Paulo. *Rev. Direito Práx.*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 3, p. 2182-2213, Sept. 2019. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2179-89662019000302182&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Sept. 2020. Epub Sep 16, 2019. <https://doi.org/10.1590/2179-8966/2019/43879>.
- AUERBACH, Randy P. et al. WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *J. Abnorm. Psychol.*, Washington, DC, v. 127, n. 7, p. 623- 638, 2018. <http://dx.doi.org/10.1037/abn0000362>
- BAKKER, Ellen J.M.; KOX, Jos H.A.M.; BOOT, Cécile R.L.; FRANCKE, Anneke L.; VAN DER BEEK, Allard J.; ROELOFS, Pepijn D.D.M. Improving mental health of student and novice nurses to prevent dropout: A systematic review. *J Adv Nurs*, v. 0, n.0, p.1- 16, May 2020. Available from ogeschoolrotterdam.nl/contentassets/e406c271f2cf4ef3aa6a0312ec115e6f/bakker-improving-mental-health-of-student-and-novice-nurses-to-prevent-dropout-a-systematic-review-jan-14453.pdf. <https://doi.org/10.1111/jan.14453>
- BAMBER, Mandy D.; MORPETH, Erin. Effects of mindfulness meditation on college student anxiety: A meta-analysis. *Mindfulness*, v.10, n.2, p.203-214, Feb.2019. Available from: <https://www.semanticscholar.org/paper/Effects-of-Mindfulness-Meditation-on-College-a-Bamber-Morpeth/b51a58874ab4ff980b9130ee31109d8017c0d897>. <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0965-0>
- BERNARDINO-COSTA, Joaze; BLACKMAN, Ana Elisa De Carli. Affirmative action in Brazil and building an anti-racist university. *Race Ethnicity and Education*, v. 20, n.3, p. 372-384, 2017. <https://doi.org/10.1080/13613324.2016.1260228>
- BLEICHER, Taís; OLIVEIRA, Raquel Campos Nepomuceno de. Políticas de assistência estudantil em saúde nos institutos e universidades federais. *Psicol. Esc. Educ.*, Maringá, v. 20, n. 3, p. 543-549, Dec. 2016. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572016000300543&lng=en&nrm=iso>. access on 01 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/2175-3539201502031040>.
- BOLINSKI, Felix; BOUMPARIS, Nikolaos; KLEIBOER, Annet; CUIJPERS, Pim; EBERT, David Daniel, RIPER, Hellen. The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Internet Interv*, v.20, n.100321, Apr 2020. Available from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32382515/>. doi:10.1016/j.invent.2020.100321
- BRASIL. Dados Gerais. Agência Nacional de Saúde Suplementar. Brasília. [internet]. Revisado em: fev 2020. Acesso em: 13 abr 2020. Disponível em: <https://www.ans.gov.br/perfil-do-setor/dados-gerais>.
- BRASIL. Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012. Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 29 ago 2012. p. 1. Disponivel em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. DAPE. Coordenação Geral de Saúde Mental. Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil. Documento apresentado à Conferência Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas. OPAS. Brasília, novembro de 2005. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/Relatorio15_anos_Caracas.pdf

BRASIL. Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011. Institui a Rede de Atenção Psicossocial para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União, Brasília, DF, n 247, 26 dez 2011. Seção 1, p. 230-232. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saude-legis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html

BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. I Levantamento nacional sobre o uso de álcool, tabaco e outras drogas entre universitários das 27 capitais brasileiras. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, GREIA/IPQ-HC/FMUSP. Org. ANDRADE, Arthur Guerra de; DUARTE, Paulina do Carmo Arruda Vieira; OLIVEIRA, Lúcio Garcia de. Brasília: SENAD, 2010. 284 p. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/cuidados_prevencao_drogas/obid/publicacoes/Livros/I%20Levantamento%20Nacional%20Universit%C3%A1rios%20-%202010.pdf

CAMPOS, Célia Maria Sivali et al. Estudo das condições de reprodução social de graduandos de enfermagem de duas universidades paulistas. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 54, e03570, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342020000100423&lng=pt Epub 15-Jul-2020. <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-220x2018052103570>

CÉNAT, Jude Mary. How to provide anti-racist mental health care. The Lancet. Psychiatry, S2215-0366(20)30309-6. 8, Jul. 2020, doi:10.1016/S2215-0366(20)30309-6

CHEN, Dandan; SUN, Weijia; LIU, Na; WANG, Jie; GUO, Pingpin; ZHANG, Xuehue; ZHANG, Wei. Effects of nonpharmacological interventions on depressive symptoms and depression among nursing students: a systematic review and metaanalysis. Complementary Therapies in Clinical Practice, v. 34, p.217-228, Dec 2019. Available from: <https://europepmc.org/article/med/30712730>. doi: 10.1016/j.ctcp.2018.12.011.

COLLUCCI, Cláudia. Medicina da USP se mobiliza após tentativa de suicídio. 2017. [internet]. Folha de São Paulo, São Paulo, 14 abr. 2017. Acesso em 24 mar. 2020. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2017/04/1874794-medicina-da-usp-se-mobiliza-apos-tentativas-de-suicidio.shtml>

CONCEIÇÃO, Ludmila de Souza et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. Avaliação (Campinas), Sorocaba, v. 24, n. 3, p. 785-802, Dec. 2019. Available from <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-40772019000300785&lng=en&nrm=iso>. access on 26 Mar. 2020. Epub Dec 09, 2019. <https://doi.org/10.1590/s1414-40772019000300012>.

CONLEY, Collen S.; DURLAK, Joseph A.; SHAPIRO, Jenna B.; KIRSCH, Alexandra C.; ZAHNISER, Evan; A Meta-Analysis of the Impact of Universal and Indicated Preventive Technology-Delivered Interventions for Higher Education Students. Prev Sci, v.17, n.6, p. 659-678, Aug. 2016. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27225631/>. doi:10.1007/s11121-016-0662-3

CONLEY, Collen S.; SHAPIRO, Jenna B.; KIRSCH, Alexandra C.; DURLAK, Joseph A. A meta-analysis of indicated mental health prevention programs for at-risk higher education students. J Couns Psychol, v. 64, n.2, p. 121-140, Mar 2017. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28277730/>. doi:10.1037/cou0000190

CONLEY, Collen; DURLAK, Joseph; KIRSCH, Alexandra. A meta-analysis of universal mental health prevention programs for higher education students. Prevention Science, v. 16, p. 487-507, May 2015 Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25744536/>. doi: 10.1007/s11121-015-0543-1

CORDEIRO, Luciana et al. Ensino sobre drogas psicoativas e redução de danos emancipatória: proposta de disciplina para graduação, na perspectiva da Saúde Coletiva. Revista Sociologia em Rede, Goiânia, vol. 6, n. 6, p. 272-287, Oct. 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/310572456_Ensino_sobre_drogas_psicoativas_e_reducao_de_danos_emancipatoria_proposta_de_disciplina_para_graduacao_na_perspectiva_da_Saude_Coletiva

COSTA, Nilson do Rosário. Austeridade, predominância privada e falha de governo na saúde. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 4, p. 1065-1074, abr. 2017. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017002401065&lng=en&nrm=iso>. <https://doi.org/10.1590/1413-81232017224.28192016>.

CROMLISH, Alan. Reframing solutions to mental health in higher education. Essays in Education, Winona, v 25, article 2, 2020. Available at: <https://openriver.winona.edu/eie/vol25/iss1/2>

CRUZ, Elizabete Franco et al. Don't stay silent: network of female professors against gender violence at University of São Paulo (USP). Special Issue 'Sex and Power in the University'. Ann Rev Critical Psychol., vol.15, p.223-245, 2018.

DAWSON, Anna F.; BROWN, William W.; ANDERSON, Joanna; DATTA, Bella; DONALD James N.; HONG, Karen; AL-LAN, Sophie; MOLE, Tom B.; JONES, Peter B.; GALANTE, Julieta. Mindfulness-Based Interventions for University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Controlled Trials. Appl Psychol Health Well Being, v. 12, n.2, p.384-410, Jul 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31743957/>. doi:10.1111/aphw.12188

DIETZ, Pavel; REICHEL, Jennifer L.; EDELMANN, Dennis; WERNER, Antonia M.; TIBUBOS, Ana Nanette; SCHÄFER, Markus; SIMON, Perikles; LETZEL, Stephan; PFIRRMANN, Daniel. A Systematic Umbrella Review on the Epidemiology of Modifiable Health Influencing Factors and on Health Promoting Interventions Among University Students. Frontiers in public health, v. 8, n.137, Apr 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32411645/>. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00137>

EL-DEN, Sarira; MOLES, Rebekah; CHOONG, Huai Jin; O'REILLY, Claire. Mental Health First Aid training and assessment among university students: A systematic review. J Am Pharm Assoc (2003), v..19, n..3060-08, Feb 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32019720/>. doi:10.1016/j.japh.2019.12.017

ESPERIDIÃO, Elizabeth et al. A saúde mental do aluno de Enfermagem: revisão integrativa da literatura. SMAD Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog., Ribeirão Preto, vol. 9, n. 3, p. 144-153, dez 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762013000300008&lng=pt&nrm=iso>. ISSN 1806-6976. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v9i3p144-153>. Estudos incluídos na revisão

FERNANDEZ, Ana et al. Setting-based interventions to promote mental health at the university: a systematic review. Int J Public Health, v. 61, n. 7, p.797-807, Sep 2016. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27364779/>. doi:10.1007/s00038-016-0846-4

FONAPRACE, 4, 2014, Brasília. Pesquisa do perfil do socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior brasileiras. Brasília: Fonaprace, 2014. 291 p. Disponível em: http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduando-das-IFES_2014.pdf

FU, Zhongfang; ZHOU, Sijia; BURGUER, Huibert; BOCKTING, Claudi L.H.; WILLIAMS, Alishia D. Psychological interventions for depression in Chinese university students: A systematic review and meta-analysis. J Affect Disord, v. 262, p.440-350, Nov 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31744736/>. doi:10.1016/j.jad.2019.11.058

FUSAR-POLI, Paolo et al. Transdiagnostic psychiatry: a systematic review. World Psychiatry, v.18, n. 2, p.192-207, Jun 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6502428/pdf/WPS-18-192.pdf> doi: 10.1002/wps.20631

GELEDÉS. Instituto da mulher negra; CFEMEA. Centro feminista de estudos e assessoria. Guia de enfrentamento do racismo institucional. São Paulo, 2013. Disponível em: <<http://www.geledes.org.br/geledes/o-quefazemos/publicacoes-de-geledes/18611-racismo-institucional-uma-abordagem-teorica-e-guia-de-enfrentamento-do-racismo-institucional>>. Acesso em: 08 de agosto de 2020

GHILARDI, Alberto; BUIZZA, Chiara; CAROBIO, Egle M.; LUSENTI, Rossella. Detecting and managing mental health issues within young adults. A systematic review on college counselling in Italy. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, v.13, p. 61-70, Jul 2017. Available from:<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5543617/>. doi: 10.2174/1745017901713010061

GONZALEZ-VALÈRO, Gabriel; ZURITA-ORTEGA, Felix; UBAGO-JIMÉNEZ, José Luis; PUERTAS-MOLERO, Pi-lar. Use of Meditation and Cognitive Behavioral Therapies for the Treatment of Stress, Depression and Anxiety in Students. A Systematic Review and Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, v.16, n.22, Nov 2019. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6888319/>. <https://doi.org/10.3390/ijerph16224394>

GULLIVER, Amelia; FARRER, Louise; CHAN, Jade K.Y.; TAIT, Robert J.; BENNETT Kylie; CALEAR, Alison; GRIFFITHS, Kathleen M. Technology-based interventions for tobacco and other drug use in university and college students: a systematic review and meta-analysis. *Addict Sci Clin Pract*, v. 10, n. 1, p.5, Feb 2015. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4422468/>. doi:10.1186/s13722-015-0027-4

HARRER, Mathias; ADAM, Sophia H; BAUMEISTER, Harald, et al. Internet interventions for mental health in university students: A systematic review and meta-analysis. *Int J Methods Psychiatr Res*, v.28, n. 2, Jun 2019. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6877279/>. doi:10.1002/mpr.1759

HARROD, Curtis S.; GOSS, Cynthia W.; STALLONES, Lorann; DIGUISEPPI, Carolyn. Interventions for primary prevention of suicide in university and other post-secondary educational settings. *Cochrane Database Syst Rev*, v. 10, n. CD009439, Out 2014. Available from: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009439.pub2>.

HAYES, Steven C.; PISTORELLO, Jacqueline; BIGLAN, Anthony. Terapia de Aceitação e Compromisso: modelo, dados e extensão para a prevenção do suicídio. *Rev. bras. ter. comport. cogn.*, vol. 10, n. 1, p. 81-104, fev 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452008000100008 <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v10i1.234>

HEIM, Eva; HENDERSON, Claire; KOHRT, Brandon A.; KOSCHORKE, Mirja; MILENOVA, Maria; THORN-CROFT, G. Reducing mental health-related stigma among medical and nursing students in low- and middle-income countries: a systematic review. *Epidemiol Psychiatr Sci*. v.29, n. e28, Apr 2019. Available from:<https://europepmc.org/article/med/30929650>.

HUANG, Junping; NIGATU; YESHAMBEL, T.; SMAIL-CREVIER, Rachel; ZHANG, Xin, WANG, Jianli. Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Psychiatr Res.*, v. 107, p. 1-10, Sep 2018. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30300732/>. doi:10.1016/j.jpsychires.2018.09.018

JOHNSON, Kaprea F.; KALKBRENNER, Michael T. (2017). The Utilization of Technological Innovations to Support College Student Mental Health: Mobile Health Communication, *Journal of Technology in Human Services*, 35:4, 314-339, DOI: 10.1080/15228835.2017.1368428

KALTENTHALER, Eva; PARRY, Glenys; BEVERLEY, Catherine; FERRITER, Michael. Computerised cognitive-behavioural therapy for depression: systematic review. *Br J Psychiatry*, v.193, n. 3, p. 181-184, Sep 2008. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18757972/>.doi: 10.1192/bj.p.106.025981

Khadjesari Z, Murray E, Hewitt C, Hartley S, Godfrey C. Can stand-alone computer-based interventions reduce alcohol consumption? A systematic review. *Addiction* (Abingdon, England). 2011 Feb;106(2):267-282. DOI: 10.1111/j.1360-0443.2010.03214.x.

KINOSHITA, Roberto Tykanori; BARREIROS, Cláudio Antônio; SCHORN, Mariana da Costa; MOTA, Taia Duarte; TRINO, Alexandre Teixeira. Cuidado em saúde mental: do sofrimento à felicidade. Em: Nunes, Mônica; Landim, Fátima (Org.). *Saúde Mental na Atenção Básica: Política e Cotidiano*. 1 ed. Salvador, 2016; p. 47-76.

LABRAGUE, Leodoro J., McENROE-PETITTE, Denise M.; GLOE, Donna; Thomas, Loretta; PAPATHANASIOU, Ioanna V.; TSARAS, Konstantinos. A literature review on stress and coping strategies in nursing students. *J Ment Health*., v.26, n. 5, p. 471-480. Dec 2017. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27960598/>. doi:10.1080/09638237.2016.1244721

LARANJO, Thais Helena Mourão; SOARES, Cássia Baldini. Moradia universitária: processos de socialização e consumo de drogas. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 40, n. 6, p. 1027-1034, Dec. 2006. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102006000700010&lng=en&nrm=iso>. access on 03 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000700010>.

LECKEY J. The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature. *J Psychiatr Ment Health Nurs*., v. 18, n.6, p. Aug 501-509. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21749556/>. doi:10.1111/j.1365-2850.2011.01693.x

LEONELLO, Valéria Marli; CAMPOS, Célia Maria Sivalli; SIGAUD, Cecília Helena de Siqueira; TORIYAMA, Aurea Tamami Minagawa; NOGUEIRA, Paula Cristina. Acompanhamento dos Estudantes pela Comissão Coordenadora do Curso de Enfermagem da Universidade de São Paulo. *Revista de Graduação USP*, v. 3, p. 119-121, Jul 2018. Available from: <http://www.revistas.usp.br/gradmais/issue/view/10735>. doi: <https://doi.org/10.11606/issn.2525-376X.v3i2p119-121>

LI, Chen; YIN, Huiru; ZHAO, Jinping et al. Interventions to promote mental health in nursing students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Adv Nurs*. v. 74, n. 12, p.2727-2741, Sep 2018. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30019393/> doi:10.1111/jan.13808

LIVINGSTON, James D.; MILNE, Teresa; FANG Mei L, AMARI, Erica. The effectiveness of interventions for reducing stigma related to substance use disorders: a systematic review. *Addiction*., v. 107, n. 1, p. 39-50, Jan 2012. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3272222/>.doi:10.1111/j.1360-0443.2011.03601.x

MAITO, Denise Camargo et al. Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade. *Interface (Botucatu)*, Botucatu, v. 23, e180653, 2019. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832019000100406&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Sept. 2020. Epub Oct 17, 2019. <https://doi.org/10.1590/interface.180653>.

MANSFIELD, Louise; KAY, Tess; MEADS, Catherine, et al. Sport and dance interventions for healthy young people (15–24 years) to promote subjective well-being: a systematic review. *BMJ Open*, v.8, n.9, p. 1-16, Jul 2018. Available from: <https://bmjopen.bmj.com/content/8/7/e020959>. doi: 10.1136/bmjopen-2017-020959

MEREDITH, Genevieve R.; RAKOW, Donald A.; ELDERMINE, Erin R.B.; MADSEN, Cecelia G.; SHELLY, Steven P.; SACHS, Naomi A. Minimum Time Dose in Nature to Positively Impact the Mental Health of College-Aged Students, and How to Measure It: A Scoping Review. *Front. Psychol.*, v. 10, n. 1-16, Jan 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31993007/>. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02942

METIVIER, Krishni. Envisioning Higher Education as Antiracist. Inside Higher Ed's .jul 2020. Available from: <https://www.insidehighered.com/views/2020/07/02/actions-higher-ed-institutions-should-take-help-eradicate-racism-opinion> Access on: 7 Set 2020.

NASSER, Mariana Arantes et al. O Centro de Saúde-Escola Samuel B. Pessoa (Butantã, São Paulo, Brasil) completa 40 anos. *Interface (Botucatu)*, Botucatu, v. 21, n. 63, p. 1053-1056, Dec. 2017. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832017000401053&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/1807-57622017.0427>.

OKANLAWON, Kehinde. Homophobia in Nigerian schools and universities: Victimization, mental health issues, resilience of the LGBT students and support from Straight Allies. A literature review. *Journal of LGBT Youth*, Apr 2020. <https://doi.org/10.1080/19361653.2020.1749211>

OLIVEIRA, Junia. Média de suicídios entre estudantes de medicina e residentes é maior que a da população em geral. 2017. Estado de Minas, Belo Horizonte, 01 dez. 2017. Acesso em 26 mar. 2020. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/gerais/2017/12/01/interna_gerais,921106/medicina-media-de-suicidios-e-maior-que-a-da-populacao-em-geral.shtml

PAHO-PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION. The Burden of Mental Disorders in the Region of the Americas, 2018. Washington, D.C., Pan American Health Organization, 2018. 48 p. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49578>

PALOU GIRALT, Rosa; PRAT VIGUÉ, Gemma; TORT-NASARRE, Glória. Attitudes and stigma toward mental health in nursing students: A systematic review. *Perspect Psychiatr Care*, v. 56, n.2, p. 243-255. Jul 2019. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31353478/>. doi:10.1111/ppc.12419

PARADIES, Yin. A systematic review of empirical research on self-reported racism and health. *Int J Epidemiol.*, v. 35, n. 4, p.888-901, 2006. doi:10.1093/ije/dyl056

REAVLEY, Nicola; JORM, Anthony F. Prevention and early intervention to improve mental health in higher education students: a review. *Early Interv Psychiatry*, v. 4, n. 2, p. 132-142, May 2010. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20536969/>.doi:10.1111/j.1751-7893.2010.00167.x

REGEHR, Cheryl; GLANCY, Dylan; PITTS, Annabel. Interventions to reduce stress in university students: a review and meta-analysis. *J Affect Disord.*, v. 148, n.1, p. 1-11, dez, 2013. Available from <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.11.026>

REID, Allecia E.; CAREY, Kate B. Interventions to reduce college student drinking: State of the evidence for mechanisms of behavior change. *Clin Psychol Rev.*, v. 40, p. 213-224. Jun 2015. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26164065/> .doi:10.1016/j.cpr.2015.06.006

SACCARO, Alice; FRANÇA, Marco Túlio Aniceto; JACINTO, Paulo Andrade. Retenção e evasão no ensino superior brasileiro: uma análise dos efeitos da bolsa permanência do PNAES. 2016. Trabalho apresentado ao 44º Encontro Nacional de Economia, Foz do Iguaçu, 2016.

SALDIVA, Paulo Hilário Nascimento; VERAS, Mariana. Gastospúblicos com saúde: breve histórico, situação atual e perspectivas futuras. *Estud. av.*, São Paulo, v.32, n.92, p.47-61, Apr. 2018. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40142018000100047&lng=en&nrm=iso>.

SAMSON, Jennifer E.; TANNER-SMITH, Emily E. Single-Session Alcohol Interventions for Heavy Drinking College Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Stud Alcohol Drugs.*, v.76, n. 4, p. 530-543, Jul 2015. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26098028/>. doi:10.15288/jsad.2015.76.530.

SANTOS, Vagner dos; SPESNY, Sara Leon; KLEINJES, Sharon; GALVAAN; Roshan. Racism and mental health in higher education: A challenge for LMICs. *Int J Methods Psychiatr Res.*, v. 28, n. 4, e1799, dez 2019. <https://doi.org/10.1002/mpr.1799>

SCHMIDT, Maria Luisa Sandoval. Atenção básica e saúde mental: experiência e práticas do Centro de Saúde Escola Samuel B. Pessoa. *Cad. psicol. soc. trab.*, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 57-70, jun 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-37172013000100006&lng=pt&tlng=pt.

SENNETT, Richard. A cultura no novo capitalismo. Rio de Janeiro: Record, 2006.

SHEA, Beverley J.; GRIMSHAW, Jeremy M.; WELLS George A. et al. Development of AMSTAR: a measurement tool to assess the methodological quality of systematic reviews. *BMC Med Res Methodol.*, v.7, n.10, Feb 2007. Available from: <https://bmcmedresmethodol.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2288-7-10>. doi:10.1186/1471-2288-7-10.

SHIRALKAR, Malan T.; HARRIS, Toi B.; EDDINS-FOLENSBEE, Florence F.; COVERDALE, John H. A systematic review of stress-management programs for medical students. *Acad Psychiatry*, v.37, n. 3, p. 158-164, May 2012. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22751817/>. doi:10.1176/appi.ap.12010003

SILVA, Andréa Rosane Souza et al. Estudo do estresse na graduação de enfermagem: revisão integrativa de literatura. *Ciências biológicas e da saúde*, Recife, v. 2, n. 3, p. 75-86, Jul 2016. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/facipesaude/article/view/3211/2082>

SOARES, Cassia Baldini. Consumo contemporâneo de drogas e juventude: a construção do objeto na perspectiva da Saúde Coletiva [tese livre-docência]. São Paulo: Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo; 2007.

SOUZA, Pedro Gomes Almeida de et al. Socio-economic and racial profile of medical students from a public university in Rio de Janeiro, Brazil. *Rev. bras. educ. med.*, Brasília, v. 44, n. 3, e090, July 2020. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000300211&lng=en&nrm=iso>. access on 29 July 2020. Epub July 08, 2020. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.3-20190111.ing>.

TAMBOLY, Sherna; GAUVIN, François-Pierre. Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University. Hamilton, Canada: McMaster Health Forum, 10 April 2013.

TENÓRIO, Fernando. A reforma psiquiátrica brasileira, da década de 1980 aos dias atuais: história e conceitos. *Hist. cienc. saude-Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 25-59, Apr. 2002. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702002000100003&lng=en&nrm=iso>. access on 13 Apr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0104-59702002000100003>.

TORRES-HARDING, Susan; TORRES, Lucas; YEO Elaine. Depression and perceived stress as mediators between racial microaggressions and somatic symptoms in college students of color. *Am J Orthopsychiatry*, v. 90, n. 1, p. 125-135. 2020. doi:10.1037/ort0000408

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. Relatório da Comissão para Estudo de Política de Saúde Mental para a UFSCar. São Carlos, 2020.

URBINA-GARCIA, Angel. What do we know about university academics' mental health? A systematic literature review. *Stress Health*, May 2020. doi: 10.1002/smj.2956. Online ahead of print.

VIEIRA, Bianka. USP tem 4 suicídios em 2 meses e cria escritório de saúde mental para alunos. *Folha de São Paulo*, São Paulo, 1 ago. 2018. Acesso em 24 mar. 2020. Disponível em:<https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2018/08/usp-tem-4-suicidios-em-2-meses-e-cria-escritorio-de-saude-mental-para-alunos.shtml>

WILLIAMS, David R.; LAWRENCE Jourdyn A.; DAVIS Brigette A. Racism and health: evidence and needed research. *Annu Rev Public Health*, v. 40, n.1, p. 105-125, April 2019.

WINZER, Regina; LINDBERG, Lene; GULDBRANDSSON, Karin; SIDORCHUK, Anna. Effects of mental health interventions for students in higher education are sustainable over time: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *PeerJ*, v. 6, Apr 2018. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29629247/>. doi:10.7717/peerj.4598

WITT, Katrina; BOLAND, Alexandra; LAMBLIN, Michelle; McGORRY, Patrick D.; VENESS, Benjamin; CIPRIANI, Andrea; HAWTON, Keith; HARVEY, Samuel; CHRISTENSEN, Helen; ROBINSON, Jo. Effectiveness of universal programmes for the prevention of suicidal ideation, behaviour and mental ill health in medical students: a systematic review and meta-analysis. *Evid Based Mental Health*, v.22, p.84-90 Mar. 2019. Available from:<https://ebmh.bmj.com/content/22/2/84.full.pdf>. doi:10.1136/ebmental-2019-300082

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental Health Atlas 2017. Geneva: World Health Organization, 2018. 68 p. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272735/9789241514019-eng.pdf?ua=1>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Preventing suicide: a global imperative. Geneva: World Health Organization, 2014. 92 p. Disponível em: https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/exe_summary_english.pdf?ua=1

WORSLEY, Joanne; PENNINGTON, Andy; CORCORAN, Rhiannon. What interventions improve college and university students' mental health and wellbeing? A review of review-level evidence. Mar 2020. Available from: <https://whatworkswellbeing.org/wp-content/uploads/2020/03/Student-mental-health-full-review.pdf>. Access on: 04 set 2020.

YAMAGUCHI, Sosei; WU, Shu-I, BISWAS, Milly; YATE, Madinah; AOKI, Yuta; BARLEY, Elizabeth A.; THORNICROFT, Graham. Effects of short-term interventions to reduce mental health-related stigma in university or college students: a systematic review. *J Nerv Ment Dis.*, v. 201. n. 6, p. 490-503, Jun 2013. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23719324/>. doi:10.1097/NMD.0b013e31829480df

APÊNDICES

APÊNDICE 1 - Roteiro enviado por aplicativo de celular para informantes chave, estudantes de cursos da área da saúde da USP, para aprimoramento de delineamento do problema-enfrentamento do sofrimento psíquico entre universitários

Apresentação

Um grupo de pesquisadoras, coordenado por docentes da Escola de Enfermagem da USP, realizará uma Revisão Rápida, para identificar ações de enfrentamento do sofrimento psíquico/agravos de saúde mental na USP. Ao responder as questões, poderemos aprimorar o protocolo para a realização da busca na literatura. As questões não são parte da coleta de dados da Revisão Rápida.

Convidamos você a responder as questões. Sinta-se à vontade para responder apenas as que você puder/quiser responder.

1. Você conhece alguém da sua categoria/unidade que tenha tido sofrimento psíquico/mental?
2. Essa pessoa utilizou algum recurso da universidade para enfrentar esse problema? Qual? como esse recurso ajudou essa pessoa?
3. Você conhece outros recursos, formais ou informais, da universidade que as pessoas utilizem para enfrentamento do sofrimento psíquico? quais?
4. Como você soube da existência desses recursos?
5. O que você conhece desses recursos? Como eles ajudam as pessoas que os utilizam?
6. Qual é o caminho para chegar a esses recursos? Descreva e comente as facilidades/dificuldades para trilhar e chegar a esses recursos
7. Conhece recursos da universidade utilizados para promover ou fortalecer a saúde mental?

APÊNDICE 2 - Síntese das buscas conduzidas para identificar evidências para a síntese rápida: necessidades em saúde mental de estudantes universitários de cursos da área da saúde

Fonte de informação	Estratégia de busca	Nº de artigos recuperados	Nº de artigos elegíveis	Nº included	Data da busca
ASSIA	(student OR "health student") AND ("mental health" OR burnout OR depression OR anxiety) AND (university) AND ("systematic review")	1	0	0	19/05/20
Campbell	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND "Students University" AND Systematic Review	337	6	0	18/05/20
CAPES	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND Students	58	0	0	02/06/20
CINAHL	(MH "Mental Health") OR TI ("mental health" or "mental illness" or "mental disorder" or "psychiatric illness" or anxiety or depression or wellbeing or distress) OR AB ("mental health" or "mental illness" or "mental disorder" or "psychiatric illness" or anxiety or depression or wellbeing or distress) OR (health, mental OR mental hygiene OR hygiene, mental) OR ("Anxiety" [Mesh] OR hypervigilance OR nervousness OR social anxiety OR anxieties, social OR anxiety, social OR social anxieties) OR ("Performance Anxiety" [Mesh] OR anxieties, performance OR anxiety, performance OR performance anxieties) OR ("Anxiety Disorders" [Mesh] OR anxiety disorder OR disorder, anxiety OR disorders, anxiety OR neuroses, anxiety OR anxiety neuroses OR anxiety states, neurotic OR anxiety state, neurotic OR neurotic anxiety states OR neurotic anxiety states OR state, neurotic anxiety OR states, neurotic anxiety) OR ("Phobia, Social" [Mesh] OR phobias, social OR social phobia OR social phobias OR social anxiety disorder OR anxiety disorder, social OR anxiety disorders, social OR disorder, social anxiety OR disorders, social anxiety OR social anxiety disorders) OR ("Depression" [Mesh] OR depressions OR depressive symptoms OR depressive symptom OR symptom, depressive OR symptoms, depressive OR emotional depression OR depression, emotional OR depressions, emotional OR emotional depressions) OR ("Depressive Disorder" [Mesh] OR depressive disorders OR disorder, depressive OR disorders, depressive OR neurosis, depressive OR depressive neuroses OR depressive neuroses OR neuroses, depressive OR depression, endogenous OR depressions, endogenous OR endogenous depression OR endogenous depressions OR depressive syndrome OR depressive syndromes OR syndrome, depressive OR syndromes, depressive OR depression, neurotic OR depressions, neurotic OR neurotic depression OR neurotic depressions OR melancholia OR melancholia OR unipolar depression OR depression, unipolar OR dependence, substance OR substance addiction OR addiction, substance OR prescription drug abuse OR abuse, prescription drug OR drug abuse, prescription OR drug habituation OR habituation, drug)) OR (((("Stress, Psychological" [Mesh] OR psychological stress OR psychological stresses OR stresses, psychological OR life stress OR life stresses OR stress, life OR stresses, life OR stress, psychologic OR psychologic stress OR stressor, psychological OR psychological stressor OR psychological stressors OR stressors, psychological OR mental suffering OR suffering, mental OR suffering OR sufferings)) OR ("Occupational Stress" [Mesh] OR occupational stress OR stress, occupational OR stresses, occupational OR job stress OR job stresses OR stress, job OR stresses, job OR work-related stress OR stress, work-related OR stresses, work-related OR work related stress OR work related stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, workplace OR workplace stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, work place OR work place stresses OR professional stress OR professional OR stress, professional OR stress,	92	3	1	16/05/20

Fonte de informação	Estratégia de busca	Nº de artigos recuperados	Nº de artigos elegíveis	Nº included	Data da busca
	professional OR job-related stress OR job related stress OR job-related stresses OR stress, jobrelated OR stresses, jobrelated) OR ("Burnout, Psychological" [Mesh] OR psychological burnout OR burn-out syndrome OR burnout syndrome OR burnout OR burnout syndrome OR burn-out) AND TI (student or students or pupil) OR AB (student or students or pupil) OR (MH "Students, College") OR TI ("college students" OR "university students" OR undergraduates) OR AB ("college students" OR "university students" OR undergraduates) OR TI ("speech therapist" or "speech language pathologist") OR AB ("speech therapist" or "speech language pathologist") OR MH "Occupational Therapists" OR TI ("occupational therapists" or "occupational therapy" or "occupational therapist" or "occupational therapists") OR AB ("occupational therapists" or "occupational therapy" or "occupational therapist" or "occupational therapists") OR (MH "Dietitians") OR TI (dieticians or nutritionists) OR AB (dieticians or nutritionists) OR (MH "Students, Nursing") OR TI "nursing students" OR AB "nursing students" OR (MH "Students, Health Occupations") OR TI "health occupations students" OR AB "health occupations Students" OR (MH "Students, Medical") OR TI ("medical students" OR "medicine students" OR "students in medicine") OR AB ("medical students" OR "medicine students" OR "students in medicine") AND ((Universities" OR university) OR ("Hospitals, University" [Mesh] OR university hospitals) OR ("Academic Medical Centers" [Mesh] OR medical center, university OR university medical center OR medical centers, university OR university medical centers OR center, university medical OR center, academic medical OR centers, academic medical OR medical center, academic OR medical centers, academic OR centers, university medical OR academic medical center)				
Cochrane	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND Students	97	2	0	19/05/20
Complementares	artigos indicados por pesquisadores/docentes ou artigos específicos que não apareceram na estratégia de busca	7	0	5	N/A
EMBASE	('student'/exp OR 'student' OR 'health student'/exp OR 'health student') AND ('mental health'/exp OR 'mental health' OR 'burnout'/exp OR 'burnout' OR 'depression'/exp OR 'depression' OR 'anxiety'/exp OR 'anxiety') AND ('university'/exp OR 'university') AND ((cochrane review)/lim OR [systematic review]/lim OR [meta analysis]/lim)	487	17	6	13/05/20
Epistemonikos	student* AND universit* AND ("mental health" OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout)	115	7	5	04/05/20
ERIC	"Allied Health Occupations Education" AND "Mental Health" AND "Literature Reviews"	38	1	0	10/05/20
Health Evidence	mental health AND Student AND University	38	3	1	19/05/20
HSE	mental health AND Students	76	19	1	02/06/20
JBI	Student	58	4	0	25/05/20
LILACS	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND Students AND University	46	2	0	02/06/20
McMaster PLUS	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND student	29	1	0	19/05/20

Fonte de informação	Estratégia de busca	Nº de artigos recuperados	Nº de artigos elegíveis	Nº included	Data da busca
Open gray	(“mental health” OR “anxiety” OR “depression” OR “stress” OR “burnout”) AND (“University” OR University OR College) AND (“Students, Medical”[Mesh] OR Medical Students) OR (Public Health Student OR Public Health Students) OR (“Students, Nursing”[Mesh] OR Nursing Student OR Nursing Students) OR (“Nutritionists”[Mesh] OR Nutritionist OR Dietitians OR Dietitian) AND (“Students”[-Mesh] OR) OR (“Physical Therapists”[Mesh] OR Physical Therapist OR Therapist, Physical OR Therapists, Physical OR Physiotherapists OR Physiotherapist)	297	0	0	11/05/20
PEDRO	students + systematic reviews = 21 records “mental health” + systematic reviews = 157 records universit* + systematic reviews = 77 records stress + systematic reviews = 283 records	538	1	0	18/05/20
PsycInfo	24 Results for Index Terms: {Mental Health} OR {Mental Status} OR {Health} OR {Emotional Adjustment} OR {Mental Health Programs} OR {Mental Health Services} OR {Mental Health and Illness Assessment} OR {Primary Mental Health Prevention} OR {Well Being} AND Index Terms: {College Students} OR {Students} OR {Community College Students} OR {College Athletes} OR {Education Students} OR {Junior College Students} OR {Nursing Students} OR {College Graduates} OR {Graduate Students} OR {Postgraduate Students} AND Methodology: Systematic Review 13 Results for Index Terms: {Mental Health} OR {Mental Status} OR {Health} OR {Emotional Adjustment} OR {Mental Health Programs} OR {Mental Health Services} OR {Mental Health and Illness Assessment} OR {Primary Mental Health Prevention} OR {Well Being} AND Index Terms: {College Students} OR {Students} OR {Community College Students} OR {College Athletes} OR {Education Students} OR {Junior College Students} OR {Nursing Students} OR {College Graduates} OR {Graduate Students} OR {Postgraduate Students} AND Methodology: Meta Analysis 40 Results for Index Terms: {Anxiety} OR {Emotional States} OR {Health Anxiety} OR {Anxiety Sensitivity} OR {Performance Anxiety} OR {Social Anxiety} OR {Speech Anxiety} OR {Anxiety Disorders} OR {Fear} OR {Fear of Success} OR {Generalized Anxiety Disorder} OR {Guilt} OR {Imaginal Exposure} OR {Internalizing Symptoms} OR {Interpretive Bias} OR {Jealousy} OR {Neurosis} OR {Panic} OR {Panic Attack} OR {Panic Disorder} OR {Phobias} OR {Post-Traumatic Stress} OR {Shame} OR {Stress} OR {In Vivo Exposure} OR {Attentional Bias} OR {Approach Avoidance} OR {Anxiety Management} OR {Agitation} AND Any Field: students AND Methodology: Systematic Review 45 Results for Index Terms: {Phobias} OR {School Phobia} OR {Social Phobia} OR {Anxiety} OR {School Phobia} OR {School Refusal} OR {Student Attitudes} OR {Social Phobia} OR {Phobias} OR {Avoidant Personality Disorder} AND Any Field: Students AND Methodology: Systematic Review 35 Results for Index Terms: {Depression (Emotion)} OR {Cyclothymic Disorder} OR {Internalizing Symptoms} OR {Major Depression} OR {Sadness} OR {Emotional States} OR {Endogenous Depression} OR {Major Depression} OR {Affective Disorders} AND Any Field: students AND Methodology: Systematic Review 38 Results for Index Terms: {Drug Abuse} OR {Substance Use Disorder} OR {Polydrug Abuse} OR {Addiction} OR {Drug Abuse Liability} OR {Drug Abuse Prevention} OR {Drug Addiction} OR {Drugs} OR {Social Issues} OR {Substance Abuse and Addiction Measures} OR {Drug Abuse Liability} OR {Drug Usage} OR {Alcohol Abuse} OR {Drug Abuse} OR {Drug Dependency} OR {Drug Abuse Prevention} OR {Polydrug Abuse} AND Any Field: students AND Methodology: Systematic Review	195	33	11	03/06/20

Fonte de informação	Estratégia de busca	Nº de artigos recuperados	Nº de artigos elegíveis	Nº included	Data da busca
PubMed	((((((((“Students, Medical”[Mesh] OR Medical Students OR Student, Medical OR Medical Student)) OR (“Students, Public Health”[Mesh] OR Health Student, Public OR Health Students, Public OR Public Health Student OR Student, Public Health OR Public Health Students)) OR (“Students, Nursing”[Mesh] OR Pupil Nurses OR Student, Nursing OR Nurses, Pupil OR Nurse, Pupil OR Pupil Nurse OR Nursing Student OR Nursing Students)) OR (((“Nutritionists”[Mesh] OR Nutritionist OR Dieticians OR Dietician OR Dietitians OR Dietitian)) AND (“Students”[Mesh] OR Student OR School Enrollment OR Enrollment, School OR Enrollments, School OR School Enrollments))) OR (((“Physical Therapists”[Mesh] OR Physical Therapist OR Therapist, Physical OR Therapists, Physical OR Physiotherapists OR Physiotherapist)) AND (“Students”[Mesh] OR Student OR School Enrollment OR Enrollment, School OR Enrollments, School OR School Enrollments))) OR (((“Occupational Therapists”[Mesh] OR Occupational Therapist OR Therapist, Occupational OR Therapists, Occupational)) AND (“Students”[Mesh] OR Student OR School Enrollment OR Enrollment, School OR Enrollments, School OR School Enrollments))) OR ((speech therapist) AND (“Students”[Mesh] OR Student OR School Enrollment OR Enrollment, School OR Enrollments, School OR School Enrollments))) AND (((((“Universities”[Mesh] OR university) OR (“Hospitals, University”[Mesh] OR university hospitals)) OR (“Academic Medical Centers”[Mesh] OR medical center, university OR university medical center OR medical centers, university OR university medical centers OR center, university medical OR center, academic medical OR centers, academic medical OR medical centers, academic OR centers, university medical OR academic medical center))) AND (((((((“Mental Health”[Mesh] OR health, mental OR mental hygiene OR hygiene, mental)) OR (“Anxiety”[Mesh] OR hypervigilance OR nervousness OR social anxiety OR anxieties, social OR anxiety, social OR social anxieties)) OR (“Performance Anxiety”[Mesh] OR anxieties, performance OR anxiety, performance OR performance anxieties) OR (“Anxiety Disorders”[Mesh] OR anxiety disorder OR disorder, anxiety OR disorders, anxiety OR neuroses, anxiety OR anxiety neuroses OR anxiety states, neurotic OR anxiety state, neurotic OR neurotic anxiety states OR neurotic anxiety states OR state, neurotic anxiety OR states, neurotic anxiety)) OR (“Phobia, Social”[Mesh] OR phobias, social OR social phobia OR social phobias OR social anxiety disorder OR anxiety disorder, social OR anxiety disorders, social OR disorder, social anxiety OR disorders, social anxiety OR social anxiety disorders)) OR (“Depression”[Mesh] OR depressions OR depressive symptoms OR depressive symptom OR symptom, depressive OR symptoms, depressive OR emotional depression OR depression, emotional OR depressions, emotional OR emotional depressions) OR (“Depressive Disorder”[-Mesh] OR depressive disorders OR disorder, depressive OR disorders, depressive OR neurosis, depressive OR depressive neuroses OR depressive neurosis OR neuroses, depressive OR depression, endogenous OR depressions, endogenous OR endogenous depression OR endogenous depressions OR depressive syndrome OR depressive syndromes OR syndrome, depressive OR syndromes, depressive OR depression, neurotic OR depressions, neurotic OR neurotic depression OR neurotic depressions OR melancholia OR melancholia OR unipolar depression OR depression, unipolar OR depressions, unipolar OR unipolar depressions)) OR (“Adjustment Disorders”[Mesh] OR reactive disorders OR disorder, reactive OR disorders, reactive OR reactive disorder OR adjustment disorder OR disorder, adjustment OR disorders, adjustment OR depression, reactive OR depressions, reactive OR reactive depression OR reactive depressions OR anniversary reaction OR anniversary reactions OR reaction, anniversary OR reactions, anniversary OR transient situational disturbance OR disturbance, transient situational	283	23	15	04/05/20

Fonte de informação	Estratégia de busca	Nº de artigos recuperados	Nº de artigos elegíveis	Nº included	Data da busca
	<p>OR disturbances, transient situational OR situational disturbance, transient OR situational disturbances, transient OR transient situational disturbances))) OR ((“Substance-Related Disorders”[Mesh] OR drug abuse OR abuse, drug OR drug dependence OR dependence, drug OR drug addiction OR addiction, drug OR substance use disorders OR disorder, substance use OR substance use disorder OR drug use disorders OR disorder, drug use OR drug use disorder OR organic mental disorders, substance-induced OR organic mental disorders, substance induced OR substance abuse OR abuse, substance OR abuses, substance OR substance abuse OR substance dependence OR dependence, substance OR substance addiction OR addiction, substance OR prescription drug abuse OR abuse, prescription drug OR drug abuse, prescription OR drug habituation OR habituation, drug))) OR (((((“Stress, Psychological”[Mesh] OR psychological stress OR psychological stresses OR stresses, psychological OR life stress OR life stresses OR stress, life OR stresses, life OR stress, psychologic OR psychologic stress OR stresor, psychological OR psychological stresor OR psychological stressors OR stressors, psychological OR mental suffering OR suffering, mental OR suffering OR sufferings)) OR (“Occupational Stress”[Mesh] OR occupational stresses OR stress, occupational OR stresses, occupational OR job stress OR job stresses OR stress, job OR stresses, job OR work-related stress OR stress, work-related OR stresses, work-related OR work related stress OR work-related stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, workplace OR workplace stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, work place OR work place stresses OR professional stress OR professional stresses OR stress, professional OR stresses, professional OR job-related stress OR job related stress OR job-related stresses OR stress, job-related OR stresses, job-related)) OR (“Burnout, Psychological”[Mesh] OR psychological burnout OR burn-out syndrome OR burn out syndrome OR burnout OR burnout syndrome OR burn-out OR burn out OR psychological burn-out OR burn-out, psychological OR psychological burn out OR burnout, student OR school burnout OR student burnout OR burnout, school OR burnout, caregiver OR caregiver burnout OR caregiver exhaustion OR exhaustion, caregiver)) OR (“Burnout, Professional”[Mesh] OR professional burnout OR occupational burnout OR burnout, occupational OR career burnout OR burnout, career)) OR (“Workload”[Mesh] OR workloads OR work load OR work loads OR employee workload OR employee workloads OR workload, employee OR workloads, employee OR employee work load OR employee work load OR work load, employee OR work loads, employee OR staff workload OR staff workloads OR workload, staff OR workloads, staff OR staff work load OR staff work load OR work load, staff OR work loads, staff)) OR (((“Suicide”[Mesh] OR suicides)) OR (“Suicide, Attempted”[Mesh] OR attempted suicide OR parasuicide OR parasuicides)) OR (“Suicide, Completed”[Mesh] OR completed suicides OR suicides, completed OR completed suicide)))))) AND (“Systematic Review” [Publication Type] OR Review, Systematic)</p>	12 artigos - TITLE-ABS-KEY (“mental health” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 2 artigos - TITLE-ABS-KEY (“mental illness” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 0 artigos- TITLE-ABS-KEY (“psychiatric illness” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 0 artigos - TITLE-ABS-KEY (“mental disorder” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline)	1232	8	1
SCOPUS					03/06/20

Fonte de informação	Estratégia de busca	Nº de artigos recuperados	Nº de artigos elegíveis	Nº included	Data da busca
	<p>9 artigos - TITLE-ABS-KEY (“anxiety” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 10 artigos - TITLE-ABS-KEY (“depression” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 1 artigo - TITLE-ABS-KEY (“wellbeing” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 1 artigo - TITLE-ABS-KEY (“distress” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 1 artigo - TITLE-ABS-KEY (“drug abuse” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 0 artigos - TITLE-ABS-KEY (“social phobia” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 15 artigos - TITLE-ABS-KEY (“drug abuse” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 10 artigos - TITLE-ABS-KEY (“social phobia” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 108 artigos - TITLE-ABS-KEY (“distress” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 43 artigos - TITLE-ABS-KEY (“wellbeing” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 334 artigos - TITLE-ABS-KEY (“depression” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 287 artigos - TITLE-ABS-KEY (“anxiety” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 32 artigos - TITLE-ABS-KEY (“mental disorder” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 2 artigos - TITLE-ABS-KEY (“psychiatric illness” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 36 artigos - TITLE-ABS-KEY (“mental illness” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 342 artigos - TITLE-ABS-KEY (“mental health” AND “college students”) AND (“systematic review”) AND NOT INDEX (medline) 1 artigo - TITLE-ABS-KEY (“drug abuse” AND “college students” AND “systematic review”) AND NOT INDEX (medline)</p>				
Social Service Abstract	((student OR “health student”) AND (“mental health” OR burnout OR depression OR anxiety) AND (university))	14	0	0	19/05/20
Social Systems Evidence	students AND universities AND “mental health”	123	0	0	07/05/20
Sociological Abstract	(student OR “health student”) AND (“mental health” OR burnout OR depression OR anxiety) AND (university)	33	0	0	19/05/20
TOTAL		4189	130	45	

APÊNDICE 3 - Síntese dos achados: necessidades em saúde mental de estudantes universitários de cursos da área da saúde (revisões sistemáticas)

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
AMANVERMEZ et al. Opção 2	Stress management interventions for college students: A systematic review and meta-analysis	Programas de gestão de estresse	54	O risco de viés foi substancial na maioria dos estudos.	Efeito moderado significativo para intervenções de gerenciamento de estresse para alunos com altos níveis de estresse. Também foi encontrado um efeito de tamanho pequeno a moderado para depressão, um efeito moderado a grande para estresse e um efeito moderado para ansiedade.	2018/2020	7/11 (moderada)	Alemanha (3); Arábia Saudita (1) Argentina (1); Austrália (3); Áustria (1); Bélgica (1); Canadá (2); China (3); Coréia (4); Escócia (1); Espanha (1); EUA (16); Finlândia (1); Grécia (1); Holanda (1); Índia (2); Irã (1); Malásia (1); Noruega (1); Suécia (1); Tailândia (1); Taiwan (1); UK (2) 0/54
BAKKER, et al. Opção 1	Improving mental health of student and novice nurses to prevent dropout: A systematic review	Intervenções destinadas a melhorar a saúde mental de estudantes ou enfermeiros novatos para prevenir o abandono durante a educação ou trabalho em enfermagem.	21	Estruturação dos resultados por agrupamento de intervenções que eram heterogêneas, o que impossibilitou a realização da metanálise e comparação dos estudos.	A maioria dos estudos direcionados a estudantes de enfermagem envolveu intervenções para controlar o estresse, incluindo técnicas de terapia cognitivo-comportamental, relaxamento e treinamento de habilidades de autocuidado/ enfrentamento. Os estudos dirigidos a enfermeiros novatos envolveram principalmente intervenções destinadas a facilitar a transição para a prática de enfermagem, incluindo educação, apoio profissional e de pares.	2019/2020	6/11 (moderada)	Não reportado
BAMBER; MORPETH Opção 2	Effects of Mindfulness Meditation on College Student Anxiety: a meta-analysis.	Efeito da meditação de atenção plena sobre a ansiedade de estudantes universitários	25	Perda moderadas de dados e consequente cautela na interpretação dos resultados, devido à possibilidade de erros do tipo II.	Diversas intervenções foram não significativas, como yoga, registro em diário e discussões. Meditação (8 sessões ou mais) é uma prática de intervenção inicial e indicou redução na ansiedade. Tempo de meditação não foi significativo (minutos por semana, total de minutos e número de semanas). Intervenções de meditação fora do domicílio mostraram diminuição significativa de ansiedade.	Não disponível /2019	7/11 (moderada)	EUA (15), Reino Unido (4), China (1), Austrália (1), Tailândia (1), Coreia (2), Espanha (1) 2/25
BOLINSKI, et al. Opção 2	The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials.	Eficácia de intervenções e-mental health (saúde mental digital) e no desempenho acadêmico de estudantes universitários	6	Alta heterogeneidade dos estudos e poucos estudos de efetividade que reportaram resultados de performance	As intervenções identificadas foram: 1) plataforma digital e aplicativo associado; 2) Instruções de login por e-mail da administração central da universidade para abordagens sobre o álcool; 3) Criação de oportunidades para capacitação pessoal; 4) intervenção com o objetivo de melhorar o significado da vida dos alunos; 5) Baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT); 6) Sessões de redação informatizada. Intervenções digitais de saúde mental tiveram efeito pequeno e estatisticamente não significativo no desempenho acadêmico ($g = 0,26$; $p = 0,05$), efeitos pequenos e estatisticamente significativos na depressão ($g = -.24$; $p = 0,03$) e ansiedade ($g = -.2$; $p < .01$). Na pós-intervenção, os efeitos sobre a depressão foram estatisticamente significativos (IC de 95%: $-0,46$, $-0,03$; $p = 0,03$).	2019/2020	7/11 (moderada)	Reino Unido (1), EUA (4), Austrália (1) 0/6
CHEN, et al. Opção 2	Effects of nonpharmacological interventions on depressive symptoms and depression among nursing students: A systematic review and meta-analysis.	Efetividade de intervenções não farmacológicas na melhora de sintomas depressivos e depressão de estudantes de enfermagem.	13	Falta de exploração de fatores de confusão, como ano do estudo, etnicidade, gênero, suicídio, qualidade de vida e outras variáveis de desfecho.	As intervenções foram terapia cognitiva comportamental, mindfulness, escaneamento corporal, meditação, yoga, exercício físico, exercício respiratório, relaxamento, relaxamento progressivo muscular, imagens de meditação e relacionadas à saúde mental. Melhora significativa de sintomas depressivos e de depressão em curto tempo (1 a 8 semanas) no grupo intervenção, principalmente, devido ao mindfulness e programas de manejo do estresse. Efeitos positivos em estudantes de enfermagem da China, Coreia e na cidade de Isfahan (Irã).	2016/2019	8/11 (alta)	China (4), Coreia (3), EUA (3), Irã (2), Tailândia (1), Austrália (1) 0/13

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
CONLEY, et al. Opção 2	A meta-analysis of indicated mental health prevention programs for at-risk higher education students.	Eficácia dos programas de prevenção indicados para estudantes do ensino superior em risco de subsequentes dificuldades de saúde mental	60	Ausência de informações sobre as características étnicas ou raciais limita as conclusões.	Identificação de 11 estratégias de intervenções: (a) Intervenções cognitivo-comportamentais; (b) Intervenções de relaxamento; (c) Intervenções de treinamento de habilidades sociais; (d) Intervenções comportamentais gerais; (e) Intervenções de Apoio Social; (f) Intervenções de atenção plena; (g) Intervenções de meditação; (h) Intervenções psicoeducacionais; (i) Intervenções da Terapia de Aceitação e Compromisso; (j) Programas de psicoterapia interpessoal; (k) Outras intervenções. Foi evidenciado impacto positivo dos programas de prevenção que lidam com níveis subclínicos de depressão, ansiedade, raiva, sofrimento psicológico geral ou dificuldades nos relacionamentos interpessoais. Os efeitos mais sustentáveis foram observados para intervenções destinadas a reduzir os sintomas de depressão e ansiedade.	2014/2017	8/11 (alta)	Não reportado
CONLEY, et al. Opção 2	A meta-analysis of the impact of universal and indicated preventive technology-delivered interventions for higher education students.	Intervenções tecnológicas na saúde mental, voltadas para estudantes do ensino superior sem qualquer problema de (prevenção universal) ou com problemas subclínicos leves a moderados (prevenção indicada)	48	Tipos de comparações limitadas, devido à divisão das variáveis dos estudos em categorias específicas. Perda de dados e falta de descrição de detalhes, como etnicidade, duração da intervenção, impacto e implementação, limitaram a análise.	As intervenções de treinamento de habilidades indicadas ($ES = 0,39$, $IC = 0,29$ a $0,50$; $k = 20$; $p <0,001$) foram associadas a efeitos positivos significativos e produziram efeitos significativos para depressão, ansiedade, estresse, saúde, autopercepção, relacionamento interpessoal e espiritualidade, mas o último efeito foi negativo ($ES = -1,10$). Programas de não treinamento de habilidades indicadas ($ES = 0,25$, $IC = 0,01$ a $0,49$; $k = 6$; $p = 0,042$) apresentaram efeitos positivos significativos, mas somente alcançaram significância para resultados de depressão e relacionamentos interpessoais.	2014/2016	5/11 (moderada)	EUA (31) Austrália (1), Canadá (1), Itália (1), Holanda, Noruega, Romênia (1) Reino Unido (17) 0/48
CONLEY, DURLAK, KIRSCH Opção 2	A Meta-analysis of universal mental health prevention programs for higher education students.	Programas de treinamento de habilidades com prática supervisionada	90	A revisão atual identificou várias limitações no atual corpo de pesquisa que qualificam as principais conclusões, oferecendo uma agenda de pesquisa para o futuro.	As estratégias efetivas foram relaxamento, cognitivo-comportamental, de atenção plena, meditação e psicoeducação. As intervenções psicoeducacionais produziram efeitos significativos para ansiedade, estresse, sofrimento psicológico geral, autopercepção e desempenho acadêmico. Práticas de habilidades supervisionadas obtiveram efeitos significativamente melhores nas habilidades sociais e emocionais e na autopercepção, bem como resultados acadêmicos significativamente melhores do que as intervenções psicoeducacionais. A ansiedade gerou um efeito significativo para intervenções de treinamento de habilidades sem prática supervisionada.	2012/2015	7/11 (moderada)	Não reportado
DAWSON, et al. Opção 2	Mindfulness-Based Interventions for University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Controlled Trials	Efeitos de intervenções baseadas em Mindfulness em uma população geral de estudantes universitários.	51	Maioria dos estudos realizados nos EUA, sendo que os resultados podem não ser apropriados para outras realidades	As intervenções reduziram significativamente os níveis de ansiedade, depressão, ansiedade e ruminação, e aumentaram o bem-estar entre os estudantes universitários quando medidos na pós-intervenção. Notavelmente, reduções de longo prazo no sofrimento também foram encontradas. Houve achados não significativos para depressão, ansiedade (traço), regulação da emoção, atenção plena, afeto, pressão arterial e bem-estar.	2019/2019	9/11 (alta)	15 países, principalmente desenvolvidos ocidentais e 20 % dentro de culturas orientais, como China, Coréia, Cingapura e Tailândia 0/51
EL-DEN, et al. Opção 1	Mental Health First Aid training and assessment among university students: A systematic review	Avaliação do treinamento de Primeiros Socorros em Saúde Mental (MHFA) entre estudantes universitários	12	Falta de avaliação de viés dos estudos incluídos.	É especialmente relevante entre os estudantes universitários devido à maior prevalência de problemas de saúde mental entre pessoas nessa faixa etária e preferência por buscar ajuda informal, em vez de profissional. Evidências sugerem que os profissionais de saúde carecem de educação em saúde mental. A educação e o treinamento em suicídio estão faltando nos currículos médicos e de saúde.	2019/2020	3/11 (baixa)	Austrália (8) EUA (3), UK (1) 0/12

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
FERNANDEZ, et al. Opção 1	Setting-based interventions to promote mental health at the university: a systematic review.	Estratégias de evidências para promover a saúde mental em universitários baseando em um modelo de intervenções	19	A taxa de redução do suicídio teve queda para os alunos de graduação. Para alunos de pós-graduação e funcionários, a taxa de suicídio aumentou no mesmo período. Esse fato originou dúvidas sobre a eficácia do Intervenção para diferentes grupos da população.	Intervenções: 1) Implantação de uma política 2) Cursos obrigatórios 3) Mudanças no currículo 1) Sobre a implantação de uma política de combate ao suicídio: comparou-se as taxas pré e pós implantação. As taxas de suicídio apresentaram queda após a implementação de 6.91 por 100.000 (1976-1983) por alunos matriculados para 3.78 por 100.000 (1984-2005). 2) Sobre a obrigatoriedade de cursos nas grades curriculares: avaliou-se o impacto do curso Health in Modern Society sobre o bem-estar mental dos alunos matriculados. Era um curso de educação geral de dois créditos que usava técnicas ativas de aprendizagem; tais como debates / mesas redondas, aprendizagem baseada em problemas e cenários simulados / estudos de caso; e áreas cobertas relacionadas a estilo de vida, saúde mental e saúde sexual. Após o curso, houve um aumento estatisticamente significativo no conhecimento de saúde mental. 3) Sobre as mudanças curriculares realizadas pela Escola de Medicina da Universidade de Saint Louis (EUA). Uma variedade de mudanças foi estabelecida: 1) Alteração no sistema de notas; 2) Redução de 10% das horas de contato durante os primeiros 2 anos do currículo 3) Introdução de disciplinas eletivas mais longitudinais. 4) Estabelecimento de comunidades de aprendizagem compostas por alunos e professores que compartilhavam interesses comuns. 5) curso obrigatório baseado em atenção plena e resiliência. Os pesquisadores encontraram níveis mais baixos de sintomas de depressão, sintomas de ansiedade e estresse relatado nos alunos expostos ao currículo alterado, em comparação com os não expostos.	2015/2016	6/11 (moderada)	Não reportado
FU, et al. Opção 2	Psychological interventions for depression in Chinese university students: A systematic review and meta-analysis.	Síntese qualitativa e efetividade de intervenções psicológicas em universidades chinesas	93	Possibilidade de viés de publicação e baixa qualidade dos estudos incluídos.	Intervenção psicológica, comparada com grupos controle, apresentou um efeito geral de 1,08 (IC 95%: 0,72-1,45). Intervenção psicológica combinada com medicina em comparação com a medicina, intervenção psicológica combinada com exercício físico em comparação com intervenção psicológica não foram significativos com zero em seus intervalos de confiança (Hedges 'g' = 0,52 com IC de 95%: -0,58 a 1,63; Hedges 'g' = -0,11 com IC 95%: -2,42 a 2,40).	2019/2020	8/11 (alta)	China (93) 0/93
GHILARDI, et al. Opção 2	Detecting and managing mental health issues within young adults. A systematic review on college counselling in Italy.	Eficácia das intervenções psicológicas/ aconselhamentos individuais ou grupais que atendem às necessidades de estudantes universitários	16	Há uma forte literatura teórica que nem sempre reflete uma análise quantitativa sobre os dados apresentados, sendo importante avaliar a qualidade das intervenções	As principais abordagens são humanísticas, psicanalíticas, psicodinâmicas e cognitivo-comportamentais. As intervenções são curtas (duram de dois a seis encontros); em alguns casos, existe a possibilidade de se proceder às intervenções psicoterapêuticas imediatamente a seguir à psicológica, seja através dos serviços universitários ou de outras instituições públicas e privadas. As intervenções de aconselhamento duram entre 40 e 90 minutos. Os poucos dados coletados mostraram que os alunos que seguiram um caminho de aconselhamento melhoraram seu bem-estar, experimentaram um fortalecimento do ego, uma autoperccepção mais positiva e mais segurança, bem como uma redução no nível de angústia e sintomas psicopatológicos.	Não disponível /2017	5/11 (moderada)	Itália (16) 0/16
GONZÁLEZ-VALERO et al. Opção 2	Use of meditation and cognitive behavioral therapies for the treatment of stress, depression and anxiety in students. A systematic review and meta-analysis	Efeito produzido por programas cognitivo-comportamentais e estratégias de meditação sobre o estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários	34	Tamanho da amostra científica para a metanálise, uma vez que algumas etapas educacionais foram pouco examinadas. Tempo curto das intervenções e em algumas baixas adesões, como nas intervenções virtuais.	Os tamanhos de efeito calculados mostram que intervenções baseadas em programas cognitivo-comportamentais, autorreflexão e abordagens baseadas em atenção plena produzem resultados satisfatórios e significativos em relação à redução do estresse, ansiedade e depressão em alunos. Meditação (mindfulness, yoga e tai chi), relaxamento muscular e respiratório, coaching e terapia cognitivo-comportamental são estratégias que têm se mostrado eficazes na melhoria da saúde mental. Foi demonstrado que os programas de média duração têm o melhor efeito na melhoria da saúde mental dos alunos. Além disso, os programas baseados na atenção plena tendem a produzir as maiores reduções de estresse, ansiedade e depressão nos alunos.	2018/2019	7/11 (moderada)	Alemanha Arábia Saudita, Austrália, Áustria, Bélgica, China, Coreia do Sul, Coreia do Sul, Espanha, EUA, Inglaterra, Israel, Japão, Malásia, Noruega, País de Gales 0/34 OBS: não foi possível verificar o número de estudos por país, pois o mesmo estudo é usado em diferentes análises (ansiedade, depressão e estresse).

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
GULLIVER, FARRER, CHAN, et al. Opção 2	Technology-based interventions for tobacco and other drug use in university and college students: a systematic review and meta-analysis.	Eficácia das intervenções baseadas em tecnologia em um ambiente terciário para o uso de tabaco e outras drogas (excluindo álcool).	12	O tamanho da amostra na metanálise e o tamanho do efeito detectado foram relativamente pequenos. A busca foi realizada em apenas três bases de dados.	Intervenções sobre o tabaco aumentaram a taxa de abstinência em 1,5 vezes em relação a dos controles ($RR = 1,54$; IC 95% = 1,20, 1,98; $I^2 = 32\%$). Para a maconha, a intervenção multidirecionada, compreendendo um breve programa de computador mais feedback encontrou um resultado positivo para intenção de fumar cigarros, mas não para intenção de usar maconha em comparação com a condição de controle de cuidado usual. Estudantes universitários que bebem muito que participaram de intervenções breves de uma única sessão com álcool tiveram melhor desempenho de 0,18 desvios-padrão (ou seja, usaram menos álcool) do que os participantes do grupo de comparação. Não houve evidência de que gênero, tempo da intervenção, composição racial da amostra ou se os participantes foram obrigados a tratamento estava associado à magnitude do efeito.	2013/2015	8/11 (alta)	Canadá (1), Alemanha (1), Holanda (2), EUA (11) 0/12
HARRER, ADAM, BAUMEISTER et al. Opção 2	Internet interventions for mental health in university students: A systematic review and meta-analysis	Eficácia das intervenções virtuais para a saúde mental de estudantes universitários	48	Este estudo tem várias limitações. Cerca de metade dos estudos incluídos mostraram um alto risco de viés.	As intervenções foram virtuais para a melhoria da saúde mental, do bem-estar e do funcionamento social e acadêmico de estudantes universitários. Apresentaram pouco efeito para depressão, ansiedade e estresse e efeitos moderados para sintomas de transtorno alimentar e na capacidade funcional social e acadêmica dos estudantes. Como principais estratégias terapêuticas foram: 1) Programas de TCC, (66,04%), das quais (18,86%) foram baseadas em técnicas de TCC de terceira onda. 2) Treinamento de habilidades (enfocando uma habilidade específica relacionada à saúde mental -habilidades de relacionamento) (20,75%). 3) Revelação emocional (apoio de pares e grupos de discussão 3,77%). 4) Feedback relacionando a enfrentamento (duas intervenções; 3,77%) ou procedimentos para modificação de preconceito (duas intervenções; 3,77%). Dos 53 programas avaliados 24 (45,28%) eram totalmente não guiados, nove (16,98%) incluíam apenas mecanismos de lembrete, e 20 (37,74%) foram intervenções guiadas que incluíam feedback humano aos participantes.	2017/2018	8/11 (alta)	EUA (22) Espanha (1), Reino Unido (10) EUA (22) Canadá (2) Austrália (5) Alemanha (2) Romênia (1) Finlândia (1) Irlanda (2) Noruega (1) Suécia (1) 0/48
HARROD et al. Opção 1	Interventions for primary prevention of suicide in university and other post-secondary educational settings	Intervenções primárias de prevenção do suicídio direcionadas a alunos universitários e outros cursos pós ensino médio para determinar seu efeito no suicídio e nos resultados relacionados ao suicídio.	8	Evidências insuficientes para apoiar a implementação generalizada de quaisquer programas ou políticas para a prevenção primária do suicídio em ambientes educacionais. Baixa qualidade geral das evidências e pela falta de estudos em países de renda média e baixa.	Uma intervenção de política institucional consistindo em restrição de medidas letais e avaliação profissional obrigatória de estudantes suicidas (pensamentos ou tentativas de suicídio) mostrou diminuir a incidência de suicídio. A incidência cumulativa de suicídio foi significativamente menor nas universidades com intervenção política de múltiplos componentes.	2011/2014	10/11 (alta)	Austrália (1), EUA (7) 0/8

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
HARROD et al. Opção 3	Interventions for primary prevention of suicide in university and other post-secondary educational settings.	Intervenções primárias de prevenção do suicídio direcionadas a alunos universitários e outros cursos pós ensino médio para determinar seu efeito no suicídio e nos resultados relacionados ao suicídio.	8	Evidências insuficientes para apoiar a implementação generalizada de quaisquer programas ou políticas para a prevenção primária do suicídio em ambientes educacionais. Baixa qualidade geral das evidências e pela falta de estudos em países de renda média e baixa.	Programas de instrução baseados em sala de aula Conhecimento sobre suicídio: a instrução em sala de aula aumentou muito o conhecimento de curto prazo sobre suicídio. Comparação entre programas de prevenção de suicídio experiente e didático, com controles: efeito ligeiramente maior da educação didática do que intervenção experiente. Comparação entre um programa educacional de prevenção de suicídio (EB-SP) e um programa de prevenção de suicídio motivacional (ME-SP), com controles: não revelou diferenças estatisticamente significativas, com SMD = 1,50 (IC 95% 0,55 a 2,46) e SMD = 1,54 (IC 95% 0,64 a 2,43) para as duas intervenções, respectivamente. Conhecimento sobre prevenção do suicídio: as instruções em sala de aula aumentaram o conhecimento de curto prazo da prevenção do suicídio (SMD = 0,72, IC 95% 0,36-1,07; I ² = 50%). Comparando programas experenciais e didáticos de prevenção de suicídio, para controles, não revelou diferenças no efeito ou significância, com SMD = 0,70 (IC 95% 0,35 a 1,06) e SMD = 0,72 (IC 95% 0,35 a 1,10) para as duas intervenções, respectivamente. Comparando o programa de prevenção de suicídio com base na educação e o programa de prevenção de suicídio motivacional, aos controles não revelou diferenças no efeito ou significância, com SMD = 0,71 (IC de 95% 0,33 a 1,10) e SMD = 0,75 (IC de 95% 0,45 a 1,04), respectivamente. Autoeficácia na prevenção do suicídio: um pequeno aumento não significativo na autoeficácia na prevenção do suicídio de curto prazo foi observado entre os alunos que receberam o programa de prevenção do suicídio com base na educação ou de aprimoramento motivacional em comparação com os alunos de controle (SMD = 0,20, IC 95% -0,13 a 0,54). Comparando programas de prevenção de suicídio com base na educação e programas de prevenção de suicídio com base na motivação para controlar um tamanho de efeito um pouco maior do programa de prevenção de suicídio com base na motivação (SMD = 0,30, IC de 95% -0,09 a 0,69) do que com o programa de prevenção de suicídio com base na educação (SMD = 0,09, IC 95% -0,30 a 0,48).	2011/2014	10/11 (alta)	0/8 Austrália (1), EUA (7)
HEIM, et al. Opção 1	Reducing mental health-related stigma among medical and nursing students in low- and middle-income countries: A systematic review	Intervenções e métodos aplicados para redução do estigma relacionado à saúde mental entre estudantes de medicina e enfermagem	9	Viés de publicação: intervenções sem efeito não publicadas. Baixo número de estudos, baixa qualidade metodológica e grande heterogeneidade de medidas de resultados e estratégias de avaliação.	Alguma forma de contato social ou intervenções de vídeo foram usadas. Provisão de informação teórica através de aulas teóricas Intervenções práticas visando comportamentos discriminatórios, como papel jogos ou prática clínica sob supervisão foi usado em um estudo. Após a intervenção, os alunos relataram se sentir mais competentes e menos ansiosos, quanto ao contato com pacientes reais do que os alunos na condição de controle.	2017/2019	7/11 (moderada)	Brasil (2), China (1), Malásia (1), Nigéria (1), Turquia (2) e Somalilândia (1) 2/9
HUANG, et al. Opção 2	Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.	Intervenções para problemas comuns de saúde mental entre estudantes universitários	51	Curta duração das intervenções e algumas intervenções baseadas na web tiveram baixa adesão, o que poderia atenuar o efeito da intervenção.	Meditação (mindfulness, yoga e tai chi), relaxamento muscular e respiratório, coaching e terapia cognitivo-comportamental são estratégias que têm se mostrado eficazes na melhoria da saúde mental. Foi demonstrado que os programas de média duração têm o melhor efeito na melhoria da saúde mental dos alunos. Além disso, os programas baseados na atenção plena tendem a produzir as maiores reduções de estresse, ansiedade e depressão nos alunos.	2018/2018	9/11 (alta)	Não reportado 4 regiões: América do Norte, Europa, Ásia e Austrália

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
Johnson, Kalkbrenner Opção 3	The utilization of technological innovations to support college student mental health: Mobile health communication.	Avaliar o uso da tecnologia mHealth, por estudantes universitários, para fornecer informações relacionadas ao bem-estar, identificar que tipo de informação é fornecida e a capacidade de resposta dos estudantes	13	Pesquisas futuras devem investigar a eficácia do uso de meios virtuais entre estudantes de faculdades comunitárias, estudantes de pós-graduação e estudantes que frequentam universidades privadas, para obter informações em saúde.	mHealth foi usado para aumentar o conhecimento de universitários sobre bem-estar e sobre os serviços oferecidos por centros de saúde e de aconselhamento. As informações fornecidas por meio de aplicativos foram: nutrição, promoção de saúde da instituição, cessação do tabagismo, intervenção para o abuso de álcool e intervenções breves de saúde mental. Foram efetivas: intervenções breves para redução de sintomas de ansiedade e depressão; para identificar alunos em risco para transtornos mentais; para redução do consumo de álcool e tabaco e para parar o consumo de tabaco. Os universitários mostraram-se abertos e dispostos a utilizar a tecnologia mHealth, desejavam buscar informações sobre saúde em seus celulares; estudantes de Medicina relataram familiaridade e uso frequente do mHealth para pesquisar questões de saúde. Os estudantes universitários consideram os dispositivos virtuais um meio conveniente e confiável para acessar informações.	2015/2017	4/11 (moderada)	USA (12) UK (1) 0/13
Khadjesari, Murray, Hewitt, Hartley, Godfrey Opção 2	Can stand-alone computer-based interventions reduce alcohol consumption? A systematic review	Determinar os efeitos das intervenções virtuais destinadas a reduzir o consumo de álcool em populações adultas	24	Uma limitação é sobre um estudo (revisão de Bewick) que faltou dados estatísticos apropriados.	Apresentaram efeitos positivos as intervenções virtuais para redução do consumo de álcool As intervenções foram: Feedback personalizado com a comparação da quantidade segura de consumo. Avaliação de associação de risco de ingestão de bebidas alcoólicas, cálculo de consumo e serviços de apoio Jogos interativos que realizou uma avaliação motivacional, de risco e resistência para mudança. Apresentação de vídeo e inclui jogos e perguntas que exigem interação Mudança de comportamento através de mudanças imediatas, planejamento de metas, contrato de comportamento e fórum de discussão.	2008/2011	5/11 (moderada)	EUA (17), Reino Unido (2), Nova Zelândia (3), Alemanha (1), Holanda (1) 0/24
LABRAGUE, et al. Opção 1	A literature review on stress and coping strategies in nursing students	Identificação do nível de estresse e avaliação dos métodos de enfrentamento utilizados por estudantes de enfermagem durante o curso de formação	13	Várias limitações metodológicas foram identificadas no tamanho da amostra e métodos de amostragem	Para a redução do estresse foram utilizadas estratégias de transferência e de enfrentamento. Exemplo de estratégia transferência: realizar exercícios, assistir filmes, tomar banho e dormir); Exemplos de estratégias de enfrentamento: orar, falar com parentes e amigos, ignorando seu estresse, choro e separação dos outros; Sugestões de Intervenções: 1) melhoria do programa de educação clínica 2) inclusão de gerenciamento de estresse durante a orientação de atividades 3) aprimoramento das habilidades de gerenciamento de tempo dos alunos de enfermagem, e aconselhamento 4) estabelecimento de sistemas de apoio para ajudar a equipar os alunos de enfermagem com estratégias de enfrentamento positivas junto às instituições que ofertam estágios 5) uso de apoio sistema sociais como a família, amigos, parentes e até mesmo colegas de trabalho é essencial para neutralizar os efeitos nocivos do estresse 6) implementação de pedagogia de ensino, que capacita os alunos de enfermagem a promover habilidades positivas, como as interpessoais e intrapessoais 7) aprendizado clínico de apoio, com ensino de estratégias de enfrentamento para que eles lidem com os estressores de forma positiva, melhorando seu aprendizado.	2015/2016	5/11	Austrália (1), Gana (1), EUA (2), Jordânia (2), Taiwan (1), Índia (1), Irlanda (1), Japão (1), China (2), Irã (1) 2/13

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
LECKEY Opção 1	The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature	Eficácia das atividades criativas no bem-estar mental no contexto da saúde mental	11	Ausência de ensaio clínico randomizado ou grupo controle, informações limitadas sobre o tipo de atividade oferecida e como os resultados foram medidos e avaliados. Avaliação dos projetos pelos próprios autores.	Identificação de cinco métodos adotados para o envolvimento dos participantes: (1) instrução/educação, (2) orientação, (3) colaboração em um determinado projeto, (4) colaboração identificada pelos participantes e (5) criação de eventos. Outras atividades também foram citadas, como drama, pintura, música e poesia, envolvimento de usuários com artistas e equipe da galeria. Foram relatados benefícios físicos sociais e psicológicos, redução do stress, melhora da autoestima e qualidade de vida, promoção do crescimento pessoal. Em relação à eficácia, não se observou diferença significativa entre os usuários que se engajaram, aqueles que diminuíram as atividades e os que não participaram em um período de doze meses.	2010/2011	4/11 (moderada)	Não reportado
LI, YIN, ZHAO, Et al Opção 2	Interventions to promote mental health in nursing students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.	Avaliar sistematicamente as intervenções destinadas a melhorar a saúde mental dos alunos de enfermagem e identificar qual forma de intervenção foi eficaz	12	Necessidade de estudos rigorosos, de alta qualidade e ensaios clínicos randomizados para identificar o potencial e efetividade das intervenções.	As intervenções incluiriam psicoterapia, exercícios, programa de treinamento e outras. Os resultados da análise de subgrupo mostraram que a depressão se beneficia mais com a psicoterapia e a ansiedade se beneficia com a psicoterapia e a não psicoterapia. As intervenções foram eficazes no controle do estresse e da pressão arterial sistólica.	2017/2018	8/11 (alta)	China (2) Suécia (1) Austrália (1) Coreia (2) EUA (3) Reino Unido (1) 0/12
LIVINGSTON, et al Opção 1	The effectiveness of interventions for reducing stigma related to substance use disorders: A systematic review.	Avaliação das intervenções destinadas a reduzir o estigma relacionado aos transtornos por uso de substâncias	13	Apenas três estudos avaliaram os resultados relacionados ao estigma além do período pós-intervenção imediato. Ausência de estudos de intervenção do estigma relacionado ao uso de substâncias voltados para as populações de crianças e jovens.	Três intervenções (23%) focaram na autoestima, três (23%) visaram o estigma social e sete (54%) foram categorizadas como intervenções de estigma estrutural. As abordagens incluíram educação e/ou contato direto com pessoas que têm transtornos por uso de substâncias. Mais da metade (n= 7) relatou resultados positivos em todas as variáveis de estigma. Seis estudos encontraram melhorias em algumas, mas não em todas. A intervenção de um estudo não resultou em nenhuma melhora significativa no estigma relacionado ao uso de substâncias.	2010/2011	9/11 (alta)	EUA (7), Reino Unido (3), Canadá (2) e Austrália (1) 0/13
MANSFIELD; KAY; MEADS, et al. Opção 1	Sport and dance interventions for healthy young people (15–24 years) to promote subjective well-being: a systematic review.	Eficácia da participação no esporte e na dança no bem-estar subjetivo entre jovens saudáveis de 15 a 24 anos	11	Evidências consideradas baixas, com limitações metodológicas e indefinição quanto ao efeito do esporte e dança no bem-estar de um grande número de pessoas.	A atividade física meditativa e dança tem o potencial de melhorar o bem-estar subjetivo em termos de redução da ansiedade, depressão e raiva, aumento do humor positivo e reduções autorreferidas de depressão. Melhora estatisticamente significativa no bem-estar na prática do yoga em comparação ao grupo controle. Reduções significativas entre os grupos na perturbação total do humor ($p = 0,015$), tensão e ansiedade ($p = 0,002$) e afeto negativo ($p = 0,006$). Redução significativa em 3 meses em comparação com a linha de base na depressão auto relatada (tamanho do efeito = não relatado), fase pós-menstrual $p < 0,001$, fase pré-menstrual $p < 0,001$), ansiedade (p pós-menstrual $< 0,05$, p pré-menstrual $< 0,001$) e raiva (tamanho do efeito = NR, p pré-menstrual $< 0,001$), melhor sensação geral de bem-estar (tamanho do efeito = NR, pós-menstrual $p < 0,001$, pré-menstrual $p < 0,001$)	2016/2018	9/11 (alta)	Não reportado
PALOU, VIGUÉ, TORT-NASARRE Opção1	Attitudes and stigma toward mental health in nursing students: A systematic review.	Percepções dos alunos de enfermagem sobre atitudes estigmatizantes em relação às pessoas que sofrem de um problema de saúde mental	13	Alta heterogeneidade na utilização de instrumentos de medição, o que impossibilitou a metanálise.	Mudança positiva nas atitudes dos alunos de enfermagem em saúde mental e na percepção das pessoas que apresentam um problema de saúde mental após a formação teórica e / ou clínica: redução dos estereótipos, as atitudes negativas em relação às pessoas com um problema de saúde mental, ansiedade, raiva e medo, melhora do grau de preparação dos enfermeiros, responsabilidade e compaixão.	2016/2019	6/11	Não reportado

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
REGEHR, GLANCY, PITTS Opção 2	Interventions to reduce stress in university students: a review and meta-analysis.	Eficácia de intervenções destinadas a reduzir o estresse em estudantes universitários	32	Os estudos publicados se limitaram a revistas revisadas por pares. Mulheres de países ocidentais ficaram super-representadas.	Três grandes categorias de intervenções para o estresse: (1) baseadas nas artes; (2) psicoeducativas; e (3) cognitivas / comportamentais / baseadas em atenção plena. O único estudo classificado na categoria de outras intervenções usou uma combinação de terapia energética por meio do toque de cura e treinamento de autocuidado. As intervenções cognitivas, comportamentais e baseadas na atenção plena reduziram significativamente os sintomas de ansiedade. Houve impacto significativo nos níveis de cortisol salivar.	2012/2013	7/11 (moderada)	Irã (1), EUA (22), Suíça (3), Jordânia (1), Escócia (1), Inglaterra (2), Tasmânia (1) 1/32
REID, CAREY Opção 2	Interventions to reduce college student drinking: State of the evidence for mechanisms of behavior change	Intervenções com mecanismos de mudança de comportamento, com foco no álcool, para estudantes universitários	47	A maioria dos estudos foi realizada nos Estados Unidos, e os resultados podem diferir em países onde a cultura e a legalidade do uso de álcool diferem.	22 mediadores foram descritos: normas descriptivas, estratégias comportamentais de proteção, expectativas de resultados, autoeficácia, emoção, motivos de enfrentamento, normas injuntivas, intenção, comunicação pai-filho, autorregulação, lembrança do conteúdo da intervenção, motivação para mudar, dissonância cognitiva, aprovação da bebida, compromisso com a meta, prós ou contras, automonitoramento, ajuste de estudo no exterior, defensividade, consciência da expectativa, risco percebido e reforço do não consumo de substâncias.	2010/2015	6/11 (moderada)	Não reportado
SAMSON, TANNER-SMITH Opção 2	Single-session alcohol interventions for heavy drinking college students: A systematic review and meta-analysis.	Efetividade de intervenções de sessões únicas sobre consumo de bebidas alcoólicas para estudantes universitários.	73 estudos de 77 relatórios	Sem evidências se a duração da intervenção foi preditiva do tamanho do efeito. Definições operacionais para beber “pesado ou perigoso” variaram entre os estudos.	A variável de desfecho de interesse foi o consumo de álcool entre estudantes universitários que bebem muito. Este resultado foi medido usando um tamanho de efeito de diferença médio padronizado (d de Cohen). Quando as taxas de sucesso / fracasso, em vez de médias / desvios padrão para cada grupo, foram fornecidas, os tamanhos de efeito de odds ratio foram transformados para a diferença média padronizada. Os resultados indicam que os estudantes universitários que bebem muito e que participaram de intervenções breves em uma única sessão se saíram melhor (beberam menos) do que os participantes do grupo de comparação.	2012/2015	6/11 (moderada)	Não reportado Apenas parte dos países foi referida (Austrália, Nova Zelândia, Escandinávia, Reino Unido, EUA (79%)), havendo também referência a outros países não explicitados
SHIRALKA, et al. Opção 1	A systematic review of stress-management programs for medical students.	Como os programas de gerenciamento de estresse foram incorporados ao currículo de educação médica para estudantes de medicina e seu impacto no sofrimento psicológico	13	Métodos de avaliação eram heterogêneos; nenhum usou todas as mesmas medidas de resultado. Exclusão da literatura cinza e limitação no ano de publicação dos estudos (após 1995). Baixo número de estudos controlados	As intervenções incluíram auto hipnose, mudanças no comprimento e tipo de currículo pré-clínico, meditação, feedback sobre vários hábitos de saúde, grupos de discussão educacional, aulas com foco na medicina mente-corpo, redução do estresse com base na atenção plena, seminários de redação reflexiva e mudanças na classificação do currículo de ciências básicas. Uma combinação de palestras, grupos de discussão e material educacional escrito é mais eficaz do que apenas fornecer feedback por escrito sobre as respostas do questionário. Técnicas de redução do estresse baseadas na atenção plena, auto hipnose e implementação da classificação de Aprovado / Reprovado parecem ser eficazes na redução do estresse e da ansiedade e melhorar o bem-estar do aluno	2011/2013	6/11 (moderada)	EUA (9), Reino Unido, Austrália, Nova Zelândia, Alemanha 0/13
WINZER LINDBERG, GULDBRANDSSON, SIDORCHUK Opção 2	Effects of mental health interventions for students in higher education are sustainable over time: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials	Sustentabilidade dos efeitos de intervenções na saúde mental de estudantes de nível superior	26	Vies de seleção foi a limitação mais comum dos estudos, o que afeta a estimativa e agregação dos resultados.	Os efeitos observados em todas as intervenções preventivas foram mantidos por até 7-12 meses após a intervenção, em particular, para intervenções para reduzir os sintomas de depressão e ansiedade. As reduções de sintomas foram evidentes para depressão com efeito de intervenção que durou até 13-18 meses, para ansiedade até 7-12 meses e para estresse até 3-6 meses.	2016/2018	9/11 (alta)	EUA (14), Austrália (3), Reino Unido, Escócia, Espanha (3), China, Hong Kong (5), Jordânia (1) 0/26

Autores	Título do artigo	Foco da revisão sistemática	Estudos incluídos	Limitações importantes	Principais resultados	Ano da última busca /ano de publicação	AMSTAR	Países e proporção de estudos conduzidos em LAMICs
WITT et al. Opção 2	Effectiveness of universal programmes for the prevention of suicidal ideation, behaviour and mental ill health in medical students: a systematic review and meta-analysis	Intervenções para estudantes de medicina, destinadas a abordar problemas de saúde mental, ideação e comportamento suicida	39	Maioria dos estudos realizados nos EUA, sendo que os resultados podem não ser apropriados para outras realidades	A maioria dos estudos investigou a eficácia de programas relativamente breves, compreendendo entre uma a 16 sessões (média de 4,9), entregues em um curto período de tempo (duração média: 8 semanas). Há evidências limitadas de que intervenções relativamente breves e com foco individual na atenção plena podem ser eficazes na redução dos níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de medicina	2017/2019	7/11 (moderada)	EUA (22) Brasil (1) Reino Unido (1) Arábia Saudita (1) México (1) Canadá (2) Índia (2) Noruega (2) Austrália (2) Nova Zelândia (1) Malásia (2) Alemanha (2) 2/39
WITT, et al Opção 1	Effectiveness of universal programmes for the prevention of suicidal ideation, behaviour and mental ill health in medical students: a systematic review and meta-analysis.	Intervenções universais a todos os alunos destinadas a abordar problemas de saúde mental, ideação suicida e comportamento em estudantes de medicina	39	A maioria dos estudos incluídos foi realizada nos Estados Unidos, onde a estrutura da educação médica é diferente da de muitos outros países	Nenhum estudo de uma intervenção baseada em currículo relatou dados sobre estresse, ideação suicida ou burnout em ambos os pontos de pós-intervenção ou acompanhamento mais longo. não houve evidência de um efeito do tratamento em favor de intervenções baseadas no currículo em sintomas de depressão pela avaliação pós-intervenção (or 0,11, ic 95% 0,01 a 1,79) ou com acompanhamento a longo prazo (or 0,80, ic 95% 0,47-1,38). não houve evidência de uma redução significativa nos escores de depressão em uma intervenção baseada em currículo pela avaliação de acompanhamento mais longa (smd -0,16, ic de 95% -0,38 a 0,06; um estudo). pela avaliação de acompanhamento mais longa, não houve evidência de redução nos escores de ansiedade (smd -0,02, ic de 95% -0,17 a 0,14; um estudo).	2017/2019	7/11 (moderada)	EUA (22 estudos) Brasil (1) Reino Unido (1) Arábia Saudita (1) México (1) Canadá (2) Índia (2) Noruega (2) Austrália (2) Nova Zelândia (1) Malásia (2) Alemanha (2) 2/35
YAMAGUCHI, et al Opção 1	Effects of short-term interventions to reduce mental health-related stigma in university or college students: a systematic review.	Redução do estigma relacionado aos problemas de saúde mental	35	Devido à heterogeneidade entre os estudos, não foi possível estimar um tamanho de efeito geral. Poucos estudos avaliaram os efeitos das intervenções no seguimento de longo prazo.	As intervenções foram classificadas em nove categorias: a) contato social; b) contato social baseado em vídeo; c) educação baseada em vídeo; d) aula-educação; e) texto-educação; f) filme famoso; g) educação-dramatização; h) outro. As intervenções no conhecimento sobre as doenças-alvo no acompanhamento imediato ou de longo prazo (contato social baseado em vídeo, texto ou contato social baseado em vídeo mais texto) mostraram melhoria significativa no conhecimento dos alunos. Houve melhora no distanciamento social / intenções comportamentais em relação a pessoas com problemas de saúde mental, após contato social, contato social baseado em vídeo e palestras sobre periculosidade ou responsabilidade	Não disponível/ 2013	8/11 (alta)	EUA (23), Rússia (1), Reino Unido (1), Alemanha (1), Japão (5), Taiwan (1), Austrália (1) Nova Zelândia (1), Turquia (1) 0/35

APÊNDICE 4 - Síntese dos achados dos estudos incluídos: necessidades em saúde mental de estudantes universitários de cursos da área da saúde (outras revisões)

Autor/Ano de Publicação	Título do artigo	Opção	Foco da revisão sistemática	Limitações importantes	Estudos incluídos	Principais resultados	Ano da última busca
DIETZ, REICHEL, EDELMANN et al., 2020	A Systematic Umbrella Review on the Epidemiology of Modifiable Health Influencing Factors and on Health Promoting Interventions Among University Students	2	Intervenções para promover fatores modificáveis que influenciam a saúde em estudantes universitários.	Baixa qualidade dos estudos. Comparações entre diferentes países e culturas são limitadas devido às diferenças nos sistemas escolares. Metodologias muito diferentes, o que torna mais difícil comparar e interpretar os resultados. Não inclusão de estudos primários recentes.	42	O consumo de álcool é um grande problema no coletivo estudantil. Resultados promissores de intervenções para reduzir o comportamento de beber podem ser encontrados em programas face a face e abordagens baseadas na internet. O tópico “estresse” em estudantes de enfermagem é estudado principalmente na categoria “saúde mental”. No campo da melhoria dos hábitos alimentares de estudantes universitários, as intervenções presenciais, as abordagens da mídia e a rotulagem nutricional parecem ser boas estratégias. Há estudos enviesados sobre intervenções de promoção da atividade física. Terapia cognitiva comportamental mostrou efeitos maiores em comparação com as intervenções de higiene do sono.	2019
MAITO, 2019.	Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade.	1	Propor formas institucionais e parâmetros normativo-dogmáticos para o enfrentamento da violência nesse contexto, enfatizando a responsabilidade jurídica das IES.	não reportado	não reportado	A existência de muitas iniciativas das universidades norte-americanas ocorre, sobretudo, pela obrigatoriedade legal das universidades que recebem financiamento federal de preparar e distribuir manual destinado a toda comunidade, com as políticas de segurança do campus e relatórios sobre estatísticas de crimes na instituição. No cenário nacional, não há uma lei que obrigue as universidades a adotarem tal procedimento, mas adotamos como parâmetro a Política Nacional de Enfrentamento à Violência Contra a Mulher, que estabelece políticas efetivas para o enfrentamento da violência. Em 2002, pesquisa encomendada pelo Departamento de Justiça com abrangência nacional abordou 2.438 instituições de ensino superior dos Estados Unidos e Porto Rico, sendo que 41% destas responderam à pesquisa. Os autores identificaram que poucas universidades haviam implementado as melhores práticas descritas na literatura para o enfrentamento à violência sexual contra as mulheres, apesar de 60% das instituições desenvolverem algum tipo de política. A pesquisa buscou encontrar parâmetros para que as universidades respondessem à violência sexual em seus campi de forma efetiva, atendendo às especificidades desse tipo de fenômeno. Um dos problemas que o estudo identificou foi a ausência de definição formal por parte das universidades para a violência sexual ou estupro. Essa falta de definição resulta na dificuldade que a vítima tem em reconhecer a situação como violência, dificultando seu enfrentamento pela universidade. Como boa prática, o estudo identificou a necessidade de separação de procedimentos voltados para vítimas e agressores. Em relação às vítimas, é preciso assegurar resposta diligente, garantia de coleta imediata de prova e atendimento em saúde em casos de violência sexual. Tudo isso deve ser amplamente divulgado aos estudantes.	2019
MAITO, 2019.	Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade.	3	O objetivo principal desta investigação foi propor formas institucionais e parâmetros normativo-dogmáticos para o enfrentamento da violência nesse contexto, enfatizando a responsabilidade jurídica das IES.	não reportado	não reportado	Na América Latina, a Universidade Nacional Autônoma do México (Unam) tem uma política de enfrentamento da violência contra a mulher, com normas sancionatórias para casos de assédio ou perseguição sexual no ambiente de trabalho, situação que também pode gerar demissão para funcionários da universidade. Em relação aos estudantes, na ausência de normativa similar, a IES marcou posição contra violência de gênero por meio da criação de serviços de acolhimento e apoio, da realização de pesquisas sobre violência de gênero na universidade, entre outras medidas. Na Unam, há um núcleo de pesquisa sobre direitos das mulheres, o Programa Universitário de Estudos de Gênero (PUEG). As vertentes de trabalho desse grupo incluem a produção de ferramentas de conhecimento sobre a situação da comunidade universitária, diferenciando homens e mulheres. O programa também realiza cursos sobre gênero para docentes. O protocolo, resultado de reivindicações de movimentos estudantis na universidade, prevê procedimentos a serem seguidos em caso de violência contra a mulher. Foram criados procedimentos frente a órgãos universitários já existentes, como a defensoria dos direitos universitários e o escritório de advocacia geral. Seu objetivo foi criar procedimentos específicos no enfrentamento à violência de gênero. Esse protocolo é semelhante ao que as Diretrizes propostas pela CAV-Mulheres USP-RP buscam, ou seja, estabelecer parâmetros de atuação aos órgãos existentes quando houver uma situação de violência contra mulher na universidade. Dessa maneira, a USP se mostra em diálogo com as universidades no mundo para o enfrentamento da questão.	2019

Autor/Ano de Publicação	Título do artigo	Opção	Foco da revisão sistemática	Limitações importantes	Estudos incluídos	Principais resultados	Ano da última busca
MEREDITH, RA-KOW, ELDERMIRE, MADSEN, SHELLEY, SACHS, 2020.	Minimum Time Dose in Nature to Positively Impact the Mental Health of College-Aged Students, and How to Measure It: A Scoping Review	1	Avaliar a medida de tempo das atividades em meio à natureza que causam impactos positivos na saúde mental nos alunos universitários	Várias limitações foram identificadas tais como: o projeto de pesquisa, escala ou instrumentos utilizados, tamanho da amostra e métodos de amostragem.	14	<p>Redução de estresse foi observado nas intervenções:</p> <p>1) observação da natureza (10-30 minutos) quando comparado com a observação em ambiente urbano. Estar na natureza mostrou redução do estresse por meio de medidas fisiológicas: diminuição significativa na frequência cardíaca diminuição significativa nos níveis de cortisol, diminuição significativa na pressão arterial, aumento significativo na atividade do sistema nervoso parassimpático, e uma diminuição significativa na atividade do sistema nervoso simpático;</p> <p>2) caminhada ao ar livre na natureza (31 a 50 minutos). Quando se compara os indivíduos que caminhavam em um ambiente urbano com aqueles que caminhavam na natureza, mostra-se que há redução do estresse por meio nas medidas fisiológicas (diminuição significativa da pressão arterial 30 minutos em uma caminhada).</p>	2016
OKANLAWON, 2020	Homophobia in Nigerian schools and universities: Victimization, Mental Health Issues, Resilience of the LGBT Students and support from Straight Allies	2	Fornecer uma visão geral dos desafios homofóbicos e heterossexistas que os alunos LGBT enfrentam nas escolas e universidades nigerianas, como rejeição, bullying e victimização	Embora a literatura mostre que as escolas e universidades podem ser ambientes hostis onde alguns alunos heterossexuais são homofóbicos em relação aos alunos LGBT, há dados limitados sobre como isso pode contribuir para o absenteísmo, evasão escolar e baixo desempenho acadêmico dos alunos LGBT.	Não reportado	<p>Um acadêmico nigeriano, Dr. Sekoni, organizou conferências sobre inclusão, igualdade e diversidade na educação universitária em 2017 e 2019, que proporcionou uma oportunidade para acadêmicos, estudantes, ativistas LGBT e outros grupos nigerianos discutirem homofobia, diversidade sexual, LGBT questões, políticas e como alcançar a inclusão de pessoas LGBT na Nigéria.</p> <p>Sugestões: Devido à criminalização de atos homossexuais na Nigéria, esses treinamentos podem ser realizados de maneiras culturalmente sensíveis e ser justificados como uma forma de prevenir a violência, exclusão e outras injustiças</p>	2020
REAVLEY, JORM, 2010	Prevention and early intervention to improve mental health in higher education students: a review.	2	Revisar as evidências para prevenção e intervenção precoce em problemas de saúde mental (ansiedade, depressão e uso indevido de álcool) em estudantes de ensino superior	Há pouca evidência sobre a eficácia de intervenções para a prevenção da depressão e ansiedade	11	<p>Esse estudo mostrou efeito da terapia baseada em mudança comportamental sobre a redução do consumo de bebidas alcoólicas. As principais terapias foram: 1) grupos de apoio de terapias online. 2) Intervenções educacionais com feedback personalizado (online).3) Marketing social (educacional sobre o consumo de álcool). 4) Terapias de enfrentamento .5) Campanhas para a população, entre outras.</p>	2010
TAMBOLY, GAUVIN, 2013	Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University	1	Avaliar as necessidades de saúde mental dos estudantes da Universidade McMaster e opções para enfrentamento	não reportado	17	<p>As propostas foram: 1) Fornecer recursos, educação e treinamento para a equipe, membros do corpo docente e assistentes de ensino de graduação e pós-graduação para garantir que eles estejam adequadamente equipados para criar um espaço livre de estigma para seus alunos e proativamente identificar e abordar as preocupações de saúde mental dos alunos; 2) Melhorar o acesso a serviços de saúde mental culturalmente sensíveis para as populações que correm maior risco de enfrentar problemas de saúde mental; 3) uso de intervenções destinadas a provedores de minorias raciais / étnicas pacientes para melhorar a qualidade do atendimento prestado (por exemplo, sistema de lembrete do provedor para o fornecimento de serviços padronizados, e questionários estruturados para avaliar os comportamentos de saúde do adolescente); 4) Melhorar a interculturalidade comunicação;</p> <p>5) Divulgação direcionada para grupos religiosos tive efeitos positivos no conhecimento sobre a doença mental e o sistema de saúde mental, bem como a satisfação do grupo, mas não havia evidências sobre seu efeito direto em pessoas com doença mental. Outras avaliações também encontraram evidências limitadas sobre intervenções para melhorar as competências culturais nos sistemas de saúde , ou seja, programas recrutar e reter funcionários que refletem a diversidade cultural da comunidade atendida; uso de serviços de intérprete ou provedores bilíngues para clientes com proficiência limitada em inglês; uso de linguisticamente e materiais de educação sanitária culturalmente apropriados; ambientes de saúde culturalmente específicos bem como treinamento culturais de competências para profissionais de saúde.</p>	2013
TAMBOLY, GAUVIN, 2013	Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University	3	Avaliar as necessidades de saúde mental dos estudantes da Universidade McMaster e opções para enfrentamento	não reportado	17	<p>As propostas foram: 1) Manter os programas e eventos como: a campanha COPE's 'Elephant in the Room' e a Semana de Conscientização sobre Saúde Mental da McMaster; 2) Complementar a disseminação de um folheto e o treinamento opcional de Mental Health 101 e pesquisa 'Question, Persuade, and Respond (QPR) com treinamento padronizado obrigatório (através de módulos online ou sessões presenciais), para garantir que os membros do corpo docente estejam preparados em abordar questões de saúde mental em sua classe ou encaminhar os alunos aos serviços apropriados, se necessário; e compilar um guia abrangente para os serviços e recursos de saúde mental disponíveis para os alunos da McMaster University; criar um portal baseado na web que reúne informações sobre todos os grupos e serviços de saúde mental da Universidade McMaster, fornece links para os recursos relevantes e mantém os alunos informados sobre os próximos eventos, workshops e campanhas de conscientização;</p> <p>criar uma interface online que se conecta a uma 'linha quente', a fim de permitir que os alunos interajam com um ser humano e reduza o tempo entre a decisão de buscar ajuda e seguir em frente; e lançar um empreendimento colaborativo para promover a variedade de serviços de saúde mental e outros recursos disponíveis no campus por meio de canais de mídia social, como Facebook e Twitter.</p>	2013

Autor/Ano de Publicação	Título do artigo	Opção	Foco da revisão sistemática	Limitações importantes	Estudos incluídos	Principais resultados	Ano da última busca
TAMBOLY, GAUVIN, 2013	Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University	4	Avaliar as necessidades de saúde mental dos estudantes da Universidade McMaster e opções para enfrentamento	não reportado	17	As propostas foram: 1) colaborar com o pessoal da <i>Residence Life</i> e a <i>Society of Off-Campus Students</i> para alcançar um grupo demográfico importante, nomeadamente os alunos do primeiro ano que lutam para lidar com a sua transição para a universidade; 2) encorajar os membros do corpo docente a esclarecer no início de seus cursos que os alunos são livres para abordá-los discutir quaisquer problemas de saúde mental (por exemplo, estresse, ansiedade, etc.) que estão enfrentando e como o curso colaborar para melhorar a situação; 3) Outros grupos também oferecem apoio aos estudantes, como os <i>Student Health Education Centre</i> que dá suporte àqueles que apresentam problemas de variadas ordens, inclusive aqueles de saúde mental e bem-estar pessoal. O <i>Student Wellness Centre</i> por meio dos programas <i>Student Success Leaders</i> (Líderes de Sucesso do Aluno) oferece workshops e eventos educativos.	2013

APÊNDICE 5. Síntese dos achados dos estudos incluídos: necessidades em saúde mental de estudantes universitários de cursos da área da saúde (estudos primários)

Autor	Título	Opção	Objetivo	Características do estudo	Descrição	Características das intervenções	Resultados
CORDEIRO et al.	Ensino sobre drogas psicoativas e redução de danos emancipatória: proposta de disciplina para graduação, na perspectiva da Saúde Coletiva	1	Apresentar o programa atualizado da disciplina "Drogas Psicoativas: Educação e Redução de Danos", bem como os projetos propostos pelos alunos nos últimos três anos.	Data de publicação: 2016 Jurisdição: USP-SP Método: relato de experiência	Inicialmente a disciplina era oferecida apenas graduandos da EE e há três anos foi aberta a possibilidade de ser cursada por graduandos de qualquer um dos cursos da USP. Já cursaram a disciplina graduandos de Enfermagem, Direito, Ciências Sociais, Educação, Letras, Matemática, Ciências Contábeis, Oceanografia, Nutrição, Fonoaudiologia, Ciências Biológicas, Psicologia e Terapia Ocupacional. A turma é dividida em grupos para a elaboração de trabalhos, tentando-se combinar, em cada grupo, a maior diversidade possível de cursos. Essa multiplicidade vem possibilitando discussões com diversas perspectivas a respeito do tema.	No ano de 2015 a disciplina foi ministrada em 15 encontros, de periodicidade semanal. Além das duas professoras coordenadoras da disciplina, contou com a participação de colaboradores - trabalhadores da área da saúde e da área da assistência social e com participantes do grupo de pesquisa "Fortalecimento e desgaste no trabalho e na vida: bases para a intervenção em Saúde Coletiva". Todas as aulas tem indicação de referência bibliográfica para leitura prévia. As aulas se caracterizam pelo formato de oficina, com discussões abertas e produção de sínteses parciais.	Os graduandos sinalizaram que são raras as oportunidades de discussão sobre o consumo de drogas nos cursos que frequentam e, quando há, as disciplinas geralmente são pautadas na compreensão neurobiológica da substância e exploram a ação das drogas no sistema nervoso central ou em conteúdos que abordam as características bioquímicas das substâncias. Referem ter procurado cursar esta disciplina para conhecer outro enfoque e alguns se matricularam por indicação de colegas que frequentaram a disciplina em anos anteriores. A disciplina em pauta é ancorada na vertente marxista, que não é a hegemônica, especialmente nos cursos da área da saúde. No entanto, apesar de estar sendo apresentada pela primeira vez à maioria dos graduandos, tem sido avaliada como bastante esclarecedora para explicar o fenômeno da produção-distribuição-consumo de drogas, na contemporaneidade. Coerentemente com este referencial teórico os projetos de ação educativa apresentados, de maneira geral, se afastam das diretrizes da chamada "prevenção de drogas" adotada pelo modelo de saúde da moderna saúde pública, e assumem que o problema do consumo de drogas está na sociabilidade, decorrente das condições de trabalho e vida dos diferentes grupos sociais. Dessa forma, os projetos buscam o fortalecimento dos participantes da ação educativa, a partir da compreensão sobre as raízes dos problemas que enfrentam. A possibilidade de a disciplina acolher estudantes de diferentes períodos e dos diversos cursos tem enriquecido ainda mais as discussões. Ao final da disciplina os graduandos têm verbalizado a satisfação com o processo educativo da disciplina, que lhes possibilitou refletir e até mesmo rever opiniões e confrontar suas convicções.
METIVIER	Envisioning Higher Education as Antiracist	1	Apresentar os componentes de reformas necessárias à formação universitária antirracista	Data de Publicação: 2020 Jurisdição: Universidades Americanas Método: artigo de opinião	Os alunos negros e latinos têm maior probabilidade de estudar em instituições com menores recursos, privadas e com salários mais baixos para o corpo docente.	As reformas para serem eficazes devem seguir os princípios de: -Restabelecer os direitos civis, a justiça restaurativa, a dignidade e o respeito às comunidades que têm sido alvo do racismo sistêmico. -Ser holísticas, reconhecendo que o racismo é um sistema difundido e estruturado. -Ser participativas, permitindo que as comunidades Black, Indigenous and people of color (BIPOC) e organizações das sociedades civis compartilhem a tomada de decisões. -Ser intersetoriais, reconhecendo a grande diversidade entre as comunidades BIPOC, incluindo, mas não se limitando a situação econômica, status de imigração, gênero, orientação sexual, gravidez, religião, deficiência, status de HIV e etnia - que, quando somados 2 ou mais situações, podem aprofundar as desigualdades em nossas sociedades.	As ações iniciais se referem ao reconhecimento público da instituição sobre sua responsabilidade no combate ao racismo, implementando ações mandatárias e subsidiadas, de formação em história do racismo, e de monitoramento de incidentes, como realização de seminários/oficinas e a reforma de serviços prestados aos estudantes, para que não sejam reprodutores de racismo institucional. As ações intermediárias se constituem em ações de suporte ao enfrentamento e correção do legado de racismo, como financiamento para departamentos que desenvolvem a temática, contratação de educadores críticos, oportunidades de estágio para estudantes em organizações que lutam contra o racismo estrutural. Na etapa avançada, as ações devem estar voltadas para a construção de uma sociedade antirracista equitativa, como as de investir em programas de apoio à formação no ensino fundamental e médio, a construção de formas acessíveis para ingresso na instituição para comunidades BIPOC, por exemplo planos de alimentação e atividades institucionais extracurriculares opcionais e acessíveis
LEONELLO et al.	Acompanhamento dos estudantes pela Comissão Coordenadora do Curso de Enfermagem da USP.	4	Descrever a atividade de acompanhamento pedagógico e apoio aos estudantes, realizada pela Comissão Coordenadora do Curso (CoC) do bacharelado em Enfermagem da EEUSP.	Data de publicação: 2018 Jurisdição: USP-SP Método: relato de experiência	Esse processo tem se mostrado um instrumento para compreender os limites e potencialidades do currículo, desencadeando processos de enfrentamento institucional, como aprimoramento do curso, realização de atividades voltadas à formação docente, promoção de mostra cultural e exibição de filmes com debate. Tais atividades vêm contribuindo para a qualificação da formação de enfermeiros.	Projeto de tutoria acadêmica, realizada por quatro docentes da Comissão, uma docente de referência para cada ano da graduação, para acompanhamento de dificuldades acadêmicas, escuta de sofrimentos e desgastes relacionados à saúde mental e para encaminhamentos. As atividades desenvolvidas pelas professoras da CoC e representantes de turma para acompanhamento dos estudantes são: Orientações e esclarecimentos relativos ao curso e aos procedimentos administrativo-acadêmicos; Identificação e apoio no enfrentamento das dificuldades vivenciadas na trajetória universitária; Tutoria individualizada de estudantes com necessidades acadêmico-pedagógicas específicas; Aconselhamento na elaboração de planos de estudos individualizados para finalidades diversas; Apreciação de solicitações de trancamento parcial e total do curso	A operacionalização dessas atividades é feita de forma individual e em grupo. Individualmente, os estudantes procuram as tutoras para orientações acadêmicas, a exemplo da elaboração de planos de estudo e do apoio no enfrentamento de dificuldades, bem como para abordagem de questões pessoais que refletem em sua trajetória no curso. Em grupo, as tutoras e representantes discentes fazem abordagens nas salas de aula com o objetivo de ouvir e orientar a turma com relação às dificuldades, dúvidas e sugestões acadêmicas. Como resultados preliminares desse acompanhamento, destacam-se: o fortalecimento do vínculo entre as professoras da CoC e estudantes; A apropriação de conhecimentos relacionados aos procedimentos acadêmicos e à proposta curricular pelos discentes; e a identificação de novas demandas para o aperfeiçoamento do curso e da gestão do curso, por discentes e docentes.

Autor	Título	Opção	Objetivo	Características do estudo	Descrição	Características das intervenções	Resultados
CROMLISH	Reframing Solutions to Mental Health in Higher Education	1	Comparação entre as universidades dos EUA e Finlândia em relação à saúde mental no ensino superior	Data de Publicação: 2020 Jurisdição: EUA/Finlândia Método: Estudo de Caso	O bem-estar não é apenas uma ideia, é uma prática em toda a organização e como uma expectativa cultural de ser mental, social e fisicamente saudável.	Criar recursos de apoio e políticas que promovam a saúde para melhorar a saúde mental e bem estar em instituições de ensino superior. Essas recomendações podem ajudar a conectar os alunos aos recursos necessários para melhorar seus conhecimentos e habilidades.	O estudo mostra que as mudanças curriculares devem ser implementadas em períodos iniciais dos cursos, com o objetivo de aumentar as habilidades sociais que beneficiam o aluno. É imperativo de que os professores saibam quais recursos estão disponíveis para os alunos abordarem questões pessoais ou questões acadêmicas que enfrentam.
CROMLISH	Reframing Solutions to Mental Health in Higher Education	4	Comparação entre as universidades dos EUA e Finlândia em relação à saúde mental no ensino superior	Data de Publicação: 2020 Jurisdição: EUA/Finlândia Método: Estudo de Caso	O bem-estar não é apenas uma ideia, é uma prática em toda a organização e como uma expectativa cultural de ser mental, social e fisicamente saudável.	O feedback envolve o gerenciamento de tempo, melhores habilidades de estudo e habilidades metacognitivas, bem como preparação para as dificuldades específicas que fazem parte dos programas.	Aplicação de pesquisa, que envolve feedback e acompanhamento dos estudantes de graduação e pós-graduação. É usada para melhorar a cultura na universidade através do acompanhamento dos resultados, que são disponibilizados a eles de forma anônima para professores e outros funcionários.
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS	Proposição de eixos para a política de saúde mental da Universidade Federal de São Carlos	1, 2 e 4	Descrever o processo de elaboração de Política de Saúde Mental da Universidade Federal de São Carlos – UFSCAR, pela Comissão para Estudos de Política de Saúde Mental.	Data de publicação: 2020 Jurisdição: UFSCar- SP Método: Relatório da Comissão Para Estudo de Política de Saúde Mental Para a UFSCar	Descrição de eixos estratégicos para a criação de uma política de saúde mental em uma universidade brasileira	Ações voltadas à realização dos eixos propostos, com vistas ao enfrentamento de problemas de saúde mental (prevenção e cuidado)	Os eixos que nortearão as políticas de saúde mental são: Eixo1: "Promoção e Prevenção", para promover saúde mental, prevenir agravos em saúde mental e desenvolver cuidado após tentativas e efetivações de suicídios. O Eixo 2, "Redução de Danos", vai ao encontro das formulações internacionais sobre o uso problemático de toda e qualquer substância psicoativa e os cuidados possíveis. O Eixo 3, "Assistência", aborda ações de cuidado, principalmente quando o sofrimento já está estabelecido e/ou em momento agudo, considerando a (RAPS). O eixo 4, "Informação – coleta, gestão, pesquisa e análise de dados e indicadores", objetiva para monitoramento constante de informações, planejamento e avaliação de programas, projetos e ações. O Eixo 5, "Acadêmico/Pedagógico/Ambiental/ Inclusão Pedagógica e Cognitiva", para compreender a relação entre os processos de ensino/aprendizagem e o sofrimento psíquico. O Eixo 6, "Documentações / Criação de Protocolo, Código de Ética da UFSCar / Corregedoria", objetivou a criação de Comitê Permanente de Saúde Mental, com vistas à revisão de Regimentos e Estatutos da UFSCar e à elaboração de Código de Ética e Protocolos. O Eixo 7, "Combate à Violência Institucional / Trote / Bullying / Assédio Moral / Assédio Sexual", para propor ações preventivas à situações de violência e para elaborar protocolos para ações em casos de violência.

Emiliana Maria Grando Gaiotto, Carla Andrea Trapé, Celia Maria Sivalli Campos,
Elizabeth Fujimori, Eloá Otrenti, Fernanda Campos de Almeida Carrer, Jorge Otávio Maia Barreto,
Lucia Yasuko Izumi Nichiata, Luciana Cordeiro, Maritsa Carla de Bortoli, Tatiana Yonekura,
Tereza Setsuko Toma, Cassia Baldini Soares

Rapid synthesis to cope with psychic distress in university students:

IT IS TIME FOR A POLICY

Rapid synthesis to cope with psychic distress in university students:

IT IS TIME FOR A POLICY

Emiliana Maria Grando Gaiotto
Carla Andrea Trapé
Celia Maria Sivalli Campos
Elizabeth Fujimori
Eloá Otrenti
Fernanda Campos de Almeida Carrer
Jorge Otávio Maia Barreto
Lucia Yasuko Izumi Nichiata
Luciana Cordeiro
Maritsa Carla de Bortoli
Tatiana Yonekura
Tereza Setsuko Toma
Cassia Baldini Soares



January 2021



Rights and permissions

© All Rights Reserved.

Total or partial reproduction is permitted provided the source be cited.

Authorship

Emiliana Maria Grando Gaiotto¹, Carla Andrea Trapé¹, Celia Maria Sivalli Campos¹, Elizabeth Fujimori¹, Eloá Otrenti¹, Fernanda Campos de Almeida Carrer², Jorge Otávio Maia Barreto³, Lucia Yasuko Izumi Nichiata¹, Luciana Cordeiro⁴, Maritsa Carla de Bortoli⁵, Tatiana Yonekura⁶, Tereza Setsuko Toma⁵, Cassia Baldini Soares¹

1. Department of Collective Health Nursing, Nursing School, USP, São Paulo, SP

2. Department of Social Dentistry, Dentistry School, USP, São Paulo, SP

3. Oswaldo Cruz Foundation (Fiocruz), Brasília, DF

4. Occupational Therapy Course, Medical School, Federal University of Pelotas, Pelotas, RS

5. Health Institute, State Health Secretariat, São Paulo, SP

6. Laboratory for the Implementation of Knowledge in Health, Hospital do Coração, São Paulo, SP

Funding

This synthesis of evidence is part of the joint activities between the University of São Paulo (Brazil) and the McMaster University (Canada), and was made possible thanks to the Graduate Program in Nursing (Programa de Pós Graduação em Enfermagem, PPN) at the University of São Paulo Nursing School, PhD course by Emiliana Maria Grando Gaiotto, supported by a scholarship from the CAPES/PRINT/USP program. The supervisor is Cassia Baldini Soares from the EEUSP and the supervision of the doctoral internship abroad was by Kaelan Moat from the McMaster Health Forum, McMaster University. The publishing of the E-book received support from the Department of Collective Health Nursing, EEUSP.

Cataloging in Publication

Biblioteca "Wanda de Aguiar Horta"

Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo

Gaiotto, Emiliana Maria Grando

Rapid synthesis to cope with psychic distress in university students: it is time for a policy / Emiliana Maria Grando Gaiotto, Carla Andrea Trapé, Celia Maria Sivalli Campos, et al. - São Paulo: EEUSP, 2021.

153 p.

ISBN: 978-65-00-24893-7

1. Mental health. 2. Psychological distress. 3. Adaptation, psychological. 4. Student health. I. Title.

CDD: 614.58

Conflict of interest

The authors declare that they have no professional or commercial interests relevant to the rapid synthesis. The funding agency played no role in the identification, selection, evaluation, synthesis or presentation of the research evidence established by the rapid synthesis.

Acknowledgments

We thank the supervision of Kaelan Moat, from the McMaster Health Forum, librarians Fabiana Gulin Longhi Palácio and Juliana Akie Takahashi for contributing to the definition of the search strategies and searches in the databases, Paula Voorheis for correcting the protocol translation, and Maria Rita Bertolozzi for her contribution in defining the problem.

Graphic Design

ES Mídia & Arte Digital (evellyn simon@gmail.com)

Citation

Gaiotto EMG et al. Rapid synthesis to cope with psychic distress in university students: It is time for a policy. Department of Collective Health Nursing, Nursing School, USP, 2020.

Preface

Dear readers (with universal female license),

I immediately accepted the invitation to write the preface to this book. I know some researchers involved in the production and I admire them for their position on health needs and coping with the collective dimension. The authors I did not know also won my recognition. The text herein organized by many hands and minds has a strong, objective, and determined voice.

The theme is also dear to me. As a member of the Student Support Center of FMUSP, I recognize the impact of mental distress and the urgent need to face the problem, allowing it to be discussed with the hope that it will be overcome.

The book "Rapid synthesis to cope with psychic distress in university students: It is time for a policy" is a necessary reading for everyone involved in health education, especially at the university level. The characterization of the problem in the initial part of the book helps us to perceive and highlight a reality that cannot and should not remain as it is.

As the title announces: It is time! It is time to act. The synthesis of recent systematic reviews warns that we already have quality knowledge to support transformations in the training reality, many times exclusionary and stigmatizing. It is time to promote the health of students attending the health courses, future professionals responsible for the care of the population.

Also in the temporal dimension, the work is published amid the COVID-19 pandemic, a significant aggravating fact for psychic distress on a global scale. I mention but a few of the new challenges in face of the suspension of the students' "normal" life: the experience of social distancing, changes in the way of teaching and learning, and the experience of the university environment. Although it does not include articles aimed at this specific scenario, this reading supports critical awareness of the [limit] situation that involves university students in the health courses.

Listening to the opportunities for the development and implementation of a policy aimed at the university students' mental health, informed by scientific evidence, expands the horizon of possible practices, or rather, of the "unprecedented feasible" (theme proposed by Paulo Freire and detailed in an essay published in 2020 by researchers from the Federal University of Rio de Janeiro).

Based on diverse national and international evidence and on listening to key informants, possibilities and not certainties are listed, once again bringing Paulo Freire, "Unprecedented feasible solutions".

The authors bring a consistent and directive speech, supporting four options of necessary and possible actions, aimed at students in the health area: a policy that may sensitize the identification of needs in mental health, as well as provide answers to them; the integration and expansion of the offer of mental health care programs, as well as ensuring access to them; educational programs and communication strategies; and finally, constant monitoring and continuous assessment of mental health needs. The key messages illustrate coping proposals that reinforce the inseparability between the individual and the collective dimension, especially involving institutional aspects.

The authors are clear in the geographic delimitation, when they include the survey of the mental health care resources: the health quad of the USP. Location is fundamental in view of the commitment to provoke institutional involvement. Again recovering Paulo Freire, I see the “creation of something concrete, new and possible for the current and local conditions” as the driving force of the work. At the same time, the diverse information gathered is a starting point for other unprecedented feasible solutions, in other places and realities.

I hope that reading this book fosters the collective commitment to open up to “possibilities for consolidating transformative and unprecedentedly feasible proposals”.

Ana Claudia Germani

Presentation

The content of this book is the result of a study¹ that aimed to formulate institutional responses to the psychic distress of university students in health courses, in the context of the health quad campus of the University of São Paulo (USP).

The theme of university students' mental health is complex, given that it combines with the social dynamics as a whole and particularly with sociability at the university. Nowadays, an increase in the concern about the problem is observed, which has been treated from different angles, both nationally and internationally.

The study was carried out in the Rapid Response modality and prepared in 90 days, as proposed by the McMaster Health Forum². This is a modality of synthesis of evidence for policy and was developed as part of the sandwich internship activities of PhD student at the Graduate Program of the Nursing School of the USP, Emiliana Maria Grando Gaiotto, at the McMaster Health Forum, McMaster University, in Canada, with CAPES/USP/Print funding.

This paper was developed by professors and researchers from different institutions: USP Nursing School (*Escola de Enfermagem da USP*, EEUSP), USP Dentistry School (*Faculdade de Odontologia da USP*, FOUSP), Occupational Therapy Course at the Medical School of the Federal University of Pelotas, RS, Oswaldo Cruz Foundation from Brasília, DF, Laboratory for the Implementation of Knowledge in Health, *Hospital do Coração*, and Health Institute (*Instituto de Saúde*, IS) of the São Paulo State Health Secretariat, which are part of *EVIPNET Brasil*, a network for evidence-informed policies.

To outline the problem, elements involved in the production of psychic distress among university students were identified in the literature. In the context of the USP, mental health support services/programs available to university students and those of the Unified Health System (*Sistema Único de Saúde*, SUS) were also identified. Polls with key informants, undergraduate and graduate students in courses in the health area at the USP, enabled a better understanding of the students' difficulties and needs and guided the search for strategies to face the problem. The problem was equated by means of a protocol that established the research question and the objectives of the literature review, as well as the literature search process and the sources to be researched. The searches were carried out between May and June 2020, in 21 sources of bibliographic data, including the gray literature. The report in Portuguese was finalized in September 2020 and translated into English, receiving feedback from the McMaster Health Forum in October. Based on this feedback, adjustments were made to the text and the Portuguese and English versions are included in this E-book, in order to support the implementation of a policy to strengthen students in the health area.

The evidence from these studies supported the development of four options that converge for

¹ Part of this e-Book was the basis for the paper ‘Response to mental health needs of college students: a rapid review’ to be published in *Revista de Saúde Pública*.

² <https://www.mcmasterforum.org/find-evidence/rapid-response>

the establishment of a university policy to strengthen the mental health of students in health courses, and indicate integrating programs offered by the university with each other and with the services provided by the SUS, as well as monitoring mental health needs and continuously evaluating the actions taken.

The literature in the area, listening to key informants and surveying the resources for mental health care of the USP and the SUS allowed us to understand the multiplicity of elements that underlie the psychic distress of university students in health courses and identify responses to them, which allowed showing the complexity of the problem and the current insufficiency of the institutional responses offered.

The rapid synthesis of the literature identified a significant body of evidence on interventions, mostly indicated by studies classified as of high quality. These results can support the implementation of consistent measures to respond to psychic distress, which has been affecting students today and compromising their future. Under the responsibility of the university, it is Rapid possible to establish a solid policy, with coordinated and continuous actions integrated to the SUS, for the strengthening of young university students.

Equating and carrying out the actions provided for in each of the options is a challenge, and requires the University's involvement and institutional commitment to planning, developing and implementing a policy to strengthen the mental health of university students in the health area. To such an end, it is indispensable to adopt instruments capable of recognizing the needs in the health area and the manifestations of the students' psychic distress, to establish institutional commissions to elaborate, implement, evaluate and widely disseminate internal university actions/programs, integrating them with each other and with the services offered by the Unified Health System.

The adoption of the options for a policy to strengthen the students' mental health, or of part of them by the University, with a view to overcoming the current condition of fragmentation and scarcity of actions, provides protection to the students, as well as confidence to finish their studies, with the guarantee of having their needs met.

Although the options have been designed to support equating the problem at the USP, they can be extended to different Brazilian universities. The authors recognize that the challenges are enormous and that they go beyond the walls of universities.

In the period when this book was published, at the end of 2020, the National Policy on Mental Health, Alcohol and Other Drugs suffered a heavy threat from the Ministry of Health, through changes that, if implemented, will result in the dismantling of the Psychosocial Care Network (*Rede de Atenção Psicossocial*, RAPS), an achievement in a historical and political-legislative process, with ample social mobilization and participation. The anti-asylum mental health policy made advances in public and free mental health care, which promoted the dignity of those who face psychic illness.

In the midst of yet another attack on the Unified Health System, it is necessary for universities to position themselves to reassert their commitments to the public cause and to science.

Summary

I - WHAT WILL BE PRESENTED IN THE BOOK	88
II - WHY IS IT A HIGH PRIORITY PROBLEM?	90
III - POSSIBILITIES FOR COPING WITH PSYCHIC DISTRESS IN UNIVERSITY STUDENTS: Identification of responses to this distress	94
The SUS and mental health care • 94	
The USP and the responses to students' psychic suffering • 95	
Resources offered by the USP for coping with psychic distress: what exists and what students know about it - key informants • 96	
IV - EVIDENCE FROM THE LITERATURE THAT SUPPORTED THE OPTIONS	100
OPTION 1 • 100	
OPTION 2 • 104	
OPTION 3 • 107	
OPTION 4 • 108	
LIMITATIONS • 110	
V - FINAL CONSIDERATIONS	110
REFERENCES	111
APPENDIX	120

I - WHAT WILL BE PRESENTED IN THE BOOK

The problem

- ⌚ The data related to the university students' mental health problems are worrying. Brazil is the first country in the international ranking of anxiety disorder and the fourth in the number of individuals with depression, mental health problems considered disabling and which can lead to suicide;
- ⌚ The university environment generates high levels of stress and wear out and low levels of well-being for the students. Students in the health area, and particularly those attending the Medicine and Nursing courses, are subjected to stressful situations throughout the undergraduate course;
- ⌚ Most of the students are young, a generation that has been encouraged to develop individual skills, compatible with the demands of the reality of the labor market, marked by the lack of vacancies and expressed in the difficulty of insertion in the work market. The fear of being out of date requires continuous and multiple training. Such individual accountability causes psychic distress;
- ⌚ Training in the health area, and particularly in Medicine, treats distress in a naturalized manner, which contributes to the students' illness. The number of attempted and consummated suicides among medical students has drew attention in recent years;
- ⌚ The relationship between mental health problems and racism, as well as other forms of discrimination, shows that the university must take a particular approach to the black-skinned individuals, LGBTI and to the group of quota students who access university;
- ⌚ The mental health care resources available at the university to students are scarce, which forces them to seek health services outside the university environment directly related to the social profile;
- ⌚ There are no governance arrangements that integrate the mental health care services available at the university, either with each other or with those offered by the SUS;
- ⌚ There are no sentinel teams that focus on strategies to support the students in situations of psychic wear out and distress.

Research questions

This paper was developed in order to answer the following research questions:

- ⌚ What is the best policy to be offered by the University of São Paulo (USP) to strengthen the mental health of university students in the health area, in the health quad?
- ⌚ Which programs should comprise the mental health care of university students in the health area, in the health quad, and how could access to these programs be?
- ⌚ Which educational programs and communication strategies could better support mental health care programs for university students in the health area in the health quad?
- ⌚ What are the strategies for continuous monitoring and assessment of the mental health needs of university students in the health area, in the health quad?

Options for coping with the problem

The search for evidence in the global literature allowed selecting 45 studies, 34 of which were systematic reviews. From these 45 studies, four policy options and the respective key messages described below were synthesized.

OPTION 1

Establishing and supporting a policy to strengthen mental health, capable of raising awareness for the identification of the mental health needs of students in the health area, as well as providing answers to them, within the scope of health courses, located in the USP health quad

KEY MESSAGES

- 1) To establish a mental health committee within the scope of the health quad/USP courses, with the objective of discussing the main problems that affect the students and supporting them in deciding the best way to face the challenges they are experiencing. This committee must be composed of professors, technical-administrative support servants and students, must be formally registered under the policies of the USP, and can be made viable as a Research Support Nucleus, with support from all units in the health quad;
- 2) To develop activities to reduce the stigma related to mental health, as well as to promote cultural improvement, well-being and sociability, which may contribute to changing mindsets and to strengthening the students in the quest for improving mental health.
- 3) To propose curricular changes in the health area courses, which make up the health quad, in order to clarify the meaning of mental health and provide critical elements to the students to understand the relationship between mental health and society, detect problems, seek help and support colleagues who are going through situations of psychic distress;
- 4) To integrate programs and activities to fight against racism and prejudices against LGBTI, quota students, and other forms of discrimination against students, as well as programs and activities to support academic permanence.

OPTION 2

Integrating and expanding the offer of mental health care programs and providing access to them, for students of health courses, located in the USP health quad

KEY MESSAGES

- 1) To formally integrate the mental health care services available at the USP through a collaborative network of health services offered inside and outside the campuses, integrated with the SUS services, offered by the São Paulo City Health Department, elaborating a comprehensive care flow for university students;
- 2) To expand the health promotion activities and non-pharmacological interventions in the mental health services offered by the USP;
- 3) To adopt an evaluation program, with the use of virtual technologies, as an application for assessing the mental health of university students for referral to the appropriate health services.

OPTION 3

Promoting educational programs and communication strategies for students in the health area, from the USP health quad, regarding psychic distress in contemporary times and the ways of coping, to ensure that the students know the services and resources and can access them and so that they can find empowering practices

KEY MESSAGES

- 1) To promote communication and make available, in an accessible way, diverse information from all health services and support groups for students focused on mental health, by means of cell phone applications and links on the USP official websites;
- 2) To encourage discussions about current youth problems and stimulate critical debate on racism, prejudice and all forms of discrimination that affect the students' mental health.

OPTION 4

Constant monitoring and continuous assessment of the mental health needs of students in health courses, at the USP health quad

KEY MESSAGES

- 1) To implement a mental health monitoring program in the USP health quad, for planning and implementing actions;
- 2) To create a support network, based on a tutoring program to accompany students who present signs of psychic distress.

II - WHY IS IT A HIGH PRIORITY PROBLEM?

Mental health problems are globally worrying; and the suicide outcome, a complex social phenomenon, is considered a serious public health problem (WHO, 2014), emerging as the second cause of death on the planet among young people aged 15 to 29, only behind deaths due to violence (MENTAL HEALTH ATLAS, 2017).

In recent years, concern about the mental health of university students has increased, given the high prevalence of mental disorders at this life phase, the enormous suffering they impose on these young individuals and the harms they can cause to academic performance (AUERBACH et al., 2018).

A study by the World Health Organization (World Health Organization World Mental Health Surveys), conducted in 19 universities from 8 high-income countries, on the prevalence of mental health problems among university students, shows that at least one third of those in the first undergraduate year presents problems, with depression and anxiety disorder being the most common (AUERBACH et al., 2018).

A study by Cromlish (2020) identified that mental health issues such as depression and stress are very prevalent in US higher education and directly influence academic performance, noting that the students do not receive adequate psychological support. Another article concluded that there is convincing evidence that the university environment is causing high levels of stress and wear out and low levels of well-being for the students (URBINA GARCIA, 2020).

A scoping review defines some domains on what constitutes "good" mental health, among them: self-perception and values, cognitive skills, academic performance, job performance, insertion in the labor market, behaviors, self-management strategies, social skills, family and significant relationships, physical health, sexual health, meaning of life and quality of life (FUSAR-POLI et al., 2019). In Brazil, a research study conducted by the National Forum of Pro-Rectors of Community and Student Affairs (FONAPRACE, 2014) on the profile of students from federal universities showed that 58.36% of the students who participated in the research suffered from anxiety, 44.72% presented discouragement/unwillingness, 32.57% presented insomnia or sleep disorders, 22.55% felt helpless or hopeless, and 21.29% had feelings of loneliness. Among the students, eating problems (13%), fear/panic (10.56%), the idea of death (6.38%) and suicidal thinking (4.13%) were also reported.

It is necessary to add the problems related to the problematic use of drugs and that can become entangled with others, forming a web of obstacles to the full exercise of academic life. In Brazil, the only nationwide survey of drug use among university students dates back to 2009, and includes data of nearly 18,000 students from 27 capitals. The drugs most used once in life were alcohol (86%), followed by tobacco (47%) and, among the illicit drugs, marijuana was the most prevalent, being more frequent in the South and Southeast regions of the country. The results also indicate that 36% of the university students had consumed alcohol in the binge pattern, that is, they had ingested five or more doses on a single occasion, in the last 12 months, and 25% in the last 30 days (BRASIL, 2010).

The relationship between racism and discrimination in the university environment also has consequences for the students' mental health. In the past few decades, there has been a remarkable growth in scientific research examining the multiple ways in which racism can adversely affect health. The persistence of racial inequalities in health determines differentiated access to opportunities and resources for health care (WILLIAMS, LAWRENCE, DAVIS, 2019). The paper by Paradies (2006) reviewed 138 articles on self-reported racism and health and identified that the studies showed an association between racism and mental health problems, especially stress. A North American paper by Torres-Harding, Torres, Yeo (2020) indicates several ways in which micro racial aggressions - not so explicit behaviors, a phrase or other action that exhibits a hostile attitude towards a minority - can be associated with psychological and somatic health indicators. The results of the study suggest that the relationships with the health status can vary, depending on the type of micro aggression and according to the context in which they are experienced.

It is important to note that, in view of police brutality in the episodes of August 2020 against black-skinned individuals in the USA, the mental health services and workers are being called upon to adopt an anti-racist stance in health care, which requires openness and training. Guidelines for providing anti-racist mental health care have been published and involve knowledge of racial issues, the ability to conduct a survey tailored to the needs of black-skinned individuals, a humanistic drug approach and appropriate to racism-related needs and problems. Dozens of actions are available in this direction, starting with the search for knowledge about discrimination, micro aggression, racial profile and racism and their potential impacts on mental health, as well as knowledge about the racial components in the social determination of health (CÉNAT, 2020).

In Brazil, race/skin color is a fundamental dimension in determining opportunities during the life of individuals, and racial discrimination has effects on schooling and on insertion in the job market. Despite the country's economic development and improved living conditions in all socioeconomic strata, social and racial inequalities have increased. In this perspective, after several social mobilizations in the country, some affirmative policies for black-skinned people have materialized, such as Federal Law 12,711/2012, which establishes quotas in public universities for black-skinned candidates (black).

and brown). The affirmative action program³ was implemented in different ways, having prioritized, in several universities, students from public schools including or not a percentage of black-skinned individuals (BERNARDINO-COSTA; DE CARLI BLACKMAN, 2016).

It is important to note that the São Paulo state universities were the last to implement the ethnic-racial quota system and, among them, the USP was the last, showing its resistance to this policy (ARAÚJO, 2019).

A Brazilian study that analyzed the relationship between medical training and racial segregation showed that, even though Brazil is mistakenly considered a racial democracy, black-skinned individuals, indigenous peoples and those socially excluded are the most affected by the difficulties in accessing university. Medical schools are traditionally attended by white-skinned, wealthy and upper-middle class groups and the quota system has not significantly increased the presence of black-skinned people in this course, as they did not have the same access to basic school education to enter university. The study concluded that racial inclusion policies detached from other policies that combat social inequality do not seem to break the barrier to the entry of non-whites into medical schools, which contributes to racial inequality (SOUZA et al., 2020).

In addition to that, the existence of quota policies does not guarantee that students entering university through this system will not suffer discrimination. Racism is known to have a causal link with morbidity, disability and mortality, although the problem is not commonly addressed. Regarding the relationship between racism and academic performance, black-skinned students in Brazil and South Africa express feelings of alienation, limiting their academic and social experiences on their campuses (SANTOS, SPESNY, KLEINJES, GALVAAN, 2019).

Although the quota policy has favored the entry of young people from social groups who did not access university education, it is not sufficient to guarantee the student's permanence in the university, until course conclusion. Saccaro, França, Jacinto (2018) identified that the university dropout rates are lower among students contemplated with scholarships from official programs supporting academic permanence, such as PNAES⁴.

In a bibliographic and documentary review on public health and education policies related to student assistance, at federal technical and higher education institutions, Bleicher and Oliveira (2016) showed that there are no joint ministerial actions between Education and Health and that the health actions are targeted at the offer of treatments. The study concluded that there are still no health improvement policies in the PNAES for graduate students.

Although the PNAS is fundamental for academic permanence, it is not enough to promote psychological well-being. It is necessary to monitor the conditions of these students, by observing signs of social discrimination.

An example of this discrimination was identified in a survey with students who depend on USP student housing. In this environment, diverse motivations for starting drug use were identified, such as loneliness, mainly due to the lack of resources to go out of the house on weekends, even to visit the family of origin, and other problems indicative of the impact of experiencing a new cultural reality. Thus, even though student housing helps to democratize access to and stay in the university, due to other characteristics related to structural social class differences, poor young people who arrive at the university have other obstacles for their sociability to be rich and successful, which indicates the need for structurally more comprehensive and sound policies, both before and during the university course (LARANJO; SOARES, 2006).

³ Affirmative actions refer to the set of state policies established in order to correct the effects of historical discrimination, in the search for equal access to fundamental goods and full citizenship rights; they are intended to strengthen disadvantaged social groups and to fight against discrimination. The quota system is one of these actions and consists of measures that create a certain reserve of vacancies in public or private institutions for the social segments discriminated against (BRASIL, 2012; GELEDÉS et al., 2013).

⁴ In order to favor academic permanence in the university, the Brazilian government instituted, in 2008, the National Student Assistance Program (*Programa Nacional de Assistência Estudantil*, PNAES), with the objective of offering conditions for academic permanence in third level education to low-income students. At the USP, this support is provided through the Support Program for Academic Permanence and Training (*Programa de Apoio à Permanência e Formação Estudantil*, PAPFE), targeted at undergraduate students with socioeconomic difficulties to stay in the university. This Program is administered by the Social Assistance Superintendence (SAS).

It is therefore fundamental that universities face the challenge of recognizing the social profiles of students from different courses and, from them, develop strengthening policies that concretely promote what is recommended among the guidelines for academic permanence at the university (CAMPOS et al., 2020).

Another group discriminated against in the universities is that of LGBT students. A narrative review showed that LGBT Nigerian students suffer rejection and intimidation by their peers, professors, university lecturers, and administrators. These university students were nearly four times more likely to be depressed, in addition to presenting significantly higher suicidal ideation than heterosexual students (OKANLAWON, 2020). Although not in the same proportion, this trend was confirmed by a research study carried out in high-income countries, in which it was also verified that non-heterosexual orientation was one of the correlates for mental health problems among university students (AUERBACH et al., 2018).

In Brazil, another strain on the physical and mental health of university students is gender-based violence. Among other São Paulo universities, the USP was mentioned in a report by a parliamentary inquiry commission as a university in which there are relationships of violence against women, at parties, sports activities, and in chorus lyrics of university batteries with discriminatory content (MAITO et al., 2019). These experiences impact on the students' health, well-being and academic performance (CRUZ et al., 2018).

As a consequence of intense psychic distress, the phenomenon of suicide among medical students has been discussed since 1986 but, since 1976, there have been scientific studies on the theme all over the world, according to an interview given by a professor of Medicine at the Health and Human Ecology College, in the metropolitan region of Belo Horizonte, who expresses concern regarding his observation about the increase in the number of cases even though he did not actually have official data (OLIVEIRA, 2017). The literature shows that the naturalized way in which mental distress is treated in the Medicine graduation training process contributes to the students' illness, as this naturalization can lead to denial, isolation, guilt, rationalization and silence about the suffering of the students, which in turn makes it difficult to perceive the need for support actions (CONCEIÇÃO et al., 2019). In 2017, until the month of April, six suicide attempts were recorded among students of the fourth year of the Medicine course at FMUSP, which was characterized as a "suicide epidemic" (COLLUCCI, 2017). Also between May and June of the same year, four suicides occurred, according to information published in the USP Journal (VIEIRA, 2017).

An integrative review, which assessed the mental health of Nursing students in Brazilian universities, shows that Nursing students present critical moments during the course: at the beginning of the course, when they are not yet familiar with the academic environment; at the beginning of the practical activities, due to insecurities and to the impact of dealing with complex problems, such as death; and at course conclusion, when they are concerned with the labor market and the requirements of the profession (ESPERIDIÃO et al., 2013), that is, throughout almost all their undergraduate studies, Nursing students are subjected to emotional/mental wear out. Another integrative review shows that university students in the Nursing area are subjected to stressful factors during the entire undergraduate course, but that it worsens in the end, as the activities at the end of the course are exhaustive and compromise the quality of life of the students, their focus on the studies and their mental health (SILVA et al., 2016).

From the theoretical point of view, it is understood that the challenges facing young people today refer to a certain malaise that post-modernity imposes on social life, and which unfolds in multiple forms of psychic distress.

Psychic distress is a process produced in an individual's life dynamics, in their social relationships, which produces obstructions in their "ways of living"; psychic distress does not refer to the processes of daily life that have become pathological, as common sense might denote, but to the processes experienced as obstructions to life. This is an expression of the mental health field which explains that the mediations that help the individual to gain a sense of integrity may not be effective and, in this way, can produce feelings of decomposition. This sensation is expressed not only organically, but as malaise, discomfort or pain, able to hinder the dynamics and to tighten the way in which the individuals

establish their social relationships (KINOSHITA; BARREIROS; SCHORN; MOTA; TRINO, 2016).

Young people are encouraged to meet the globalized pattern of immediate consumption habits, to the detriment of building projects for the future, as they need to respond to promises of ascension in the short term. In this evaluative atmosphere, immediate relationships are preponderant, establishing themselves as the demands of the fluid reality change. Procedural constructions lose place for punctual actions and momentary pleasures, experiences are given up, due to the sense of opportunity. Young people are encouraged to develop individual competences, compatible with the demands of the market reality; and the lack of vacancies, expressed in the difficulty of insertion in the job market, is obscured by the need for qualification. The fear of being outdated requires continuous and multiple training. The horizon of young people's professional choices is restricted to occupations related to services located in the most advanced sectors of the economy, devaluing all others. Therefore, social stimulus is for the development of a personality eager for novelties, alert to not miss opportunities, and willing to change, and still capable of multiple and excellent performance (SENNETT, 2006).

In this perspective of explaining reality, being critical of the precepts of the totalizing dimension of reality, opposing individualism and immediacy, engaging in collective movements contrary to the submission of men to this demolishing structure, is the way to find well-being and mental health, the way to trigger mediations capable of strengthening individuals and social groups. The emancipatory perspective of education is the support basis for this radical criticism that young people need to seek explanations that go beyond themselves, that safeguard themselves and their generation, and that allow them to seek healthy paths to social life (SOARES, 2007).

In this sense, interventions to improve the mental health of university students cannot be reduced to individual therapies, but must seek social well-being, by strengthening the socialization processes of young people.

III - POSSIBILITIES FOR COPING WITH PSYCHIC DISTRESS IN UNIVERSITY STUDENTS: Identification of responses to this distress

In order to identify what has been proposed for coping with psychic distress in universities, the following actions were carried out: 1) description of the Brazilian health system (SUS) and of mental health care, observing aspects of governance and financial arrangements; 2) consultation with students, to help delineate the problem (including key aspects of the problem, as well as potential options to address it) and survey of information on actions and programs aimed at coping with the psychic distress existing at the USP; 3) searches for research evidence on the topic, to answer the research questions and to support the elaboration of the options considered in this synthesis.

The SUS and mental health care

Public health care in Brazil is carried out through the Unified Health System (*Sistema Único de Saúde*, SUS), to which all Brazilian citizens are entitled. Law 8,080 of 1990, which regulates the SUS, allows for the coexistence of public and private health services. Brazil has nearly 210 million inhabitants, of which approximately 47 million are users of private health plans, marketed by 731 operators (BRASIL, 2020).

Mental health care was constituted in the SUS as a network of services with different complexity levels, based on the anti-asylum approach that founded the psychiatric reform in the 1980s and 1990s. The services are organized in a Psychosocial Care Network (*Rede de Atenção Psicossocial*,

RAPS) which, in addition to having primary health care services, also offers services such as the Psychosocial Care Centers (*Centros de Atenção Psicossocial*, CAPS) to assist people with mental distress or disorder, in addition to those who have had these disorders caused by the use of alcohol and drugs (BRASIL, 2005, 2011; TENÓRIO, 2002; ALMEIDA, 2019).

There are different types of CAPS, which differ according to the number of inhabitants of the municipality served, the scope of the service hours, the number and diversity of professionals who work in the minimum team, the age group of the population served (adult or child) and the mental health problems in general, or if they are specific for alcohol and other drugs (BRASIL, 2011).

The RAPS also has 24-hour emergency services in the Emergency Care Units (*Unidades de Pronto Atendimento*, UPAs), Mobile Emergency Service, emergency departments and hospitals (BRASIL, 2011).

Thus, a complex network is provided for mental health care. However, the barriers that limit the full achievement of the SUS also end up directly interfering in mental health care actions, among them, underfunding and segmentation of the health system, when combining services aimed at users from different segments of social classes, given the coexistence of a public health subsystem with a private direct disbursement subsystem, alongside the supplementary health subsystem (COSTA, 2017).

Public funding, as it has been operationalized, is not compatible with universality. The states and municipalities have been increasing their spending on health, but federal spending has been decreasing (SALDIVA; VERAS, 2018). It is also noted that, in Brazil, less than 1% of the health care expenditures are intended for mental health (PAHO, 2018), with no clarity on how this transfer is made to the states and municipalities.

Likewise, there is no data that explain financial investments aimed at coping with psychic distress in students at the USP.

The USP and the responses to students' psychic suffering

The USP is the largest university in Latin America, with 55,771 undergraduate students and 38,228 graduate students, in 2019⁵. It has several campuses in the city of São Paulo and in the inland cities of the state of São Paulo. At the health campus in São Paulo city, located in an area of intense teaching, research, and university extension activity, there are several research institutes and hospital complexes, such as the Clinical Hospital. The undergraduate courses in health at the Medical School (Medicine, Speech Therapy, Physiotherapy and Occupational Therapy), at the Public Health School (Nutrition and Public Health) and the Nursing School are concentrated in the District of Pinheiros, which is 6.4 km from the main campus, called University City. The physical distance and the delay in the flow of information lead to the implementation of an administrative decentralization in 2008 by the Rectory of the University, starting to constitute a new campus, called *Quadrilátero da Saúde/Diretório* (health quad). In addition to several health courses, the health quad also brings together the Law School and the Institute of Tropical Medicine. Management is exercised by the campus Administration Office and the Managing Council, which is composed of the campus superintendent, directors of the aforementioned USP units, representatives of professors, undergraduate and graduate students, and representatives of the technical-administrative servants. One of the responsibilities of the Council is to promote the integration of common administrative activities of interest to the University and the Units/Bodies that are part of the PUSP-QSP⁶.

⁵ Data available in the USP information system: <https://uspdigital.usp.br/tycho/listarIndicadorGeral?codm-nu=2417>.

⁶ <http://www.puspqsd.usp.br/>

Resources offered by the USP for coping with psychic distress: what exists and what students know about it - key informants

To identify services, programs and resources available for coping with psychic distress in the context of the USP, students were invited to answer some questions through conversation or e-mail applications. Between May and June 2020, ten undergraduate (10) and seven graduate (7) students answered questions related to the knowledge of resources for support/monitoring, treatment of psychic distress and actions for the promotion of mental health of USP students, which helped in the contextualizing and defining of the problem and in understanding the needs and responses to those needs.

All respondents reported knowing a fellow student who was affected by psychic distress.

Regarding the resources at the University for coping with psychic distress, known by the informants, undergraduate students of Speech Therapy, Physiotherapy and Occupational Therapy, they stated that the Psychological Assistance Group for the Student (*Grupo de Assistência Psicológica do Aluno, GRAPAL*) at the USP Medical School (*Faculdade de Medicina da USP, FMUSP*) is a reference, offering psychological and psychiatric care services. When they feel the need for help, the students attending these courses seek shelter and are advised on the forms of support for their case.

Insertion in psychiatric care is fast: the treatment is carried out through monthly or weekly monitoring, according to the need and, in case of prescription, the medications can be provided by the pharmacy of the Psychiatry Institute of Clinical Hospital at FMUSP. On the other hand, insertion in psychological care has a waiting time of more than a year; for this reason, in addition to inserting the student in the waiting list for psychological assistance, the GRAPAL professionals inform places which provide free assistance in São Paulo city, as well as a list of professionals who offer consultations for symbolic prices. The GRAPAL was highly praised by the students, for providing support mainly in the process of accepting psychic distress and the need for help.

The USP Psychology Institute was also mentioned, which together with the Psychiatry Department of the FMUSP, develops teaching, research and extension activities. It ensures that it is prepared to provide a complete and integrated service to the most diverse neuropsychiatric disorders, in different target populations: children and adolescents, adults and geriatric patients. In the report, however, due to the delay in insertion in assistance because of lack of vacancies, the students are hardly successful in meeting their needs. Service is punctual, on specific days and times of the week, in order of arrival. Demand is high and service takes place by spontaneous demand, without prior appointment; therefore, there is no way to guarantee a vacancy for service on the same day of the search, which can discourage undergraduates. In addition to this, another difficulty is due to the fact that the first appointments are made during class hours. Despite these points, the students reinforce that it is an essential resource for USP students who, with the exception of FMUSP undergraduates, have no other possibility to access mental health care at the university. The Psychiatry Institute was also mentioned by the Nursing students as a resource for psychiatric care, but it does not allow long-term follow-up.

As for other formal or informal university resources used in cases of psychic distress, the Student Support Center (*Núcleo de Apoio ao Estudante, NAE*) at the FMUSP was mentioned, which promotes conversation circles and other activities for the well-being of the students.

The FMUSP students also mentioned several resources involving activities related to art, such as the Medical Students Recital, which is an extension activity open to all students in the health quad, organized by undergraduate students to rehearse music. To participate, just attend the rehearsals that take place twice a week. For the same purpose, the students also organized a dance group called *Med Dança*, aimed at all USP students.

The Survival Collective (*Coletivo Sobrevivências*) was another resource remembered, which is currently under reformulation and temporarily suspended; it offers the proposal to intersect art and health in order to allow students to interact and exchange experiences considering their insertion in the health area. Art is used as a form of expression in order to create bonding and coping relationships for the students' own mental health demands.

The Medicine Drama Group was another space considered important, as it has also been constituted as a welcoming and support network, although it does not have these objectives explicitly described.

The Nursing students reported having the support of professors and nurses hired to support teaching, who, on an individual initiative, make themselves available to accommodate the difficulties of the undergraduates.

One of the students also mentioned the Social Assistance Service at the USP and the University Hospital, but was unable to inform what kind of assistance they offer.

Regarding the way in which the students obtained information about the existing resources, almost all answered that it was through their own undergraduate colleagues. Freshman reception activities were referred to as a publicity space, and also the USP newspaper.

The Nursing students also mentioned spaces such as the Collective of Sexual Diversity and Gender (*Coletivo de diversidade sexual e de gênero, CODEENF*) and the Arritmia Battery (*Bateria Arritmia*) at the EEUSP, where they find strengths in relation to mental health, but they drew attention to the fact that few have enough free time to maintain and participate in these student entities. The graduate students gave very similar answers. With regard to the resources used by the graduate students, only two interviewees reported that their colleagues sought the Mental Health Office created by the USP Social Assistance Superintendence (SAS), the Psychological Care Service (*Serviço de Atendimento Psicológico, SAP*) by the USP Psychology Institute, which offers individual and group psychotherapy, and the USP University Hospital (*Hospital Universitário da USP, HU USP*), which offers psychiatric care.

With some frequency, the students organize spaces to talk about mental health as independent conversation circles or promoted by undergraduate and academic centers or even soirees and other activities.

The students pointed out other possibilities for coping with mental health problems, such as parties at the university, sports activities promoted by *Atlética*, or going out to bars with friends, after school hours. Considered routine escape strategies, they end up helping a lot in coping with psychic distress, in addition to mutual strengthening among students at meetings of the Academic Center, for example. These spaces are considered to have potential for strengthening.

In relation to the graduate students, they also mentioned knowing colleagues who had or are going through psychic distress and who sought help; however, the interviewees did not know how to answer how the graduate students accessed these services, what path they took and what the difficulties/practicalities they had to reach these resources are. They also did not know whether the resources met their colleagues' needs. It is noteworthy that none of the graduate students reported knowing other university resources, formal or informal, to which they may resort to face psychic distress. One of the students cited twenty free or low-cost services or programs published via WhatsApp, but none linked to the USP. Conversations between the graduate students themselves through the application and social networks were mentioned by two interviewees as the only form of support in the face of psychic distress.

With regard to the university resources, to promote or strengthen the students' mental health, the conduction of lectures on mindfulness was mentioned, "which reinforce positive thinking and the reduction of anxiety related to 'failure'", announced online, without specifying a link to any specific USP service. Another interviewee spoke about the "Mental health map of the university", available on the USP website, prepared on the occasion of the Yellow September (month dedicated to putting mental health problems in evidence) and which brings together all the mental health care services and programs offered by the university. The lives held by the Center for Sports Practices of the USP (*Centro de Práticas Esportivas da USP, CEPEUSP*) were also mentioned, with breathing exercises and stretching, among others, with a focus on anxiety, control of thoughts, and improvement of physical conditioning. The same student also mentioned the online psychological support offered by the USP Psychiatry Institute, for the current COVID-19 pandemic period.

In addition to these, the students can also be served at the USP University Hospital, but this ser-

vice has only one psychiatrist, without other mental health professionals, which would allow for therapeutic actions other than drug therapy.

There is also a basic health unit linked to the Medical School (School Health Center of Butantã), and articulated with the SUS (School Health Center of Butantã) network, which offers a Mental Health Program (NASSER et al., 2017; SCHMIDT, 2013). The area covered by this unit includes the USP main campus, which is quite far from the health quad. Therefore, it is the basic health unit reference for the residents of the USP Residential Complex (*Conjunto Residencial da USP*, CRUSP), a housing that is part of the student assistance program, located on the campus. The Mental Health Program carries out assistance, teaching and research activities. Currently, the team is composed of two psychiatrists, a psychologist, a health doctor with training in psychoanalysis and three nursing technicians with training in mental health. The Mental Health Program serves adults and adolescents (from 12 years old), in the following modalities: individual psychiatric care, nursing care, individual and group psychotherapy, therapeutic workshops, and home visits. The program can serve any person living in the coverage area who has enrolled in the unit. Any student residing at the CRUSP can be assisted if they seek assistance. They also serve USP students who live near the unit.

There is another primary care service, linked to the USP Public Health School (*Faculdade de Saúde Pública*, FSP), the Geraldo de Paula Souza School Health Center. This service provides mental health care for FSP employees and for the population living in its coverage area, but there is no service aimed at students. It offers some relaxation and yoga groups that are open to the general public without the need for enrollment, which can benefit students from the health quad.

In addition to the resources reported by the students, other information about USP resources are described in Chart 1.

Chart 1 - Identification and description of mental health resources at the USP

RESOURCE	DESCRIPTION
Mental Health Office	Linked to the Rectory of the USP, the office offers psychological care, by psychologists from the USP Psychology Institute (University City), on a voluntary basis, with punctual listening, for guidance and referrals to the Psychiatry Institute of the Clinical Hospital of FMUSP. It also offers a free online course on suicide prevention.
Community support committee:	Located at the Biomedical Sciences Institute (University City), the project provides a psychologist from outside the USP and a psychoanalyst. If necessary, the patients can also be referred to another location. The project organizes events and courses on the topic.
SOS Poli (Polytechnic School)	Grêmio Politécnico Project, from the Polytechnic School (University City). Group therapies are organized biweekly with a volunteer psychologist. In addition to that, events and lectures on the subject matter take place, and a worksheet with contacts from psychologists who offer consultations for free or at an affordable price is also available to the students. The Poli also offers courses in the city of Santos. For the community on this campus, group therapy sessions are held monthly using the Hangouts online conferencing tool.
Moacyr Rossi Nilsson Academic Center	The Academic Center of the Veterinary Medicine and Animal Science School (University City) develops biweekly group therapy sessions, coordinated by a hired psychologist.
Acolhe USP	A welcoming program related to the Use of Alcohol and Other Drugs (University City): it is a health service aimed at the care of USP students and workers at USP with problems related to the use of psychoactive substances.
Student Support Groups	A project organized by the Dentistry School (University City), not exclusively focused on mental health. The idea is that the students have the possibility to choose some person with whom they identify best to be their tutor. In this activity, the student is assisted in several problems related to college, from administrative to psychosocial issues. The undergraduates os Nursing, Physiotherapy and Occupational Therapy courses also have an academic tutoring program, in which teachers and students who wish to participate meet periodically to share experiences and think about coping with mental health issues.

RESOURCE	DESCRIPTION
GRAPUSP	The USP Reflective Support and Permanence Support Group is an initiative of the LIPSIC laboratory (at the USP Psychology Institute, University City), formed by undergraduate and graduate students, which aims to create a group space to think about the issues of permanence in courses of USP. The group works using mediating objects, such as photographs, or from free speech ⁶⁷ .
Nise da Silveira Neurodivergent Collective	A group managed by students created in 2016 at the USP School of Philosophy, Letters and Human Sciences of USP (University City) and which works as a support network for students who have mental health problems, such as depression, bipolarity, anxiety and panic disorders, among others.
Don't Shut Up! Network	Composed of 200 women, USP professors and researchers from several campuses in different cities, whose objectives are to welcome students and workers victims of gender-based violence, in order to develop strategies to face violence, through guidance on actions that the victims can take, such as administrative reporting mechanisms in the teaching unit itself, or legal actions. Referrals are also made to health services, especially to the School Health Center of Butantã. The authors, members of the Network, reinforce the importance of adopting measures to confront sexual and gender-based violence by the university since, without this, the welcoming offered by the Network has shown to be insufficient (CRUZ et al., 2018).

With the students' reports and the diverse information about the available resources, it was possible to assert that responses in mental health are limited for the USP students, who have been looking for their own alternatives to meet their needs. Students from families with high purchasing power, as is the case with most medical students, pay for private health insurance or access private health care services to obtain general and mental health care in particular.

There is no mental health policy for the university community at the USP. There are resources that provide some kind of care, without articulation between them, such as those developed internally for certain courses, and access to them is only open to students attending those courses.

The students' reports and the diverse information about the available resources allow us to conclude that the USP does not have an organizational arrangement for integration with the services offered by the SUS, nor do there are discussion forums with the participation of other public institutions, to outline plans for integrated actions in mental health.

Nor were sentinel teams identified that could focus on strategies to support students in situations of psychic wear out and distress. In general, the actions are related to treatment, to the detriment of strengthening activities that involve articulation with the health network. Nor were mechanisms identified for multi-professional and interdisciplinary discussion of cases of students who fail to succeed in their academic activities, as a result of suffering or of side effects of drug treatment.

There are no epidemiological data or programs for monitoring the mental health of the university community. Such invisibility makes it difficult to clearly assess the problem. Communication between the university and the surveillance services of the city of São Paulo, for monitoring suicide or attempted suicide cases, does not seem to exist, as well as there is no complete and updated information for those seeking resources for mental health services in response to their mental health needs.

From this outline, it is worth remembering here the research questions of this RR:

- ➡ What is the best policy to be offered by the University of São Paulo to strengthen the mental health of university students in the health area, in the health quad?
- ➡ Which programs should comprise the mental health care of university students in the health area, in the health quad, and how could access to these programs be?
- ➡ Which educational programs and communication strategies could better support mental health care programs for university students in the health area in the health quad?
- ➡ What are the strategies for monitoring and continuous assessment of the mental health needs of university students in the health area, in the health quad?

⁷<https://www.facebook.com/IPUSP/posts/2370326159724774/>

IV - EVIDENCE FROM THE LITERATURE THAT SUPPORTED THE OPTIONS

In addition to the survey of available resources in mental health inside and outside the university, in order to answer the research questions, searches for syntheses of evidence and primary studies were carried out in May and June 2020, in the following data sources: PubMed, Health System Evidence, Social System Evidence, Epistemonikos, McMaster Plus, Health Evidence, Embase, ASSIA, Campbell, Cochrane, ERIC, JBI, CINAHL, Scopus, PsycInfo, LILACS, CAPES, Sociological Abstract, Opengrey, PEDro and Social Service Abstract.

The selection process for the publications was carried out by one reviewer and, in case of doubt, also by a second reviewer. This process was guided by four previously elaborated options, already presented in the item. Namely: 1. Establishing and supporting a policy to strengthen mental health, capable of raising awareness for the identification of the mental health needs of students in the health area, as well as providing answers to them, within the scope of health courses, located in the USP health quad; 2. Integrating and expanding the offer of mental health care programs and providing access to them, for students of health courses, located in the USP health quad; 3. Promoting educational programs and communication strategies for students in the health area, from the USP health quad, regarding psychic distress in contemporary times and the ways of coping, to ensure that the students know the services and resources and can access them and so that they can find empowering practices; 4. Monitoring and assessment of the mental health needs of the students at the USP health quad.

For option 2, 48 eligible articles were identified. Considering that the number of articles related to this option was much greater than for the other options, and the time was limited to carry out the rapid review, it was decided to imprint more rigor and specificity, thus expanding the exclusion criteria for this option. Thus, articles that did not specify the country in which the primary studies were carried out were excluded, as well as those that did not present an evaluation of the interventions, those that did not inform the date of the search, and those that did not present a meta-analysis.

The included articles were classified according to the four options. The search strategies can be found in Appendix 1. The systematic reviews and primary articles included can be found in Appendices 2 and 3. After extracting the data, it was verified that key message 4, from option 1, was answered in a precarious way, with little evidence found. Specific searches were then carried out on racism and other forms of discrimination. Primary studies were also indicated by researchers/teachers. These studies were added in the column of supplementary publications in Appendix 1.

A total of 45 studies were included, among which 34 were systematic reviews (SRs). The SRs included were assessed for methodological quality using the AMSTAR tool (SHEA et al., 2007) and classified as of low quality (scores 0 to 3), moderate quality (4 to 7) and high quality (8 to 11).

To those 34 systematic reviews (SRs), 1 synthesis of evidence, 1 umbrella review, 1 scoping review, 3 narrative reviews and 5 primary studies related to the four options were also added.

OPTION 1

Establishing and supporting a policy to strengthen mental health, capable of raising awareness for the identification of the mental health needs of students in the health area, as well as providing answers to them, within the scope of health courses, located in the USP health quad

To compose this option, initiatives that aim to improve sociability, democracy and access to culture were considered; as well as to provide discussions and political forums for integration and student organization; actions to reduce stigma related to mental health, and inequalities in class, gender and

ethnicity, violence and bullying, among others. Thus, the evidence found in the literature was broken down below into four key messages.

KEY MESSAGES

- 1) To establish a mental health committee within the scope of the health quad/USP courses, with the objective of discussing the main problems that affect the students and supporting them in deciding the best way to face the challenges they are experiencing. This committee must be composed professors, technical-administrative support servants and students, must be formally registered under the policies of the USP, and can be made viable as a Research Support Nucleus, with support from all units in the health quad;
- 2) To develop activities to reduce the stigma related to mental health to promote mindset change and strengthening of the students in the quest for improving mental health;
- 3) To propose curricular changes in the health area courses, which make up the health quad, in order to clarify the meaning of mental health and provide critical elements to the students to understand the relationship between mental health and society, detect problems, seek help and support colleagues who are going through situations of psychic distress;
- 4) To integrate programs and activities to fight against racism and prejudices against LGBTI, quota students, and other forms of discrimination against students, as well as programs and activities to support academic permanence.

Key message 1 is based on systematic reviews (SRs) and primary studies. One of the primary studies reports the experience on the creation of a mental health policy at the Federal University of São Carlos (*Universidade Federal de São Carlos, UFSCAR*), which collaborates with the integration of the various actors working with mental health at the UFSCAR and the creation of a health work group to define a common and integrated agenda (UFScar, 2020).

In order to synthesize evidence about current mental health promotion strategies in the context of the university, an SR (moderate quality) analyzed the institutional policy for suicide control at the University of Illinois, USA. The strategy consists of mandatory professional assessment, with a minimum of four sessions, for students who have threatened to commit suicide or attempted so. The time series compared the suicide rates before and after implementing the policy. The suicide rate, which before the policy was 6.91 per 100,000 students enrolled, rose to 3.78 per 100,000 students enrolled after implementing the policy. Although the mandatory assessment program has been associated with a decrease in suicide among undergraduate students, there are doubts about its effectiveness for other groups since, on the other hand, there was an increase among graduate students and professionals (FERNANDEZ et al., 2016).

An SR (high quality) that sought evidence on interventions to prevent suicide found a multi-component policy implemented by an American university. The policy involves restricting the means to commit suicide and mandatory assessment for suicidal behavior. After its implementation, the cumulative incidence of suicide was significantly lower at this university, including for the student group, than at universities in the control group (HARROD et al., 2014).

An opinion article, introduced in this review because it contains relevant information, provides principles and a list of the main actions that should comprise a university policy to combat racism against Black, Indigenous and people of color (BIPOC). The principles of the reforms to be carried out must integrate the commitment to reestablish civil rights, restorative justice, dignity and respect, participation and intersectoriality, composing an integrated approach. The actions are presented in three phases. The initial actions refer to the institution's public recognition of its responsibility in combating racism, becoming an institution that has mechanisms to identify its problems and act on them,

implementing mandatory and subsidized actions, training in the history of racism, and monitoring of incidents, such as holding seminars/workshops, implementing event notification forms, analyzing and disseminating results and adopting actions in response, as well as reforming services provided to the students, so that they are not reproducers of institutional racism. The intermediate actions are to support the confrontation and correction of the legacy of racism, such as funding for departments that develop the theme, hiring critical educators, internship opportunities for students in organizations that fight against structural racism. In the advanced stage, the actions must focus on building an equitable anti-racist society, such as investing in support programs for training in elementary and high school, building accessible ways to enter the institution for BIPOC communities, implementing double enrollment programs in partnership with high schools that serve BIPOC and working class communities, eliminating the use of standardized test scores for admission to universities, offering free or low-cost community education programs in BIPOC communities, making optional and accessible the on-campus accommodation, meal plans and extracurricular institutional activities (METIVIER, 2020).

Key message 2 was formulated based on a synthesis of evidence for policies (TAMBOLY; GAUVIN, 2013) and four high and moderate quality SRs (LIVINGSTON et al., 2012; GIRALT-PALOU; PRAT-VI-GUÉ; TORT-NASARRE, 2012; YAMAGUCHI et al., 2013; HEIM et al., 2019), that addressed the reduction of stigmas among university students through student training. The synthesis of evidence stands out with the report that McMaster University (Canada) provided resources and training for the staff, faculty members and undergraduate and graduate teaching assistants to ensure that they were adequately equipped to create a stigma-free space for their students and to proactively identify and address the students' mental health concerns. Another intervention is the clubs run by the students themselves, which are designed to eliminate stigma and support colleagues with stress, anxiety and other mental health problems, created due to the increase in problems that afflict the students (TAMBOLY; GAUVIN, 2013). In addition, two SRs (LECKEY, 2011; MANSFIELD et al., 2014), of moderate and high quality respectively, and a scoping review (MEREDITH, 2020) addressed activities such as dance, drama, sport and nature walks, as a way of promoting well-being, and a moderate quality SR evaluated the stimulus to activities such as watching movies and improving rest and sleep patterns (LABRAGUE et al., 2017).

Key message 3 was evidenced in SRs and primary studies. A moderate quality SR on interventions to prevent suicidal ideation and mental health problems in medical students. Few studies have investigated the effect of curriculum-based interventions, and there is no evidence of improvement in the depression symptoms and in the reduction of the anxiety scores among these studies. The review concluded that there is a focus on interventions that prioritize individual resilience, to the detriment of structural, systemic and cultural elements that can have a broader impact on well-being in medical education (WITT et al., 2019). Another moderate quality SR also brought together studies to describe how stress management programs were incorporated into the medical education curriculum and whether there was an impact on psychic distress. The subjects offered included self-hypnosis and meditation techniques, feedback on several health habits, educational discussion groups on self-care, classes on mind-body medicine, and reflective writing seminars, among others; changes were also made to the duration and type of pre-clinical curriculum and the way to graduate the basic science curriculum (SHIRALKAR et al., 2013).

Offering an optional subject in the undergraduate Nursing course to students of the various courses at the USP was evaluated by the undergraduates attending the several classes as of fundamental importance in the curriculum, highlighting the need for academic subjects with content that stimulates social criticism for the full exercise of student life. This subject enables the graduates to build emancipatory educational projects; the projects were many in number, with proposals for several areas of activity, consistent with the courses attended by the undergraduates. The curricular contents focus on the phenomenon of psychoactive drugs, in the production, distribution and consumption dimensions, on the theme of the experience of youth in contemporary times, with an emphasis on harm reduction strategies, and on responses to socially produced wear out, through education in health actions, in the emancipatory strand. The projects developed have shown that the pedagogical process of the subject allows the problem to be de-individualized, that is, the understanding of the collective dimension of the problems currently affecting young people (CORDEIRO et al., 2016).

This academic subject proposes interventions that have an incidence on the collective and aim at organizational changes, under the approach of Emancipatory Harm Reduction (EHR). Starting from a sociological explanation about drug use and critical education, EHR shows the path of collective empowerment of young people through the adoption of welcoming practices to their health needs, as well as of educational practices that support the understanding of the problem, both by institutions and organized groups. The construction of collective and contextualized practices presupposes the development of participatory projects, with space and time conducive to the analytical deepening and the development of practical proposals. In this perspective, another technology can be mentioned, the "Education notebook to expand criticism on drug use: how to work with young people"⁷⁸, which proposes to demystify drug use and expose its contradictions based on critical scientific and artistic knowledge, and can be used by teachers, university lecturers, professors, and other educators, health and social care workers, and academic centers, among others. This evidence was not captured in the searches, but was later included due to the richness of the experience, of over 15 years, and the robustness of the evidence verified through evaluations of harm reduction projects developed by the students (CORDEIRO et al., 2016).

A primary study addresses the case of a Finnish university, the Aalto University, which is among the top 200 in the world, as an example of how to create health support actions and policies through relevant resources, enhanced university support through points of frequent contact and of the organizational culture. The study shows that curricular changes must be implemented in the initial periods of the courses, with the objective of increasing the social skills that benefit the student. Emphasis is placed on the need for the professors to know what resources are available for the students to address the personal or academic issues they face. These recommendations can help connect the students to the resources they need to improve their knowledge and skills (CROMLISH, 2020).

In the SR conducted by FERNANDEZ et al. (2016), of moderate quality, the impact on the mental well-being of students from a mandatory health course (Health in Modern Society) was evaluated. The course covers mental and sexual health and lifestyle and draws on active learning techniques. There was an increase in knowledge about mental health and in the adoption of mental well-being behaviors. This SR also evaluated the Health Enhancement Program (HEP), a mandatory course given to first-year medical students at the Monash University (Australia), which consists of eight classes on: the relationship between physical and mental health, integrative mind/body Medicine, behavior change strategies, based on mindfulness therapy, and the importance of healthy behaviors. It included tutoring sessions for support. The assessment showed an improvement in the psychological quality of life, in the depression symptoms, in hostility and in mental health in general. The review also analyzed other evidence on curriculum changes, including that of the Medical School of the Saint Louis University (USA). The curricular changes had structural elements with changes in the subjects and the grading system, among others. Although the results showed lower levels of depression, anxiety and stress symptoms, they were contradictory with another study evaluating structural curriculum changes, which did not obtain positive results.

A low quality SR, with the objective of exploring the Mental Health First Aid (MHFA) program and verifying its integration in the curricula, justifies the importance of this type of training for university students, considering that it is the age group that has the highest prevalence of mental health problems and that is a group that preferably seeks informal help. In addition, there is evidence that health professionals have not received mental health education during their training. Several versions of MHFA training can be found internationally for the general audience, and in Australia the training consists of 12 in-person hours, by an accredited instructor, while in the USA it is 8 hours long. In recent years, different versions of the program have been developed for specific audiences, including a MHFA for university students. Among the students who received the training, the majority were in the area of health or social work. The review showed that only in 3 of the 12 studies was this training integrated into the curriculum (EI-DEN et al., 2020).

Another SR, of moderate quality, evaluated interventions performed during the training of Nursing students and recently graduated nurses to prevent course or work abandonment. One of the inter-

⁷⁸ http://www.ee.usp.br/posgraduacao/mestrado/apostilas/lara_Ribeiro.pdf

ventions consists of a stress management program, with the inclusion of group sessions. Another intervention involved relaxation skills training, including knowledge, discussion and practical training. The rest involved education and skills training to deal with stress and stressors, in combination with relaxation skills training and cognitive-behavioral therapy techniques. The duration ranged from two 2.5-hour sessions to six 2-hour sessions. The interventions were provided by Nursing professors, Psychology interns, social workers and undergraduate students (BAKKER et al., 2020).

Key message 4 was supported by a synthesis of evidence and narrative reviews. The synthesis brought interventions aimed at improving the access to mental health services of social groups that are part of minorities. Interventions aimed at health care providers, which aim to improve the quality of care provided, used communication strategies as a provider reminder system for service provision, to offer preventive services directly to the patients and structured questionnaires to assess the health behaviors of university students. Outreach interventions targeting religious groups, such as educational leaflets about the causes and treatment of several mental health conditions, hotline service to provide information on crisis intervention services, monthly group meetings and presentations by experts, family members and individuals with mental health problems. These interventions had positive effects on the knowledge about mental diseases and health services, as well as on the satisfaction of the groups that participated, but there is no evidence on their direct effect on individuals with mental problems (TAMBOLY; GAUVIN, 2013).

A narrative review on problems faced by LGBT students at a university in Nigeria shows that organizing conferences on inclusion, equality and diversity in university education in 2017 and 2019 provided an opportunity for scholars, students, LGBT activists and other Nigerian groups to discuss sexual homophobia (OKANLAWON, 2020).

Another narrative review addressed the process of elaborating and building the “General guidelines for the institutional intervention actions in the face of situations of violence and discrimination based on gender and sexual orientation⁹” for the USP, resorting to the literature and to documentary reviews, as well as to the experience of the authors in the Commission to Investigate Reports of Discrimination, Harassment and Violence Against Women and based on Gender at the USP campus of Ribeirão Preto and other movements within the USP. The document presents proposals on how to face the problem, providing protection measures so that the victims of violence do not suffer any impairment in their training, with comprehensive care for victims, investigation and quick responses to the notified cases. The review showed that there are responses to the problem in Europe and Latin America, as well as dialogical practices for preventing violence against women at the Autonomous University of Mexico and at universities in the United Kingdom that served as a subsidy to the guidelines (MAITO et al., 2019).

OPTION 2

Integrating and expanding the offer of mental health care programs and providing access to them, for students of the health area, located in the USP health quad

To compose this option, the effectiveness and the meaning/acceptance of actions to promote, prevent and treat mental health problems were sought, looking for proposals that enable simple, clear and immediate welcoming, as well as access to different types of therapy available in the SUS. In order to provide access to specialized programs within the performance scope of other SUS institutions, projects to integrate these actions to the university must be sought, with clear structural operating arrangements. Thus, the evidence found in the literature was broken down below into three key messages.

KEY MESSAGES

- 1) To formally integrate the mental health care services available at the USP through a collaborative network of health services offered inside and outside the campuses, integrated with the SUS services, offered by the São Paulo City Health Department, elaborating a comprehensive care flow for university students;
- 2) To expand the health promotion activities and non-pharmacological interventions in the mental health services offered by the USP;
- 3) To adopt an evaluation program, with the use of virtual technologies, such as applications for assessing the mental health of university students for referral to the appropriate health services.

Key message 1 is based on UFSCAR’s proposal to integrate the services and resources offered by the university to those of the SUS; the proposal argues that integrated strategies could enhance the offer and access to services, thus avoiding that the university has to respond alone and in isolation for responsibilities in the mental health care of the students, which are the city’s responsibilities, as a service provider of the SUS. The experience was described in a primary study (BLEICHER, 2018).

Key message 2 is based on the effectiveness of non-pharmacological treatments for stress and anxiety, among other signs and symptoms of psychic suffering.

For the intervention of mindfulness and other behavioral therapies (meditation, yoga, tai chi, muscle relaxation and breathing, training and cognitive-behavioral therapy) eight SRs, of moderate and high quality, were found, showing satisfactory results of this type of intervention (REGEHR; GLANCY; PITTS, 2013; BAMBER; MORPETH, 2018; HUANG et al., 2018; WINZER et al., 2018; CHEN et al., 2019; DAWSON et al., 2019; GONZÁLEZ-VALERO et al., 2019; WITT et al., 2019).

Regarding non-pharmacological interventions for the treatment of depression, psychological therapies (psychotherapy) were highlighted as the most effective in two high quality SRs (LI et al., 2018; FU et al., 2019). In addition to psychotherapies, the SR by Chen et al. (2019), of high quality, demonstrated that mindfulness interventions and stress management programs were common and effective and that non-pharmacological interventions had moderate beneficial effects on depressive symptoms compared to pharmacological treatment in Nursing students. Short-term (1–8 weeks) non-pharmacological interventions were also reported to moderately relieve depressive symptoms and depression. Another SR, of moderate quality, showed that psychoeducational interventions produced significant effects to reduce symptoms of anxiety, stress, psychic distress, among others (CONLEY; DURLAK; KIRSCH, 2015). Another high quality SR also showed that interventions such as music, physical exercises, yoga and tai chi, among others, were effective in preventing common mental health problems, with medium-duration programs having better effects than short-term ones (HUANG et al., 2018).

Other systematic reviews examined therapeutic interventions based on behavioral change such as counseling and mindfulness. Thus, in three SRs, of low, moderate and high quality, respectively, this type of intervention collaborated with stress management and reduction (GHILARDI et al., 2019; AMANVERMEZ et al., 2020; CONLEY et al., 2017).

Evidence indicates that brief interventions with an individual focus on mindfulness are limited to reducing levels of anxiety, depression and stress in medical students with suicidal ideation. A limitation observed in this moderate quality SR is that most of the interventions evaluated were offered during the preclinical years, and there is evidence that the problems increase over the course of Medicine, becoming more expressive in the period of entry into clinical practice (WITT et al., 2019).

An umbrella review evaluated interventions aimed at promoting changes in the habits of university students, to reduce alcohol consumption, improve diet and nutrition, and improve the adoption of physical activity and sleep. The interventions to reduce alcohol consumption consisted of face-to-face programs and via the Internet, but the study considered that there is a need for future research studies

⁹ General guidelines for the institutional intervention actions in the face of situations of violence or discrimination based on gender or sexual orientation. Commission to investigate reports of violence against women and gender-based [Internet]. Ribeirão Preto: University of São Paulo, 2018 [cited 01 Dec 2018]. Available in: <http://www.prefeiturarp.usp.br/cav-mulheres/diretrizes-2018.pdf>

to identify more promising approaches in the long run. In relation to the improvement of the eating habits, the face-to-face interventions, the media approaches and nutritional labeling seemed to be good strategies. The interventions to promote physical activity must carefully consider personalization, as the studies were not well evaluated; in the case of sleep, cognitive behavioral therapy showed greater effects compared to sleep hygiene interventions (DIETZ et al., 2020).

One SR, of moderate quality (REID; CAREY, 2015), and a narrative review (REAVLEY; JORM, 2010) showed the effect of individual therapies aimed at changing behavior on the reduction of alcohol consumption among university students.

To reduce the consumption of alcoholic beverages by students with high consumption, a moderate quality SR showed the effectiveness of the brief, single session intervention, with satisfactory results; and it indicates that future research studies should examine what the effective duration of this intervention would be for university students (SAMSON; TANNER-SMITH, 2015).

To promote student well-being, a case study reported that there are American universities seeking to offer diversified programs of physical activities, nutritional guidelines and activities, and yoga, among other activities aimed at improving mental health conditions (CROMLISH, 2020).

Key message 3 is based on several reviews. An SR (moderate quality) deals with the effectiveness of mental health interventions, such as e-health (digital health), on the academic performance of university students. Interventions with the following characteristics were analyzed: 1) Web platform, with optional use of mobile app; 2) On the theme of alcohol consumption, the program was based on personalized normative feedback (students in the intervention group received login instructions by email from the university's central administration); 3) On the theme of creating opportunities for personal training (Creating Opportunities for Personal Empowerment - COPE), a face-to-face Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) protocol was adapted, integrating it into the university's online course platform. The protocol includes videos and exercises, with content about self-esteem; healthy coping and stress reduction; setting goals and solving problems; emotions, positive thinking and communication; 4) In order to improve the students' meaning of life, with a positive effect on depression, an intervention was developed consisting of four consecutive modules with themes such as goal setting; personal strengths and career plan for meaningful work; integration of knowledge about oneself with significant objectives; 5) You Only Live Once (YOLO), an intervention based on the Acceptance and Commitment Therapy (ACT), which covers the main aspects of clarifying values and objectives; cognitive defusion¹⁰; acceptance; and mindfulness; 6) Computerized expressive writing intervention: the computerized writing sessions were preceded by a face-to-face instruction session; in the writing sessions, the students were encouraged to report their academic fears in detail. The interventions had little effect on academic performance, depression and anxiety (BOLINSKI et al., 2020).

A high-quality SR assessed the use of technologies to reduce the consumption of tobacco and marijuana. Thus, compared to a usual care control condition, the multi-directional intervention, comprising the use of a computer program that generates feedback, showed a positive result for the intention to smoke cigarettes, but not for the intention to use marijuana. None of the interventions, which consist of short personalized web-based or computer-based feedback programs, have been effective in reducing or preventing marijuana use (GULLIVER et al., 2015). KHADJESARI et al. (2011) developed an SR (moderate quality) to verify whether virtual interventions can, independently of others, be effective in reducing alcohol consumption. The interventions consisted of: feedback to assess the current levels of alcohol consumption, and interactive games, among others. The conclusions on effectiveness are tentative, but show that computer-based interventions can help reduce alcohol consumption.

A moderate quality SR assessed the impact of universal (without pre-existing diseases) or indicated (with pre-existing mental health problems) interventions, for a set of nine outcomes, which included depression, anxiety, stress, social and emotional skills, among others, provided through Technology Delivered Intervention (TDI). The interventions were classified into: training for skills development, which involved cognitive-behavioral, relaxation, mindfulness and social skills strategies; and training (not skills), including psychoeducational interventions, among others. Most of the intervention

¹⁰ Desfusão cognitiva é a habilidade de se afastar dos próprios pensamentos, a capacidade do sujeito de fazer distinção entre si mesmo e seus pensamentos (HAYES et al, 2008).

strategies (for example, CBT, mindfulness, relaxation, social skills, online support groups) produced more effects as indicated than as universal interventions. Both interventions (universal and indicated) were most effective when using newer technologies, such as computers and cell phones (CONLEY et al., 2016).

In an SR with meta-analysis (high quality), which evaluated interventions via the Internet to improve the mental health, well-being and social and academic functioning of university students, small positive effects were found for depression, anxiety and stress symptoms, as well as moderate positive effects for eating disorder symptoms and for students' social and academic functioning. In general, the effects were greater for interventions of moderate duration (1-2 months). Most of the interventions were carried out through a website and a smaller percentage used e-mail and mobile devices. Of the 53 programs evaluated, almost half were unguided programs and just over a third were guided with human feedback, the rest included only reminder mechanisms. The intervention programs evaluated were mostly Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) programs, with a small portion of them being of third wave. Mental health skills training, emotional revelation programs, peer support and discussion groups, personalized symptoms and feedback were also evaluated. In a small number, programs were found that involved cognitive bias modification procedures (HARRER et al., 2019).

Option 3

Promoting educational programs and communication strategies for students in the health area, from the USP health quad, regarding psychic suffering in contemporary times and the ways of coping, to ensure that the students know the services and resources and can access them and so that they can find empowering practices

To compose this proposal, elements were sought to support the establishment of effective communication with students and with mental health care services, such as the construction of links and/or guidance sites on health programs and services and other useful information for students of the health quad; construction of other communication technologies for detecting, welcoming and referring students in psychic distress; and training of members of the university community on the theme of mental health and university youth.

KEY MESSAGES

- 1) To promote communication and make available, in an accessible way, diverse information from all health services and support groups for students focused on mental health, by means of cell phone applications and links on the University official websites;
- 2) To encourage discussions about current youth problems and stimulate critical debate on racism, prejudice and all forms of discrimination that affect the students' mental health.

To support **key message 1**, a synthesis of evidence designed to improve the mental health care of McMaster University students was considered, in addition to other SRs. The synthesis proposes the following: promoting communication between the mental health services administered by the university and the initiatives offered by student entities, with the aim of helping students look for resources that they consider most appropriate to their profile; joint campaigns to improve the use of services and groups; preparation of a text/guide with the resources offered by each service or group; presentation of the mental health services available on and off campus for the students, in order to support continuity of care and enhance the use of the available resources; and ease for the students to have online access to the mental health resources offered, in order to choose the most appropriate ones. Also noteworthy are the following interventions: Elephant in the Room campaign and Mental Health Aware-

ness Week, at McMaster University; events and services promoted through confidential e-mails sent through McMaster Student Union colleges or mailing lists; optional Mental Health 101 and the mandatory standardized Question, Persuade, and Respond (QPR) training, which can be done through online modules or face-to-face sessions designed to support professors to address mental health issues in the classroom and refer students to appropriate services if necessary (TAMBOLY; GAUVIN, 2013).

A moderate quality SR was also considered for this message. It addresses the use of technologies (mHealth) in university campuses, to improve the level of knowledge of university students on resources and well-being and to increase knowledge about the health services offered and welcoming units at the university. The information provided through applications was related to the following: nutrition, health promotion of the institution, smoking cessation, intervention for alcohol abuse, and brief mental health interventions. The interventions that were effective were for the following: reduction of anxiety and depression symptoms; identifying students at risk for mental disorders; reducing alcohol and tobacco consumption; and stopping tobacco consumption. The university students were open and willing to use the mHealth technology; they wanted to search for health information on their cell phones; medical students reported familiarity and frequent use of mHealth to research health issues. University students find virtual devices a convenient and reliable way to access information (JOHNSON; KALKBRENNER, 2017).

For suicide prevention at the university and other post-secondary education courses, a high quality SR assessed the effectiveness of classroom educational programs and gatekeepers training aimed at helping colleagues, professors and staff to recognize and respond to the warning signs of emotional crises and suicide risk. Both interventions were effective in increasing short-term knowledge about suicide. The training of gatekeepers also resulted in self-efficacy in preventing suicide. Limited evidence showed long-term effects of gatekeeper training on suicide-related knowledge; no evidence evaluated its effect on suicidal behavior (HARROD, 2014).

Key message 2 was formulated from a descriptive study, which reported on activities at the University of Mexico (UNAM), which, among others, served as a basis for the development of the guidelines at the USP. The UNAM created welcoming and support services for students. A research center on women's rights produces tools that aim to understand the situation of the university community and courses on gender for professors; it advocates the training of university surveillance workers on topics such as security, law, university legislation, gender violence and human rights, and the development of social service programs around gender equality (MAITO et al, 2019). This primary study was included for bringing relevant contextual elements not addressed by the included reviews.

OPTION 4

Monitoring and assessing the mental health needs of students at the USP health quad

This proposal contains strategies for monitoring students from the USP health quad, from entering university to course completion; implementation of a system for collecting and maintaining epidemiological data for continuous formulation of new policies or reformulation of existing ones; clear processes of evaluation of the implemented strategies; and integration with municipal epidemiological surveillance services.

KEY MESSAGES

- 1) To implement a mental health monitoring program in the USP health quad for planning and implementing actions;
- 2) To create a support network based on a tutoring program for student follow-up.

Key message 1 was based on the experience of a key informant, a case study and the report on the process of developing policies for the mental health of university students. The experience of the key informant served as a starting point for the development of a monitoring model in the health quad. One of them comes from a program developed by the Subject of Planning Management in Dentistry of the USP Dentistry School (*Faculdade de Odontologia da USP*, FOUSP). Since 2013, a longitudinal research study has been developed, with a cohort formed by freshmen. Every year, the students answer a self-reported questionnaire on mental health, with special emphasis on the characterization of Burnout syndrome during undergraduate (CAAE: 23475813.0.0000.0075).

The case study highlights the research application strategy, which involves feedback and monitoring of undergraduate and graduate students, and which is also used to improve the culture at the university as professors and other employees also follow the results, which are made available to them anonymously. Feedback involves time management, better study skills and meta-cognitive skills, as well as preparation for the specific difficulties inherent to the programs (CROMLISH, 2020).

The report of the commission for the study of the mental health policy for the Federal University of São Carlos (*Universidade Federal de São Carlos*, UFSCar) presents 7 axes, which should guide the development of the mental health policy at the UFSCar.

Axis 1, "Promotion and Prevention", aims to develop actions to promote mental health, prevent mental health problems, and develop care after attempted and consummated suicide. Axis 2, "Harm Reduction", meets the international formulations on the problematic use of any and all psychoactive substances and the possible care measures for each person and group of use. Axis 3, "Assistance", addresses the care actions themselves, especially when suffering is already established and/or at an acute moment, considering the different places of the services in the psychosocial care network (RAPS). Axis 4, "Information – collection, management, research and analysis of data and indicators", aims at the constant monitoring of information, to support situational diagnoses, understanding the phenomenon of psychic distress in the academic community, planning and evaluating programs, projects and actions, with a view to impacting on the mental health of the academic community. Axis 5, "Academic/Pedagogical/Environmental/Pedagogical and Cognitive Inclusion", seeks to understand the relationship between the teaching/learning processes and psychic distress, in order to indicate preventive measures. Axis 6, "Documentation/Protocol Creation, UFSCar Code of Ethics/Controlling Offices", aimed to create a Permanent Mental Health Committee, with a view to reviewing UFSCar Rules and Statutes and preparing the Code of Ethics and Protocols. Axis 7, "Combating Institutional Violence/Prank/Bullying/Moral Harassment/Sexual Harassment", to propose preventive actions to situations of violence and to develop protocols for actions in cases of violence (UFSCar, 2020).¹¹

The inclusion of this work is academically justified since there are few studies, especially in our context, on the implementation of mental health policies for the academic community. The studies found on the implementation of actions are directed to university students, individually or to groups of students, but not to organized and/or integrated actions, at institutional level, and aimed at the academic community.

Key message 2 was based on the experience with the development of tutoring programs in two of USP units, which were included because they present evidence that can serve as a basis for integrated adoption by the health quad. It was also based on a synthesis of evidence to improve mental health at a university in Canada.

The FOUSP brings together several resources such as: website, tutor guide with basic guidelines for teaching tutors, annual tutor training with mental health professionals, and semiannual follow-up reports from the tutor tutored by the tutor. In all, 20 teachers, a psychologist and two social workers su-

¹¹ This report is a public document, approved by the collegiate body responsible for creating and demanding the Commission's work (CoACe), but not yet submitted for consideration at the highest deliberative level of the University, the University Council (CONSUNI), which describes the context and process elaboration of the Mental Health Policy proposal for UFSCar. The preliminary proposal for this policy can be consulted at BLEICHER, Taís. Creation of a Mental Health Policy at the Federal University of São Carlos 2018. Paper presented at the Conference on the Creation of a Mental Health Policy at the University of São Carlos, Manaus, 2018. Available in: https://www.researchgate.net/publication/325679239_CRIACAO_DE_POLITICA_DE_SAUD_E_MENTAL_DA_UNIVERSIDADE_FEDERAL_DE_SAO_CARLOS

pport undergraduate students through a program characterized as: "a psychopedagogical resource in the construction of the competent professional that we want to train: one that, in addition to acquiring knowledge and developing skills, recognizes the importance of their attitudes in relation to patients and society". The creation of this network depends on a strong decision on the part of the institutions' leaders, as tutors and tutees need constant monitoring and institutional support.¹²

The Bachelor's Degree Course Commission of the USP Nursing School has an academic tutoring project, carried out by four professors from this Commission, a reference professor for each undergraduate year, to monitor academic difficulties, listen to suffering and wear related to mental health, and for referrals (LEONELLO et al., 2018). This primary study was included because it deals with a tutoring program developed in the context of the USP, with students from the health quad.

A synthesis of evidence showed an intervention in which Residence Life workers and members of the Society of Off-Campus Students at McMaster University collaborate with first-year undergraduate students who have difficulties in transitioning to university. In addition, it encourages the faculty to offer students, at the beginning of courses, availability to discuss any mental health problems, such as stress and anxiety, that they may be experiencing. Other groups also offer support to the students, such as the Student Health Education Center, which aids those with problems of various kinds, including mental health and personal well-being. The Student Wellness Center, through the Student Success Leaders program, offers educational workshops and events (TAMBOLY; GAUVIN, 2013).

Limitations

The search strategies did not include descriptors and/or keywords to identify evidence on harm reduction, an approach that has been increasingly adopted by institutions in the area of the harmful consumption of alcohol, tobacco and other drugs. In addition, some non-systematic reviews and primary studies were included, due to the need to address the collective and organizational dimensions, as well as other aspects of the problem that were not contemplated in the included systematic reviews, such as monitoring and tutorial systems. Some primary studies were included because they bring evidence of experiences in courses at the USP, which is relevant in this context.

V - FINAL CONSIDERATIONS

The literature in the area, listening to key informants and surveying the resources for mental health care of the USP and the SUS allowed us to understand the multiplicity of elements that underlie the psychic suffering of university students in health courses and identify responses to them, which allowed showing the complexity of the problem and the current state of fragmentation, fragility and insufficiency of the institutional responses offered.

The rapid synthesis of the literature identified an expressive set of excellent quality evidence of interventions in the area, and allowed asserting the possibility of implementing consistent measures to respond to psychic suffering, which has been affecting students today and compromising their future. Under the responsibility of the university, it is possible to establish a solid policy, with coordinated and continuous actions integrated to the SUS, for the strengthening of young university students.

The USP health quad has institutional conditions to support the establishment of a working group that implements and monitors this policy. It is also the responsibility of the University to participate in processes in defense of the SUS and of the mental health policy, in the face of the attack on the RAPS and the threat of dismantling it.

The challenge is launched!

12 http://www.fo.usp.br/?page_id=13852

References

- ALMEIDA, José Miguel Caldas de. Política de saúde mental no Brasil: o que está em jogo nas mudanças em curso. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 11, e00129519, 2019. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2019001300502&lng=en&nrm=iso>. Access on 13 Apr. 2020. Epub Oct 31, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00129519>.
- AMANVERMEZ, Yagmur; RAHMADIANA, Metta; KARYOTAKI, Erini.; DE WIT, Leonore; EBERT, Davi D.; KESSLER, Ronald C.; CUIJPERS, Pim. Stress management interventions for college students: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, v. 19, n. 1, p.59, May 2020. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/cspc.12342>. DOI: <https://doi.org/10.1111/cspc.12342>.
- ARAÚJO, Danielle Pereira de. "Inclusão com mérito" e as facetas do racismo institucional nas universidades estaduais de São Paulo. *Rev. Direito Prax.*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 3, p. 2182-2213, Sept. 2019. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2179-89662019000302182&lng=en&nrm=iso>. Access on 02 Sept. 2020. Epub Sep 16, 2019. <https://doi.org/10.1590/2179-8966/2019/43879>.
- AUERBACH, Randy P. et al. WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *J. Abnorm. Psychol.*, Washington, DC, v. 127, n. 7, p. 623- 638, 2018. <http://dx.doi.org/10.1037/abn0000362>
- BAKKER, Ellen J.M.; KOX, Jos H.A.M.; BOOT, Cecile R.L.; FRANCKE, Anneke L.; VAN DER BEEK, Allard J.; ROELOFS, Pepijn D.D.M. Improving mental health of student and novice nurses to prevent dropout: A systematic review. *J Adv Nurs*, v. 0, n.0, p.1-16, May 2020. Available from: ogeschoolrotterdam.nl/contentassets/e406c271f2cf4ef3aa6a0312ec115e6f/bakker-improving-mental-health-of-student-and-novice-nurses-to-prevent-dropout-a-systematic-review-jan-14453.pdf. DOI: <https://doi.org/10.1111/jan.14453>
- BAMBER, Mandy D.; MORPETH, Erin. Effects of mindfulness meditation on college student anxiety: A meta-analysis. *Mindfulness*, v.10, n.2, p.203-214, Feb.2019. Available from: <https://www.semanticscholar.org/paper/Effects-of-Mindfulness-Meditation-on-College-a-Bamber-Morpeth/b51a58874ab4ff980b9130ee31109d8017c0d897>. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0965-2>
- BERNARDINO-COSTA, Joaze; BLACKMAN, Ana Elisa De Carli. Affirmative action in Brazil and building an anti-racist university. *Race Ethnicity and Education*, v. 20, n.3, p. 372-384, 2017. <https://doi.org/10.1080/13613324.2016.1260228>
- BLEICHER, Taís; OLIVEIRA, Raquel Campos Nepomuceno de. Políticas de assistência estudantil em saúde nos institutos e universidades federais. *Psicol. Esc. Educ.*, Maringá, v. 20, n. 3, p. 543-549, Dec. 2016. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141385572016000300543&lng=en&nrm=iso>. Access on 01 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/2175-3539201502031040>.
- BLEICHER, Taís. Creation of a Mental Health Policy at the Federal University of São Carlos 2018. Paper presented at the Conference on the Creation of a Mental Health Policy at the University of São Carlos, Manaus, 2018. Available in: https://www.researchgate.net/publication/325679239_CRIACAO_DE_POLITICA_DE_SAude_ME_NTAL_DA_UNIVERSIDADE_FEDERAL_DE_SAO_CARLOS
- BOLINSKI, Felix; BOUMPARIS, Nikolaos; KLEIBOER, Annet; CUIJPERS, Pim; EBERT, David Daniel, RIPER, Hellen. The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Internet Interv*, v.20, n.100321, Apr 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32382515/>. doi: 10.1016/j.invent.2020.100321
- BRASIL. Dados Gerais. Agenda Nacional de Saúde Suplementar. Brasília. [internet]. Revisado em: fev 2020. Acesso em: 13 abr 2020. Disponível em: <https://www.ans.gov.br/perfil-do-setor/dados-gerais>.
- BRASIL. Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012. Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 29 ago 2012. p. 1. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. DAPE. Coordenação Geral de Saúde Mental. Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil. Documento apresentado a Conferencia Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas. OPAS. Brasília, novembro de 2005. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/Relatorio15anosCaracas.pdf>

BRASIL. Portaria n° 3.088, de 23 de dezembro de 2011. Institui a Rede de Atenção Psicossocial para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União, Brasília, DF, n 247, 26 dez 2011. Seção 1, p. 230-232. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rept.html

BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. I Levantamento nacional sobre o uso de álcool, tabaco e outras drogas entre universitários das 27 capitais brasileiras. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, GREIA/IPQ-HC/FMUSP. Org. ANDRADE, Arthur Guerra de; DUARTE, Paulina do Carmo Arruda Vieira; OLIVEIRA, Lúcio Garcia de. Brasília: SENAD, 2010. 284 p. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/cuidados_prevencao_drogas/obid/publicacoes/Livros/I%20Levantamento%20Nacional%20Universit%C3%A1rios%20-%202010.pdf

CAMPOS, Celia Maria Sivalli et al. Estudo das condições de reprodução social de graduandos de enfermagem de duas universidades paulistas. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 54, n. 3, p. 357-364, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342020000100423&lng=pt Epub 15-Jul-2020. <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-220x2018052103570>

CENAT, Jude Mary. How to provide anti-racist mental health care. The lancet. Psychiatry, S2215-0366(20)30309-6. 8, Jul. 2020, doi: 10.1016/S2215-0366(20)30309-6

CHEN, Dandan; SUN, Weijia; LIU, Na; WANG, Jie; GUO, Pingpin; ZHANG, Xuehue; ZHANG, Wei. Effects of non-pharmacological interventions on depressive symptoms and depression among nursing students: a systematic review and meta-analysis, Complementary Therapies in Clinical Practice, v. 34, p.217-228, Dec 2019. Available from: <https://europepmc.org/article/med/30712730>. doi: 10.1016/j.ctcp.2018.12.011.

COLLUCCI, Cláudia. Medicina da USP se mobiliza apos tentativa de suicídio. 2017. [internet]. Folha de São Paulo, São Paulo, 14 abr. 2017. Acesso em 24 mar. 2020. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2017/04/1874794-medicina-da-usp-se-mobiliza-apos-tentativas-de-suicidio.shtml>

CONCEIÇÃO, Ludmila de Souza et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. Avaliação (Campinas), Sorocaba, v. 24, n. 3, p. 785-802, Dec. 2019. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-40772019000300785&lng=en&nrm=iso>. Access on 26 Mar. 2020. Epub Dec 09, 2019. <https://doi.org/10.1590/s1414-40772019000300012>.

CONLEY, Collen S.; DURLAK, Joseph A.; SHAPIRO, Jenna B.; KIRSCH, Alexandra C.; ZAHNISER, Evan; A Meta-Analysis of the Impact of Universal and Indicated Preventive Technology-Delivered Interventions for Higher Education Students. Prev Sci, v.17, n.6, p. 659-678, Aug. 2016. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27225631/>. doi: 10.1007/s11121-016-0662-3

CONLEY, Collen S.; SHAPIRO, Jenna B.; KIRSCH, Alexandra C.; DURLAK, Joseph A. A meta-analysis of indicated mental health prevention programs for at-risk higher education students. J Couns Psychol, v. 64, n.2, p. 121-140, Mar 2017. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28277730/>. doi: 10.1037/cou0000190

CONLEY, Collen; DURLAK, Joseph; KIRSCH, Alexandra. A meta-analysis of universal mental health prevention programs for higher education students. Prevention Science, v. 16, p. 487-507, May 2015 Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25744536/>. doi: 10.1007/s11121-015-0543-1

CORDEIRO, Luciana et al. Ensino sobre drogas psicoativas e redução de danos emancipatória: proposta de disciplina para graduação, na perspectiva da Saúde Coletiva. Revista Sociologia em Rede, Goiânia, vol. 6, n. 6, p. 272-287, Oct. 2016. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/310572456> Ensino sobre drogas psicoativas e redução de danos emancipatória proposta de disciplina para graduação na perspectiva_da_Saude_Coletiva

COSTA, Nilson do Rosario. Austeridade, predominância privada e falha de governo na saúde. Cienc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 4, p. 1065-1074, abr. 2017. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017002401065&lng=en&nrm=iso>. <https://doi.org/10.1590/1413-81232017224.28192016>.

CROMLISH, Alan. Reframing solutions to mental health in higher education. Essays in Education, Winona, v 25, article 2, 2020. Available at: <https://openriver.winona.edu/eie/vol25/iss1/2>

CRUZ, Elizabete Franco et al. Don't stay silent: network of female professors against gender violence at University of São Paulo (USP). Special Issue 'Sex and Power in the University'. Ann Rev Critical Psychol., vol.15, p.223-245, 2018.

DAWSON, Anna F.; BROWN, William W.; ANDERSON, Joanna; DATTA, Bella; DONALD James N; HONG, Karen; ALLAN, Sophie; MOLE, Tom B.; JONES, Peter B.; GALANTE, Julieta. Mindfulness-Based Interventions for University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Controlled Trials. Appl Psychol Health Well Being, v. 12, n.2, p.384-410, Jul 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31743957/>. doi: 10.1111/aphw.12188

DIETZ, Pavel; REICHEL, Jennifer L.; EDELMANN, Dennis; WERNER, Antonia M.; TIBUBOS, Ana Nanette; SCHAFER, Markus; SIMON, Perikles; LETZEL, Stephan; PFIRRMANN, Daniel. A Systematic Umbrella Review on the Epidemiology of Modifiable Health Influencing Factors and on Health Promoting Interventions Among University Students. Frontiers in public health, v. 8, n.137, Apr 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32411645/>. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00137>

EL-DEN, Sarira; MOLES, Rebekah; CHOONG, Huai Jin; O'REILLY, Claire. Mental Health First Aid training and assessment among university students: A systematic review. J Am Pharm Assoc (2003), v.19, n.3060-08, Feb 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32019720/>. doi: 10.1016/j.japh.2019.12.017

ESPERIDIÃO, Elizabeth et al. A saúde mental do aluno de Enfermagem: revisão integrativa da literatura. SMAD Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog., Ribeirão Preto, vol. 9, n. 3, p. 144-153, dez 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762013000300008&lng=pt&nrm=iso>.ISSN 18066976. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v9i3p144-153>. Estudos incluídos na revisão

FERNANDEZ, Ana et al. Setting-based interventions to promote mental health at the university: a systematic review. Int J Public Health, v. 61, n. 7, p.797-807, Sep 2016. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27364779/>. doi:10.1007/s00038-016-0846-4

FONAPRACE, 4, 2014, Brasília. Pesquisa do perfil do socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior brasileiras. Brasília: Fonaprace, 2014. 291 p. Disponível em: http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduando-das-IFES_2014.pdf

FU, Zhongfang; ZHOU, Sijia; BURGUER, Huibert; BOCKTING, Claudi L.H.; WILLIAMS, Alishia D. Psychological interventions for depression in Chinese university students: A systematic review and meta-analysis. J Affect Disord, v. 262, p.440-350, Nov 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31744736/>. doi: 10.1016/j.jad.2019.11.058

FUSAR-POLI, Paolo et al. Transdiagnostic psychiatry: a systematic review. World Psychiatry, v.18, n. 2, p.192-207, Jun 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6502428/pdf/WPS-18-192.pdf>. doi: 10.1002/wps.20631

GELEDÉS. Instituto da mulher negra; CFEMEA. Centro feminista de estudos e assessoria. Guia de enfrentamento do racismo institucional. São Paulo, 2013. Disponível em: <<http://www.geledes.org.br/geledes/o-quefazemos/publicagoes-de-geledes/18611-racismo-institucional-uma-abordagem-teorica-e-guia-de-enfrentamento-do-racismo-institucional>>. Acesso em: 08 de agosto de 2020

GHILARDI, Alberto; BUIZZA, Chiara; CAROBBIO, Egle M.; LUSENTI, Rossella. Detecting and managing mental health issues within young adults. A systematic review on college counselling in Italy. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, v.13, p. 61-70, Jul 2017. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5543617/>. doi: 10.2174/1745017901713010061

GONZALEZ-VALERO, Gabriel; ZURITA-ORTEGA, Felix; UBAGO-JIMENEZ, Jose Luis; PUERTAS-MOLERO, Pilar. Use of Meditation and Cognitive Behavioral Therapies for the Treatment of Stress, Depression and Anxiety in Students. A Systematic Review and Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, v.16, n.22, Nov 2019. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6888319/>. <https://doi.org/10.3390/ijerph16224394>

GULLIVER, Amelia; FARRER, Louise; CHAN, Jade K.Y.; TAIT, Robert J.; BENNETT Kylie; CALEAR, Alison; GRIFITHS, Kathleen M. Technology-based interventions for tobacco and other drug use in university and college students: a systematic review and meta-analysis. *Addict Sci Clin Pract*, v. 10, n. 1, p.5, Feb 2015. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4422468/>. doi:10.1186/s13722-015-0027-4

HARRER, Mathias; ADAM, Sophia H; BAUMEISTER, Harald, et al. Internet interventions for mental health in university students: A systematic review and meta- analysis. *Int J Methods Psychiatr Res*, v.28, n. 2, Jun 2019. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6877279/>. doi: 10.1002/mpr.1759

HARROD, Curtis S.; GOSS, Cynthia W.; STALLONES, Lorann; DIGUISEMPI, Carolyn. Interventions for primary prevention of suicide in university and other postsecondary educational settings. *Cochrane Database Syst Rev*, v. 10, n. CD009439, Out 2014. Available from: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009439.pub2>.

HAYES, Steven C.; PISTORELLO, Jacqueline; BIGLAN, Anthony. Terapia de Aceitação e Compromisso: modelo, dados e extensão para a prevenção do suicídio. *Rev. bras. ter. comport. cogn.*, vol. 10, n. 1, p. 81-104, fev 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452008000100008 <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v10i1.234>

HAYES, Steven C.; PISTORELLO, Jacqueline; BIGLAN, Anthony. Terapia de Aceitação e Compromisso: modelo, dados e extensão para a prevenção do suicídio. *Rev. bras. ter. comport. cogn.*, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 81-104, jun. 2008. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452008000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 09 set. 2020.

HEIM, Eva; HENDERSON, Claire; KOHRT, Brandon A.; KOSCHORKE, Mirja; MILENOVA, Maria; THORNICROFT, G. Reducing mental health-related stigma among medical and nursing students in low- and middle-income countries: a systematic review. *Epidemiol Psychiatr Sci*. v.29, n. e28, Apr 2019. Available from: <https://europepmc.org/article/med/30929650>.

HUANG, Junping; NIGATU; YESHAMBEL, T.; SMAIL-CREVIER, Rachel; ZHANG, Xin, WANG, Jianli. Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Psychiatr Res.*, v. 107, p. 1-10, Sep 2018. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30300732/>. doi: 10.1016/j.jpsychires.2018.09.018

JOHNSON, Kaprea F; KALKBRENNER, Michael T. (2017). The Utilization of Technological Innovations to Support College Student Mental Health: Mobile Health Communication, *Journal of Technology in Human Services*, 35:4, 314-339, DOI: 10.1080/15228835.2017.1368428

KALTENTHALER, Eva; PARRY, Glenys; BEVERLEY, Catherine; FERRITER, Michael. Computerised cognitive-behavioural therapy for depression: systematic review. *Br J Psychiatry*, v.193, n. 3, p. 181-184, Sep 2008. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18757972/>.doi: 10.1192/bjp.bp.106.025981

KHADJESARI, Z.; MURRAY E., HEWITT, C., HARTLEY, S; GODFREY C. Can stand-alone computer- based interventions reduce alcohol consumption? A systematic review. *Addiction* (Abingdon, England). 2011 Feb;106(2):267-282. DOI: 10.1111/j.1360-0443.2010.03214.x.

KINOSHITA, Roberto Tykanori; BARREIROS, Claudio Antonio; SCHORN, Mariana da Costa; MOTA, Taia Duarte; TRINO, Alexandre Teixeira. Cuidado em saúde mental: do sofrimento à felicidade. Em: Nunes, Monica; Landim, Fátima (Org.). *Saúde Mental na Atenção Básica: Política e Cotidiano*. 1 ed. Salvador, 2016; p. 47-76.

LABRAGUE, Leodoro J., McENROE-PETITTE, Denise M.; GLOE, Donna; Thomas, Loretta; PAPATHANASIOU, Ioanna V.; TSARAS, Konstantinos. A literature review on stress and coping strategies in nursing students. *J Ment Health*, v.26, n. 5, p. 471-480. Dec 2017. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27960598/>. doi: 10.1080/09638237.2016.1244721

LARANJO, Thais Helena Mourao; SOARES, Cassia Baldini. Moradia universitária: processos de socialização e consumo de drogas. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 40, n. 6, p. 1027-1034, Dec. 2006. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102006000700010&lng=en&nrm=iso>. Access on 03 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000700010>.

LECKEY J. The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature. *J Psychiatr Ment Health Nurs*, v. 18, n.6, p. Aug 501-509. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21749556/>. doi: 10.1111/j.1365-2850.2011.01693.x

LEONELLO, Valeria Marli; CAMPOS, Celia Maria Sivalli; SIGAUD, Cecília Helena de Siqueira; TORIYAMA, Aurea Tamami Minagawa; NOGUEIRA, Paula Cristina. Acompanhamento dos Estudantes pela Comissão Coordenadora do Curso de Enfermagem da Universidade de São Paulo. *Revista de Graduação USP*, v. 3, p. 119- 121, Jul 2018. Available from: <http://www.revistas.usp.br/gradmais/issue/view/10735>. doi: <https://doi.org/10.11606/issn.2525-376X.v3i2p119-121>

LI, Chen; YIN, Huiru; ZHAO, Jinping et al. Interventions to promote mental health in nursing students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Adv Nurs*. v. 74, n. 12, p.2727-2741, Sep 2018. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30019393/> doi: 10.1111/jan.13808

LIVINGSTON, James D.; MILNE, Teresa; FANG Mei L, AMARI, Erica. The effectiveness of interventions for reducing stigma related to substance use disorders: a systematic review. *Addiction*, v. 107, n. 1, p. 39-50, Jan 2012. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3272222/>.doi:10.1111/j.1360-0443.2011.03601.x

MAITO, Denise Camargo et al. Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade. *Interface* (Botucatu), Botucatu, v. 23, e180653, 2019. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832019000100406&lng=en&nrm=iso>. Access on 02 Sept. 2020. Epub Oct 17, 2019. <https://doi.org/10.1590/interface.180653>.

MANSFIELD, Louise; KAY, Tess; MEADS, Catherine, et al. Sport and dance interventions for healthy young people (15-24 years) to promote subjective well-being: a systematic review. *BMJ Open*, v.8, n.9, p. 1-16, Jul 2018. Available from: <https://bmjopen.bmj.com/content/8/7/e020959>. doi: 10.1136/bmjopen-2017-020959

MEREDITH, Genevive R.; RAKOW, Donald A.; ELDERMINE, Erin R.B.; MADSEN, Cecelia G.; SHELLEY, Steven P.; SACHS, Naomi A. Minimum Time Dose in Nature to Positively Impact the Mental Health of College-Aged Students, and How to Measure It: A Scoping Review. *Front. Psychol.*, v. 10, n. 1-16, Jan 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31993007/>. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02942

METIVIER, Krishni. Envisioning Higher Education as Antiracist. *Inside Higher Ed's*, Jul 2020. Available from: <https://www.insidehighered.com/views/2020/07/02/actions-higher-ed-institutions-should-take-help-eradicate-racism-opinion>. Access on: 7 Set 2020.

- NASSER, Mariana Arantes et al. O Centro de Saúde-Escola Samuel B. Pessoa (Butantã, São Paulo, Brasil) completa 40 anos. *Interface* (Botucatu), Botucatu, v. 21, n. 63, p. 1053-1056, Dec. 2017. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832017000401053&lng=en&nrm=iso>. Access on 02 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/1807-57622017.0427>.
- OKANLAWON, Kehinde. Homophobia in Nigerian schools and universities: Victimization, mental health issues, resilience of the LGBT students and support from Straight Allies. A literature review. *Journal of LGBT Youth*, Apr 2020. <https://doi.org/10.1080/19361653.2020.1749211>
- OLIVEIRA, Junia. Média de suicídios entre estudantes de medicina e residentes é maior que a da população em geral. 2017. Estado de Minas, Belo Horizonte, 01 dez. 2017. Acesso em 26 mar. 2020. Disponível em: <https://www.em.com.br/app/noticia/gerais/2017/12/01/internagerais,921106/medicina- media-de-suicidios-e-maior-que-a-da-populacao-em-geral.shtml>
- PAHO-PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION. The Burden of Mental Disorders in the Region of the Americas, 2018. Washington, D.C., Pan American Health Organization, 2018. 48 p. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49578>
- PALOU GIRALT, Rosa; PRAT VIGUE, Gemma; TORT-NASARRE, Gloria. Attitudes and stigma toward mental health in nursing students: A systematic review. *Perspect Psychiatr Care*, v. 56, n.2, p. 243-255. Jul 2019. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31353478/>. doi:10.1111/ppc.12419
- PARADIES, Yin. A systematic review of empirical research on self-reported racism and health. *Int J Epidemiol.*, v. 35, n. 4, p.888-901, 2006. doi:10.1093/ije/dyl056
- REAVLEY, Nicola; JORM, Anthony F. Prevention and early intervention to improve mental health in higher education students: a review. *Early Interv Psychiatry*, v. 4, n. 2, p. 132-142, May 2010. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20536969/>.doi:10.1111/j.1751-7893.2010.00167.x
- REGEHR, Cheryl; GLANCY, Dylan; PITTS, Annabel. Interventions to reduce stress in university students: a review and meta-analysis. *J Affect Disord.*, v. 148, n.1, p. 1-11, dez, 2013. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.11.026>
- REID, Allecia E.; CAREY, Kate B. Interventions to reduce college student drinking: State of the evidence for mechanisms of behavior change. *Clin Psychol Rev.*, v. 40, p. 213-224. Jun 2015. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26164065/>.doi:10.1016/j.cpr.2015.06.006
- SACCARO, Alice; FRANÇA, Marco Túlio Aniceto; JACINTO, Paulo Andrade. Retenção e evasão no ensino superior brasileiro: uma análise dos efeitos da bolsa permanência do PNAES. 2016. Trabalho apresentado ao 44º Encontro Nacional de Economia, Foz do Iguaçu, 2016.
- SALDIVA, Paulo Hilário Nascimento; VERAS, Mariana. Gastos públicos com saúde: breve histórico, situação atual e perspectivas futuras. *Estud. av.*, São Paulo, v. 32, n. 92, p. 47-61, Apr. 2018. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40142018000100047&lng=en&nrm=iso>.
- SAMSON, Jennifer E.; TANNER-SMITH, Emily E. Single-Session Alcohol Interventions for Heavy Drinking College Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Stud Alcohol Drugs.*, v.76, n. 4, p. 530-543, Jul 2015. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26098028/>. doi: 10.15288/jsad.2015.76.530.
- SANTOS, Wagner dos; SPESNY, Sara Leon; KLEINJES, Sharon; GALVAAN; Roshan. Racism and mental health in higher education: A challenge for LMICs. *Int J Methods Psychiatr Res.*, v. 28, n. 4, e1799, dez 2019. <https://doi.org/10.1002/mpr.1799>
- SCHMIDT, Maria Luisa Sandoval. Atenção básica e saúde mental: experiência e práticas do Centro de Saúde Escola Samuel B. Pessoa. *Cad. psicol. soc. trab.*, São Paulo, v. 16, 1, p. 57-70 jun 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-37172013000100006&lng=pt&tlng=pt
- SENNETT, Richard. A cultura no novo capitalismo. Rio de Janeiro: Record, 2006.
- SHEA, Beverley J.; GRIMSHAW, Jeremy M.; WELLS George A. et al. Development of AMSTAR: a measurement tool to assess the methodological quality of systematic reviews. *BMC Med Res Methodol.*, v.7, n.10, Feb 2007. Available from: <https://bmcmedresmethodol.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2288-7-10>. doi: 10.1186/1471-2288-7-10.
- SHIRALKAR, Malan T.; HARRIS, Toi B.; EDDINS-FOLENSBEE, Florence F.; COVERDALE, John H. A systematic review of stress-management programs for medical students. *Acad Psychiatry*, v.37, n. 3, p. 158-164, May 2012. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22751817/>. doi: 10.1176/appi.ap.12010003
- SILVA, Andrea Rosane Souza et al. Estudo do estresse na graduação de enfermagem: revisão integrativa de literatura. *Ciências biológicas e da saúde*, Recife, v. 2, n. 3, p. 75- 86, Jul 2016. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/facipesaudade/article/view/3211/2082>
- SOARES, Cassia Baldini. Consumo contemporâneo de drogas e juventude: a construção do objeto na perspectiva da Saúde Coletiva [tese livre-docência]. São Paulo: Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo; 2007.
- SOUZA, Pedro Gomes Almeida de et al. Socio-economic and racial profile of medical students from a public university in Rio de Janeiro, Brazil. *Rev. bras. educ. med.*, Brasília, v. 44, n. 3, e090, July 2020. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000300211&lng=en&nrm=iso>. Access on 29 July 2020. Epub July 08, 2020.<https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.3-20190111.ing>.
- TAMBOLY, Sherna; GAUVIN, Frangois-Pierre. Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University. Hamilton, Canada: McMaster Health Forum, 10 April 2013.
- TENÓRIO, Fernando. A reforma psiquiátrica brasileira, da década de 1980 aos dias atuais: história e conceitos. *Hist. cienc. saúde-Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 25-59, Apr. 2002. Available from: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702002000100003&lng=en&nrm=iso>. Access on 13 Apr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0104-59702002000100003>.
- TORRES-HARDING, Susan; TORRES, Lucas; YEO Elaine. Depression and perceived stress as mediators between racial microaggressions and somatic symptoms in college students of color. *Am J Orthopsychiatry*, v. 90, n. 1, p. 125-135. 2020. doi: 10.1037/ort0000408
- UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. Relatório da Comissão para Estudo de Política de Saúde Mental para a UFSCar. São Carlos, 2020.
- URBINA-GARCIA, Angel. What do we know about university academics' mental health? A systematic literature review. *Stress Health*, May 2020. doi: 10.1002/smj.2956. Online ahead of print.
- VIEIRA, Bianka. USP tem 4 suicídios em 2 meses e cria escritório de saúde mental para alunos. *Folha de São Paulo*, São Paulo, 1 ago. 2018. Acesso em 24 mar. 2020. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2018/08/usp-tem-4-suicidios-em-2-meses- e-cria-escritorio-de-saude-mental-para-alunos.shtml>
- WILLIAMS, David R.; LAWRENCE Jourdyn A.; DAVIS Brigitte A. Racism and health: evidence and needed research. *Annu Rev Public Health*, v. 40, n.1, p. 105-125, April 2019.
- WINZER, Regina; LINDBERG, Lene; GULDBRANDSSON, Karin; SIDORCHUK, Anna. Effects of mental health interventions for students in higher education are sustainable over time: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *PeerJ*, v. 6, Apr 2018. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29629247/>. doi: 10.7717/peerj.4598
- WITT, Katrina; BOLAND, Alexandra; LAMBLIN, Michelle; McGORRY, Patrick D.; VENESS, Benjamin; CIPRIANI, Andrea; HAWTON, Keith; HARVEY, Samuel; CHRISTENSEN, Helen; ROBINSON, Jo. Effectiveness of universal programmes for the prevention of suicidal ideation, behaviour and mental ill health in medical students: a systematic review and meta-analysis. *Evid Based Mental Health*, v.22, p.84-90 Mar. 2019. Available from: <https://ebmh.bmj.com/content/ebmental/22/2/84.full.pdf>. doi: 10.1136/ebmental-2019-300082

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental Health Atlas 2017. Geneva: World Health Organization, 2018 68 p.
Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272735/9789241514019-eng.pdf?uaM>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Preventing suicide: a global imperative. Geneva: World Health Organization, 2014. 92 p. Disponível em: https://www.who.int/mentalhealth/suicide-prevention/exe_summary_english.pdf?ua=1.

WORSLEY, Joanne; PENNINGTON, Andy; CORCORAN, Rhiannon. What interventions improve college and university students' mental health and wellbeing? A review of review-level evidence. Mar 2020. Available from: <https://whatworkswellbeing.org/wp-content/uploads/2020/03/Student-mental-health-full-review.pdf> Access on: 04 set 2020.

YAMAGUCHI, Sosei; WU, Shu-I; BISWAS, Milly; YATE, Madinah; AOKI, Yuta; BARLEY, Elizabeth A.; THORNICROFT, Graham. Effects of short-term interventions to reduce mental health-related stigma in university or college students: a systematic review. *J Nerv Ment Dis.*, v. 201. n. 6, p. 490-503, Jun 2013. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23719324/>. doi: 10.1097/NMD.0b013e31829480df

APPENDIX

APPENDIX 1 - Script sent by cell phone application to key informants, students of health courses at the USP, to improve the delineation of the problem: coping with psychic distress among university students

Presentation

A group of researchers, coordinated by professors from the USP Nursing School, will conduct a Rapid Review to identify actions to cope with psychic distress/mental health problems at the USP. By answering the questions, we can improve the protocol for conducting the literature search. The questions are not part of the Rapid Review data collection.

We invite you to answer the questions. Feel free to answer only those you can/want to answer.

- 1) Do you know anyone in your category/unit who has suffered psychic/mental distress?
- 2) Did that person use any university resources to address this problem? Which one(s)? How did this resource help this person?
- 3) Do you know other university resources, formal or informal, that people use to cope with psychic suffering? Which one(s)?
- 4) How did you know about these resources?
- 5) What do you learn about these resources? How do they help the people who use them?
- 6) What is the path to reach these resources? Describe and comment on the practicalities/difficulties to track and reach these resources.
- 7) Do you know university resources used to promote or strengthen mental health?

APPENDIX 2 - Synthesis of the searches conducted to identify evidence for the rapid synthesis: Mental health needs of university students in health courses

Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date
ASSIA	(student OR "health student") AND ("mental health" OR burn-out OR depression OR anxiety) AND (university) AND ("systematic review")	1	0	0	05/19/20
Campbell	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND " Students University "AND Systematic Review	337	6	0	05/18/20
CAPES	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND Students	58	0	0	06/02/2020
CINAHL	(MH "Mental Health") OR TI ("mental health" or "mental illness" or "mental disorder" or "psychiatric illness" or anxiety or depression or wellbeing or distress) OR AB ("mental health" or "mental illness" or "mental disorder" or "psychiatric illness" or anxiety or depression or wellbeing or distress) OR (health, mental OR mental hygiene OR hygiene, mental)) OR ("Anxiety" [Mesh] OR hypervigilance OR nervousness OR social anxiety OR anxieties, social OR anxiety, social OR social anxieties) OR ("Performance Anxiety" [Mesh] OR anxieties, performance OR anxiety, performance OR performance anxieties) OR ("Anxiety Disorders"[Mesh] OR anxiety disorder OR disorder, anxiety OR disorders, anxiety OR neuroses, anxiety OR anxiety neuroses OR anxiety states, neurotic OR anxiety state, neurotic OR neurotic anxiety states OR neurotic anxiety states OR state, neurotic anxiety OR states, neurotic anxiety)) OR ("Phobia, Social"[Mesh] OR phobias, social OR social phobia OR social phobias OR social anxiety disorder OR anxiety disorder, social OR anxiety disorders, social OR disorder, social anxiety OR disorders, social anxiety OR social anxiety disorders) OR ("Depression"[Mesh] OR depressions OR depressive symptoms OR depressive symptom OR symptom, depressive OR symptoms, depressive OR emotional depression OR depression, emotional OR depressions, emotional OR emotional depressions) OR ("Depressive Disorder" [Mesh] OR depressive disorders OR disorder, depressive OR disorders, depressive OR neurosis, depressive OR depressive neuroses OR depressive neuroses OR neuroses, depressive OR depression, endogenous OR depressions, endogenous OR endogenous depression OR endogenous depressions OR depressive syndrome OR depressive syndromes OR syndrome, depressive OR syndromes, depressive OR depression, neurotic OR depressions, neurotic OR neurotic depression OR neurotic depressions OR melancholia OR melancholia OR unipolar depression OR depression, unipolar OR depressions, unipolar OR unipolar depressions) OR ("Adjustment Disorders" [Mesh] OR reactive disorders OR disorder, reactive OR disorders, reactive OR reactive disorder OR adjustment disorder OR disorder, adjustment OR disorders, adjustment OR depression, reactive OR depressions, reactive OR reactive depression OR reactive depressions OR anniversary reaction OR anniversary reactions OR reaction, anniversary OR reactions, anniversary OR transient situational disturbance OR disturbance, transient situational OR disturbances, transient situational OR situational disturbance, transient OR situational disturbances, transient OR transient situational disturbances, transient OR transient situational disturbances)) OR ("Substance-Related Disorders"[Mesh] OR drug abuse OR abuse, drug OR drug dependence OR dependence, drug OR drug addiction OR addiction, drug OR substance use disorders OR disorder, substance use OR	92	3	1	05/16/2020

Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date
	substance use disorder OR drug use disorders OR disorder, drug use OR drug use disorder OR organic mental disorders, substance induced OR organic mental disorders, substance induced OR substance abuse OR abuse, substance OR abuses, substance OR substance abuse OR substance dependence OR dependence, substance OR substance addiction OR addiction, substance OR prescription drug abuse OR abuse, prescription drug OR drug abuse, prescription OR drug habituation OR habituation, drug)) OR (((("Stress, Psychological" [Mesh] OR psychological stress OR psychological stresses OR stresses, psychological OR life stress OR life stresses OR stress, life OR stresses, life OR stress, psychologic OR psychologic stress OR stressor, psychological OR psychological stressor OR psychological stressors OR stressors, psychological OR mental suffering OR suffering, mental OR suffering OR sufferings) OR ("Occupational Stress"[Mesh] OR occupational stresses OR stress, occupational OR stresses, occupational OR job stress OR job stress- es OR stress, job OR stresses, job OR work-related stress OR stress, work- related OR stresses, work-related OR work related stress OR work related stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, workplace OR workplace stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, work place OR work place stresses OR professional stress OR professional stresses OR stress, professional OR stress, professional OR job-related stress OR job related stress OR job-related stresses OR stress, jobrelated OR stress, jobrelated)) OR ("Burnout, Psychological"[Mesh] OR psychological burnout OR burn-out syndrome OR burnout syndrome OR burnout OR burnout syndrome OR burn-out) AND TI (student or students or pupil) OR AB (student or students or pupil) OR MH "Students, College") OR TI ("college students" OR "university students" OR undergraduates) OR AB ("college students" OR "university students" OR undergraduates) OR TI ("speech therapist" or "speech language pathologist") OR AB ("speech therapist" or "speech language pathologist") OR MH "Occupational Therapists" OR TI ("occupational therapists" or "occupational therapy" or "occupational therapist" or "occupational therapists") OR AB ("occupational therapists" or "occupational therapy" or "occupational therapist" or "occupational therapists") OR (MH "Dietitians") OR TI (dieticians or nutritionists) OR AB (dieticians or nutritionists) OR MH "Students, Nursing" OR TI "nursing students" OR AB "nursing students" OR (MH "Students, Health Occupations") OR TI "health occupations students" OR AB "health occupations Students" OR (MH "Students, Medical") OR TI ("medical students" OR "medicine students" OR "students in medicine") OR AB ("medical students" OR "medicine students" OR "students in medicine") AND (((Universities" OR university) OR ("Hospitals, University"[Mesh] OR university hospitals)) OR ("Academic Medical Centers" [Mesh] OR medical center, university OR university medical center OR medical centers, university OR university medical centers OR center, university medical OR center, academic medical OR centers, academic medical OR medical center, academic OR medical centers, academic OR centers, university medical OR academic medical center))				
Cochrane	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND Students	97	2	0	05/19/2020
Complementary	Articles indicated by researchers/teachers or specific articles that do not appear in the search strategy	7	0	5	N/A

Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date
EMBASE	('student'/exp OR 'student' OR 'health student'/exp OR 'health student') AND ('mental health'/exp OR 'mental health' OR 'burnout'/exp OR 'burnout' OR 'depression'/exp OR 'depression' OR 'anxiety'/exp OR 'anxiety') AND ('university'/exp OR 'university') AND ([cochrane review]/lim OR [systematic review]/lim OR [meta analysis]/lim)	487	17	6	05/13/2020
Epistemonikos	student* AND universit* AND ("mental health" OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout)	115	7	5	05/04/2020
ERIC	"Allied Health Occupations Education" AND "Mental Health" AND "Literature Reviews"	38	1	0	05/10/2020
Health Evidence	mental health AND Student AND University	38	3	1	05/19/2020
HSE	mental health AND Students	76	19	1	06/02/2020
JBI	Student	58	4	0	05/25/2020
LILACS	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND Students AND University	46	2	0	06/02/2020
McMaster PLUS	mental health OR anxiety OR depression OR suicide OR stress OR burnout AND student	29	1	0	05/19/2020
Open gray	("mental health" OR "anxiety" OR "depression" OR "stress" OR "burnout") AND ("University" OR University OR College) AND ("Students, Medical"[Mesh] OR Medical Students) OR (Public Health Student OR Public Health Students) OR ("Students, Nursing"[Mesh] OR Nursing Student OR Nursing Students) OR ("Nutritionists"[Mesh] OR Nutritionist OR Dietitians OR Dietitian) AND ("Students"[Mesh] OR) OR ("Physical Therapists"[Mesh] OR Physical Therapist OR Therapist, Physical OR Therapists, Physical OR Physiotherapists OR Physiotherapist)	297	0	0	05/11/2020
PEDRO	students + systematic reviews = 21 records "mental health" + systematic reviews = 157 records universit* + systematic reviews = 77 records stress + systematic reviews = 283 records	538	1	0	05/18/2020
PsycInfo	24 Results for Index Terms: {Mental Health} OR {Mental Status} OR {Health} OR {Emotional Adjustment} OR {Mental Health Programs} OR {Mental Health Services} OR {Mental Health and Illness Assessment} OR {Primary Mental Health Prevention} OR {Well Being} AND Index Terms: {College Students} OR {Students} OR {Community College Students} OR {College Athletes} OR {Education Students} OR {Junior College Students} OR {Nursing Students} OR {College Graduates} OR {Graduate Students} OR {Postgraduate Students} AND Methodology: Systematic Review 13 Results for Index Terms: {Mental Health} OR {Mental Status} OR {Health} OR {Emotional Adjustment} OR {Mental Health Programs} OR {Mental Health Services} OR {Mental Health and Illness Assessment} OR {Primary Mental Health Prevention} OR {Well Being} AND Index Terms: {College Students} OR {Students} OR {Community College Students} OR {College Athletes} OR {Education Students} OR {Junior College Students} OR {Nursing Students} OR {College Graduates} OR {Graduate Students} OR {Postgraduate Students} AND Methodology: Meta Analysis	195	33	11	06/03/2020

Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date
	40 Results for Index Terms: {Anxiety} OR {Emotional States} OR {Health Anxiety} OR {Anxiety Sensitivity} OR {Performance Anxiety} OR {Social Anxiety} OR {Speech Anxiety} OR {Anxiety Disorders} OR {Fear} OR {Fear of Success} OR {Generalized Anxiety Disorder} OR {Guilt} OR {Imaginal Exposure} OR {Internalizing Symptoms} OR {Interpretive Bias} OR {Jealousy} OR {Neurosis} OR {Panic} OR {Panic Attack} OR {Panic Disorder} OR {Phobias} OR {Post-Traumatic Stress} OR {Shame} OR {Stress} OR {In Vivo Exposure} OR {Attentional Bias} OR {Approach Avoidance} OR {Anxiety Management} OR {Agitation} AND Any Field: students AND Methodology: Systematic Review				
	45 Results for Index Terms: {Phobias} OR {School Phobia} OR {Social Phobia} OR {Anxiety} OR {School Phobia} OR {School Refusal} OR {Student Attitudes} OR {Social Phobia} OR {Phobias} OR {Avoidant Personality Disorder} AND Any Field: Students AND Methodology: Systematic Review				
	35 Results for Index Terms: {Depression (Emotion)} OR {Cyclothymic Disorder} OR {Internalizing Symptoms} OR {Major Depression} OR {Sadness} OR {Emotional States} OR {Endogenous Depression} OR {Major Depression} OR {Affective Disorders} AND Any Field: students AND Methodology: Systematic Review				
PubMed	38 Results for Index Terms: {Drug Abuse} OR {Substance Use Disorder} OR {Polydrug Abuse} OR {Addiction} OR {Drug Abuse Liability} OR {Drug Abuse Prevention} OR {Drug Addiction} OR {Drugs} OR {Social Issues} OR {Substance Abuse and Addiction Measures} OR {Drug Abuse Liability} OR {Drug Usage} OR {Alcohol Abuse} OR {Drug Abuse} OR {Drug Dependency} OR {Drug Abuse Prevention} OR {Polydrug Abuse} AND Any Field: students AND Methodology: Systematic Review	283	23	15	05/04/2020

Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date	Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date	
	OR disorder, anxiety OR disorders, anxiety OR neuroses, anxiety OR anxiety neuroses OR anxiety states, neurotic OR anxiety state, neurotic OR neurotic anxiety states OR neurotic anxiety states OR state, neurotic anxiety OR states, neurotic anxiety) OR ("Phobia, Social"[Mesh] OR phobias, social OR social phobia OR social phobias OR social anxiety disorder OR anxiety disorder, social OR anxiety disorders, social OR disorder, social anxiety OR disorders, social anxiety OR social anxiety disorders) OR ("Depression"[Mesh] OR depressions OR depressive symptoms OR depressive symptom OR symptom, depressive OR symptoms, depressive OR emotional depression OR depression, emotional OR depressions, emotional OR depressions) OR ("Depressive Disorder"[Mesh] OR depressive disorders OR disorder, depressive OR disorders, depressive OR neurosis, depressive OR depressive neuroses OR depressive neurosis OR neuroses, depressive OR depression, endogenous OR depressions, endogenous OR endogenous depression OR endogenous depressions OR depressive syndrome OR depressive syndromes OR syndrome, depressive OR syndromes, depressive OR depression, neurotic OR depressions, neurotic OR neurotic depression OR neurotic depressions OR melancholia OR melancholia OR unipolar depression OR depression, unipolar OR depressions, unipolar OR unipolar depressions) OR ("Adjustment Disorders"[Mesh] OR reactive disorders OR disorder, reactive OR disorders, reactive OR reactive disorder OR adjustment disorder OR disorder, adjustment OR disorders, adjustment OR depression, reactive OR depressions, reactive OR reactive depression OR reactive depressions OR anniversary reaction OR anniversary reactions OR reaction, anniversary OR reactions, anniversary OR transient situational disturbance OR disturbance, transient situational disturbances, transient situational OR situational disturbance, transient OR situational disturbances, transient OR transient situational disturbances)) OR (("Substance-Related Disorders"[Mesh] OR drug abuse OR abuse, drug OR drug dependence OR dependence, drug OR drug addiction OR addiction, drug OR substance use disorders OR disorder, substance use OR substance use disorder OR drug use disorders OR disorder, drug use OR drug use disorder OR organic mental disorders, substance-induced OR organic mental disorders, substance induced OR substance abuse OR abuse, substance OR abuses, substance OR substance abuse OR substance dependence OR dependence, substance OR substance addiction OR addiction, substance OR prescription drug abuse OR abuse, prescription drug OR drug abuse, prescription OR drug habituation OR habituation, drug)) OR (((("Stress, Psychological"[Mesh] OR psychological stress OR psychological stresses OR stresses, psychological OR life stress OR life stresses OR stress, life OR stresses, life OR stress, psychologic OR psychologic stress OR stressor, psychological OR psychological stressor OR psychological stressors OR stressors, psychological OR mental suffering OR suffering, mental OR suffering OR sufferings) OR ("Occupational Stress"[Mesh] OR occupational stresses OR stress, occupational OR stresses, occupational OR job stress OR job stresses OR stress, job OR stresses, job OR work-related stress OR stress, work-related OR stresses, work-related OR work related stress OR work-related stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, workplace OR workplace stresses OR workplace stress OR stress, workplace OR stresses, work place OR work place stresses OR professional stress OR professional stresses OR stress, professional OR stresses, professional OR job-related stress OR job related stress OR job-related stresses OR stress, job-related OR stresses, job-related) OR ("Burnout, Psychological"[Mesh] OR psychological burnout OR burn-out syndrome OR burn out syndrome OR burnout OR burnout syndrome OR burn-out OR burn out OR psychological burn-out OR burn-out, psychological OR psychological burn out OR burnout, student OR school burnout OR student burnout OR burnout,					school OR burnout, caregiver OR caregiver burnout OR caregiver exhaustion OR exhaustion, caregiver) OR ("Burnout, Professional"[Mesh] OR professional burnout OR occupational burnout OR burnout, occupational OR career burnout OR burnout, career) OR ("Workload"[Mesh] OR workloads OR work load OR work loads OR employee workload OR employee workloads OR workload, employee OR workloads, employee OR employee work load OR employee work load OR work load, employee OR work loads, employee OR staff workload OR staff workloads OR workload, staff OR workloads, staff OR staff work load OR staff work load OR work load, staff OR work loads, staff)) OR (((("Suicide"[Mesh] OR suicides) OR ("Suicide, Attempted"-[Mesh] OR attempted suicide OR parasuicide OR parasuicides) OR ("Suicide, Completed"[Mesh] OR completed suicides OR suicides, completed OR completed suicide)))) AND ("Systematic Review" [Publication Type] OR Review, Systematic)						
SCOPUS	12 articles - TITLE-ABS-KEY ("mental health" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 2 articles - TITLE-ABS-KEY ("mental illness" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 0 articles- TITLE-ABS-KEY ("psychiatric illness" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 0 articles - TITLE-ABS-KEY ("mental disorder" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 9 articles - TITLE-ABS-KEY ("anxiety" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 9 articles - TITLE-ABS-KEY ("depression" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 1 article - TITLE-ABS-KEY ("wellbeing" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 1 article - TITLE-ABS-KEY ("distress" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 1 article - TITLE-ABS-KEY ("drug abuse" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 0 articles - TITLE-ABS-KEY ("social phobia" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline) 15 articles - TITLE-ABS-KEY ("drug abuse" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 10 articles - TITLE-ABS-KEY ("social phobia" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 108 articles - TITLE-ABS-KEY ("distress" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 43 articles - TITLE-ABS-KEY ("wellbeing" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 334 articles - TITLE-ABS-KEY ("depression" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 287 articles - TITLE-ABS-KEY ("anxiety" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 32 articles - TITLE-ABS-KEY ("mental disorder" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 2 articles- TITLE-ABS-KEY ("psychiatric illness" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 36 articles - TITLE-ABS-KEY ("mental illness" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 342 articles - TITLE-ABS-KEY ("mental health" AND "college students") AND ("systematic review") AND NOT INDEX (medline) 1 article - TITLE-ABS-KEY ("drug abuse" AND "college students" AND "systematic review") AND NOT INDEX (medline)	1232	8	1	06/03/2020	Social	((student OR "health student") AND ("mental health" OR burnout OR depression OR anxiety)	14	0	0	05/19/2020	

Information source	Search strategy	Number of items retrieved	Number of eligible articles	Number included	Search date
Service Abstract	AND (university))				
Social Systems Evidence	students AND universities AND "mental health"	123	0	0	05/07/2020
Sociological Abstract	(student OR "health student") AND ("mental health" OR burnout OR depression OR anxiety) AND (university)	33	0	0	05/19/2020
TOTAL		4189	130	45	

APPENDIX 3 - Synthesis of the findings: Mental health needs of university students in health courses (systematic reviews)

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
AMANVERMEZ et al. Option 2	Stress management interventions for college students: A systematic review and meta-analysis	Stress management programs.	54	The risk of bias was substantial in most studies.	Significant moderate effect for stress management interventions for students with high levels of stress. A small to moderate effect for depression, a moderate to large effect for stress and a moderate effect for anxiety were also found.	2018/2020	7/11 (moderate)	Germany (3); Saudi Arabia (1); Argentina (1); Australia (3); Austria (1); Belgium (1); Canada (2); China (3); Korea (4); Scotland (1); Spain (1); USA (16); Finland (1); Greece (1); Netherlands (1); India (2); Iran (1); Malaysia (1); Norway (1); Sweden (1); Thailand (1); Taiwan (1); UK (2) 0/54
BAKKER, et al. Option 1	Improving mental health of student and novice nurses to prevent dropout: A systematic review	Interventions designed to improve the mental health of novice students or nurses to prevent dropout during Nursing education or work.	21	Structuring of the results by grouping interventions that were heterogeneous, which made it impossible to carry out meta-analysis and comparison of studies.	Most of the studies aimed at Nursing students involved interventions to control stress, including cognitive-behavioral therapy techniques, relaxation and training in self-care/coping skills. The studies aimed at novice nurses mainly involved interventions designed to facilitate the transition to the Nursing practice, including education, and professional and peer support.	2019/2020	6/11 (moderate)	Not reported.
BAMBER; MOR-PETH Option 2	Effects of Mindfulness Meditation on College Student Anxiety: a meta-analysis.	Effect of mindfulness meditation on college student anxiety.	25	Moderate loss of data and consequent caution in interpreting the results, due to the possibility of type II errors.	Several interventions were not significant, such as yoga, journaling and discussions. Meditation (8 sessions or more) is an initial intervention practice and indicated a reduction in anxiety. Meditation time was not significant (minutes per week, total minutes and number of weeks). Meditation interventions outside the home showed a significant reduction in anxiety.	Not available/2019	7/11 (moderate)	USA (15), UK (4), China, Australia (1), Thailand (1), Korea (1), Spain (1) 2/25
BOLINSKI, et al. Option 2	The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials.	Effectiveness of e-mental health (digital mental health) interventions and in the academic performance of university students.	6	High heterogeneity and, of the studies, few were effectiveness studies that reported performance results	The identified interventions were the following: 1) digital platform and associated application; 2) Email login instructions from the university's central administration for approaches on alcohol; 3) Creation of opportunities for personal training; 4) intervention with the aim of improving the meaning of students' lives; 5) Based on the Acceptance and Commitment Therapy (ACT); and 6) Computerized writing sessions. Digital mental health interventions had a small and statistically non-significant effect on academic performance ($g = 0.26$; $p = 0.05$), small and statistically significant effects on depression ($g = -0.24$; $p = .03$) and anxiety ($g = -.2$; $p < .01$). In the post-intervention, the effects on depression were statistically significant (95% CI: -0.46 , -0.03 ; $p = 0.03$).	2019/2020	7/11 (moderate)	UK (1), USA (4), Australia (1) 0/6
CHEN, et al. Option 2	Effects of non-pharmacological interventions on depressive symptoms and depression among nursing students: A systematic review and meta-analysis.	Effectiveness of non-pharmacological interventions in improving depressive symptoms and depression in Nursing students.	13	Lack of exploration of confounding factors, such as year of study, ethnicity, gender, suicide, quality of life and other outcome variables.	The interventions were cognitive behavioral therapy, mindfulness, body scanning, meditation, yoga, physical exercise, breathing exercise, relaxation, progressive muscle relaxation, meditation images and images related to mental health. Significant improvement of depressive symptoms and depression in a short time (1 to 8 weeks) in the intervention group, mainly due to mindfulness and stress management programs. Positive effects on Nursing students from China, Korea and the city of Isfahan (Iran).	2016/2019	8/11 (high)	China (4), Korea (3), USA (3), Iran (2), Thailand (1), Australia (1) 0/13
CONLEY, et al. Option 2	A meta-analysis of mental health prevention programs suitable for at-risk higher education students.	Effectiveness of the prevention programs indicated for higher education students at risk of subsequent mental health difficulties.	60	The absence of information about ethnic or racial characteristics limits the conclusions.	Identification of 11 intervention strategies: (a) Cognitive-behavioral interventions; (b) Relaxation interventions; (c) Social skills training interventions; (d) General behavioral interventions; (e) Social Support Interventions; (f) Mindfulness interventions; (g) Meditation interventions; (h) Psychoeducational interventions; (i) Acceptance and Commitment Therapy Interventions; (j) Interpersonal psychotherapy programs; and (k) Other interventions. A positive impact of the prevention programs that deal with subclinical levels of depression, anxiety, anger, general psychic distress or difficulties in interpersonal relationships was evidenced. The most sustainable effects were observed for interventions designed to reduce symptoms of depression and anxiety.	2014/2017	8/11 (high)	Not reported.

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
CONLEY, et al. Option 2	A meta-analysis of the impact of universal and indicated preventive technology-delivered interventions for higher education students.	Technological interventions in mental health, aimed at students in higher education without any problem (of universal prevention) or with mild to moderate subclinical problems (indicated prevention).	48	Types of limited comparisons, due to the division of study variables into specific categories. Loss of data and lack of description of details, such as ethnicity, duration of the intervention, impact and implementation limited the analysis.	The skills training interventions indicated ($ES = 0.39$, $CI = 0.29$ to 0.50 ; $k = 20$; $p < 0.001$) were associated with significant positive effects and produced significant effects for depression, anxiety, stress, health, self-perception, interpersonal relationship and spirituality, but the last effect was negative ($ES = -1.10$). Programs of non-training of indicated skills ($ES = 0.25$, $CI = 0.01$ to 0.49 ; $k = 6$; $p = 0.042$) presented significant positive effects, but only reached significance for results of depression and interpersonal relationships.	2014/2016	5/11 (moderate)	USA (31), Australia (1), Canada (1), Italy (1), Netherlands, Norway, Romania (1), UK (17) 0/48
CONLEY, DURLAK, KIRSCH Option 2	A Meta-analysis of universal mental health prevention programs for higher education students.	Skills training programs with supervised practice.	90	The current review identified several limitations in the current body of research that qualify the main conclusions, offering a research agenda for the future.	The effective strategies were relaxation, cognitive-behavioral, mindfulness, meditation and psychoeducation. The psychoeducational interventions produced significant effects on anxiety, stress, general psychic distress, self-perception and academic performance. The supervised skill practices reached significantly better effects on social and emotional skills and self-perception, as well as significantly better academic results than the psychoeducational interventions. Anxiety generated a significant effect on skills training interventions without supervised practice.	2012/2015	7/11 (moderate)	Not reported.
DAWSON, et al. Option 2	Mindfulness-Based Interventions for University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Controlled Trials	Effects of Mindfulness-based interventions on a general population of University students.	51	Most studies carried out in the USA, and the results may not be appropriate for other realities	The interventions significantly reduced the levels of anguish, depression, anxiety and rumination, and increased well-being among university students when measured in the post-intervention. Notably, long-term reductions in suffering were also found. There were non-significant findings for depression, anxiety (trait), regulation of emotion, mindfulness, affection, blood pressure and well-being.	2019/2019	9/11 (high)	15 countries, mainly Western and developed and 20% within Eastern cultures, such as China, Korea, Singapore and Thailand. 0/51
EL-DEN, et al. Option 1	Mental Health First Aid training and assessment among university students: A systematic review	Evaluation of Mental Health First Aid (MFHA) training among university students.	12	Lack of bias assessment of the included studies.	It is especially relevant among university students due to the higher prevalence of mental health problems among people in this age group and a preference for seeking informal rather than professional help. Diverse evidence suggests that health professionals lack mental health education. Education and training on suicide is lacking in the medical and health curricula.	2019/2020	3/11 (low)	Australia (8), USA (3), UK (1) 0/12
FERNANDEZ, et al. Option 1	Setting-based interventions to promote mental health at the university: a systematic review.	Evidence strategies to promote mental health in university students based on an intervention model.	19	The suicide reduction rate fell for undergraduate students. For graduate students and staff, the suicide rate increased over the same period. This fact gave rise to doubts about the effectiveness of the Intervention for different groups of the population.	Interventions: 1) Implementation of a policy; 2) Compulsory courses 3) Curricular changes. 1) On the implementation of a policy to fight against suicide: the pre- and post- implementation rates were compared. The suicide rates dropped after the implementation of 6.91 per 100,000 (1976-1983) students enrolled to 3.78 per 100,000 (1984-2005). 2) Regarding the compulsory nature of courses in the curriculum: the impact of the Health in Modern Society course on the mental well-being of the enrolled students was evaluated. It was a two-credit general education course that used active learning techniques; such as debates/round tables, problem-based learning and simulated scenarios/case studies; and covered areas related to lifestyle, mental health and sexual health. After the course, there was a statistically significant increase in knowledge of mental health. 3) Regarding the curricular changes carried out by the Saint Louis University Medical School (USA), a variety of changes were established: 1) Change in the grading system; 2) 10% reduction in the contact hours during the first 2 years of the curriculum; 3) Introduction of more longitudinal elective courses. 4) Establishment of learning communities composed of students and professors who shared common interests. 5) Mandatory course based on mindfulness and resilience. The researchers found lower levels of depression and anxiety symptoms and reported stress in students exposed to the changed curriculum, compared to those not exposed.	2015/2016	6/11 (moderate)	Not reported.

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
FU, et al. Option 2	Psychological interventions for depression in Chinese university students: A systematic review and meta-analysis.	Qualitative synthesis and effectiveness of psychological interventions in Chinese universities.	93	Possibility of publication bias and low quality of the included studies.	Psychological intervention, compared with control groups, it presented a general effect of 1.08 (95% CI: 0.72-1.45). Intervention combined with medicine in compared to medicine, intervention combined with physical exercise compared to the psychological intervention were not significant with zero in their confidence intervals (Hedges' $g = 0.52$ with 95% CI = -0.58 to 1.63; Hedges' $g = -0.11$ with 95% CI: -2.42 to 2.40).	2019/2020	8/11 (high)	China (93) 0/93
GHILARDI, et al. Option 2	Detecting and managing mental health issues within young adults. A systematic review on college counselling in Italy.	Effectiveness of the psychological/counseling interventions for individuals or groups that meet the needs of university students.	16	There is strong theoretical literature that does not always reflect a quantitative analysis of the data presented, it is important to assess the quality of the interventions.	The main approaches are humanistic, psychoanalytic, psychodynamic and cognitive-behavioral. The interventions are short (they last from two to six meetings); in some cases, there is the possibility to carry out psychotherapeutic interventions immediately after the psychological one, either through university services or other public and private institutions. The counseling interventions last between 40 and 90 minutes. The few data collected showed that the students who followed a counseling path improved their well-being, experienced strengthening of the ego, a more positive self-perception and more security, as well as a reduction in the level of anguish and psychopathological symptoms.	Not available /2017	5/11 (moderate)	Italy (16) 0/16
GONZÁLEZ-VALERO et al. Option 2	Use of meditation and cognitive behavioral therapies for the treatment of stress, depression and anxiety in students. A systematic review and meta-analysis	Effect produced by cognitive-behavioral programs and meditation strategies on stress, anxiety and depression in university students.	34	Size of the scientific sample for the meta-analysis, since some educational stages were little examined. Short intervention time and low adherence in some, as in the virtual interventions.	The calculated effect sizes show that interventions based on cognitive-behavioral programs, self-reflection and mindfulness-based approaches produce satisfactory and significant results in terms of reducing stress, anxiety and depression in students. Meditation (mindfulness, yoga and tai chi), muscle and respiratory relaxation, coaching and cognitive-behavioral therapy are strategies that have proven to be effective in improving mental health. Medium-term programs have been shown to have the best effect on improving the students' mental health. In addition, mindfulness-based programs tend to produce the greatest reductions in stress, anxiety and depression in students.	2018/2019	7/11 (moderate)	Germany, Saudi Arabia, Australia, Austria, Belgium, China, South Korea, South Korea, Spain, USA, England, Israel, Japan, Malaysia, Norway, Wales 0/34 OBS: It was not possible to verify the number of studies by country, as the same study is used in different analyses (anxiety, depression and stress).
GULLIVER, FARRER, CHAN, et al. Option 2	Technology-based interventions for tobacco and other drug use in university and college students: a systematic review and meta-analysis.	Effectiveness of technology-based interventions in a tertiary environment for the use of tobacco and other drugs (excluding alcohol).	12	The sample size in the meta-analysis and the size of the detected effect were relatively small. The search was performed in only three databases.	Tobacco interventions increased by 1.5 times the abstinence rate compared to the controls (RR = 1.54; 95% CI = 1.20, 1.98; I ² = 32%). For marijuana, the multidirectional intervention, comprising a brief computer program plus feedback, found a positive result for the intention to smoke cigarettes, but not for the intention to use marijuana compared to the usual care control condition. University students who drank heavily and participated in brief interventions in a single session with alcohol performed better than 0.18 standard deviations (that is, used less alcohol) than the participants in the comparison group. There was no evidence that gender, time of the intervention, racial composition of the sample or whether participants were required to undergo treatment was associated with the magnitude of the effect size.	2013/2015	8/11 (high)	Canada (1), Germany (1), Netherlands (2), USA (11). 0/12
HARRER, ADAM, BAUMEISTER et al. Option 2	Internet interventions for mental health in university students: A systematic review and meta-analysis	Effectiveness of the virtual interventions for the mental health of university students	48	This study has Several limitations. Nearly half of the included studies showed a high risk of bias.	The interventions were virtual to improve the mental health, well-being and social and academic functioning of university students. They had little effect on depression, anxiety and stress and moderate effects on eating disorder symptoms and on the students' social and academic functional capacity. The main therapeutic strategies were: 1) CBT programs, (66.04%), of which (18.86%) were based on third wave CBT techniques. 2) Skills training (focusing on a specific skill related to mental health - relationship skills) (20.75%). 3) Emotional revelation (support from peers and discussion groups; 3.77%). 4) Feedback related to coping (two interventions; 3.77%) or procedures to change prejudice (two interventions; 3.77%). Of the 53 programs evaluated, 24 (45.28%) were completely unguided, nine (16.98%) included only reminder mechanisms, and 20 (37.74%) were guided interventions that included human feedback to the participants.	2017/2018	8/11 (high)	USA (22), Spain (1), UK (10), USA (22), Canada (2), Australia (5), Germany (2), Romania (1), Finland (1), Ireland (1), Norway (1), Sweden (1) 0/48

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
HARROD et al. Option 1	Interventions for primary prevention of suicide in university and other post-secondary educational settings	Primary suicide prevention interventions targeted at university students and other post-secondary courses to determine their effect on suicide and suicide-related outcomes.		Insufficient evidence to support the widespread implementation of any programs or policies for primary suicide prevention in educational settings. Low overall quality of evidence and lack of studies in low-and middle-income countries.	An institutional policy intervention consisting of restricting lethal measures and mandatory professional assessment of suicidal students (suicidal thoughts or attempted suicide) was shown to reduce the incidence of suicide. The cumulative incidence of suicide was significantly lower in universities with multi-component political intervention.	2011/2014	10/11 (high)	Australia (1), USA (7) 0/8
HARROD et al. Option 3	Interventions for primary prevention of suicide in university and other post-secondary educational settings	Primary suicide prevention interventions targeted at university students and other Post-High School courses to determine their effect on suicide and suicide-related outcomes.	8	Insufficient evidence to support the widespread implementation of any programs or policies for primary suicide prevention in educational settings. Low overall quality of evidence and lack of studies in low- and middle-income countries.	Classroom instructional programs. Knowledge about suicide: classroom instruction greatly increased short-term knowledge about suicide. Comparison between didactic and experiential suicide prevention programs, with controls: slightly greater effect of didactic education than the experiential intervention. Comparison between an educational suicide prevention program (EB-SP) and a motivational suicide prevention program (ME- SP), with controls: did not reveal statistically significant differences, with SMD = 1.50 (95% CI = 0.55 to 2.46) and SMD = 1.54 (95% CI = 0.64 to 2.43) for the two interventions, respectively. Knowledge about suicide prevention: classroom instructions increased short-term knowledge on suicide prevention (SMD = 0.72, 95% CI = 0.36 to 1.07; I ² = 50%). Comparing experimental and didactic suicide prevention programs, for controls, it did not reveal differences in effect or significance, with SMD = 0.70 (95% CI = 0.35 to 1.06) and SMD = 0.72 (95% CI = 0.35 to 1.10) for the two interventions, respectively. Comparing the education-based suicide prevention program and the motivational suicide prevention program, the controls did not reveal differences in effect or significance, with SMD = 0.71 (95% CI = 0.33 to 1.10) and SMD = 0.75 (95% CI = 0.45 to 1.04), respectively. Self-efficacy in suicide prevention: small and non-significant increase in self-efficacy in preventing short-term suicide was observed among the students who received the suicide prevention program based on education or motivational improvement compared to the control students (SMD = 0.20, 95% CI = -0.13 to 0.54). Comparing education-based suicide prevention programs and motivation-based suicide prevention programs to control a slightly larger effect size than the motivation-based suicide prevention program (SMD = 0.30, 95% CI = -0.09 to 0.69) than with the education-based suicide prevention program (SMD = 0.09, 95% CI = -0.30 to 0.48).	2011/2014	10/11 (high)	Australia (1), USA (7) 0/8
HEIM, et al. Option 1	Reducing mental health-related stigma among medical and nursing students in low- and middle-income countries: A systematic review	Interventions and methods applied to reduce the stigma related to mental health among medical and nursing students	9	Publication bias: interventions without effect not published. Low number of studies, low methodological quality and great heterogeneity and measures of results and evaluation strategies.	Some form of social contact or video interventions were used. Provision of theoretical information through theoretical classes. Practical interventions aimed at discriminatory behaviors, such as role playing or clinical practice under supervision were used in one study. After the intervention, the students reported feeling more competent and less anxious about contact with real patients than students in the control condition.	2017/2019	7/11 (moderate)	Brazil (2), China (1), Malaysia (1), Nigeria (1), Turkey (2) and Somaliland (1) 2/9
HUANG, et al. Option 2	Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.	Interventions for common mental health problems among university students	51	Short duration of interventions and some web-based interventions had low adherence, which could mitigate the effect of the intervention.	Meditation (mindfulness, yoga and tai chi), muscle and respiratory relaxation, coaching and cognitive-behavioral therapy are strategies that have proven to be effective in improving mental health. Medium-term programs have been shown to have the best effect on improving students' mental health. In addition, mindfulness-based programs tend to produce the greatest reductions in stress, anxiety and depression in students.	2018/2018	9/11 (high)	Not reported. 4 regions: North America, Europe, Asia and Australia

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
JOHNSON, KALKBRENNER Option 3	The utilization of technological innovations to support college student mental health: Mobile health communication.	To assess the use of the mHealth technology, by university students, so as to provide diverse information related to well-being, identify what type of information is provided and the students' response ability.	13	Future research studies should investigate the effectiveness of using virtual media among community college students, graduate students and students attending private universities, to obtain health information.	<p><i>mHealth</i> was used to increase the university students' knowledge about well-being and the services offered by health and counseling centers.</p> <p>The information provided through applications was related to the following: nutrition, health promotion of the institution, smoking cessation, intervention for alcohol abuse, and brief mental health interventions.</p> <p>The following interventions were effective: reduction of anxiety and depression symptoms; identifying students at risk for mental disorders; reducing alcohol and tobacco consumption; and stopping tobacco consumption.</p> <p>The university students were open and willing to use the <i>mHealth</i> technology; they wanted to seek health information in their cell phones; medical students reported familiarity and frequent use of <i>mHealth</i> to research health issues. University students find virtual devices a convenient and reliable way to access information.</p>	2015/2017	4/11 (moderate)	USA (12) UK (1) 0/13
KHADJESARI, MURRAY, HEWITT, HARTLEY, GODFREY Option 2	Can stand-alone computer-based interventions reduce alcohol consumption? A systematic review	To determine the effects of the interventions aimed at reducing alcohol consumption in adult populations.	24	One limitation is about a study (Bewick review) that lacked appropriate statistical data.	<p>Virtual interventions to reduce alcohol consumption showed positive effects.</p> <p>The interventions were:</p> <p>Personalized feedback with comparison of the safe amount of consumption. Assessment of the association between risk of alcohol consumption, calculation of consumption and support services. Interactive games that carried out a motivational, risk and resistance to change assessment.</p> <p>Video presentation and includes games and questions that require interaction.</p> <p>Behavior change through immediate changes, goal planning, behavior contract and discussion forum.</p>	2008/2011	5/11 (moderate)	USA (17), UK (2) New Zealand (3), Germany (1), Netherlands (1) 0/24
LABRAGUE, et al. Option 1	A literature review on stress and coping strategies in nursing students	Identification of the stress level and evaluation of the coping methods used by Nursing students during the training course.	13	Several methodological limitations were identified in the sample size and sampling methods.	To reduce stress, transfer and coping strategies were used. Example of a transfer strategy: exercising, watching movies, bathing and sleeping. Examples of coping strategies: praying, talking to relatives and friends, ignoring stress, crying and separating from others; Intervention Suggestions: 1) improving the clinical education program 2) including stress management during the orientation of activities 3) improving the time management skills of Nursing students, and counseling 4) establishing support systems to help equip Nursing students with positive coping strategies with institutions that offer internships; 5) using support social systems such as family, friends, relatives and even colleagues from work is essential to neutralize the harmful effects of stress; 6) implementation of teaching pedagogy, which enables Nursing students to promote positive skills, such as interpersonal and intrapersonal skills; 7) supportive clinical learning, with teaching coping strategies so that they deal with stressors positively, improving their learning.	2015/2016	5/11	Australia (1), Ghana (1), USA (2), Jordan (2), Taiwan (1), India (1), Ireland (1), Japan (1), China (2), Iran (1) 2/13
LECKEY Option 1	The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature	Effectiveness of creative activities on mental well-being in the context of mental health.	11	Absence of a randomized controlled trial or control group, limited information on the type of activity offered and how the results were measured and evaluated.	Identification of five methods adopted for the involvement of the participants: (1) instruction/education, (2) guidance, collaboration on a given project, collaboration identified by participants; and (5) creation of events. Other activities were also mentioned, such as drama, painting, music and poetry, involving users with artists and the gallery staff. Physical, social and psychological benefits were reported, as well as reduced stress, improved self-esteem and quality of life, promotion of personal growth. Regarding effectiveness, there was no significant difference between the users who engaged, those who reduced the number of activities and those who did not participate in a period of twelve months.	2010/2011	4/11 (moderate)	Not reported.

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
LI, YIN, ZHAO, et al Option 2	Interventions to promote mental health in nursing students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.	To systematically evaluate interventions designed to improve the mental health of Nursing students and to identify which form of intervention was effective.	12	Need for rigorous, high-quality studies and randomized clinical trials to identify the potential and effectiveness of the interventions.	The interventions included psychotherapy, exercises, training programs and others. The results of the subgroup analysis showed that depression benefits more from psychotherapy and that anxiety benefits from psychotherapy and non-psychotherapy. The interventions were effective in controlling stress and systolic blood pressure.	2017/2018	8/11 (high)	China (2) Sweden (1) Australia (1) Korea (2) USA (3) United Kingdom (1), 0/12
LIVINGSTON, et al Option 1	The effectiveness of interventions for reducing stigma related to substance use disorders: A systematic review.	Evaluation of interventions aimed at reducing the stigma related to substance use disorders	13	Only three studies evaluated results related to the stigma beyond the immediate post-intervention period. Absence of stigma intervention studies related to the use of substances aimed at the populations of children and young people.	Three interventions (23%) focused on self-esteem, three (23%) aimed at social stigma and seven (54%) were categorized as structural stigma interventions. The approaches included education and/or direct contact with people with substance use disorders. More than half ($n = 7$) reported positive results in all stigma variables. Six studies found improvements in some, but not in all. The intervention of a study did not result in any significant improvement in the stigma related to substance use.	2010/2011	9/11 (high)	USA (7), United Kingdom (3), Canada (2) and Australia (1) 0/13
MANSFIELD; KAY; MEADS, et al. Option 1	Sport and dance interventions for healthy young people (15–24 years old) to promote subjective well-being: a systematic review.	Effectiveness of participation in sport and dance on subjective well-being among healthy young people aged from 15 to 24 years old.	11	Evidence considered low, with methodological limitations and uncertainty as to the effect of sport and dance on the well-being of a large number of people.	Meditative physical activity and dancing have the potential to improve subjective well-being in terms of reducing anxiety, depression and anger, increasing positive mood and self-reported reductions in depression. Statistically significant improvement in well-being in the practice of yoga compared to the control group. Significant reductions between groups in total mood disturbance ($p = 0.015$), tension and anxiety ($p = 0.002$) and negative affect ($p = 0.006$). Significant reduction in 3 months compared to baseline in self-reported depression (effect size = not reported), post-menstrual phase $p < 0.001$, pre-menstrual phase $p < 0.001$, anxiety (post-menstrual $p < 0.05$, pre-menstrual $p < 0.001$) and anger (effect size = NR, pre-menstrual $p < 0.001$), better general feeling of well-being (effect size = NR, post-menstrual $p < 0.001$, pre-menstrual $p < 0.001$).	2016/2018	9/11 (high)	Not reported.
PALOU, VIGUÉ, TORT-NASARRE Opção1	Attitudes and stigma toward mental health in nursing students: A systematic review.	Nursing students' perceptions of stigmatizing attitudes towards people who suffer from a mental health problem.	13	High heterogeneity in the use of measuring instruments, which made meta-analysis impossible.	Positive change in the attitudes of Nursing students in mental health and in the perception of people with a mental health problem after theoretical and/or clinical training: reduction of stereotypes, negative attitudes towards people with a mental health problem, anxiety, anger and fear, improvement in the nurses' degree of preparation, responsibility and compassion.	2016/2019	6/11	Not reported.
REGEHR,	Interventions to reduce stress in university students: a review and meta-analysis.	Effectiveness of interventions aimed at reducing stress in university students.	32	The published studies were limited to peer-reviewed journals. Western country women were overrepresented.	Three major categories of stress interventions:	2012/2013	7/11	Iran (1), USA (22), Switzerland (3), Jordan (1), Scotland (1), England (2), Tasmania (1) 1/32
GLANCY, PITTS Option 2	Interventions to reduce college student drinking: State of the evidence for mechanisms of behavior change	Interventions with behavior change mechanisms, focusing on alcohol, for university students	47	Most studies were conducted in the United States, and the results can differ in countries where the culture and legality of alcohol use differ.	(1) based on the arts; (2) psychoeducational; and (3) cognitive/behavioral/mindfulness-based. The only study classified in the category of other interventions used a combination of energy therapy through healing touch and self-care training. Cognitive, behavioral and mindfulness interventions significantly reduced the anxiety symptoms. There was a significant impact on salivary cortisol levels.	2010/2015	6/11 (moderate)	Not reported.

Authors	Title of the article	Systematic review focus	Studies included	Important limitations	Main results	Year of last search/ Year of publication	AMSTAR	Countries and proportion of studies conducted at LAMICs
SAMSON, TANNER-SMITH Option 2	Single-session alcohol interventions for heavy drinking college students: A systematic review and meta-analysis.	Effectiveness of single session interventions on alcohol consumption for university students.	73 studies out of 77 reports.	No evidence that the duration of the intervention was predictive of the effect size. Operational definitions for "heavy or dangerous" drinking varied among the studies.	The outcome variable of interest was alcohol consumption among university students who drink heavily. This result was measured using a standardized mean difference effect size (Cohen's d). When success/failure rates, instead of means/standard deviations for each group, were provided, the Odds Ratio effect sizes were transformed into the standardized mean difference. The results indicate that university students who drink heavily and who participated in brief interventions in a single session did better (drank less) than the participants in the comparison group.	2012/2015	6/11 (moderate)	Not reported. Only part of the countries were mentioned (Australia, New Zealand, Scandinavia, United Kingdom, USA [79%]), there is also reference to other countries not made explicit.
SHIRALKA, et al. Option 1	A systematic review of stress-management programs for medical students.	How stress management programs were incorporated into the medical education curriculum for medical students and their impact on psychic distress.	13	The assessment methods were heterogeneous; none used all the same outcome measures. Exclusion of gray literature and limitation in the year of publication of the studies (after 1995). Low number of controlled studies	The interventions included self-hypnosis, changes in the length and type of preclinical curriculum, meditation, feedback on several health habits, educational discussion groups, classes focusing on mind-body medicine, mindfulness-based stress reduction, seminars on reflective writing, and changes in the classification of the basic science curriculum. A combination of lectures, discussion groups and written educational material is more effective than just providing written feedback on the answers to the questionnaire. Stress reduction techniques based on mindfulness, self-hypnosis and implementation of the Pass/Fail rating appear to be effective in reducing stress and anxiety and improving student well-being	2011/2013	6/11 (moderate) 0/13	USA (9), United Kingdom, Australia, New Zealand, Germany
WINZER LIND-BERG, GULD-BRANDS SON, SIDORCHUK Option 2	Effects of mental health interventions for students in higher education are sustainable over time: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials	Sustainability of the effects of interventions on the mental health of higher education students.	26	Selection bias was the most common limitation of the studies, which affects the estimation and aggregation of the results.	The effects seen in all the preventive interventions were maintained for up to 7-12 months after the intervention, in particular, for interventions to reduce the depression and anxiety symptoms. Symptom reductions were evident for depression with an intervention effect lasting up to 13-18 months, for anxiety up to 7-12 months, and for stress up to 3-6 months.	2016/2018	9/11 (high)	USA (14), Australia (3), United Kingdom, Scotland, Spain (3), China, Hong Kong (5), Jordan (1) 0/26
WITT et al. Option 2	Effectiveness of universal programmes for the prevention of suicidal ideation, behaviour and mental ill health in medical students: a systematic review and meta-analysis	Interventions for medical students to address mental health problems, ideation and suicidal behavior	39	Most studies carried out in the USA, and the results may not be appropriate for other realities.	Most studies investigated the effectiveness of relatively short programs, comprising between one and 16 sessions (mean of 4.9), delivered in a short period of time (mean duration: 8 weeks). There is limited evidence that relatively brief interventions with an individual focus on mindfulness can be effective in reducing anxiety, depression and stress levels in medical students.	2017/2019	7/11 (moderate)	USA (22), Brazil (1), United Kingdom (1), Saudi Arabia (1) Mexico (1), Canada (2), India (2), Norway (2), Australia (2), New Zealand (1), Malaysia (2), Germany (2) 2/39
WITT, et al Option 1	Effectiveness of universal programmes for the prevention of suicidal ideation, behaviour and mental ill health in medical students: a systematic review and meta-analysis.	Universal interventions for all students to address mental health problems, suicidal ideation and behavior in medical students	39	Most of the included studies were carried out in the United States, where the structure of medical education is different from that of many other countries	No study of a curriculum-based intervention reported data on stress, suicidal ideation or burnout at both points of post-intervention or longer follow-up; there was no evidence of a treatment effect in favor of curriculum-based interventions in depression symptoms by the post-intervention assessment ($OR = 0.11$, 95% CI = 0.01 to 1.79) or with long-term follow-up ($OR = 0.80$, 95% CI = 0.47-1.38); there was no evidence of a significant reduction in the depression scores in a curriculum-based intervention by the longer follow-up assessment ($SMD = -0.16$, 95% IC = -0.38 to 0.06; one study) by the longer follow-up evaluation, there was no evidence of a reduction in the anxiety scores ($SMD = -0.02$, 95% IC = -0.17 to 0.14; one study).	2017/2019	7/11 (moderate)	USA (22 studies), Brazil (1) United Kingdom (1), Saudi Arabia (1) Mexico (1), Canada (2), India (1), Norway (2), Australia (2), New Zealand (1), Malaysia (2), Germany (2) 2/35
YAMAGUCHI, et al Option 1	Effects of short- term interventions to reduce mental health-related stigma in university or college students: a systematic review.	Reduction of the stigma related to mental health problems	35	Due to heterogeneity and among the studies, it was not possible to estimate a general size of effect. Few studies evaluated the effects of the interventions on long-term follow-up.	The interventions were classified into nine categories: a) social contact; b) video-based social contact; c) video-based education; d) classroom-education; e) text-education; f) famous film; g) education-dramatization; h) other. Interventions on the knowledge about target diseases in immediate or long-term follow-up (video-based social contact, text, or video-based social contact plus text) showed significant improvement in the students' knowledge. There was an improvement in social distancing/behavioral intentions in relation to people with mental health problems, after social contact, video-based social contact and lectures on dangerousness or responsibility.	Not available/ 2013	8/11 (high)	USA (23), Russia (1), United Kingdom (1), Germany (1), Japan (5), Taiwan (1), Australia (1), New Zealand (1), Turkey (1) 0/35

APPENDIX 4 - Synthesis of the findings of the included studies: Mental health needs of university students in health courses (other reviews)

Author/ Year of Publication	Title of the article	Option	Systematic review focus	Important limitations	Included studies	Main results	Year of the last search
DIETZ, REICHEL, EDELMANN et al., 2020	A Systematic Umbrella Review on the Epidemiology of Modifiable Health Influencing Factors and on Health Promoting Interventions Among University Students	2	Interventions to promote modifiable factors that influence health in university students.	Low quality of the studies. Comparisons between different countries and cultures are limited due to differences in the school systems. Very different methodologies, which makes it more difficult to compare and interpret the results. Non-inclusion of recent primary studies.	42	Alcohol consumption is a major problem in the student group. Promising results of interventions to reduce drinking behavior can be found in face-to-face programs and Internet-based approaches. The topic of "stress" in Nursing students is mainly studied in the "mental health" category. In the field of improving the eating habits of university students, face-to-face interventions, media approaches and nutritional labeling seem to be good strategies. There are biased studies on interventions to promote physical activity. Cognitive behavioral therapy showed greater effects compared to sleep hygiene interventions.	2019
MAITO, 2019.	Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade.	1	To propose institutional forms and normative-dogmatic parameters to face violence in this context, emphasizing the legal responsibility of the HEIs.	Not reported.	Not reported.	The existence of many initiatives by North American universities is mainly due to the legal obligation of the universities that receive federal funding to prepare and distribute a manual for the entire community, with campus security policies and reports on crime statistics at the institution. In the national scenario, there is no law that requires universities to adopt this procedure, but we adopted as a parameter the National Policy to Combat Violence Against Women, which establishes effective policies to face violence. In 2002, a nationwide survey commissioned by the Department of Justice covered 2,438 higher education institutions in the United States and Puerto Rico, 41% of which answered the survey. The authors identified that few universities had implemented the best practices described in the literature for tackling sexual violence against women, although 60% of the institutions developed some type of policy. The research sought to find parameters for the universities to respond effectively to sexual violence in their campuses, given the specificities of this type of phenomenon. One of the problems that the study identified was the lack of a formal definition by the universities for sexual violence or rape. This lack of definition results in the victim's difficulty in recognizing the situation as violence, making it difficult for the university to face it. As a good practice, the study identified the need to separate procedures for victims and perpetrators. In relation to the victims, it is necessary to ensure a diligent response, guarantee of immediate collection of evidence and health care in cases of sexual violence. All of this must be made widely known to the students.	2019
MAITO, 2019.	Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade.	3	The main objective of this research was to propose institutional forms and normative-dogmatic parameters to face violence in this context, emphasizing the legal responsibility of the HEIs.	Not reported.	Not reported.	In Latin America, the National Autonomous University of Mexico (<i>Universidad Nacional Autónoma do México</i> , Unam) has a policy to combat violence against women, with sanctioning rules for cases of sexual harassment or harassment in the workplace, a situation that can also lead to the dismissal of university employees. In relation to the students, in the absence of similar regulations, the HEI took a stand against gender-based violence by creating welcoming and support services, conducting research studies on gender-based violence at the university, among other measures. At the Unam, there is a research center on women's rights, the University Program for Gender Studies (<i>Programa Universitário de Estudos de Gênero</i> , PUEG). The work strands of this group include the production of knowledge tools about the situation of the university community, differentiating between men and women. The program also runs courses on gender for teachers. The protocol, result of demands from student movements at the university, provides for procedures to be followed in case of violence against women. Procedures were created in front of existing university bodies, such as the defense of university rights and the general law firm. Its objective was to create specific procedures to confront gender-based violence. This protocol is similar to what the Guidelines proposed by CAV-Women USP-RP seek, that is, to establish performance parameters for the existing bodies when there is a situation of violence against women at the university. In this way, the USP shows itself in dialog with universities in the world to face the issue.	2019 65
MEREDITH, RAKOW, ELDERMIRE, MADSEN, SHELLEY, SACHS, 2020.	Minimum Time Dose in Nature to Positively Impact the Mental Health of College-Aged Students, and How to Measure It: A Scoping Review	1	To evaluate the measure of time of the activities in the midst of nature that cause positive impacts on mental health in university students.	Several limitations were identified, such as: the research project, scale or instruments used, sample size and sampling methods.	14	Stress reduction was observed in the interventions: 1) observation of nature (10-30 minutes) when compared to observation in an urban environment. Being in nature showed stress reduction through physiological measures: significant decrease in heart rate, significant decrease in cortisol levels, significant decrease in blood pressure, significant increase in parasympathetic nervous system activity, and significant decrease in sympathetic nervous system activity; 2) walk outdoors in nature (31 to 50 minutes). When comparing the individuals who walk in an urban environment with those who walk in nature, it is shown that there is a reduction in stress through physiological measures (significant decrease in blood pressure 30 minutes in a walk).	2016

Author/ Year of Publication	Title of the article	Option	Systematic review focus	Important limitations	Included studies	Main results	Year of the last search
OKANLAWON, 2020	Homophobia in Nigerian schools and universities: Victimization, Mental Health Issues, Resilience of the LGBT Students and support from Straight Allies	2	To provide an overview of the homophobic and heterosexist challenges that LGBT students face in Nigerian schools and universities, such as rejection, bullying and victimization.	Although the literature shows that schools and universities can be hostile environments where some heterosexual students are homophobic in relation to LGBT students, there is limited data on how this can contribute to the absenteeism, dropout and poor academic performance of LGBT students.	Not reported.	A Nigerian scholar, Dr. Sekoni, organized conferences on inclusion, equality and diversity in university education in 2017 and 2019, which provided an opportunity for scholars, students, LGBT activists and other Nigerian groups to discuss homophobia, sexual diversity, LGBT issues, policies and how to achieve inclusion of LGBT people in Nigeria. Suggestions: Due to the criminalization of homosexual acts in Nigeria, such training can be conducted in culturally sensitive ways and be justified as a way to prevent violence, exclusion and other injustices.	2020
REAVLEY, JORM, 2010	Prevention and early intervention to improve mental health in higher education students: a review	2	To review the evidence To prevention and intervention early in problems of mental health (anxiety, depression and misuse of alcohol) in higher education students.	There is little evidence about the effectiveness of interventions to the prevention of depression and anxiety.	11	This study showed the effect of change-based behavioral therapy on the reduction of alcohol consumption. The main therapies were: 1) Online therapy support groups. 2) Educational interventions with personalized feedback (online). 3) Social marketing (educational on alcohol consumption). 4) Coping therapies. 5) Campaigns for the population, between others.	2010
TAMBOLY, GAUVIN, 2013	Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University	1	To assess the mental health needs of the McMaster University students and options for coping.	Not reported.	17	The proposals were: 1) Providing resources, education and training for staff, faculty members and teaching assistants from undergraduate and graduate courses to ensure that they are adequately equipped to create a stigma-free space for their students and proactively identify and address the concerns of the students' mental health; 2) Improving access to the mental health services culturally sensitive for the populations at higher risk of facing mental health problems; 3) Using interventions aimed at providers of patients belonging to racial/ethnic minorities to improve the quality of the service provided (for example, provider reminder note for standardized service provision and structured questionnaires to assess the adolescents' health behaviors); 4) Improving intercultural communication; 5) Outreach directed to religious groups, which showed positive effects in knowledge about mental illness and the mental health system, as well as group satisfaction, but there was no evidence of its direct effect on people with mental illness. Other assessments also found limited evidence on interventions to improve the cultural competences in the health systems, that is, programs to recruit and retain employees that reflect the cultural diversity of the community served; use of interpreter services or bilingual providers for customers with limited English proficiency; use of linguistically and culturally appropriate health education materials; culturally specific health environments as well as cultural skills training for health professionals.	2013

Author/ Year of Publication	Title of the article	Option	Systematic review focus	Important limitations	Included studies	Main results	Year of the last search
TAMBOLY, GAUVIN, 2013	Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University	3	To assess the mental health needs of McMaster University students and options for coping.	Not reported.	17	The proposals were: 1) Maintaining programs and events such as: the COPE's 'Elephant in the Room' campaign and McMaster Mental Health Awareness Week; 2) Complementing the dissemination of a leaflet and optional Mental Health 101 training and 'Question, Persuade, and Respond (QPR)' research with mandatory standardized training (through online modules or face-to-face sessions), to ensure that the faculty members are prepared to address mental health issues in their class or refer students to the appropriate services, if necessary; and compile a comprehensive guide to the mental health services and resources available to McMaster University students; creating a web-based portal that gathers information about all McMaster University groups and mental health services provides links to relevant resources and keeps students informed about upcoming events, workshops and awareness campaigns; creating an online interface that connects to a 'hotline' in order to allow students to interact with a human being and reduce the time between the decision to seek help and move on; and launching a collaborative venture to promote the variety of mental health services and other resources available in the campus through social media channels, such as Facebook and Twitter.	2013
TAMBOLY, GAUVIN, 2013	Issue Brief: Addressing Student Mental Health Needs at McMaster University	4	To assess the mental health needs of McMaster University students and options for coping.	Not reported.	17	The proposals were: 1) Collaborating with the staff of Residence Life and the Society of Off-Campus Students to reach an important demographic collective, namely first-year students struggling to cope with their transition to university; 2) Encouraging the faculty members to clarify at the beginning of their courses that the students are free to approach them to discuss any mental health problems (e.g. stress, anxiety, etc.) they are experiencing and how the course will collaborate to improve the situation; 3) Other groups also offer support to the students, such as the Student Health Education Centre, which supports those with problems of various kinds, including those of mental health and personal well-being. The Student Wellness Centre, through the Student Success Leaders programs, offers workshops and educational events.	2013

APPENDIX 5. Synthesis of the findings of the included studies: Mental health needs of university students in health courses (primary studies)

Author	Title	Option	Objective	Study characteristics	Description	Characteristics of the interventions	Results
CORDEIRO et al.	Ensino sobre drogas psicoativas e redução de danos emancipatória: proposta de disciplina para graduação, na perspectiva da Saúde Coletiva	1	To present the updated program of the "Psychoactive Drugs: Education and Harm Reduction" subject, as well as the projects proposed by the students in the last three years.	Date published: 2016 Jurisdiction: USP-SP Method: experience report	Initially, the subject was offered only to undergraduates from the EE and three years ago the possibility of being studied by undergraduates from any of the USP courses was opened. Graduates of Nursing, Law, Social Sciences, Education, Literature, Mathematics, Accounting Sciences, Oceanography, Nutrition, Speech Therapy, Biological Sciences, Psychology and Occupational Therapy have already taken the course. The class is divided into groups for the elaboration of papers, trying to combine, in each group, the greatest possible diversity of courses. This multiplicity has enabled discussions with different perspectives on the theme.	In 2015, the subject was taught in 15 weekly meetings. In addition to the two coordinating professors of the subject, there was the participation of collaborators - workers in the health and social assistance areas and with participants in the research group entitled "Strengthening and wear out at work and in life: Bases for the intervention in Public Health". All the classes have a bibliographic reference for prior reading. The classes are characterized by the workshop format, with open discussions and production of partial syntheses.	The undergraduates indicated that the opportunities for discussing drug use in the courses they attend are rare and, when available, the subjects are generally guided by the neurobiological understanding of the substance and explore the action of the drugs on the central nervous system or on content that addresses the biochemical characteristics of the substances. They reported having tried to attend this subject to learn about another approach and some enrolled by referrals from colleagues who had attended it in previous years. The subject in question is anchored in the Marxist aspect, which is not the hegemonic one, especially in courses in the health area. However, despite being presented for the first time to most undergraduates, it has been evaluated as quite enlightening to explain the phenomenon of drug production-distribution-consumption, in contemporary times. Consistently with this theoretical framework, the educational action projects presented, in general, depart from the guidelines of the so-called "drug prevention" adopted by the health model of modern public health, and assume that the problem of drug use is in sociability, due to the working and living conditions of different social groups. In this way, the projects seek to strengthen the participants of the educational action, based on an understanding of the roots of the problems they face. The possibility of the subject welcoming students from different periods and from different courses has further enriched the discussions. At the end of the subject, the undergraduates have expressed their satisfaction with its educational process, which allowed them to reflect and even review opinions and confront their convictions.
METIVIER	Envisioning Higher Education as Antiracist	1	To present the components of reforms necessary for anti-racist university training.	Date Published: 2020 Jurisdiction: American Universities Method: opinion article	Black-skinned and Latino students are more likely to study in institutions with lesser resources, private and with lower salaries for the faculty.	To be effective, the reforms must follow the principles of: -Reestablishing civil rights, restorative justice, dignity and respect for the communities that have been the target of systemic racism. -Being holistic, recognizing that racism is a widespread and structured system. -Being participatory, allowing Black, Indigenous and people of color (BIPOC) and civil society organizations to share decision-making. -Being intersectoral, recognizing the great diversity among the BIPOC communities, including, but not limited to the economic situation, immigration status, gender, sexual orientation, pregnancy, religion, disability, HIV status and ethnicity - which, when adding 2 or more situations, can deepen the inequalities in our societies.	The initial actions refer to the institution's public recognition of its responsibility in combating racism, implementing mandatory and subsidized actions, training in the history of racism, and monitoring incidents, such as holding seminars/workshops and reforming services provided to the students, so that they are not reproducers of institutional racism. The intermediary actions are actions to support the confrontation and correction of the legacy of racism, such as funding for departments that develop the theme, hiring critical educators, internship opportunities for students in organizations that fight against structural racism. In the advanced stage, the actions must focus on constructing an equitable anti-racist society, such as investing in support programs for training in elementary and high school, building accessible ways to enter the institution for BIPOC communities, for example, meal plans and optional and accessible extracurricular institutional activities.
LEONELLO et al.	Acompanhamento dos estudantes pela Comissão Coordenadora do Curso de Enfermagem da USP.	4	To describe the activity of pedagogical monitoring and support to the students, carried out by the Course Coordinating Commission (CoC) of the EEUSP Bachelor's degree in Nursing.	Date published: 2018 Jurisdiction: USP-SP Method: experience report	This process has proved to be an instrument to understand the limits and potentialities of the curriculum, triggering processes of institutional confrontation, such as improving the course, carrying out activities aimed at teacher training, promoting cultural shows, and showing films with debate. Such activities have contributed to the qualification of the training of nurses.	An academic tutoring project, carried out by four professors from the Commission, a reference professor for each year of undergraduate, to monitor academic difficulties, listen to suffering and wear out related to mental health and for referrals. The activities developed by the CoC professors and class representatives to monitor the students are: Guidelines and clarifications related to the course and administrative-academic procedures; Identification and support in coping with difficulties experienced in the university trajectory; Individualized tutoring of students with specific academic and pedagogical needs; Counseling on the development of individualized study plans for different purposes; Consideration of requests for partial and total locking of the course.	These activities are carried out individually and in groups. Individually, the students seek out tutors for academic guidelines, such as the preparation of study plans and support in coping with difficulties, as well as for addressing personal issues that reflect on their progress in the course. In group, the tutors and student representatives make approaches in the classrooms with the objective of listening and guiding the class regarding academic difficulties, doubts and suggestions. As preliminary results of this monitoring, the following stand out: the strengthening of the bond between the CoC professors and the students; the appropriation of knowledge related to the academic procedures and the curricular proposal by the students; and the identification of new demands for the improvement of the course and the management of the course, by students and teachers.

Author	Title	Option	Objective	Study characteristics	Description	Characteristics of the interventions	Results
CROMLISH	Reframing Solutions to Mental Health in Higher Education	1	Comparison between US and Finnish universities regarding mental health in higher education.	Date Published: 2020 Jurisdiction: USA/ Finland Method: Case Study	Well-being is not just an idea, it is a practice across the organization and as a cultural expectation of being mentally, socially and physically healthy.	To create supportive resources and policies that promote health to improve mental health and well-being in higher education institutions. These recommendations can help connect the students to the resources they need to improve their knowledge and skills.	The study shows that curricular changes must be implemented in the initial periods of the courses, with the objective of increasing the social skills that benefit the student. It is imperative that the professors know what resources are available for the students to address the personal or academic issues they face.
CROMLISH	Reframing Solutions to Mental Health in Higher Education	4	Comparison between US and Finnish universities regarding mental health in higher education.	Date Published: 2020 Jurisdiction: USA/ Finland Method: Case Study	Well-being is not just an idea, it is a practice across the organization and as a cultural expectation of being mentally, socially and physically healthy.	Feedback involves time management, better study and metacognitive skills, as well as preparation for the specific difficulties inherent to the programs.	Research application, which involves feedback and monitoring of undergraduate and graduate students. It is used to improve the culture at the university by monitoring the results, which are made available to them anonymously for professors and other staff members.
FEDERAL UNIVERSITY OF SÃO CARLOS	Proposição de eixos para a política de saúde mental da Universidade Federal de São Carlos	1, 2 and 4	To describe the Mental Health Policy elaboration process at the Federal University of São Carlos (<i>Universidade Federal de São Carlos, UFSCar</i>), by the Commission for the Study of the Mental Health Policy for the UFSCar	Date published: 2020 Jurisdiction: UFSCar Method: Report of the Commission for the Study of the Mental Health Policy for the UFSCar	Description of strategic axes for the creation of a mental health policy at a Brazilian university.	Actions aimed at the realization of the proposed axes, with a view to coping with mental health problems (prevention and care).	The axes that will guide the mental health policies are: Axis 1: "Promotion and Prevention", to promote mental health, prevent mental health problems, and develop care after attempted and consummated suicide. Axis 2, "Harm Reduction", meets the international formulations on the problematic use of any and all psychoactive substances and the possible care measures. Axis 3, "Assistance", addresses the care actions themselves, especially when suffering is already established and/or at an acute moment, considering the RAPS. Axis 4, "Information – collection, management, research and analysis of data and indicators", aims at the constant monitoring of information, planning and evaluating programs, projects and actions. Axis 5, "Academic/Pedagogical/ Environmental/Pedagogical and Cognitive Inclusion", to understand the relationship between the teaching/learning processes and psychic distress. Axis 6, "Documentation/Protocol Creation, UFSCar Code of Ethics/Controlling Offices", aimed to create a Permanent Mental Health Committee, with a view to reviewing UFSCar Rules and Statutes and preparing the Code of Ethics and Protocols. Axis 7, "Combating Institutional Violence/Prank/Bullying/Moral Harassment/Sexual Harassment", to propose preventive actions to situations of violence and to develop protocols for actions in cases of violence.