

Tecnologia digital em saúde mental para o cuidado de estudantes do ensino superior: uma revisão integrativa

Digital mental health technology for student care in higher education: an integrative review

Leidiane Carvalho de Aguiar¹
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4841-9244>

Roberlandia Evangelista L. Ávila²
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6810-7416>

Ivana Cristina de Holanda Cunha³
Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8447-3654>

Eliany Nazaré Oliveira⁴
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6408-7243>

Jorge Samuel de Sousa Teixeira⁵
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4188-5303>

Antônia Janielly N. de Moraes⁶
Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-1894-9593>

Resumo

Introdução: A pesquisa discute a importância do conhecimento sobre o uso de tecnologia digital na promoção da saúde mental de estudantes universitários. Fazendo debates sobre a evolução da compreensão da saúde mental ao longo da história, destacando o estigma associado aos transtornos mentais e à falta de direitos para aqueles considerados "anormais" pela sociedade. **Objetivo:** analisar as melhores evidências científicas relacionadas à tecnologia digital em saúde mental para estudantes universitários. **Materiais e Método:** Adotou a metodologia da Revisão Integrativa da Literatura (RIL), seguiram-se as seis etapas do método apresentadas pelos autores Botelho, Cunha e Macedo (2008), selecionando-se os descritores "Estudantes", "Tecnologia digital", "Saúde mental", "Universidades", em português e inglês, e utilizou-se o operador booleano OR. Realizou-se a busca em quatro fontes de literatura científica, no período de janeiro de 2023 a março de 2023. **Resultados:** a amostra final quantificou um total de 05 artigos em consonância com a temática saúde mental e tecnologia digital para estudantes universitários. **Conclusão:** Ao pesquisar sobre o acesso de tecnologias digitais para o cuidado de estudantes do ensino superior, constata-se que tem sido objeto de muitos estudos; entretanto, quando relaciona-se tecnologia digital como ferramenta de apoio à saúde mental aos estudantes, mediante os trabalhos selecionados, observa-se o quanto é escasso, e que precisa ser investigado.

Palavras-chave: aplicativos móveis; qualidade de vida; universidades.

Abstract

Introduction: The research discusses the importance of knowledge about the use of digital technology in promoting the mental health of university students. It debates the evolution of the understanding of mental health throughout history, highlighting the stigma associated with mental disorders and the lack of rights for those considered "abnormal" by society. **Objective:** To analyze the best scientific evidence related to digital technology in mental health for university students. **Materials and Method:** The Integrative Literature Review (ILR) methodology was adopted, following the six stages of the method presented by the authors Botelho, Cunha and Macedo (2008), selecting the descriptors "Students", "Digital technology", "mental health", "Universities", in Portuguese and English, and using the Boolean operator OR. The search was carried out in four sources of scientific literature from January 2023 to March 2023. **Results:** The final sample quantified a total of 05 articles in line with the theme of mental health and digital technology for university students. **Conclusion:** When researching access to digital technologies for the care of higher education students, it can be seen that it has been the subject of many studies, however when related to digital technology as a mental health support tool for students through the selected works, it is observed how scarce it is, and that it needs to be investigated.

Keywords: mobile applications; quality-adjusted life years; universities.

¹ Universidade Federal do Ceará (UFC), Sobral – CE, Brasil. E-mail: leidiane.aguiar@uninta.edu.br

² Universidade Federal do Ceará UFC, Sobral – CE, Brasil. E-mail: roberlandialopes@hotmail.com

³ Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ) – CE, Brasil. E-mail: ivana.barreto@fiocruz.br

⁴ Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), Sobral – CE. E-mail: elianyy@gmail.com

⁵ Universidade Federal do Ceará (UFC), Sobral – CE, Brasil. E-mail: jorgesamuel199@gmail.com

⁶ Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), Sobral – CE E-mail: janielly.57@gmail.com

Introdução

A princípio, pode se expor que ao longo da história da loucura, os sujeitos com transtornos mentais eram qualificados como "perigosos", "doentes", "anormais" ou "especiais". Estes não tinham direitos políticos, sociais e nem de construir suas próprias narrativas, pois não estavam dentro da normalidade exigida pela sociedade. Nesse sentido, o estigma social pode ser considerado uma situação estrutural de ampla preponderância e influência¹.

Nesse sentido, no final da década de 1970, em uma contextualização nacional, iniciavam-se os primeiros movimentos referentes à reforma psiquiátrica no contexto de lutas pela redemocratização do país, nas quais profissionais recém-formados se deparavam com esse panorama que mais segregava os sujeitos do que ajudava².

Consoante a essa questão, evidencia-se o Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental (MTSM) por volta de 1978, este contou com a participação popular, inclusive de familiares de pacientes se mostrando como uma força social em busca de novas oportunidades. Em desfecho dessa ação tem-se a constituição da Política Nacional de Saúde Mental, que busca consolidar, no âmbito do SUS, um campo de atenção psicossocial aberto, de base territorial, promotor de reintegração social e cidadania e inserido nos contextos reais de vida das pessoas com experiência de sofrimento psíquico³.

A mudança no modelo de atenção à saúde mental no contexto brasileiro teve como ponto de partida as Conferências de Saúde Mental realizadas em 1987 e 1992, nas quais sua institucionalização vem proporcionando novas formas de cuidado e participação coletiva nos processos na saúde⁴.

Sob esse prisma foram implementados novos modelos

assistenciais. Dito isso, a Lei nº 10.216 da Reforma Psiquiátrica, aprovada em 2001, que tem como principal foco disponibilizar a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais redirecionou o modelo de assistência psiquiátrica, buscando priorizar o atendimento comunitário e extra-hospitalar. Com esta Lei, novos serviços foram sendo instituídos de forma mais expansiva, tais como o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), Serviços Residenciais Terapêuticos (SRTs) e Unidades Psiquiátricas em Hospitais Gerais (UPHG)⁵.

Em 2011, foi regulamentada a Portaria nº 3.088, que diz respeito à Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), esta desencadeou como uma estratégia de organizar os serviços. Dentre essa proposta organizacional para a saúde mental está a Atenção Primária à Saúde (APS), na qual estão alocadas as Unidades Básicas de Saúde (UBS), os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), dentre outros serviços⁶.

Em meio a essa pluralidade de informações, é viável mensurar que as questões ligadas a problemas psicológicos condizem com a prevalência de 30% na população adulta, esse número também corresponde à população infantojuvenil, que condiz a um público que muitas vezes está na transição da adolescência para a vida adulta, e que passa por diversos desafios durante a transição do ensino médio para o ensino superior⁷.

Dito isso, entende-se que a entrada na universidade é um período de mudanças que, apesar de esperado e planejado, propicia contextos exaustivos, que podem contribuir para o adoecimento psíquico dos acadêmicos; isso devido à sucessão de possíveis fatores desencadeantes de estresse, uma vez que o dia a dia corrido oportuniza uma vida sedentária e isso já se percebe como um fator de risco⁸.

Dada a situação mencionada, um dos principais desafios para a implementação de saúde mental diz respeito



ao estigma relacionado aos usuários. De forma geral, a maioria dos jovens não costuma buscar ajuda para problemas psicológicos, muitos tem medo do julgamento, vergonha, negação do problema e isso pode acarretar prejuízos para sua saúde⁹.

Por outro lado, pode se expor que a evolução das tecnologias voltadas para o campo da Saúde e o alcance de telefones celulares e smartphones, proporcionam o fortalecimento da promoção de cuidado aos diversos grupos populacionais e em diferentes faixas etárias. Assim, o uso da tecnologia oferecida pelos dispositivos móveis (telefonia, textos, vídeos, internet e aplicativos para smartphones) vem sendo visto como uma oportunidade de transformação social e de promoção da saúde¹⁰.

Dito isso, é importante mensurar que existem alternativas tecnológicas que são importantes para produzir saúde, dentre elas os *softwares* mHealth, que são instrumentos que visam melhorar a qualidade de vida dos sujeitos. Assim, o impacto desses aplicativos pode gerar muitos benefícios no âmbito da saúde mental, no gerenciamento de doenças crônicas e no próprio empoderamento dos usuários¹¹.

Assim, compreende-se que os aplicativos móveis ligados à saúde mental são de grande relevância no contexto universitário, tendo em vista a possibilidade de ser usado para aumentar o autoconhecimento dos discentes bem como disponibilizar algumas intervenções, e cada vez mais observa-se o interesse dos acadêmicos para utilizar essa ferramenta¹².

A prevalência de transtornos mentais em estudantes universitários é elevada. Muitos desenvolvem o problema durante o curso, mas apenas uma minoria busca ajuda profissional ou a busca tardiamente.

Nesse sentido, entende-se a relevância deste estudo pela sua contribuição científica, social e de

promoção da saúde mental, a partir da identificação de evidências científicas sobre solução digital em estudantes universitários. Espera-se que este estudo possa contribuir na área de saúde e educação, para futuras pesquisas acerca de evidências científicas sobre solução digital em estudantes universitários, atuando como um recurso assistencial no processo de promoção da saúde.

Nesse contexto, este estudo objetiva conhecer as melhores evidências científicas sobre Tecnologia digital em saúde mental para o cuidado de estudantes do ensino superior.

Materiais e Métodos

Tipo de estudo

Trata-se de uma revisão integrativa, pois fornece informações abrangentes sobre um assunto/problema, constituindo, assim, um corpo de conhecimento¹³. Percorreram-se seis etapas: 1) identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; (2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; (3) identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; (4) categorização dos estudos selecionados; (5) análise e interpretação dos resultados; e 6) apresentação da revisão/ síntese do conhecimento¹⁴.

Delineamento da pesquisa

O levantamento dos dados foram realizados entre Janeiro e março de 2023 nas bases de dados Public/PublishMeline (PUBMED), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

A partir dos Descritores em ciências da saúde – DeCSe Medical Subject Headings - MeSH por intermédio do cruzamento realizou-se, então, a montagem da string de busca utilizando o operador booleano OR, a saber: (Estudantes OR Aluno OR Alunos OR Estudante OR



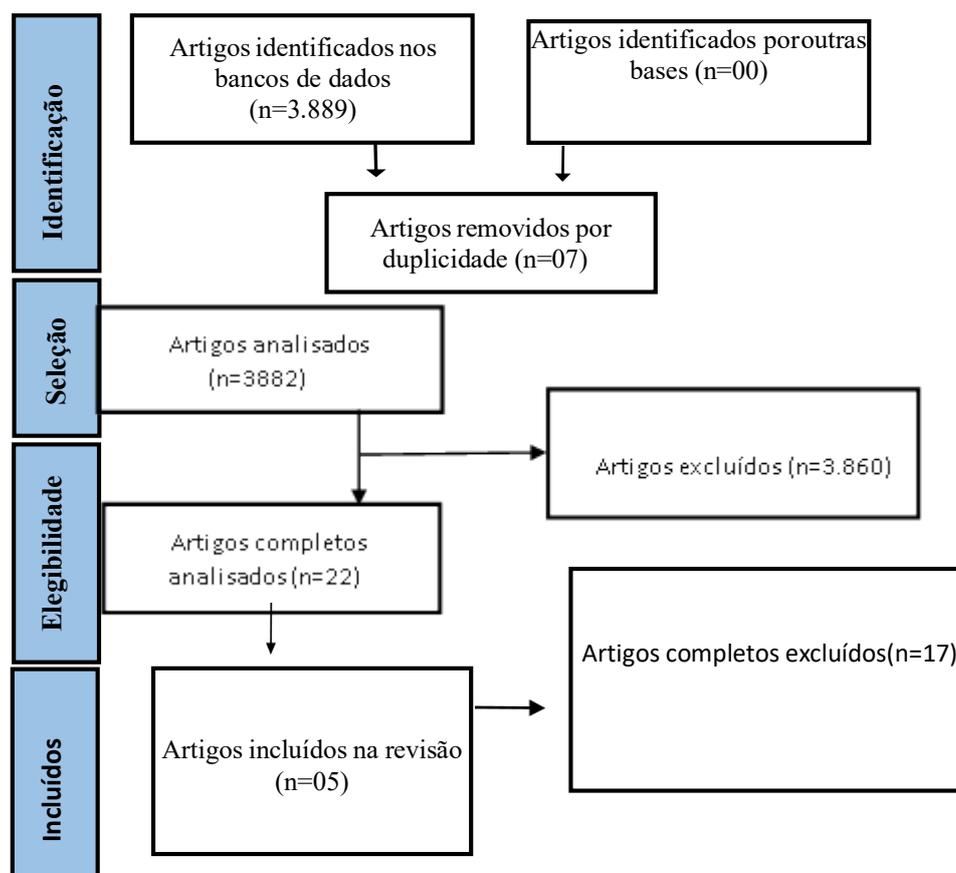
students OR student OR students OR student) / (“Tecnologia digital” OR “saúde mental” OR “Área de Saúde Mental” OR “Higiene Mental” OR “digital technology” OR “mental health” OR “mental health área” OR “mental hygiene”) / (Universidades OR “Educação Superior” OR “Ensino Superior” OR Faculdades OR “Instituições de Ensino Superior” OR Universidade OR universities OR “higher education” OR “higher education” OR faculties OR “higher education institution” OR university), respectivamente.

CrITÉRIOS de InclusÃO e ExclusÃO

Para a seleção dos estudos, aplicaram-se os seguintes critérios de inclusão: : artigos disponíveis, escritos nos idiomas português e inglês e publicados nos

últimos cinco anos (2018-2022), a fim de agregar produções científicas atuais sobre a temática do referido estudo. Adotaram-se, ainda, os seguintes critérios de exclusão: anais de congressos, resenhas, boletins informativos, cartas ao leitor ou quaisquer outros tipos de documentos não identificados como artigos originais, e artigos que apresentassem caráter documental, duplicados, que não responderam diretamente à pergunta norteadora e estudos piloto. Após leitura e aplicação dos critérios de inclusão estabelecidos, a amostra resultou em 22 artigos. Desses, foi realizada a leitura completa, na qual foram excluídos aqueles desconexos com a temática investigada. Por fim, compôs uma amostra final de 05 artigos. Conforme (Figura 01).

Figura 1 – Fluxograma da seleção dos estudos incluídos na revisão integrativa de acordo com as buscas nos bancos de dados. Sobral, Ceará, Brasil, 2023.



Fonte: elaborado com base no PRISMA.

Procedimentos

Inicialmente, os artigos foram triados através da leitura dos títulos e resumos. Os estudos que atenderam aos critérios de elegibilidade ou que apresentaram relevância, foram incluídos para a etapa de leitura do texto na íntegra. Os artigos completos foram revisados de forma independente e extraíram-se dados relativos ao título do artigo, objetivo, tecnologia identificada, participantes, benefícios e desafios. Os dados foram sumarizados em tabelas e descritos de modo qualitativo.

Resultados

Esta revisão integrativa compõe-se de 05 artigos analisados de forma aprofundada e crítica.

Percebe-se um maior número de artigos internacionais, sendo 03 da amostra apresentada, o que revelou um interesse pela área da tecnologia Digital em pesquisas na área da saúde e educação. Quanto ao ano de publicação, os 05 artigos estão no período de 2019 a 2022, sendo 1(um) artigo em 2019, seguido de 2 (dois) manuscritos em 2021 e 2 (dois) em 2022. Há uma considerável diversidade quanto ao lócus e objetivos das pesquisas estudadas, demonstrando que a temática acerca das tecnologias digitais tem sido trabalhada por autores diferenciados, referindo-se a saúde mental de universitários. Os artigos encontram-se dispostos no (Quadro 1), segundo variáveis de interesse.

Quadro 01 – Características dos artigos selecionados, Sobral-Ceará, Brasil, 2023.

Título	Objetivo	Tecnologia Identificada	Participantes	Benefícios	Desafios
Using AI <i>chatbots</i> to provide self-help depression interventions for university students: A randomized trial of effectiveness.	Aumentar as evidências de eficácia da terapia com <i>chatbot</i> como uma intervenção de autoajuda interativa, conveniente e acessível para a depressão.	<i>Chatbot</i>	Graduação e pós-graduação	A intervenção de autoajuda para depressão realizada por <i>chatbot</i> provou ser superior ao mínimo de biblioterapia em termos de redução da depressão, ansiedade e aliança terapêutica alcançada com participantes. Os participantes sugeriram que a redução da ansiedade foi significativa apenas nas primeiras 4 semanas.	Os desafios são vistos pelo conteúdo do <i>chatbot</i> que era limitado. Havia uma expansão de temas e conteúdo, na qual poderia reduzir a repetitividade da conversa e assim, trazer potenciais melhorias.
Engagement and Effectiveness of a Healthy-Coping	Realizar uma avaliação de prova de conceito	<i>Chatbot</i>	Estudantes do primeiro ano letivo.	Implantação de, uma intervenção digital de	Encontram-se como dificuldades



<p>Intervention via Chatbot for University Students During the COVID-19 Pandemic: Mixed Methods Proof-of-Concept Study.</p>	<p>medindo o engajamento e a eficácia do Atena, um <i>chatbot</i> psicoeducacional de apoio ao enfrentamento saudável do estresse e da ansiedade, entre uma população de universitários.</p>			<p>enfrentamento saudável por meio de um <i>chatbot</i> para apoiar a universidade alunos experimentando níveis mais elevados de angústia. Embora as descobertas coletadas durante a pandemia do COVID-19 sejam promissoras, pesquisas são necessárias para confirmar as conclusões.</p>	<p>Informar sobre os dados de avaliação preliminar, tendo em vista que há uma população homogênea de universitários, alunos sem um grupo de controle.</p> <p>Outra limitação está relacionada ao método de coleta, dados objetivos sobre o envolvimento e interação dos usuários com a intervenção do <i>chatbot</i> durante o estudo.</p>
<p>Making space in higher education: disability, digital technology, and the inclusive prospect of digital collaborative making.</p>	<p>Explorar os modos como a interseção entre a deficiência e a tecnologia digital no ensino superior se desdobra em experiências de colaboração que incluem estudantes deficientes.</p>	<p>Curso multimídia</p>	<p>Estudantes com deficiência</p>	<p>O Digital Collaborative Making apresenta oportunidades para alunos com deficiência expressarem abertamente sua criatividade e subverter perspectivas normativas que estigmatizam a deficiência como um déficit.</p>	<p>Uma desvantagem significativa na aplicação do Digital Collaborative Making no curso Vidas Digitais tem a ver com o número limitado de grupos que apresentaram alunos com deficiências.</p>
<p>Elementos fundamentais para o design de jogos digitais com o foco no treino de competências e habilidades de estudantes com transtorno do espectro autista: uma revisão sistemática.</p>	<p>Identificar e analisar os elementos fundamentais, apontados pela literatura nacional e internacional, para o design de jogos digitais com o foco no treino de competências e na aquisição de novas habilidades por estudantes com autismo.</p>	<p>Jogos digitais</p>	<p>Estudantes com autismo</p>	<p>Considera-se que os jogos digitais, quando planejados, exercem potenciais relações com o treino de competências do campo emocional e sensorial e com a aquisição de novas habilidades no campo motor e social por estudantes com autismo.</p>	<p>A mera inserção de jogos planejados na vida social e educacional desses alunos não é suficiente, é necessário o emprego de estratégias por professores, mediadores e pais para um uso benéfico desses jogos, envolvendo um planejamento de</p>



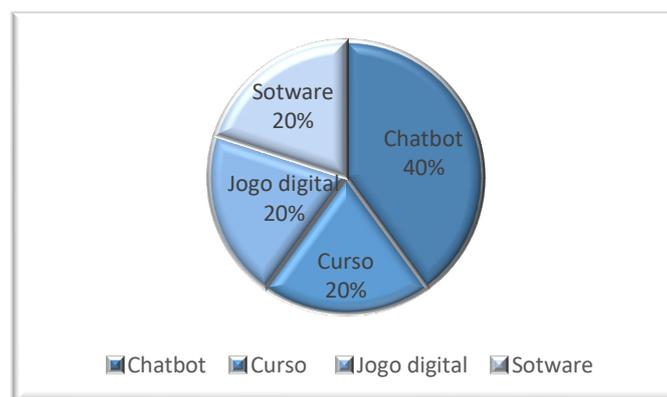
					acordo com as necessidades e as habilidades de cada estudante.
Avaliação de um software de promoção da saúde mental para graduandos de enfermagem dos anos iniciais.	Avaliar um software de promoção da saúde mental destinado a estudantes dos anos iniciais da graduação em enfermagem.	Software	Estudantes de enfermagem	O referido software pode ser considerado como mais uma opção dentre as possibilidades de intervenções para promoção da saúde mental de estudantes de enfermagem dos anos iniciais, constituindo-se em uma ferramenta promissora sobretudo pelo fácil acesso.	Os desafios encontrados foram: impossibilidade de recrutamento e coleta de dados de forma presencial, devido à pandemia de COVID-19, e isso teve implicações diretas no tamanho amostral.

Diante do exposto, observa-se que os objetivos dos estudos selecionados trazem singularidades, mas abordam, em sua maioria, a utilização de estratégias psicoeducativas e de testes emocionais por meio da tecnologia digital, como forma de promover ferramentas no âmbito da saúde e educação superior. Dito isso, observa-se

que os estudos têm o intuito de mobilizar contextos de enfrentamento à saúde emocional dos discentes.

Os resultados do estudo seguirão com diversificação da tecnologia identificada, sendo que a evidência de *chatbot* foi a mais prevalente, conforme (gráfico 01), a seguir.

Gráfico 1 – Distribuição dos estudos analisados por Tecnologia Digital utilizada, Sobral-Ceará, Brasil, 2023.



Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

Destaca-se que esses resultados geram impactos sociais refletidos na criação de oportunidades educacionais e emocionais dos estudantes, com

mecanismos de continuidade psicoeducacional de apoio ao enfrentamento saudável em problemas de saúde mental.

Discussão

Acredita-se que a Saúde Digital compreende o uso de recursos de Tecnologia de Informação e Comunicação (TIC) para produzir e disponibilizar informações confiáveis sobre o estado de saúde para os gestores públicos, profissionais da saúde e cidadãos. A implementação da telemedicina no Brasil envolve um conjunto de ações de Tecnologia de Informação e Comunicação que só terão a efetividade, se os profissionais e gestores estiverem capacitados para utilizá-las adequadamente, porém isso é difícil devido às dimensões do país¹⁵.

Por outro lado, acredita-se que todas as tecnologias têm potencialidades específicas e que podem ser úteis a depender da temática a ser abordada e da didática que for utilizada. Apesar de diferentes, têm pontos em comum, pois possibilitam uma democratização do acesso à informação. Além disso, os estudos foram unânimes em destacar que o uso dessas tecnologias como mediadoras da promoção da saúde faz com que esses usuários desenvolvam criatividade e expressem suas emoções e conflitos¹⁶.

A leitura dos trabalhos mapeados evidenciou aspectos positivos quanto ao uso de tecnologias digitais, principalmente no quesito de incentivar os profissionais a integrarem a tecnologia às atividades de educação digital para desenvolver produtividades aos estudantes, bem como suas habilidades emocionais e sociais.

Em contrapartida, um artigo de revisão de escopo acerca de aplicativos móveis de autogestão em saúde mental reuniu publicações sobre a temática entre 2015 e 2020 e demonstrou a necessidade de estudos sobre aperfeiçoamento das funções dessas ferramentas, sendo reforçada a importância de que a construção de tecnologias seja embasada em pesquisas que considerem as avaliações das mesmas¹⁷.

Um dado importante a ser mensurado é que a maioria dos estudos não especifica o público alvo, expõe que são com estudantes de graduação, no entanto há uma fragilidade no quesito qual curso está sendo avaliado, o que proporciona uma lacuna para os resultados da pesquisa, tendo em vista que isso direciona o encontro com o objeto de estudo.

As pesquisas evidenciadas indicaram benefícios quanto ao uso e possibilidades de intervenção ligadas à tecnologia digital. Promoção da saúde mental, diminuição do estresse, angústia e ansiedade, foram características em comum nos artigos.

Nos últimos anos, o acesso mais amplo da tecnologia digital e os telefones celulares apresentaram novas oportunidades para intervenções em saúde mental de forma viável e aceitável. Embora algumas limitações tenham sido encontradas, como integração de treinamento para uso, suporte humano e baixo envolvimento dos usuários¹⁸.

No que concerne aos benefícios adquiridos, as evidências científicas sobre tecnologia digital apontam que o uso dessas ferramentas proporciona autoajuda e quando bem planejado possibilita saúde mental ao público universitário. Montagini¹⁹ aponta que os estudos de avaliação de estratégias digitais de promoção da saúde mental ganharam maior destaque nas últimas duas décadas, com a popularização dos dispositivos eletrônicos.

Segundo Zanon²⁰, promover intervenções que potencializam mecanismos de resiliência, autocompaixão, criatividade, otimismo, esperança, empatia, gratidão, apoio social e meditação contribui para o bem-estar subjetivo e está associado a um menor risco de desenvolvimento de transtornos mentais. Frente ao exposto, justifica-se que a educação em saúde se destaca como uma estratégia eficaz e oportuna para promover a Saúde Mental por se tratar de uma ferramenta que reúne conhecimentos científicos e empíricos,



promove a autonomia dos indivíduos e comunidade e favorece a qualidade de vida¹².

Com isso, estudos apontam que nos últimos cinco anos foram avaliadas a eficácia de intervenções com recursos on-line a universitários e populações não clínicas, foram realizados em países como China, Coreia do Sul, Austrália e Nova Zelândia, com desfechos positivos quanto aos aspectos como estresse, sintomas depressivos e ansiosos, satisfação com a vida e bem-estar. No Brasil, no entanto, a produção científica sobre tais estratégias remotas ainda é incipiente²¹.

Por outro lado, os estudos apontaram desafios que precisam ser notados e discutidos. Apesar disso, reconhece-se que o desenvolvimento e avaliação de estratégias de intervenção e promoção da saúde mental ainda é um campo a ser minuciosamente explorado.

As limitações encontradas nas evidências científicas associadas à Saúde Mental foram relativas à coleta de dados e sobre o envolvimento e interação dos participantes. Desse modo, acrescenta-se que pesquisas científicas, com ênfase em tecnologias digitais voltadas para a área do cuidado e manejo de estudantes precisam serem desenvolvidas, tendo em vista a necessidade de suporte emocional e bem-estar para esse público.

Esta revisão integrativa evidenciou o mérito das pesquisas publicadas, revelando que já estão sendo realizadas pesquisas com recursos tecnológicos na área de saúde mental com estudantes universitários. Bem como, indica que essas ferramentas, quando utilizadas de forma adequada, com instruções e planejamento, poderão influenciar na melhoria da saúde emocional das pessoas. Entretanto, delineamentos longitudinais devem ser incorporados em pesquisas futuras para determinar variáveis associadas ao público investigado, bem como delimitar a aplicação digital, associando a universitários com ou sem sofrimento

emocional, uma vez que o histórico do discente poderá influenciar no quesito de informações e suporte para o uso da tecnologia.

Conclusão

Após análise e discussão dos resultados, foram tecidas algumas considerações acerca da trajetória dessa investigação, bem como as suas possíveis contribuições acerca das evidências científicas sobre Tecnologia digital em saúde mental para o cuidado de estudantes do ensino superior. Os resultados e sua análise permitem concluir que a maioria da produção sobre o tema concentra sua publicação entre 2019 a 2022.

Ao pesquisar sobre o acesso de tecnologias digitais para o cuidado de estudantes do ensino superior, constata-se que tem sido objeto de muitos estudos, entretanto quando relacionada tecnologia digital como ferramenta de apoio à saúde mental aos estudantes, mediante os trabalhos selecionados, observa-se o quanto é escasso, e que precisa ser investigada.

Entende-se que os resultados deste estudo certamente contribuirão para orientar futuras pesquisas sobre essa temática, bem como o desenvolvimento e melhorias de estratégias de cuidado para esse público, sobretudo pela possibilidade de explicitar os potenciais focos e temáticas mais compatíveis com as manifestações emocionais, contexto relacional e acadêmico desse público. Dessa forma, sugere-se que novas estratégias de promoção da saúde mental de graduandos sejam adicionadas, por instituição reconhecida, em plataformas oficiais, aumentando a confiança na intervenção e na segurança de seu uso.

As lacunas apontam para a exploração mais profunda da produção existente disponível e para a realização de novos estudos sobre tecnologias com cuidados e manejos em saúde mental para dar assistência aos estudantes. Acredita-se que os resultados do presente estudo



contribuam não apenas para a compreensão da temática, mas, principalmente, para sua reflexão crítica, o que poderá produzir novos olhares e novos saberes a seu respeito.

Identifica-se como limitação o número reduzido de estudos com universitários, por essas razões, a presença do profissional de saúde, como enfermeiros e psicólogos, principalmente onde realizem um trabalho holístico, nos ambientes frequentados por universitários, juntamente com a aplicação de uma tecnologia móvel, pode ser um grande diferencial para promover a saúde mental desse público e reduzir os índices de comportamentos pouco saudáveis.

Entretanto, percebe-se, ainda, a necessidade de uma reestruturação na formação e nos paradigmas adotados pelos profissionais de saúde, em especial, os

profissionais da psicologia, que ainda se encontram engessados em currículos formais, onde pouco se discute sobre a saúde mental e tecnologias digitais.

Diante do que foi exposto, pode-se concluir que este estudo trata-se de um recorte, pois não esgotou toda a pesquisa na literatura, mas, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, a busca foi bem delimitada e propiciou a formação de um olhar diferenciado em relação às tecnologias digitais no âmbito da saúde digital. Possibilitou ainda, um novo olhar sobre o desenvolvimento de estratégias e ferramentas de cuidado que proporcionem aos universitários experiências voltadas para o bem-estar e qualidade de vida dentro do contexto educacional, para que seja proporcionada uma cultura de saúde mental para o público em questão.

Referências Bibliográficas

1. Flores D. A importância dos profissionais de saúde na desinstitucionalização do estigma dos sujeitos com transtornos mentais. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, Porto, n. 23, p. 41-46, jun. 2020. Disponível em http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602020000100006&lng=pt&nrm=iso. Acessos em 19 abr. 2023. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0271>.
2. Amarante P. *Saúde Mental e Atenção Psicossocial*. Rio de Janeiro, 4 ed., 2018. Disponível em: <https://taymarillack.files.wordpress.com/2017/09/212474750-amarante-psaude-mental-e-atencao-psicossocial.pdf>. Acesso em: 22 de março de 2023.
3. Braga, Claudia P, Ana FPL. Políticas públicas na atenção à saúde mental de crianças e adolescentes: percurso histórico e caminhos de participação. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 401- 410, Feb. 2019. Acesso em: 11 Fev. 2021.
4. Silva BT, Lima, MSO. Conselhos e conferências de saúde no Brasil: uma revisão integrativa. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 319-328, 2021.
5. Cezar MA, Melo W. Centro de Atenção Psicossocial e território: espaço humano, comunicação e interdisciplinaridade. *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 127-142, 2018.
6. Lima DRR, Guimarães J. Articulação da Rede de Atenção Psicossocial e continuidade do cuidado em território: problematizando possíveis relações. *Physis*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 3, p. 290-310, 2019.
7. Lopes CS. Como está a saúde mental dos brasileiros? A importância das coortes de nascimento para melhor compreensão do problema. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 2, p. 1-4, 2020.
8. Costa, *et al.* *Ansiedade em universitários na área da saúde. II CONBRACIS, 2017. CRP. A Psicologia e sua interface com o atendimento integral à saúde mental. IBEAC São Paulo, 2010*



Disponível em:
http://www.crpssp.org.br/portal/comunicacao/cartilhas/saude_mental/fr_saude.aspx.

9. Ponzo S, *et al.* Efficacy of the Digital Therapeutic Mobile App “BioBase” to Reduce Stress and Improve Mental Wellbeing Among University Students: a Randomized Controlled Trial (Preprint). *JMIR mHealth and uHealth*, v. 8, n. 4, 2020. DOI 10.2196/17767.
10. Silva J F, *et al.* Adolescência e saúde mental: a perspectiva de profissionais da Atenção Básica em Saúde. Botucatu: Interface (Botucatu), 2019.
11. Gomes ML, Rodrigues IR, Moura NS, Bezerra KC, Lopes BB, Teixeira JJ, *et al.* Avaliação de aplicativos móveis para promoção da saúde de gestantes com pré-eclâmpsia. *Acta Paul Enferm.* 2019;32(3):275-81.
12. Oliveira F B, Costa AL, Araujo DAM, *et al.* Promoção da saúde mental de jovens e adultos: ações extensionistas. *Rev Enferm UFPE on line*, v.4, n. 3, p. 15-18, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2021.247775>.
13. Ercole FF, Melo LS, Alcoforado CLGC. Revisão Integrativa versus Revisão Sistemática. *Rev Min Enferm.* 2014;18(1):1-260. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-716875>.
14. Botelho L R, Cunha CCA.; Macedo M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e sociedade*, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2008. Disponível em: . Acesso em: 27 mar. 2023.
15. Soares NA, *et al.* *AlBrazilian Journal of Development*, Curitiba, v.8, n.5, p. 38954-38972, may., 2022.
16. Rodrigues BB, *et al.* Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 44, p. e149, 2018.
17. Nobrega M P S, Tiburcio PC, Fernandes MC, *et al.* Explorando o uso de aplicativos móveis para autogestão do tratamento em saúde mental: scoping review. *Rev. Enferm*, v.11,n.56, p.1-24,2021. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/item/003081566>. Acesso em: 18 set. 2023.
18. Torous J , Nicholas J , Larsen ME , e outros Revisão clínica do envolvimento do usuário com aplicativos de smartphone de saúde mental: evidências, teoria e melhorias *BMJ Ment Health* 2018; 21: 116-119.
19. Montagni I, Cariou T, Feuillet T, Langlois E, Tzourio C. Exploring digital health use and opinions of university students: field survey study. *JMIR Mhealth Uhealth*. 2018;6 (3):e65. doi: <http://dx.doi.org/10.2196/mhealth.9131>. PubMed PMID: 29549071.
20. Zanon C, *et al.* COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.
21. Baldassarini CR, *et al.* Evaluation of software for mental health promotion of undergraduate nursing students in the early years of college. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 56, p. e20220006, 2022.

Como citar este artigo:

Aguiar LC, Ávila REE, Cunha ICH, Oliveira EM, Teixeira JSS, Moraes AJN. Tecnologia digital em saúde mental para o cuidado de estudantes do ensino superior: uma revisão integrativa. *Rev. Aten. Saúde*. 2024; e20249505(22). doi <https://doi.org/10.13037/ras.vol22.e20249505>

