



## USO DAS TECNOLOGIAS EM SAÚDE PARA MELHORIA DO SOFRIMENTO PSÍQUICO EM UNIVERSITÁRIOS

**Micaelle de Sousa Silva<sup>1</sup>, Kessia Luanna da Silva Higino<sup>2</sup>, Rosely Leyliane dos Santos<sup>3</sup>**

**Resumo:** Desordens emocionais progressivas são características de um sofrimento mental, que se não tratada pode evoluir para algum tipo de transtorno mental, como depressão e a ansiedade. Neste contexto, questões como sobrecarga no trabalho e estudos, contribuem para mudanças drásticas na saúde mental das pessoas, tendo um público bastante vulnerável, os estudantes universitários. Estes são expostos a alto nível de pressão acadêmica, emprego inviável, muitas vezes mudança do estado de origem, sendo fatores importantes para o acometimento mental desta população. Assim, objetiva-se identificar o uso das tecnologias em saúde para melhoria do sofrimento mental em estudantes universitários. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, em que a pergunta norteadora foi: Quais principais tecnologias em saúde utilizadas na melhoria do sofrimento psíquico em universitários? A busca de dados aconteceu de setembro a outubro de 2022. Foram utilizadas as bases de dados: Medline (Pubmed); Scielo e Lilacs. Os descritores em saúde e Subject Heading Terms utilizados foram: saúde mental/health mental; tecnologias/technologies e estudantes/students. Como estratégia de busca foi utilizado o operador booleano AND entre os termos. Os critérios de inclusão são: data de publicação dos últimos 5 anos; artigos originais; revisão sistemática; estar no idioma português, inglês e espanhol; responder à pergunta norteadora. De acordo com a análise dos dados foi possível inferir que tecnologias leves-duras, com apoio das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) são as mais utilizadas nesse contexto, como a criação de aplicativos de celular para que os alunos das universidades possam ter conhecimento de sua saúde mental e a partir disso conseguir expor suas principais queixas. Dentre outras tecnologias citadas pelos estudos está a telessaúde, sejam de modo ativo, ou com postagem de vídeos dos profissionais em canais de streaming, como o Youtube, nos quais eram direcionados aos universitários, e além disto a utilização de atividade em grupos, para que houvessem o compartilhamento entre os estudantes de suas experiências. Tais métodos foram bastante efetivos, contribuindo para diminuição significativa dos sintomas de ansiedade e depressão. Assim, observamos que uso das TICs no contexto da saúde mental em universitários são os mais eficientes para atingir esse público, e assim conseguir minimizar os sintomas de transtornos mentais e aumentar a qualidade de vida dos estudantes.

<sup>1</sup> Universidade Regional do Cariri, e-mail: micaelle.sousa@urca.br

<sup>2</sup> Centro Universitário Leão Sampaio, e-mail: kessia.luanna.119.1@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Regional do Cariri, e-mail: Rosely.santos@urca.br

**VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV**

**Semana**

**de Iniciação Científica da URCA  
e VIII Semana de Extensão da URCA**

*12 a 16 de dezembro de 2022*

*Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”*



**Palavras-chave:** Atividades científicas e tecnológicas. Estudantes. Saúde. Saúde mental. Tecnologias.