

FATORES PROTETIVOS DO SUICÍDIO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

LUIZA DOS SANTOS GIUSTI¹; TIAGO NEUENFELD MUNHOZ²;

¹*Universidade Federal de Pelotas – luizagiusti1@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – tiago.munhoz@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

O suicídio é a quarta maior causa mundial de morte de jovens, ficando atrás somente de acidentes de trânsito, tuberculose e violência interpessoal (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2021). No Brasil, 34% dos casos registrados de suicídio em 2021 foram de indivíduos entre e 15 e 29 anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2024), seguindo a tendência mundial que justifica um olhar atento às particularidades que colocam tal população em risco.

O período da juventude encontra-se muitas vezes associado ao ingresso no mundo universitário, que, além de exigir uma adaptação ao novo ambiente, promove também elevados níveis de estresse decorrentes de pressões acadêmicas, sociais e financeiras (VELOSO et al., 2019). Assim, a população universitária encontra-se em elevado risco para o desenvolvimento de distúrbios mentais (MCGORRY et al., 2011), incluindo o comportamento suicida, como evidenciado pelo estudo epidemiológico de MORTIER et al. (2019), que encontrou uma prevalência de 17.2% de ideação suicida nos últimos 12 meses em estudantes de graduação. Achados como esse revelam a necessidade de compreender o suicídio e suas peculiaridades na população universitária, a fim de reduzir os níveis de sofrimento atualmente encontrados.

O comportamento suicida é um fenômeno complexo e multifatorial, impactado por fatores genéticos, ambientais e socioeconômicos (CESCON et al., 2018), e que compreende os processos de ideação suicida, plano de suicídio e tentativa de suicídio (NOCK et al., 2008a). Identificar e intervir no suicídio ainda na etapa de ideação é fundamental na prevenção da consolidação da morte e promoção de saúde mental e qualidade de vida.

A literatura acerca do suicídio atualmente é ampla na busca pela compreensão de sua prevalência em diferentes populações e na definição de fatores de risco, como orientação sexual, gênero, idade (WARD et al., 2022), nível de educação e presença de transtornos mentais (NOCK et al., 2008b). No entanto, a identificação de fatores protetivos, especialmente em estudantes universitários, não aparece como um foco de pesquisa.

Fatores protetivos são definidos como aqueles que diminuem a probabilidade de um resultado na presença de risco elevado (NOCK et al., 2008a) sendo, nesse sentido, imprescindíveis para a formulação de estratégias de enfrentamento. Logo, o presente trabalho busca reunir e debater evidências sobre fatores de proteção do comportamento suicida em jovens universitários, entendendo-os como uma população em grande risco e valorizando o entendimento dos fatores protetivos como essenciais para pensar em métodos de prevenção e intervenção mais eficazes.

2. METODOLOGIA

Foram analisados 282 artigos científicos com dados primários, publicados de 2014 a 2025, com as palavras chaves “suicide”, “protective factors”, “university” e

“students”, importados da plataforma PubMed. Optou-se pela busca dos termos em inglês, uma vez que as palavras chaves “suicídio”, “fatores protetivos” e “estudantes” não obtiveram resultados. Para os fins deste estudo, excluiu-se publicações que não contemplassem a população universitária ou que não investigassem a presença de fatores protetivos em suas análises.

Ao todo, 62 artigos atenderam aos critérios de seleção. Destes, 9 foram considerados relevantes para o estudo e incluídos nos resultados

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os fatores protetivos mais prevalentes nas publicações analisadas, destaca-se o papel do suporte social recebido por estudantes, bem como a integração à vida acadêmica e a possibilidade de conciliação de estudos eficazes com uma rotina saudável. Nesse sentido, a proteção parece estar relacionada a todo o processo que envolve o vínculo acadêmico dos estudantes: desde o ingresso, a partir do significado na decisão de entrar na universidade (CECCHIN et al., 2024), passando pela adaptação ao mundo universitário (WANG et al., 2024) e chegando ao estudo e desempenho satisfatórios na faculdade (TASNIM et al., 2020; KAGGWA et al., 2022). Conciliando tais processos, o suporte institucional atua também como fator protetivo contra o suicídio (CECCHIN et al., 2024), sendo peça fundamental para auxiliar os estudantes à navegar a nova realidade e suas demandas. Assim, o suporte institucional não deve limitar-se a procedimentos simbólicos e pouco acessíveis, mas sim preocupar-se na promoção de políticas sérias e consistentes de acolhimento e saúde, que incluem a prevenção contra o suicídio e, consequentemente, a propiciação de agentes protetivos para seus estudantes.

Dessa forma, é relevante pensar em intervenções que busquem a promoção de tais mecanismos protetivos ainda no início da graduação, por ser um momento delicado de transição e adaptação para muitos estudantes, que enfrentam, além da mudança na rotina, a distância de suas redes de suporte tradicionais, como amigos e família (OLIVEIRA, DIAS, 2014). Em uma amostra de estudantes do primeiro ano, KIRLIC et al. (2023), encontraram amizades como protetivas contra pensamentos e comportamento suicidas, enquanto o isolamento social aparece como fator de risco. Tais dados demonstram como, em conjunto ao suporte institucional, o apoio social e senso de pertencimento são pilares para o bem-estar estudantil no momento de introdução à faculdade.

Apesar de ainda mais relevante no período de ingresso na graduação, o suporte social age como um fator protetivo contra o suicídio na população universitária em geral (CECCHIN et al., 2014; LEW et al., 2021) de forma semelhante a como atua em outras parcelas populacionais (WON et al., 2021). Logo, iniciativas que promovam a coletividade e criação de laços dentro e fora dos câmpus são estratégias potentes para a proteção contra o suicídio.

Ademais, hábitos saudáveis como o sono e descanso de qualidade (WANG et al., 2024; LANDA-BLANCO et al., 2024) e a prática de exercícios físicos (NING et al., 2022; WOODSON et al., 2024; TASNIM et al., 2020) também foram destaques na proteção contra o comportamento suicida. No entanto, é necessário questionar quais estudantes vivem uma realidade na qual tais hábitos são facilmente conciliáveis com os deveres domésticos, laborais e acadêmicos, principalmente na sociedade brasileira. Frente às constantes demandas produtivas, altas cargas horárias e curtos prazos para realização de tarefas, é comum que os universitários negligenciem a própria saúde, como demonstra o

estudo de NOGUEIRA SILVA et al. (2022), no qual 72,5% dos discentes relataram uma qualidade de sono ruim. Em suma, a proteção contra o suicídio em jovens universitários está ligada à maneira complexa como a experiência colegial é vivida dentro e fora dos ambientes acadêmicos por cada um, cabendo à instituição de ensino atuar como facilitador para o desenvolvimento de conexões e hábitos protetivos.

4. CONCLUSÕES

Portanto, entende-se que o ambiente universitário desempenha um papel importante na consolidação de fatores protetivos do suicídio de seus estudantes, podendo potencializá-los a partir da maior integração à academia, oferta de suporte institucional de qualidade e promoção de oportunidades para a criação de redes de suporte social e adoção de uma rotina saudável.

Define-se também a necessidade de maiores estudos com foco nos fatores protetivos contra o suicídio em universitários, especialmente que contemplam a diversidade e especificidade da experiência brasileira e latinoamericana. Com isso, será possível propor programas que foquem nos fatores protetivos como estratégia de promoção e prevenção para diminuir as taxas de ideação, planos e tentativas de suicídio na população universitária nacional.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CECCHIN, H. F. G. et al. A mixed methods study of suicide protective factors in college students. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 35, 2024.

CESCON, L. F.; CAPOZZOLO, A. A.; LIMA, L. C. Aproximações e distanciamentos ao suicídio: analisadores de um serviço de atenção psicossocial. **Saúde E Sociedade**, v. 27,1, p. 185–200, 2018.

KAGGWA, M. M. et al. Suicidal behaviours among Ugandan university students: a cross-sectional study. **BMC Psychiatry**, v. 22, p. 234, 2022.

KIRLIC N. et al. A machine learning analysis of risk and protective factors of suicidal thoughts and behaviors in college students. **Journal of American College Health**, v. 71,6, p. 1863-1872, 2023.

LANDA-BLANCO, M. et al. Exploring suicide ideation in university students: sleep quality, social media, self-esteem, and barriers to seeking psychological help. **Front. Psychiatry**, v. 15 p. 1352889, 2024.

LEW, B. et al. Psychological characteristics of suicide attempters among undergraduate college students in China: a cross-sectional study. **BMC Public Health**, v. 21, p. 322, 2021.

MCGORRY, P. D. et al. Age of onset and timing of treatment for mental and substance use disorders: implications for preventive intervention strategies and models of care. **Curr Opin Psychiatry**, v. 24(4), p. 301-6, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil de 2010 a 2021. **Boletim Epidemiológico**, v. 55, n. 4, 2024.

MORTIER, P. et al. Suicidal Thoughts and Behaviors Among First-Year College Students: Results From the WMH-ICS Project. **J Am Acad Child Adolesc Psychiatry**, v. 57(4), p. 263-273.e1, 2018.

NING, K. et al. Regular Exercise with Suicide Ideation, Suicide Plan and Suicide Attempt in University Students: Data from the Health Minds Survey 2018-2019. **International journal of environmental research and public health**, v. 19,14, p. 8856, 2022.

NOCK, M. K. et al. Suicide and suicidal behavior. **Epidemiologic reviews**, v. 30,1, p. 133-54, 2008.

NOCK, M. K. et al. Cross-national prevalence and risk factors for suicidal ideation, plans and attempts. **The British journal of psychiatry**, v. 1992,2, p. 98-105, 2008.

NOGUEIRA SILVA, D. et al. Qualidade de sono e níveis de ansiedade entre estudantes universitários. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 46, p. 247–254, 2022.

OLIVEIRA, C. T. de; DIAS, A. C. G. Dificuldades na Trajetória Universitária e Rede de Apoio de Calouros e Formandos. **Psico**, v. 45, n. 2, p. 187-197, 2014.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Suicide worldwide in 2021. Geneva: World Health Organization, 2021.

TASNIM, R. et al. Suicidal ideation among Bangladeshi university students early during the COVID-19 pandemic: Prevalence estimates and correlates. **Children and youth services review**, v. 119, p. 105703, 2020.

VELOSO, L. et al. Ideação suicida em universitários da área da saúde: prevalência e fatores associados. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 40, p. e20180144, 2019.

WANG Z. et al. Risk and protective factors of suicidal tendencies among freshmen in China revealed by a hierarchical regression model. **European child & adolescent psychiatry**, v. 33,9, p. 3043-3053. 2024.

WARD C. et al. Suicidal behaviours and mental health disorders among students commencing college. **Psychiatry research**, v. 307, p. 114314, 2022.

WON, M. R., et al. The mediating effect of life satisfaction and the moderated mediating effect of social support on the relationship between depression and suicidal behavior among older adults. **International journal of geriatric psychiatry**, v. 36(11), p. 1732–1738, 2021.

WOODSON, O. et al. Depression, anxiety, and suicidal behaviors in a large-scale national survey of student athletes versus non-athlete college students: risk and protective factors'. **Journal of American College Health**, p. 1–9, 2024.