



**FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DE FERNANDÓPOLIS-FEF
FACULDADES INTEGRADAS DE FERNANDÓPOLIS-FIFE**

**MIRIAN CARLA QUATROQUE DE SOUZA
NAYARA FERNANDA EVANGELISTA**

**UTILIZAÇÃO DE ANTIDEPRESSIVOS POR ACADÊMICOS DA ÁREA
DA SAÚDE DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR**

FERNANDÓPOLIS-SP

2019

**MIRIAN CARLA QUATROQUE DE SOUZA
NAYARA FERNANDA EVANGELISTA**

**UTILIZAÇÃO DE ANTIDEPRESSIVOS POR ACADÊMICOS DA ÁREA
DA SAÚDE DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR**

Artigo científico apresentado à Banca Examinadora do Curso de Graduação em Biomedicina da Fundação Educacional de Fernandópolis como exigência parcial para obtenção do título de bacharel em Biomedicina.

Orientador: Prof. Me. Giovanni Carlos de Oliveira

**FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DE FERNANDÓPOLIS
FERNANDÓPOLIS – SP**

2019

UTILIZAÇÃO DE ANTIDEPRESSIVOS POR ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

USE OF ANTIDEPRESSANTS BY HEALTHCARE ACADEMICS OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTION

¹EVANGELISTA, Nayara Fernanda;¹SOUZA, Mirian Carla Quatroque;
²OLIVEIRA, Giovanni Carlos.

E-mail: nayarafevangelista@gmail.com; mirianquatroque@hotmail.com

ABSTRACT: *Depression is a chronic and recurring mood disorder, being the leading cause of disability in the world. The combination of psychotherapy and pharmacotherapy are used in the treatment of this disease. This is a cross-sectional and descriptive research, conducted through the application of questionnaires, and aimed to characterize the profile of antidepressant use by health academics of a private educational institution. It was observed that 24% of students have already used antidepressants and 12% are currently using it. The most widely used class of antidepressants was Selective Serotonin Reuptake Inhibitors. From the results it was possible to identify that, among the academics under study, the antidepressant consumption affects the female gender between 19 and 28 years old. 29% of the students reported the presence of side effects and 18% reported having doubts regarding treatment. The guidance of a skilled professional is essential and indispensable not to generate false expectations and optimize patient adherence to treatment.*

Keywords: *Antidepressants; Depression; Students; Pharmacotherapy.*

RESUMO: A depressão é um transtorno de humor crônico e recorrente, sendo a principal causa de incapacidade no mundo. A combinação entre psicoterapia e farmacoterapia são utilizadas no tratamento desta doença. Esta é uma pesquisa do tipo transversal e descritiva, realizada por meio da aplicação de questionários, e teve como objetivo caracterizar o perfil de utilização de antidepressivos por acadêmicos da área da saúde de uma instituição de ensino privada. Foi observado que, 24% dos estudantes já fizeram uso de antidepressivos e 12% fazem o uso atualmente. A classe de antidepressivos mais utilizada foi a dos Inibidores Seletivos de Recaptação da Serotonina. A partir dos resultados foi possível identificar que, dentre os acadêmicos em estudo, o consumo de antidepressivos atinge em maior porcentagem o gênero feminino com faixa etária entre 19 e 28 anos. 29% dos estudantes relataram a presença de efeitos colaterais e 18% referiram possuir dúvidas em relação ao tratamento. A orientação de um profissional capacitado é essencial e indispensável para não gerar falsas expectativas e otimizar a adesão do paciente ao tratamento

Palavras-chaves: Antidepressivos; Depressão; Estudantes; Farmacoterapia.

¹Acadêmico(a) do curso de Biomedicina das Faculdades Integradas de Fernandópolis - FIFE, Fernandópolis-SP.

²Mestre em Ciências Farmacêuticas, orientador e professor do curso de Farmácia das Faculdades Integradas de Fernandópolis - FIFE, Fernandópolis-SP.

INTRODUÇÃO

A depressão é um transtorno mental frequente caracterizado pela presença de sintomas, tais como, baixa autoestima, sentimento de culpa, perda do interesse, falta de concentração, distúrbios do sono e apetite. Em âmbito global, a depressão é a principal causa de incapacidade e um dos principais contribuintes para a carga global de doenças (OPAS, 2018).

Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), revelam que mais de 300 milhões de pessoas sofrem de depressão, o equivalente a 4,4% da população mundial. O Brasil é o país que possui mais casos de transtornos depressivos em toda a América Latina, sendo atingidas 11,5 milhões de pessoas. Entre 2005 e 2015, o total estimado de pessoas com depressão aumentou 18,4% (WHO, 2017).

A etiologia da depressão ainda não é totalmente conhecida. Pode-se dizer que a depressão é um transtorno multifatorial, no qual podem estar envolvidos fatores genéticos, biológicos e psicossociais. Devido a isso e pela presença de sintomas variados, que diferem entre os doentes, a depressão continua a ser uma doença de difícil tratamento. A combinação entre psicoterapia e farmacoterapia tem sido comprovada como útil no tratamento dessa doença (ALLAN, 2017).

Os antidepressivos utilizados no tratamento farmacológico da depressão possuem estruturas químicas e mecanismos de ação distintos entre si. Entretanto, de forma geral, todos proporcionam a elevação dos níveis de neurotransmissores, como noradrenalina e serotonina, na fenda sináptica. Inibidores da Monoaminoxidase (MAO), Antidepressivos Tricíclicos (ADT), Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina (SSRI), Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina e da Noradrenalina (SNRI) são algumas classes de antidepressivos amplamente utilizadas (FERNANDES, 2014).

Se não diagnosticada e tratada corretamente, a depressão pode levar ao suicídio. Em 2016, o suicídio foi a segunda principal causa de morte entre jovens com idade entre 15 e 29 anos (WHO, 2018).

Estresse, pressão, cobranças, insatisfações e inseguranças estão cada vez mais presentes na vida acadêmica, deixando os universitários mais vulneráveis psicologicamente ao desenvolvimento de quadros depressivos ou ao agravamento destes, o que pode refletir em prejuízos na rotina acadêmica, social e profissional (SILVEIRA; SILVA; SOUZA, 2017).

Considerando o fato dos estudantes universitários serem um dos segmentos particularmente sobrecarregados e vulneráveis em nossa sociedade e também a incidência de transtornos psíquicos e suicídio entre os mesmos, esses constituem-se como um grupo de grande relevância para o estudo da utilização de antidepressivos.

Portanto, o objetivo do presente estudo é caracterizar o perfil de utilização de antidepressivos por estudantes universitários da área da saúde das Faculdades Integradas de Fernandópolis FIFE/FEF.

DESENVOLVIMENTO TEÓRICO

A depressão inclui duas subcategorias principais: transtorno depressivo maior e distímia. Outra distinção importante envolve a depressão em pessoas com ou sem histórias de episódios maníacos (WHO, 2017).

Na Tabela 1, estão apresentados os tipos de depressão e suas definições.

Tabela 1 – Tipos de depressão.

TIPO	DEFINIÇÃO
Transtorno depressivo maior	Caracterizado pela presença de sintomas como humor deprimido, perda do interesse e prazer, e diminuição de energia. Neste caso, um episódio depressivo pode ser classificado como leve, moderado ou grave, dependendo do número e da gravidade dos sintomas.
Distímia	Forma persistente e crônica da depressão leve, com presença de sintomas semelhantes ao episódio depressivo, porém esses sintomas são menos intensos e duram mais.
Transtorno afetivo bipolar	Consiste em episódios maníacos com elevação do humor e energia, e episódios depressivos separados por períodos de humor normal.

Fonte: WHO, 2017.

A depressão usualmente é tratada com antidepressivos, que atuam inibindo a recaptação de neurotransmissores ou diminuindo a sua destruição por ação da MAO (Monoamina oxidase), proporcionando assim, um aumento no nível de neurotransmissores na fenda sináptica e conseqüentemente uma reestruturação no humor do doente (NEVES, 2015).

Na Tabela 2, estão apresentadas as classes de antidepressivos e os tipos mais utilizados.

Tabela 2 – Classes e exemplos de antidepressivos.

CLASSE DO ANTIDEPRESSIVO	FÁRMACOS
Antidepressivos tricíclicos (ADT)	Amitriptilina, Clomipramina, Imipramina, Nortriptilina e Reboxetina
Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina (SSRI)	Fluoxetina, Sertralina, Paroxetina, Fluvoxamina, Citalopram e Escitalopram
Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina e da Noradrenalina (SNRI)	Venlafaxina, Milnacipran e Duloxetina
Inibidores da Monoaminoxidase (MAO)	Moclobemida, Trancipromina e Fenzina

Fonte: Neves (2015); Fernandes (2014).

A Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), também tem sido utilizada no tratamento da depressão. O seu objetivo é eliminar o sofrimento do indivíduo por meio da identificação de pensamentos negativos automáticos e comportamentos inadequados, com a finalidade de modificá-los, para uma melhor qualidade de vida pessoal. São utilizadas técnicas para analisar o estado de cada paciente com depressão, tornando-o seu próprio terapeuta com a prevenção de recaídas (CIZIL; BELUCO, 2019).

Segundo Anibal e Romano (2017), a atividade física representa um tratamento paliativo para depressão (não excludente das terapias convencionais), sendo apontada por pesquisadores como equivalente a psicoterapia em níveis de eficácia e sem as reações adversas e o alto custo da terapia medicamentosa. Além dos

benefícios anatômicos, fisiológicos, respiratórios e cardiovasculares, o exercício físico promove em indivíduos com depressão, melhora geral da autoestima e da percepção de auto eficácia, do humor e do bem-estar psicológico, distração - afastar pensamentos negativos, além de ganhos sociais pela interação e convivência.

O Yoga é citado por Gonçalves (2018) como uma atividade que auxilia no combate ao estresse e depressão, pois atua na inteligência emocional e estimula a capacidade de discernimento entre o real e o ilusório, ajudando o praticante a manter a tranquilidade e o equilíbrio físico, mental e emocional.

As técnicas de atenção plena, referidas como *Mindfulness*, também têm sido utilizadas como uma prática terapêutica cada vez mais popular que pode melhorar o estado clínico da depressão, remetendo para uma forma de estar presente a si, aos outros e ao meio à sua volta a cada momento. É benéfico ao promover saúde e bem-estar, reduz perturbações de humor, ajuda a lidar com o estresse e aumenta os níveis de empatia, melhorando o estado clínico na depressão (ALLAN, 2017).

Baseada no princípio de que o semelhante cura o semelhante, a homeopatia é uma forma de tratamento que enfrenta ainda muita resistência e descrença, especialmente pelo seu desconhecimento de ação no organismo. Mesmo o banco de dados existente para o tratamento homeopático da depressão ser escasso, pesquisadores já conseguiram demonstrar sua eficácia, além de ser um tratamento que apresenta efeitos adversos mínimos quando comparado ao tratamento padrão para depressão (MARTINS, 2016).

A utilização de produtos naturais com propriedades terapêuticas, para o alívio e prevenção de doenças, é muito antiga e até hoje tem seu espaço, mesmo com a crescente demanda da indústria farmacêutica. O *Hypericum perforatum L.*, conhecido também como Hipérico ou Erva-de-São-João é uma planta de natureza herbácea que possui efeitos sobre o Sistema Nervoso Central. É uma medicação fitoterápica com grande ação antidepressiva, apresentando eficácia semelhante aos antidepressivos sintéticos (FURTADO, 2017).

Métodos alternativos e/ou complementares, como os citados acima e outros, estão sendo procurados e utilizados com mais frequência para o tratamento de doenças e promoção da saúde. Tais práticas são mais rentáveis em relação a Medicina Alopática, entretanto são necessários mais investimentos em pesquisas científicas que visem, principalmente, o conhecimento dos efeitos desses métodos no organismo do indivíduo (OLIVEIRA et al, 2018).

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo é do tipo transversal e descritivo. Foi realizado entre os meses de setembro e outubro do ano de 2019 em uma instituição de ensino superior privada do estado de São Paulo. Foram aplicados questionários estruturados com 20 questões abertas e fechadas, além de variáveis socioeconômicas para acadêmicos da área da saúde da instituição em questão. Os cursos incluídos na pesquisa foram: Biomedicina, Enfermagem, Estética e Cosmética, Educação Física, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Nutrição e Psicologia.

Foram aplicados 10 questionários por turma, exceto para aquelas em que o número de alunos presentes foi inferior ou aquelas em que os alunos não aceitaram participar. Para algumas turmas os questionários não foram aplicados, pois os alunos estavam em período de estágio em campo externo.

Os dados obtidos foram analisados e demonstrados através de gráficos e tabelas utilizando o editor de planilhas do Microsoft Office Excel®.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram aplicados um total de 238 questionários, dos quais 6 foram excluídos, pois foram respondidos de forma incorreta.

Por meio da análise dos demais questionários, constatou-se que 76% dos estudantes nunca utilizaram antidepressivos, 24% já utilizaram e desses, 50% utilizam atualmente e constituem a amostra do presente estudo.

Um estudo realizado com universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil, demonstrou que a prevalência de depressão entre os mesmos é de 28,6% (LEÃO et al, 2018). Outro estudo realizado com 289 estudantes de uma faculdade de medicina pública do Estado de São Paulo, revelou que 11,4% deles faziam ou já fizeram uso de medicamentos antidepressivos alguma vez (RIBEIRO, 2014).

Na tabela 3, estão apresentadas as informações socioeconômicas dos estudantes que utilizam antidepressivos.

Tabela 3 - Variáveis socioeconômicas dos estudantes que utilizam antidepressivos

Variáveis	F (n=28)	%
Gênero		
Feminino	24	86%
Masculino	4	14%
Idade		
19-28	20	71%
29-38	3	11%
39-48	5	18%
Curso		
Biomedicina	7	25%
Educação Física	1	4%
Enfermagem	4	14%
Estética e Cosmética	2	7%
Farmácia	2	7%
Fisioterapia	1	4%
Fonoaudiologia	1	4%
Nutrição	1	4%
Psicologia	9	32%
Estado Civil		
Solteiro (a)	21	75%
Casado (a)	5	18%
Outro	2	7%
Trabalha		
Não	9	32%
Sim	19	68%
Bolsa Estudantil		
Não	16	57%
Sim	12	43%
Tem filhos		
Não	23	82%
Sim	5	18%
Renda Familiar		
Abaixo de 1 salário	2	7%
1-2 salários	12	43%
3-5 salários	8	29%
Acima de 5 salários	6	21%

Fonte: Própria.

Verificou-se que a maior porcentagem destes estudantes possuem faixa etária compreendida entre 19 e 28 anos, são do sexo feminino, solteiros, trabalham,

não possuem bolsa estudantil, não tem filhos e possuem renda familiar de 1 a 2 salários mínimos.

No estudo realizado por Ribeiro et al., (2014), é identificado um consumo maior de antidepressivos por estudantes do sexo feminino, o que também é constatado na presente pesquisa e corrobora os dados da Organização Mundial da Saúde, que afirma que a depressão é mais comum entre mulheres (5,1%) do que homens (3,6%).

A maioria dos estudantes sentiram-se melhores após início do tratamento com antidepressivos (89%). Uma porcentagem, de 32%, referiu terem utilizado outro tipo de antidepressivo antes de iniciar o tratamento atual.

Na Tabela 4, está apresentado há quanto tempo os estudantes utilizam antidepressivos.

Tabela 4 – Tempo de uso de antidepressivos

Tempo	Frequência
Menos de 1 ano	21%
1 a 3 anos	43%
4 a 6 anos	14%
7 a 9 anos	11%
10 anos ou mais	11%

Fonte: Própria

Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS) foi a classe de antidepressivos mais utilizada (57%), sendo os principais fármacos citados pertencentes a essa classe o escitalopram, a sertralina e o citalopram. Esse grupo na década de 80 passou a substituir os antidepressivos tricíclicos como tratamento de 1ª linha para depressão, pois eram mais seguros e melhor tolerado. Como efeitos secundários mais frequentes, pode-se citar cefaleias, disfunção sexual e sintomas gastrointestinais (FERNANDES, 2014).

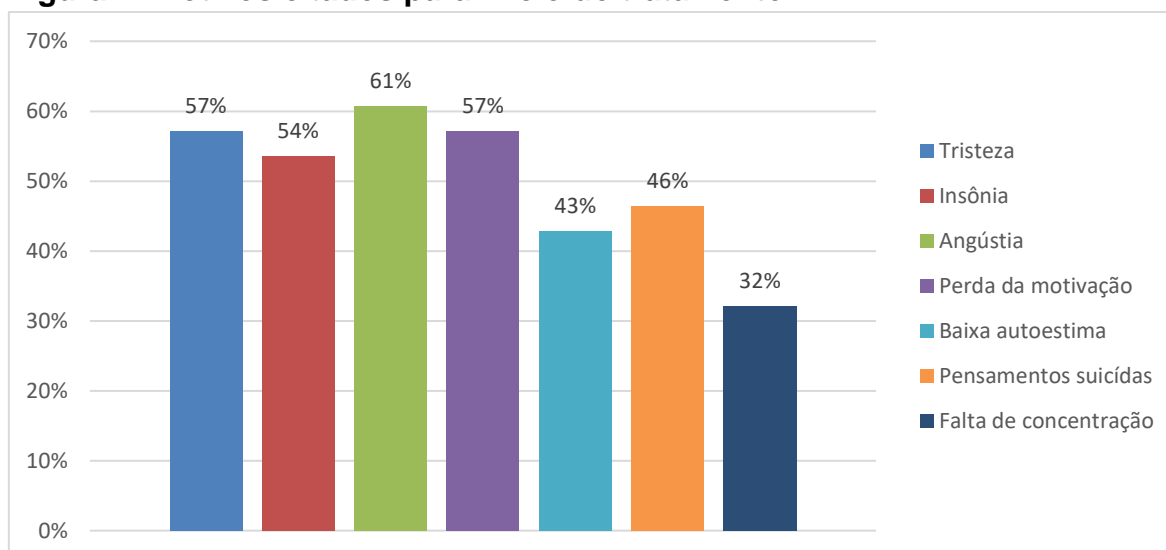
Apenas 29% dos estudantes relataram a presença de efeitos colaterais, que incluem, entre outros sintomas, ganho de peso, agitação, insônia, tremores e visão embaçada. Foi observado que esses mesmos estudantes fazem uso de outros medicamentos concomitantemente ao uso de antidepressivos, como ansiolíticos e anticonvulsivante. Nesses casos, o índice de interações medicamentosas possíveis

é maior. Foi constatado no estudo de Ribeiro et al., (2014) associação estatisticamente significativa entre o consumo de outros medicamentos, além de antidepressivos e a presença de efeitos colaterais ($p < 0,05$).

Quando questionados se são descuidados em relação aos horários de administração do medicamento, 39% responderam que sim. 54% dos estudantes afirmaram que já interromperam o uso da medicação por conta própria e sentiram-se mal e 43% disseram já terem aumentado ou diminuído a dose sem orientação médica. A depressão é um transtorno altamente incapacitante e quando o paciente não adere da forma correta ao tratamento, o seu quadro pode ser agravado, ocorrendo diminuição na qualidade de vida do mesmo e aumento nos custos terapêuticos (RIBEIRO et al., 2014)

Na Figura 1 estão apresentados os motivos que fizeram os estudantes iniciarem o tratamento com antidepressivos.

Figura 1: Motivos citados para início do tratamento



Fonte: Própria.

Destaca-se que 46% dos estudantes citaram pensamentos suicidas como motivo para início do tratamento. O suicídio foi a segunda principal causa de morte entre jovens com idade entre 15 e 29 anos em 2016 (WHO, 2018).

Estudo realizado por Mesquita et al., (2016) em uma universidade do Mato Grosso, relatou que 12,4% dos estudantes da área da saúde apresentam ideias suicidas, o que é motivo de preocupação, visto que as taxas de mortalidade por suicídio estão aumentando.

Em relação a orientação quanto ao uso de antidepressivos, os seus efeitos colaterais e o tempo para início dos efeitos terapêuticos, 89% dos estudantes referiram ter recebido orientação médica e 7% não receberam nenhum tipo de orientação. O psicólogo foi citado uma vez como responsável pela orientação.

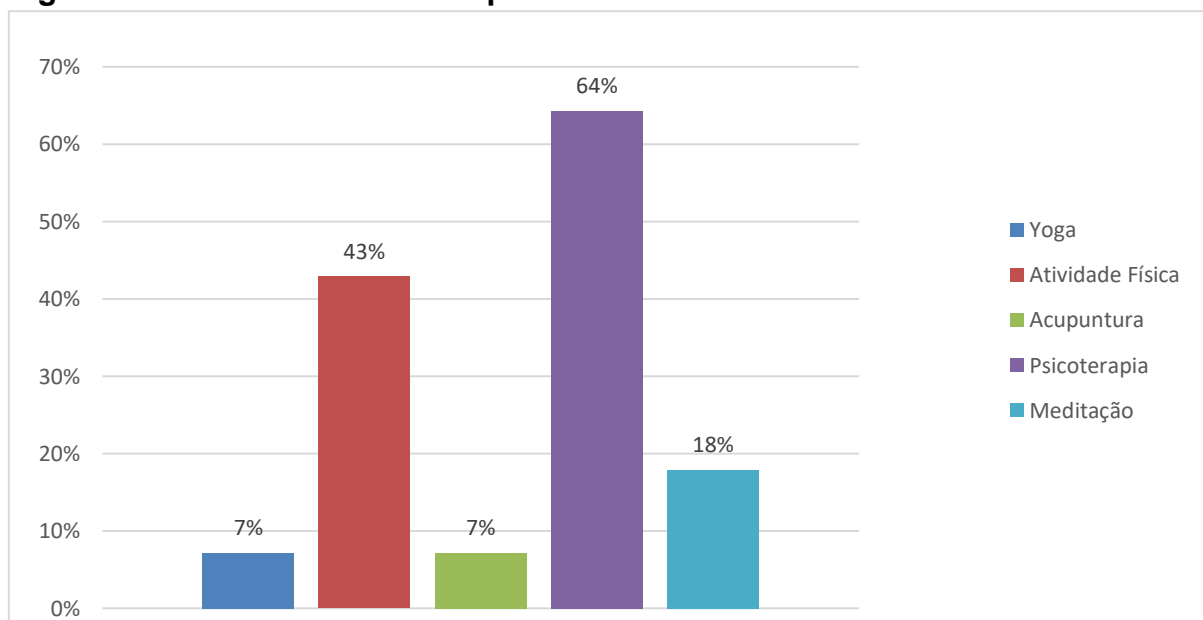
Mesmo a grande maioria terem recebido orientação, 18% dos estudantes referiram ainda possuir dúvidas em relação ao tratamento com antidepressivos. Todos os estudantes que utilizam antidepressivos consideram a orientação importante para um tratamento eficiente.

Em estudo realizado por Ribeiro et al., (2014) com estudantes de medicina, também foi observado que todos os participantes consideram as orientações importantes, pois aumentam a confiança (51,5%), a segurança (42,4%) e a efetividade (36,4%) da terapia, além de reduzirem os efeitos colaterais e interações medicamentosas (12,1%).

No que se refere ao curso superior que escolheram, 93% sentem-se satisfeitos. Contudo, 89% dos estudantes afirmaram que suas atividades e compromissos na faculdade os deixam muito sobrecarregados.

Em conjunto com o uso de antidepressivos, 89% dos estudantes relataram realizar tratamentos alternativos e complementares, conforme demonstrado na Figura 2.

Figura 2: Atividades realizadas pelos estudantes



Fonte: Própria.

Psicoterapia e atividade física obtiveram maiores porcentagens dentre as atividades listadas. Segundo Allan (2017), a combinação entre psicoterapia e farmacoterapia têm sido comprovadas como úteis no tratamento da depressão, sendo mais eficaz do que apenas a farmacoterapia. Já a atividade física, além dos benefícios anatômicos, fisiológicos, respiratórios e cardiovasculares, promove em indivíduos com depressão, melhora geral da autoestima e da percepção de auto eficácia, do humor e do bem-estar psicológico, distração - afastar pensamentos negativos, além de ganhos sociais pela interação e convivência (ANIBAL; ROMANO, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A depressão como dito anteriormente, é um transtorno mental frequente, caracterizada como uma doença multifatorial de difícil tratamento. Este transtorno necessita de acompanhamento e tratamento, pois quando agravados os sintomas a depressão pode levar ao suicídio.

Foi constatado um consumo significativo de antidepressivos pelos estudantes dos cursos da área da saúde das Faculdades Integradas de Fernandópolis-FIFE/FEF; 24% relataram já terem utilizado antidepressivos e 12% utilizam atualmente.

Por meio desta pesquisa foi possível identificar que, dentre os alunos em estudo, a utilização de antidepressivos atinge em maior porcentagem o gênero feminino com faixa etária entre 19 a 28 anos. A angústia, a tristeza e a perda de motivação, entre diversos outros fatores, são os principais motivos que levam essas pessoas ao início do tratamento. A pressão exercida pela faculdade foi relatada como uma das principais causas da origem desses males.

A orientação de um profissional capacitado no tratamento com antidepressivos é essencial e indispensável para não gerar falsas expectativas e otimizar a adesão do paciente ao tratamento, evitando assim possíveis frustrações, principalmente em relação ao período para início dos efeitos terapêuticos e as reações adversas do medicamento.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradecer a Deus, por todas as oportunidades que nos foram dadas, pela coragem e capacidade para atravessar todos os obstáculos encontrados pelo caminho.

Gratidão a nossa família pelo apoio emocional, pelo incentivo em crescer e buscar um futuro melhor, sem vocês nada seríamos!

Ao nosso querido Orientador Giovanni Carlos de Oliveira, por nos acolher e nos dar a oportunidade de realizar esta pesquisa, também pelos conhecimentos e conselhos compartilhados conosco.

A Fundação Educacional de Fernandópolis – FEF, por abrir as portas para um estudo de excelência, por todas as oportunidades que nos foram oferecidas durante nossa graduação.

Agradecemos de coração a todos que mesmo cientes ou não, foram uma parte essencial para a nossa realização profissional.

Muito obrigada por tudo!

REFERÊNCIAS

ALLAN, S. M. de S. **Fatores associados ao estilo de vida na Depressão**. 2017. 30f. Dissertação (Mestrado) - Mestrado Integrado em Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2017.

ANIBAL, C.; ROMANO, L. H. Relações entre atividade física e depressão: estudo de revisão. **Revista Saúde em Foco**. 9. ed. 2017.

CIZIL, M. J.; BELUCO, A. C. R. As contribuições da terapia cognitivo comportamental no tratamento da depressão. **Revista Uningá**, v. 56, n. S1, p. 33-42, mar. 2019.

FERNANDES, A. C. C. **Tratamento farmacológico da depressão**. 2014. 25f. Monografia - Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, Universidade de Coimbra, Coimbra, 2014.

FURTADO, A. L. P. **Uso do *Hypericum perforatum* L. (Erva-de-São-João) no tratamento da depressão**. 2017. 30f. Monografia (Bacharelado em Farmácia) - Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes, 2017.

GONÇALVES, L. S. **Depressão e atividade física: Uma revisão**. 2018. 21 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2018.

LEÃO, A. M. et al. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

MARTINS, F. E. G. **Avaliação da eficácia do tratamento homeopático na depressão: uma análise da literatura**. 2016. 29f. Monografia (Bacharelado em Farmácia) - Universidade de Brasília, Brasília, 2016.

MESQUITA, A. M. et al. Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma universidade em Mato Grosso. **Journal Health NPEPS**, v. 1, n. 2, 2016.

NEVES, A. L. A. **Tratamento farmacológico da depressão**. 2015. 55 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências Farmacêuticas, Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2015.

OLIVEIRA, L. P. de et al. Eficácia dos métodos alternativos na medicina. **Anais do Seminário Científico da FACIG**, n. 3, 2018.

OPAS/OMS BRASIL. **Folha informativa - Depressão**. 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095>. Acesso em: 18 abr. 2019.

RIBEIRO, A. et al. Antidepressivos: uso, adesão e conhecimento entre estudantes de medicina. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 19, n. 6, p.1825-1833, jun. 2014.

SILVEIRA, M.; SILVA, T.; DE SOUZA, R. S. B. Prevalência de sintomas depressivos em acadêmicos de Medicina da Universidade de Itaúna–MG. **Revista Ciência e Estudos Acadêmicos de Medicina**, v. 1, n. 07, 2017.

WHO. **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates.** Geneva: World Health Organization, 2017.

WHO. **National suicide prevention strategies: progress, examples and indicators.** Geneva: World Health Organization, 2018.