

## **NOITES PERDIDAS OU DIAS PRODUTIVOS: UMA ANÁLISE SOBRE OS EFEITOS DOS USO DE PSICOESTIMULANTES (SMART DRUGS) NO SONO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**

LOST NIGHTS OR PRODUCTIVE DAYS: AN ANALYSIS OF THE EFFECTS OF STIMULANT (SMART DRUGS) USE ON THE SLEEP OF UNIVERSITY STUDENTS

**Jackson Vulpi**

Graduando do curso de Medicina do Centro Universitário FAMESC – UniFAMESC, Bom Jesus do Itabapoana/RJ – E-mail: [jacksonvulpi89@gmail.com](mailto:jacksonvulpi89@gmail.com)

**Bianca Magnelli Mangiavacchi**

Doutora em Biotecnologia e Biociências pela UENF. Coordenadora do curso de Lic. Ciências Biológicas do Centro Universitário FAMESC – UniFAMESC, Bom Jesus do Itabapoana/RJ – E-mail: [bmagnelli@gmail.com](mailto:bmagnelli@gmail.com)

### **Resumo**

A crescente pressão acadêmica enfrentada por estudantes universitários tem levado ao uso de psicoestimulantes (smart drugs) como estratégias para melhorar o desempenho cognitivo e lidar com a exigente carga horária de estudos. Este estudo investigou os efeitos do uso de psicoestimulantes na qualidade do sono de 73 alunos do Centro Universitário FAMESC, fornecendo informações sobre características demográficas, padrões de uso de substâncias e suas motivações. Os resultados revelam que 73,3% dos participantes utilizam psicoestimulantes, associando essas substâncias a melhorias na concentração (57,8%) e no raciocínio (40,6%). No entanto, esses benefícios vêm acompanhados de consequências: 56,3% relataram deterioração na qualidade do sono e 21,6% experimentaram um aumento no estresse. Este estudo lança luz sobre a complexa dicotomia entre o uso percebido desses psicoestimulantes e os riscos para a saúde mental, sublinhando a necessidade urgente de intervenções que promovam práticas acadêmicas saudáveis e conscientização sobre a saúde mental. Os achados do presente estudo indicam que, enquanto os estudantes buscam performance acadêmica, o sacrifício da sua saúde pode resultar em impactos duradouros e prejudiciais.

**Palavras-chave:** psicoestimulantes, qualidade do sono, saúde mental, desempenho cognitivo, smart drugs.

### **Abstract**

The increasing academic pressure faced by university students has led to the use of psychostimulants (smart drugs) as strategies to improve cognitive performance and cope with demanding study hours. This study investigated the effects of psychostimulant use on the sleep quality of 73 students at the FAMESC University Center, providing information on demographic characteristics, substance use patterns, and motivations. The results reveal that 73.3% of participants use psychostimulants, associating these substances with improvements in concentration (57.8%) and reasoning (40.6%). However, these benefits come with consequences: 56.3% reported a deterioration in sleep quality, and 21.6% experienced increased stress. This study sheds light on the complex dichotomy between the perceived use of these psychostimulants and the mental health risks, highlighting the urgent need for interventions that promote healthy academic practices and mental health awareness. The findings of this study indicate that while students pursue academic performance, sacrificing their health can result in lasting and detrimental impacts.

**Keywords:** stimulants, sleep quality, mental health, cognitive enhancement, smart drugs.

## **INTRODUÇÃO**

A transição para a vida universitária e a subsequente entrada no mercado de trabalho são períodos marcados por mudanças significativas no ambiente e nos hábitos dos indivíduos. Esses momentos de transição são frequentemente associados a um aumento da vulnerabilidade ao uso de estimulantes, especialmente devido à pressão acadêmica, à carga horária extensa e à necessidade de manter um desempenho constante (Santana et al, 2020).

O uso de estimulantes tem se tornado uma estratégia comum entre estudantes para lidar com o estresse e melhorar o desempenho cognitivo (Santana et al, 2020). A sobrecarga enfrentada pelos estudantes do ensino superior, especialmente quando se trata de equilibrar as demandas acadêmicas, profissionais e cobrança familiar, tem influenciado o uso de estimulantes como uma estratégia para lidar com o estresse e o sofrimento mental (Tavares et al, 2022).

O interesse se tornou crescente por estimulantes que prometem aprimorar o funcionamento cognitivo, incluindo aqueles que prometem melhora em aspectos como estado de alerta, concentração e memória, visando eficiência e desempenho em tarefas profissionais e acadêmicas (Castro; Brandão, 2020).

Os estimulantes cerebrais são substâncias que aumentam o estado de alerta e energia, podendo também contribuir para a melhora do humor, da capacidade cognitiva e de quadros de depressão (Sharif et al, 2021). Eles se dividem em dois tipos: (1) os naturais, principalmente extraídos de plantas, como a cafeína e o guaraná, e (2) os sintéticos, como os compostos farmacológicos, como cloridrato de metilfenidato (Ritalina®, Concerta®) e dimesilato de lisdexanfetamina (Venvanse®). Embora os mecanismos de ação específicos possam variar, esses estimulantes geralmente atuam direta ou indiretamente na dopamina e noradrenalina, neurotransmissores associados à recompensa, motivação, atenção e excitação (Júnior et al, 2021).

Nesse contexto, os estimulantes do sistema nervoso central (SNC) são frequentemente utilizados por indivíduos saudáveis. Alguns desses estimulantes também são empregados no tratamento de doenças e distúrbios, como o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Os efeitos apreciados pelos usuários incluem maior concentração, capacidade de memorização e raciocínio mais rápido, embora muitos também relatem diminuição do sono noturno (Júnior et al, 2021).

Vale ressaltar que o uso dessas medicações de forma indiscriminada, prolongado e sem acompanhamento médico pode acarretar efeitos adversos, como nervosismo, insônia, dependência e até mesmo alucinações. Nesse sentido, esse estudo visa compreender o perfil de estudantes do ensino superior que fazem uso de estimulantes, buscando identificar mecanismos que possam auxiliar na intervenção e proteção da saúde dos acadêmicos e minimizar os riscos associados ao consumo indiscriminado de tais substâncias, além de correlacionar os dados com a literatura mundial para evidenciar a dicotomia entre os efeitos percebidos pelos estudantes a longo prazo.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Foi realizada inicialmente uma análise bibliográfica preliminar, com o objetivo de fornecer uma compreensão fundamentada sobre o tema central da pesquisa, que é a relação entre o uso de estimulantes e os seus efeitos no sono de estudantes universitários. Essa abordagem permitirá identificar estudos, teorias e dados existentes na literatura acadêmica, contribuindo para contextualizar a questão de pesquisa e estabelecer parâmetros teóricos sólidos para a investigação subsequente.

Este estudo é de natureza quantitativa e transversal, projetado para investigar o uso de estimulantes entre estudantes universitários. A escolha por um desenho transversal permite a coleta de dados em um único ponto no tempo, proporcionando uma visão

instantânea das práticas e percepções dos participantes. Não houve cálculo de tamanho amostral, visto que foram elegíveis para participar do estudo todos os alunos da instituição de ensino.

A pesquisa de campo foi realizada no Centro Universitário FAMESC, realizada no interior do estado do Rio de Janeiro (Bom Jesus do Itabapoana), entre alunos matriculados nos cursos superiores da instituição. Esta instituição foi selecionada devido à sua diversidade de cursos de graduação e à acessibilidade para a condução do estudo.

A população-alvo consistiu em estudantes de graduação de diversos cursos. A amostra foi composta por participantes selecionados por amostragem aleatória simples ou por conveniência, dependendo da disponibilidade dos estudantes e da adesão voluntária ao estudo. Esperava-se incluir um número representativo de participantes de diferentes faixas etárias, gêneros e anos acadêmicos, com foco específico nos diferentes ciclos da faculdade.

Os questionários foram distribuídos eletronicamente por meio de plataformas online (Google formulários), adaptado a partir do instrumento proposta pelo estudo “the smart drugs study” (Singh; Bard, 2012), para garantir a consistência e a validade dos dados coletados e o anonimato e a confidencialidade das respostas. Antes de responderem ao questionário, os participantes receberam informações detalhadas sobre o estudo e foram solicitados a fornecer seu consentimento informado através do consentimento do TCLE.

O questionário foi dividido em seções que abordam dados demográficos, incluindo idade, gênero, curso e ano acadêmico, uso de estimulantes (frequência, tipo de substância utilizada - MDMA, Metilfenidato, Modafinil, Piracetam, suplementos vitamínicos, bebidas energéticas, anfetaminas, tabaco e álcool); efeitos percebidos (impactos na saúde mental e desempenho acadêmico); motivações para o uso (as razões/motivações de consumo e os efeitos apreciados delas). Os dados coletados foram tabulados e analisados utilizando o software Google Sheets. Análises descritivas foram realizadas para caracterizar a amostra e descrever os padrões de uso de estimulantes.

O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário FAMESC – UniFAMESC sob número de CAAE 83120824.4.0000.5674.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Esse estudo teve como objetivo primário investigar e o uso de estimulantes entre estudantes dos cursos de graduação da UniFAMESC, localizado no estado do Rio de Janeiro e verificar os efeitos relacionados ao consumo com a qualidade do sono desses

entrevistados. A amostra foi composta por 73 participantes, onde desses 63,5% são do sexo feminino (n=47) e 36,5% do sexo masculino (n=27). A maioria dos usuários relatados está na faixa de 25 a 34 anos (36,5%), seguido pela faixa de 35 a 44 anos (31,1%) e de 18 a 24 anos (27%). Com relação a característica de cor ou raça, 64,9% se declararam brancos, 28,4% se declararam pardos, 5,4% se declararam negros, e 1,4% se declararam amarelos.

Em relação à moradia, 68,9% dos participantes declararam residir com a família e parentes, 20,3% declararam morar sozinhos e 10,9% declararam outras situações de moradia e com amigos (n=8). Em relação ao curso de graduação que está cursando 78,9% dos participantes encontram-se matriculados no curso de medicina, seguido pelo curso de Enfermagem com 9,9%, e 7% no curso de psicologia, e outros cursos de graduação somaram 4,2%.

O uso de psicoestimulantes entre universitários tem ganhado cada vez mais atenção tanto na comunidade científica (Moreira et al, 2024). Essas substâncias, utilizadas com o intuito de melhorar a concentração, combater a privação de sono e potenciar o desempenho cognitivo, apresentam implicações complexas e, muitas vezes, controversas para a saúde dos estudantes. Estudos recentes apontam para uma prevalência significativa do uso desses agentes, principalmente entre alunos de cursos com alta demanda acadêmica, como Medicina. Apesar dos benefícios percebidos a curto prazo, as consequências de seu uso indiscriminado, sobretudo a longo prazo, permanecem pouco esclarecidas e podem afetar tanto o sono quanto o desempenho acadêmico dos usuários (Moreira et al., 2024).

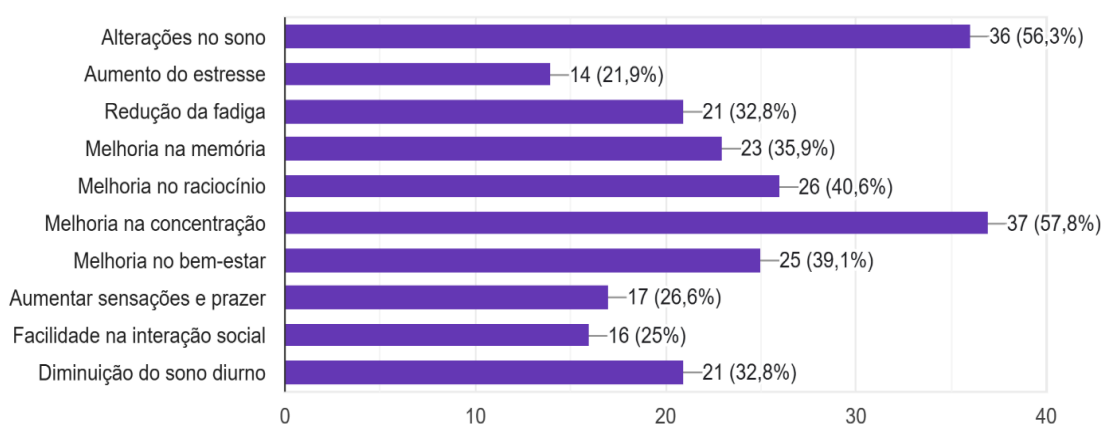
Foi observado que a maioria dos entrevistados conhecem as substâncias psicoestimulantes mencionadas, entretanto quanto ao uso regular (mais de uma vez na semana), consumo ocasional ou em período de provas e testes, os entrevistados relataram consumir a cafeína (48% / n=36), bebidas energéticas (38,67% / n=29) e Metilfenidato (25,3% / n=19). Outros psicoestimulantes como Piracetam e Dimesilato de lisdexanfetamina foram declarados serem utilizados nos períodos de provas por 3 entrevistados.

Em uma pesquisa realizada com estudantes de Medicina de uma universidade brasileira, a taxa de uso ao longo da vida foi de 57,5%, com 51,3% dos estudantes iniciando seu consumo de smart drugs durante a fase acadêmica (Morgan et al, 2017). Entre os motivos declarados pelos usuários, destacam-se a compensação da privação de sono e a melhoria na capacidade de raciocínio, atenção e memória.

Entre os estudantes universitários entrevistados no presente estudo, observa-se uma maior prevalência do uso da cafeína e bebidas energéticas, o que corrobora com resultados encontrados em estudos presentes na literatura (Cappelletti et al., 2015). O uso dessas

substâncias apresenta efeito que é considerado tão fisiológico que o indivíduo pode ser levado à dependência sem perceber (Silveira et al, 2015).

A motivação para o uso desses medicamentos, muitas vezes, não se restringe apenas à melhoria do desempenho acadêmico, mas também se relaciona a fatores como a competitividade, o estresse e a busca por uma suposta vantagem cognitiva em um ambiente cada vez mais exigente (Moreira et al., 2024; Sharif et al., 2021.). Com base nos dados analisados sobre o uso de estimulantes, foram identificados como principais efeitos relatados pelos usuários: melhoria da concentração (57,8%), alterações no sono (56,3%), melhoria do raciocínio (40,6%) (gráfico 1).



**Gráfico 1:** Efeitos colaterais observados pelos estudantes após o uso de substância estimulantes.

Fonte: Autores, 2025.

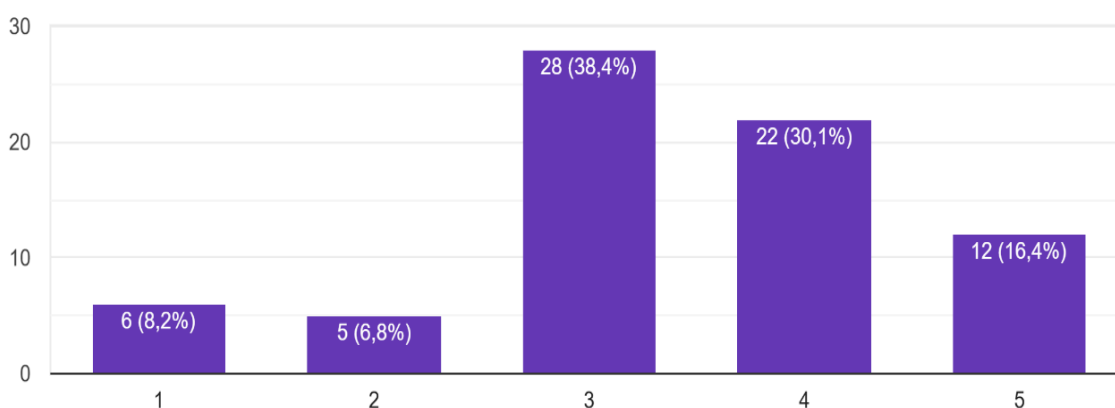
Efeitos positivos como a melhoria da concentração (57,8%), melhoria do raciocínio (40,6%) e melhoria da memória (35,9%) foram relatados pelos estudantes entrevistados neste estudo (gráfico 1). Embora os efeitos cognitivos positivos sejam amplamente percebidos em curto prazo, há evidências que sugerem que o uso prolongado e indiscriminado, especialmente de medicamentos como o metilfenidato, pode levar à dependência e ao abuso, comprometendo a saúde mental e, conseqüentemente, o rendimento acadêmico (Correia et al., 2024; Moreira et al., 2024). A dependência química e o agravamento de condições emocionais podem, a longo prazo, reduzir a capacidade de processamento cognitivo e o desempenho escolar, criando um ciclo prejudicial de automedicação e deterioração acadêmica (Moreira et al., 2024).

Os efeitos colaterais associados ao uso de psicoestimulantes refletem uma complexidade que pode impactar tanto o desempenho acadêmico quanto o bem-estar pessoal (Correia et al., 2024). Os usuários relatam melhorias cognitivas, como aumento de

concentração e raciocínio, mas frequentemente acompanhadas por efeitos colaterais como alterações no sono e aumento do estresse (gráfico 1). Cabe ainda ressaltar que a combinação de substâncias pode levar a efeitos sinérgicos (onde o efeito combinado é maior que a soma dos efeitos individuais) ou aditivos (onde o efeito combinado é a soma dos efeitos individuais). Isso significa que os efeitos cognitivos, de vigília, emocionais, motivacionais, de humor, de desempenho e executivos podem ser amplificados (Sharif et al., 2021).

O relato de diminuição da sonolência diurna reflete uma tentativa de manter a vigilância e atividade adicional às horas de estudo intensivo, corroborando a percepção de estimulantes como uma ferramenta de otimizadores de energia disponível aos estudantes. É importante conscientizar a comunidade acadêmica sobre o uso racional de estimulantes e promover ações que ofereçam suporte aos estudantes em sofrimento mental (Tavares et al, 2022).

Citado por pouco mais da metade dos relatos, a alteração do sono é um dos efeitos colaterais mais comuns associados ao uso dessas substâncias. Nesse sentido, os estudantes foram perguntados sobre a qualidade do sono, numa análise em escala linear, segundo o modelo Likert, considerando 1 como muito ruim e 5 como muito boa. Os resultados estão apresentados no gráfico 02.



**Gráfico 2:** Qualidade do sono observados pelos estudantes. Fonte: Autores, 2025.

De forma geral, a respeito da qualidade de sono dos estudantes entrevistados na presente pesquisa, 85% relataram qualidade regular, bom e muito bom (gráfico 2), entretanto, esse dado pode não estar condizente com as condições fisiológicas dos usuários

dos estimulantes, na medida que 19,2% dos participantes fazem o uso de medicamentos para dormir de forma constante.

Embora não sejam detalhados quantitativamente, há referências de que alguns estudantes observam melhorias na capacidade de iniciar o sono, mas relatam não sentir necessariamente melhorias significativas na quantidade ou qualidade geral do sono (Morgan et al., 2017). Contudo, muitos estudantes podem recorrer aos medicamentos ou indutores de sono para combater problemas de insônia relacionados ao estresse acadêmico ou à carga de trabalho intenso. Vale salientar, que o presente estudo tem suas limitações, até por ser um estudo transversal em uma parcela de discentes que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa, e assim as associações com outras pesquisas do país podem não ser causais.

As smart drugs, por sua natureza estimulante, têm impacto direto sobre os mecanismos fisiológicos do sono. Estudos apontam que aproximadamente 81,2% dos usuários relatam a redução da duração do sono quando fazem uso desses estimulantes (Sharif et al., 2021). Tal redução pode ser atribuída à ação dos fármacos que aumentam o estado de alerta, dificultando o início e a manutenção do sono. Essa alteração no ritmo circadiano pode levar, a longo prazo, a um quadro crônico de privação de sono, afetando o equilíbrio fisiológico e a saúde mental do estudante (Sharif et al., 2021).

Quanto os estudantes foram perguntados sobre a média de horas de sono por noite estimam dormir, os estudantes declararam, na sua maioria ter em média 6 horas de sono por noite (57,5%), sendo que somente 5,5% declaram ter mais de 8 horas de sono por noite. De fato, a ciência descreve que para um indivíduo adulto, a média de horas de sono varia entre 7 a 9 horas, sendo que a qualidade do sono é de fato o mais importante. Além da redução direta do tempo de sono, 21,6% dos estudantes percebem um aumento nos níveis de estresse associado ao consumo de psicoestimulantes (gráfico 1). O estresse é um dos fatores que contribuem para distúrbios como a insônia e a má qualidade do sono, criando um ciclo vicioso no qual o estudante, em busca de compensação, pode intensificar o uso dos smart drugs.

Estudos indicam que o uso não médico de substâncias como o metilfenidato pode levar ao abuso e à dependência, influenciando negativamente a saúde neurológica, física e mental do usuário (Correia et al., 2024). A dependência pode comprometer a autonomia do indivíduo para lidar com o estresse acadêmico sem o suporte farmacológico. A redução prolongada do sono, somada à alteração dos ritmos circadianos, pode resultar em quadros de insônia crônica e até mesmo em distúrbios clínicos, como a depressão e a ansiedade (Correia et al., 2024; Megiani et al., 2023). A má qualidade do sono é um fator de risco

conhecido para diversas condições médicas, inclusive cardiovasculares e metabólicas. Estes padrões nos dados ressaltam a importância da gestão adequada da saúde mental e hábitos de vida saudáveis para promover bons padrões de sono, especialmente em contextos acadêmicos com alta intensidade.

São necessários mais estudos acerca da temática para aumentar a nossa compreensão e evidenciar os possíveis efeitos desses fármacos no organismo, a fim de reduzir as consequências do uso indiscriminado (Sharif et al., 2021). Todavia, já está claro que o uso não prescrito de metilfenidato por estudantes é uma realidade em nosso país e não pode ser ignorado (Carneiro; Dos Santos Gomes; Borges, 2021).

Esses dados permitem, de forma preliminar, identificar que a pressão acadêmica em cursos de alta exigência pode convergir para o uso de estimulantes, especialmente quando combinada com longas horas de estudo e reconhecida experiência ou informação prévia sobre essas substâncias. A associação não é singular a estas disciplinas, mas é mais frequentemente evidenciada nelas. Se faz importante explorar mais aprofundadamente cada associação e correlacionar cada fator isoladamente para desenhar uma estratégia mais efetiva de conscientização e diminuição do uso desses medicamentos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente artigo demonstrou, a partir da análise comparativa que o uso de psicoestimulantes em ambientes acadêmicos é um fenômeno multifatorial que envolve tanto questões de desempenho intelectual quanto sérios riscos à saúde física e mental. Embora os estudantes frequentemente relatem melhorias na concentração, no raciocínio e na capacidade de permanecer acordados – fatores que podem, em curto prazo, contribuir para um melhor desempenho acadêmico – os efeitos adversos associados ao uso prolongado dessas substâncias apontam para riscos significativos. A redução do tempo de sono e o aumento do estresse, por exemplo, podem diminuir a eficácia cognitiva com o tempo, levando a uma deterioração da saúde mental e física.

Do ponto de vista clínico, o uso indiscriminado de smart drugs impõe desafios significativos em termos de diagnóstico e tratamento de condições associadas, como a insônia e os transtornos de ansiedade. A necessidade de acompanhamento médico adequado e de intervenções baseadas em evidências é imperativa para mitigar os riscos e promover uma abordagem de saúde holística que contemple tanto o desempenho acadêmico quanto o bem-estar físico e mental dos estudantes.

As evidências sugerem que a adoção de smart drugs pode emergir como uma estratégia paliativa em resposta a desafios estruturais no sistema educacional, como a alta competitividade e a falta de suporte adequado para a saúde dos estudantes. Um fenômeno crescente de estudantes saudáveis utilizando combinações de substâncias/drogas para aumentar o desempenho cognitivo, prática essa que é considerada uma forma de "doping acadêmico". Essa prática, chamada "uso de poli-CE" (CE significa cognitive enhancers, ou estimulantes cognitivos), envolve a ingestão de múltiplas substâncias simultaneamente, visando potencializar os efeitos desejados. Assim, é fundamental que instituições de ensino e órgãos de saúde adotem políticas públicas e programas de prevenção que abordem não apenas o uso dessas substâncias, mas também as causas subjacentes – como o estresse e a má qualidade do sono.

A implementação de estratégias de monitoramento pode ser uma ferramenta valiosa para identificar precocemente os efeitos adversos do uso de psicoestimulantes. Além disso, campanhas de educação e a promoção de hábitos saudáveis podem ajudar a reduzir a dependência desses medicamentos e a melhorar o bem-estar geral dos alunos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAPPELLETTI, Simone et al. Caffeine: cognitive and physical performance enhancer or psychoactive drug?. **Current neuropharmacology**, v. 13, n. 1, p. 71-88, 2015.

CARNEIRO, Nathalia Bufaiçal Rassi; DOS SANTOS GOMES, Daniela Alves; BORGES, Leonardo Luiz. Perfil de uso de metilfenidato e correlatos entre estudantes de medicina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e5419-e5419, 2021.

CASTRO, Bruno; BRANDÃO, Elaine Reis. Aprimoramento cognitivo e uso de substâncias: um estudo em torno da divulgação midiática brasileira sobre "smart drugs" e nootrópicos. **Teoria e Cultura**, v. 15, n. 2, p. 60-73, 2020.

CORREIA, Alissa Paglioco et al. O Impacto Do Metilfenidato (Mph) No Sistema Nervoso Central Relacionado Aos Estudantes Da Área Da Saúde. **REVISTA FOCO**, v. 17, n. 4, p. e4778-e4778, 2024.

JÚNIOR, Rudinei Carlos Mezacasa et al. Consumo de psicoestimulantes por estudantes de medicina de uma universidade do extremo sul do Brasil: resultados de um estudo de painel. **Scientia Medica**, v. 31, n. 1, p. e38886-e38886, 2021.

MEGIANI, Isabela Nishimura et al. Estudo Epidemiológico Sobre O Uso Abusivo Das Drogas Da Inteligência Por Universitários. Perigo Para Saúde Física E Mental?. **RECISATEC-REVISTA CIENTÍFICA SAÚDE E TECNOLOGIA**, v. 3, n. 12, p. e312323-e312323, 2023.

MORGAN, Henri Luiz et al. Consumo de estimulantes cerebrais por estudantes de medicina de uma universidade do extremo sul do Brasil: prevalência, motivação e efeitos percebidos. **Revista brasileira de educação Médica**, v. 41, p. 102-109, 2017.

NASÁRIO, Bruna Rodrigues; MATOS, Maria Paula P. Uso não prescrito de metilfenidato e desempenho acadêmico de estudantes de medicina. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, p. e235853, 2022.

SANTANA, Luíza Côrtes et al. Consumo de estimulantes cerebrais por estudantes em instituições de ensino de Montes Claros/MG. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, p. e036, 2020.

SHARIF, Safia et al. The Use and Impact of Cognitive Enhancers among University Students: A Systematic Review. **Brain sciences** vol. 11,3 355. 10 Mar. 2021.

SILVEIRA, Viviane Lunes et al. Uso de psicoestimulantes por acadêmicos de medicina de uma universidade do sul de Minas Gerais. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 13, n. 2, p. 186-192, 2015.

TAVARES, Thaynná Rodrigues et al. Avaliação do uso de psicofármacos por universitários. **Revista de Ciências Médicas e biológicas**, v. 20, n. 4, p. 560-567, 2021.

## **AGRADECIMENTOS**

Ao Centro Universitário São Carlos (UniSãoCarlos) pela bolsa de Iniciação Científica.