

A IMPORTÂNCIA DO TRABALHO EM SAÚDE MENTAL NOS PROGRAMAS DE PERMANÊNCIA NA UNIVERSIDADE

THE IMPORTANCE OF MENTAL HEALTH WORK IN UNIVERSITY PERMANENCE PROGRAMS

Hellen Cristina Xavier da Silva Mattos¹

Resumo

A permanência universitária é compreendida por ações que auxiliam os estudantes a superarem os desafios durante a formação na universidade. Este artigo objetiva aprofundar essa discussão apontando como os prejuízos na saúde mental tem afetado as experiências estudantis. Para isso, a coleta de dados foi realizada por meio de questionário e entrevistas, aplicados em estudantes que frequentavam um programa de apoio acadêmico. Os resultados demonstram que a saúde mental é a principal dificuldade que os estudantes sentem durante a trajetória na universidade. Nas tentativas de adaptação, os discentes se deparam com uma intensificação dos estudos acompanhada por responsabilização e autocobrança para provarem as suas capacidades e conseguirem avançar nas disciplinas. Esse quadro é ainda mais grave e sensível para os estudantes que são a primeira geração de suas famílias a ingressarem na universidade, o que requer um novo olhar para os desafios em efetivar a inclusão social.

Palavras-chave: Educação superior. Saúde mental. Estudantes universitários. Permanência universitária.

Abstract

University retention is understood as actions that assist students in overcoming challenges during their academic education. This article aims to deepen this discussion by pointing out how mental health issues have affected student experiences. Data was collected through questionnaires and interviews administered to students who were attending an academic support program. The results demonstrate that mental health is the main difficulty that students face during their trajectory in university. In their attempts to adapt, students are confronted with an intensification of studies accompanied by an intensification of responsibility and self-charge to prove their abilities and advance in their disciplines. This situation is even more serious and sensitive for students who are the first generation of their families to attend university, which requires a new perspective on the challenges of achieving social inclusion.

Keywords: Higher education. Mental health. University students. University retention.

¹ Mestrado em Educação pela Universidade Federal de São Carlos. E-mail: hellencrismattos@gmail.com <https://orcid.org/0000-0002-2865-8029>

Introdução

A educação superior pública no Brasil passou por um processo de expansão e inclusão social. Ações realizadas a partir da Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI) (BRASIL, 2007), Universidade Aberta do Brasil (UAB) (BRASIL, 2006), Plano Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) (BRASIL, 2010) e a Lei 12.711/2012, conhecida como Lei de Cotas (BRASIL, 2012), promoveram a criação de novas universidades federais e campus universitários; o aumento de cursos, vagas e matrículas; expandiram os cursos de graduação com a modalidade da Educação à Distância, favoreceram a interiorização das universidades, fomentaram bolsas de auxílio à assistência e permanência de estudantes em vulnerabilidade social e regulamentaram o ingresso nas instituições federais reservando 50% das vagas para estudantes que cursaram o ensino médio em escolas públicas.²

Com a gestão do Partido dos Trabalhadores ³(PT), essas iniciativas realizadas no início do século XXI trouxeram uma nova fase para a educação superior a partir da igualdade de oportunidades, em que é preciso considerar a diferença na estrutura de oportunidades para além da igualdade formal de direitos (NEVES; ANHAIA, 2014). Apesar de haver críticas pela forma com a qual ocorreu a expansão e a inclusão social indicando a intensificação do trabalho nas federais (SILVA, 2020), é inegável que houve uma alteração do público branco e elitista que até então usufruía as universidades federais (RISTOFF, 2016).

A presença dos “novos estudantes⁴” nas instituições públicas de ensino superior também trouxe um aumento da preocupação institucional sobre a permanência e para os serviços de assuntos estudantis (DIAS; SAMPAIO, 2020; HERINGER, 2020). Segundo Dias e Sampaio (2020), uma parte expressiva dos programas e ações institucionais para a permanência universitária se desenvolve nos setores de “assuntos comunitários” e no âmbito da assistência estudantil por meio de auxílio financeiro. Contudo, apesar de ser indispensável, a dimensão material da assistência não é suficiente para viabilizar a permanência, pois dimensões simbólicas, culturais, acadêmicas e pedagógicas são envolvidas e influentes no

² Essa reserva é subdividida para estudantes de baixa renda, negros, pardos e indígenas ou com deficiência física (BRASIL, 2016).

³ A gestão do PT foi desenvolvida nos governos de Luiz Inácio Lula da Silva (2003-2010) e Dilma Rousseff (2011-2016).

⁴ A nomenclatura “novos estudantes” se refere à diversificação do público universitário com a inclusão de estudantes oriundos de camadas da sociedade que estavam historicamente excluída das universidades (RISTOFF, 2016), além de serem a primeira geração de suas famílias a ingressarem na educação superior (HERINGER, 2020).

percurso do estudante universitário (HERINGER, 2020). A proposta desse artigo é aprofundar essa discussão e incluir a saúde mental como uma das dimensões a ser considerada nos programas de permanência universitária.

O aprofundamento dessa discussão com a inclusão da temática da saúde mental dos estudantes universitários surge a partir dos dados de uma pesquisa de mestrado, que tinha como campo amplo de pesquisa a permanência na universidade a partir da articulação das dimensões econômicas e pedagógicas. Ao debruçarmos sobre os dados coletados, a questão da saúde mental dos estudantes participantes da pesquisa influenciou diretamente os resultados e sua presença foi tão visível quanto as demais dimensões que tangenciam as experiências universitárias.

A saber, a pesquisa citada não tinha como temática central a saúde mental dos estudantes. A dissertação de mestrado, que contou com o apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), processo nº XXXX/XXXXX-X, teve como objetivo analisar o papel de uma ação institucional de apoio acadêmico para o fortalecimento da permanência universitária. Para isso, foi realizada uma pesquisa de campo em um grupo de tutoria entre pares denominado “Programa de Acompanhamento Acadêmico do Estudante de Graduação” (PAAEG), da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), campus São Carlos. A tutoria entre pares promove práticas formativas e orientadas por estudantes veteranos com alto desempenho acadêmico, os tutores, para auxiliar estudantes ingressantes ou que apresentam dificuldades para serem aprovados em disciplinas com altos índices de reprovação.

A coleta de dados foi realizada com os estudantes matriculados e que frequentavam as ações de tutoria. Foram aplicados questionários online e entrevistas semiestruturadas com os estudantes tutores e tutorados, a fim de captar as suas impressões sobre as experiências acadêmicas e os efeitos que as ações institucionais podem propiciar para facilitar a permanência na universidade. Entre as características sociais e escolares⁵ dos participantes da pesquisa, destacamos que 61%, ou seja, mais da metade dos estudantes são a primeira geração da família a ingressar na universidade. Além disso, 70,7% dos participantes da pesquisa são oriundos de escola pública, 48,7% são pretos e pardos e 76,9% apresentam até 1,5 salário-mínimo como renda per capita.

Os dados foram tabulados e organizados a partir da análise de conteúdo de Bardin (1977). No nosso caso, utilizamos a análise de conteúdo para respaldar a formulação de categorias a partir dos objetivos de pesquisa

⁵ Outros dados mais específicos das características sociais e escolares dos participantes da pesquisa podem ser encontrados em AUTOR (XXXX).

e de subcategorias dependentes dos relatos dos participantes. Para expormos a discussão, iniciamos trazendo as definições e compreensão sobre a saúde mental seguida pelos resultados da pesquisa de campo que indicam a presença dessa dimensão nas experiências estudantis durante a fase de adaptação e permanência na universidade.

Saúde Mental

“Falar de saúde é sempre difícil. Evocar o sofrimento e a doença é, em contrapartida, mais fácil: todo mundo o faz. Como se, a exemplo de Dante, cada um tivesse em si experiência suficiente para falar do inferno e nunca do paraíso.” (DEJOURS, 2015, p. 11)

O aparecimento da temática da saúde mental na pesquisa de mestrado discutida neste artigo aponta para a importância desta discussão quando se analisa o ambiente universitário. A trajetória de permanência dos estudantes universitários foi diretamente influenciada por questões que podem ser agrupadas no conceito de saúde mental.

Para iniciar a discussão, é necessária a reflexão sobre saúde mental e sua conceituação. A Organização Mundial de Saúde (WHO, 2013), define a saúde mental como um componente fundamental para a compreensão da saúde como um todo. Aponta que saúde mental permite que as pessoas realizem seu potencial, lidem com o estresse da vida cotidiana, trabalhem produtivamente e contribuam com a comunidade.

Ao trazer essa definição, a OMS acaba por amplificar o conceito como um construto que vai além da ausência de doenças e transtornos mentais, o que permite olhar a saúde mental como um campo com possibilidades que ultrapassam o remediativo e da sua conceituação pelo seu contrário. Contudo, o conceito fica abstrato em diversos aspectos. O termo “bem-estar”, de acordo com Gaino et al. (2018), é entendido como um conceito de natureza subjetiva, ou seja, acaba dependendo da percepção do indivíduo em relação a si próprio. Além disso, esse conceito é fortemente influenciado pela cultura.

De acordo com Deon et al. (2020), saúde mental, apesar de ser bastante discutida, ainda precisa de mais clareza em relação ao conceito e a sua operacionalização. O conceito de saúde mental normalmente leva em conta diferentes determinantes da vida humana, como trabalho, vida pessoal e social. Além das características do próprio indivíduo em sua relação com o meio.

Prevalece, no senso comum, a visão em relação à saúde mental a partir do paradigma biomédico, entendendo saúde mental como o oposto à loucura, indicando que pessoas com diagnósticos de transtorno

mentais não tem nenhum grau de saúde mental, bem-estar ou qualidade de vida, como se crises e sintomas fossem contínuos (GAINO et al., 2018).

O conceito da OMS em relação à saúde mental tenta ampliar essa visão e fica mais próximo do paradigma da produção social de saúde, em que saúde é vista de maneira mais ampla e complexa que a manifestação ou não de uma doença, e inclui aspectos sociais, econômicos, culturais e ambientais. Quando se pensa saúde a partir do paradigma da produção social de saúde, os transtornos mentais são mais que um diagnóstico psiquiátrico, já que é possível que uma pessoa tenha um transtorno psiquiátrico e, ao mesmo tempo, tenha qualidade de vida, participe da comunidade, trabalhe e desenvolva seus potenciais (GAINO et al., 2018).

Mesmo assim, ao pesquisar-se sobre o conceito de saúde mental na literatura, encontra-se sua definição a partir da relação com adoecimento mental. Deon et al. (2020, p. 168) apontam que “verifica-se a existência de problemas de marco teórico, de instrumentos e ausência de indicadores de saúde mental.” É muito mais comum termos indicadores de adoecimento mental, assim boa parte das intervenções na área de saúde mental são realizadas após o adoecimento dos indivíduos. Isso aponta para a prevalência do modelo biomédico em relação à saúde mental, em que a visão curativa é majoritária em detrimento do postulado de prevenção e promoção em saúde.

Outro ponto que merece destaque em relação à saúde mental diz respeito ao grupo estudado na pesquisa: os estudantes universitários. Nogueira-Martins e Nogueira-Martins (2018) ressaltam que o estudante, quando adentra à universidade, passa por um momento de transição. Ele passa a desempenhar um novo papel enquanto estudante, em que o esquema de estudo, as provas, a exigência de horas de estudo, a relação com os professores, entre outros itens podem ser muito diferentes do que ele havia experimentado em sua vida acadêmica até aquele momento. Além disso, ele passará pela criação de novos vínculos de afeto, a adaptação de suas expectativas em relação à sua formação profissional e à sua carreira. Para alguns estudantes podemos acrescentar o distanciamento da família e de amigos, ruptura de relações afetivas e estabelecimento de uma nova moradia. Para outros, ainda existirão fatores relacionados à vulnerabilidade pessoal, social e econômica.

Esses fatores descritos podem influenciar o bem-estar dos estudantes, levando ao sofrimento mental. De acordo com Vasconcelos et al. (2015) diversos estudos vêm apontando uma prevalência alta de transtornos mentais entre estudantes universitários, trazendo que cerca

de 15% a 25% destes estudantes apresentarão algum transtorno mental durante o período de formação.

Ibrahim *et al.* (2013) e Eisenberg *et al.* (2007) indicam, a partir de estudos epidemiológicos, que a presença de transtornos mentais não psicóticos em estudantes universitários é maior que na população em geral e que na população de jovens adultos não universitários. Segundo a V Pesquisa Nacional sobre o perfil dos estudantes universitários (FONAPRACE, 2019), houve um aumento na procura por atendimentos psicológicos e pelo uso de medicamentos psiquiátricos, sendo que 83,5% dos estudantes que responderam a pesquisa disse conhecer alguma dificuldade emocional. O relatório da pesquisa também apresentou que a ocorrência de sintomas que remetem ao sofrimento psíquico é alta entre os discentes, indicando que a rotina de estudos na universidade contribui para amplificar os problemas relativos à saúde mental por exigir posturas flexíveis e resilientes ao ambiente acadêmico. Assim, ao que apontam os dados, aspectos da vida acadêmica podem impactar na saúde mental dos estudantes universitários e explicar, pelo menos parcialmente, o porquê da prevalência aumentada de transtornos mentais nesta população (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

A partir dos dados apresentados, relacionados à saúde mental, transtornos mentais e a população universitária, avançamos para a pesquisa de mestrado que analisaremos neste artigo.

A Saúde Mental na Fase de Adaptação Universitária

A permanência na universidade se inicia pela tentativa em se adaptar à nova dinâmica de ensino e estudos. O primeiro ano na universidade é uma fase de muitas experiências que impactam a trajetória acadêmica dos estudantes e é um momento decisivo para a permanência universitária, pois é neste período em que mais ocorre reprovações e evasão na universidade (AGUILERA, *et al.*, 2017; BAGGINI; MOREIRA, 2017; COULON, 2008). Nunes e Veloso (2015, p. 819) defendem que “[...] compreender as dificuldades iniciais do estudante para se adaptar ao curso é de fundamental importância e a construção de alternativas para a superação dessas dificuldades, pode fazer toda a diferença na sua trajetória acadêmica”.

A partir dos relatos dos estudantes participantes da pesquisa, esses momentos são marcados pelo encontro com a diversidade de pessoas, pensamentos, gostos e formas de vida. Também é uma fase repleta de novidades ao se iniciar uma nova etapa, que pode estar acompanhada pelo acolhimento dos colegas, como ressaltado pelo estudante Tomás

(Licenciatura em Física, 1º ano): “Foi, mas o pessoal é bem legal, é bem acolhedor. Se você precisa de alguma coisa eles... “ah, estou com alguma dúvida no exercício”, tem a tutoria, mas fora a tutoria o pessoal lá dá uma olhada e “ah, é assim”. Aí é legal, a experiência foi boa. Nunca tinha tido”. Ou pela dificuldade de socialização com as novas pessoas, como aconteceu na experiência de Heloisa (Estatística, 1º ano): “[...] está sendo difícil se adaptar, socializar com as pessoas, mas agora está dando certo”.

Além de Heloisa, outros estudantes indicaram as dificuldades que sentiram no primeiro ano na universidade. Para os participantes da pesquisa, a passagem para a educação superior teve uma forte sensação de estranhamento, assim como apontado por Coulon (2008) e ressaltado pela Lúcia (Engenharia Química, 1º ano) ao relatar a sua experiência: “No sentido de estar em um ambiente diferente, pessoas bem diferentes e ser bem diferente também do ensino médio, porque você tem que correr atrás das suas coisas. Você tem que ser bem mais autodidata em relação a praticamente tudo”.

Para Coulon (2008), essa fase de estranhamento se refere à percepção de um espaço diferente do que os estudantes estavam acostumados e que ainda não estavam familiarizados. Portanto, os estudantes se encontram desorientados e com a sensação de estranhamento por não terem naturalizado as práticas e funcionamentos universitários.

O estranhamento também veio acompanhado com as dificuldades nas disciplinas dos cursos de graduação, como relatado por Lorena (Bacharelado em Ciências Biológicas, 1º ano): “Tirei o meu primeiro zero, nunca tinha tirado um zero na vida e a primeira prova que eu fiz de Física, eu fiz ensino público, caiu ‘Derivada’. Eu nunca tinha nem ouvido falar de ‘Derivada’. Aí eu fui lá e tirei zero na prova”.

O caso da estudante Lorena é próximo de outros estudantes oriundos de camadas populares que perceberam que “o sucesso obtido nos níveis anteriores não constituiu uma garantia de desempenho tranquilo na universidade” (ALMEIDA, 2014, p. 254). Por isso Granja (2012) ressalta que há a necessidade de acompanhar e instruir os estudantes ingressantes em relação às normas e regras (explícitas e implícitas) que regem o funcionamento da universidade para evitar os grandes impactos emocionais e pedagógicos no período inicial ao novo nível educacional e, dessa maneira, diminuir as chances de evasão.

O dado mais comum encontrado nos relatos sobre o primeiro ano na universidade, contudo, é referente à intensidade dos estudos, dado este também relatado por eles como a principal dificuldade na fase inicial na educação superior. A estudante Valentina (Fisioterapia, 4º ano) exemplifica

a percepção que os estudantes tiveram ao se depararem com o ritmo da universidade:

Assim, era muita coisa, muita coisa para ler, muitos trabalhos e eram várias matérias diferentes. Eu só ia acumulando as coisas, sabe? Eu dei uma assustada na hora. Eu via que eu precisava estudar muito mais para eu conseguir fazer as provas do que eu estudava antes” (Valentina, Fisioterapia, 4º ano).

Pablo (Física, 2º ano) também menciona a dificuldade que sentiu em relação à intensificação de atividades, inclusive afetando a sua consciência, a qual relaciona como uma imposição do sistema universitário:

Eu me sinto culpado e é horrível. Eu acho que é horrível que eu não posso não estudar no domingo. É uma coisa horrível, domingo não estudar e eu me sinta mal por fazer isso. Mas, bom, ao mesmo tempo é isso, eu sei que não é que seja culpa da universidade, é culpa do sistema. Os caras que estão no Japão, ou nos Estados Unidos, eles estão estudando também. O melhor é que todo mundo esteja em casa no final de semana para descansar, mas não é assim (Pablo, Física, 2º ano).

O estudo de Oliveira (2014) também indicou como os estudantes universitários têm utilizado os momentos de folga e descanso para atender à intensificação de atividades acadêmicas. No caso da investigação da autora, a formação do estudante está sendo prejudicada pela lógica produtivista mercadológica que tem sido reproduzida no ambiente acadêmico. Para alcançar melhores posições no campo, inclusive para aqueles que pretendem ingressar na pós-graduação, os estudantes têm se desdobrado para atender as disciplinas do curso e participar de atividades de pesquisa e produção científica. Contudo, o que percebemos na fala de Pablo é que a intensificação tem se apresentado já no início da graduação. Nessa fase os estudantes ainda não estão inseridos em atividades científicas, mas já compreendem o obstáculo da intensidade de dedicação como característico do ambiente acadêmico.

A pesquisa de Silva, Todaro e Reis (2020) associa a intensidade de estudos com o sofrimento mental, pois o excesso de textos e materiais didáticos em tempo reduzido propicia o surgimento de sentimento de frustração e sensação de “não dar conta”. O produtivismo acadêmico também foi citado como uma queixa frequente dos estudantes universitários,

o qual se apresenta em caráter nocivo por meio da “[...] preocupação com o Lattes; a busca pelo desenvolvimento de habilidades múltiplas para ser competitivo no mercado; a culpa por descansar, por fazer algo ‘só porque gosta’, sem utilidade profissional; a individualização da culpa quando o aluno ‘falha’” (SILVA, TODARO, REIS, 2020, p. 57-58).

A partir da escolaridade dos pais dos estudantes, verificada nas respostas dos questionários, identificamos que pelo menos 61% dos estudantes participantes da pesquisa são a primeira geração de suas famílias a ingressarem no ensino superior. Essa característica pode adicionar um peso na pressão que os estudantes carregam por meio das expectativas familiares, pois o filho ter conseguido ingressar na universidade representa ganho de status e mobilidade social (SILVA, TODARO, REIS, 2020).

Além disso, 41,5% dos participantes responderam que não tinham práticas de estudo durante a educação básica e também 41,5% não frequentaram nenhuma modalidade de curso preparatório para o ingresso na universidade. Dessa maneira, percebemos o quanto foi impactante a inserção desses estudantes nos estudos acadêmicos, pois traziam em seus repertórios conhecimento insuficiente sobre a universidade e práticas estudantis pouco adequadas para o cotidiano universitário (AUTOR, AUTOR, XXXX). Para esses estudantes egressos de uma escolarização precária e com poucos recursos para expandirem a bagagem cultural de seu meio familiar, é preciso desenvolver um perfil universitário condizente com o que é exigido pela instituição para se adaptar e se manter nos estudos universitários. Ou seja, é uma constante luta por reconhecimento da sua capacidade em atender às fortes cobranças da vida acadêmica, despertando sintomas de ansiedade, estresse, *burnout* e depressão entre os estudantes (LATORRE, 2018).

Em relação às exigências do ambiente acadêmico, o estudante Tomás (Licenciatura em Física, 1º ano) especificou a dificuldade em relação à matriz curricular do primeiro ano de seu curso, ao relatar que não há uma organização a partir dos conhecimentos dos alunos. Segundo o estudante, há disciplinas introdutórias e avançadas no primeiro semestre, em que uma traz conhecimentos que serão base para a outra, confundindo os ingressantes no curso.

Em meio a essa intensidade acadêmica, surge a comparação com os colegas em meio às dificuldades dos estudantes. Laura (Pedagogia, 1º ano) exemplifica a comparação com os colegas:

Por exemplo, deu um baque muito grande quando eu cheguei e vi que as outras pessoas estavam em um nível um pouco

maior que o meu, sabe? Elas já viram coisas que eu não vi, por exemplo. Aí nas discussões elas começam a falar coisas que eu nem mesmo sabia que existiam (Laura, Pedagogia, 1º ano).

Os estudos de Piotto e Nogueira (2013) identificaram que é a partir da comparação com os colegas que os estudantes de camadas populares encontraram a defasagem e a desigualdade social entre eles e seus colegas. Essa comparação trouxe sentimentos negativos e o choque entre os estudantes, principalmente para aqueles que são a primeira geração de suas famílias a ingressarem no ensino superior e oriundos de camadas populares, fazendo com que estes se esforcem para se sentirem capazes e dignos de estarem cursando a graduação.

Esses sentimentos e a rotina intensificada de estudos, aliados à outras experiências iniciais, como ficar longe da família, pode estar influenciando a saúde mental dos graduandos, em especial a presença de transtornos comuns, como a depressão e ansiedade, como sugere a participante Lorena:

Eu comecei sentir [a depressão] aqui. Tudo piorou quando eu entrei na universidade, porque na minha casa a preocupação que eu tinha era estudar para o vestibular. [...] Só que quando eu entrei aqui, eu vi inúmeras coisas que eu nunca tinha visto na vida. [...] Aí, para mim foi um choque entrar e as pessoas cobrando de mim (Lorena, Bacharelado em Ciências Biológicas, 1º ano).

O estudante Felipe (Bacharelado em Ciências Biológicas, 2º ano) destaca como o processo de adaptação na universidade impacta psicologicamente os estudantes por estarem inseridos em um novo contexto:

Algumas pessoas saíram porque não se identificaram com o curso, então acho que tem bastante a ver com isso de saber lidar com essa nova vida de universidade, que é um ritmo completamente diferente, funciona de uma forma completamente diferente. É cansativo, às vezes é desgastante. Acho que esse processo de você adaptar é algo desgastante. Você já tem aquele procedimento padrão para tudo, desde o ensino médio, você fala "é assim que as coisas funcionam, é assim que eu vou fazer e tudo o mais, o esquema é o mesmo, precisa fazer tal coisa para passar". Aí aqui já muda completamente, então você sai da sua zona de conforto e crescer desgasta (Felipe, Bacharelado em Ciências Biológicas, 2º ano).

Oikawa (2019) esclarece que o sofrimento psíquico, um conjunto de condições psicológicas que ultrapassam o desconforto de ordem fisiológica, pode afetar os estudantes universitários e desencadear situações de depressão e ansiedade. Segundo a autora, é:

Importante ressaltar que a ansiedade não é sempre um transtorno e que, em alguns momentos, é uma reação considerada natural, como em situações de transição – onde há muitos elementos que podem causar receio e medo pelo simples fato de serem desconhecidos – por exemplo, na passagem do Ensino Médio para o Ensino Superior. No entanto, o que está sendo considerado aqui é quando essa ansiedade excede o seu nível normal e começa a interferir na rotina dos estudantes (OIKAWA, 2019, p. 19).

O trabalho de Costa (2014) demonstra que a procura pela assistência psicológica na UFSCar vem crescendo desde o final dos anos 2000, sendo até considerado pelos profissionais responsáveis por esse suporte como uma “epidemia”. Esse aumento de procura à assistência psicológica indica que a universidade, assim como outros ambientes de trabalho, pode estar em sofrimento e solidão. Venturini e Goulart (2016) esclarecem que a universidade pode se encontrar nessa situação quando predomina um espírito competitivo e uma ideologia meritocrática, desconforto dos estudantes e manifestação de baixa participação, altos índices de evasão, incapacidade de análise autocrítica, pressão em relação ao aumento quantitativo na produção acadêmica, ausência de envolvimento político dos membros da comunidade universitária, entre outros.

Elementos como esses apontados por Venturini e Goulart (2016) podem estar afetando a saúde mental dos membros da universidade. Além disso, os autores afirmam que “[...] acima de tudo, a universidade é excludente quando ela se coloca como insensível aos problemas sociais, de renovação cultural e de transformação dos costumes (encastelada, como na famosa metáfora de torre de marfim do conhecimento elitista)” (VENTURINI; GOULART, 2016, p. 102). Nesse sentido, a presença de situações de depressão e ansiedade sinaliza que a universidade ainda não apresenta uma estrutura suficiente voltada para o acolhimento do estudante, mesmo na fase de implementação das políticas de inclusão que propiciaram uma mudança no perfil dos estudantes.

Infelizmente, as dificuldades oriundas da saúde mental dos estudantes não constituem uma situação observada apenas na fase inicial de adaptação dos estudantes na universidade. O estudo de Silva, Todaro e

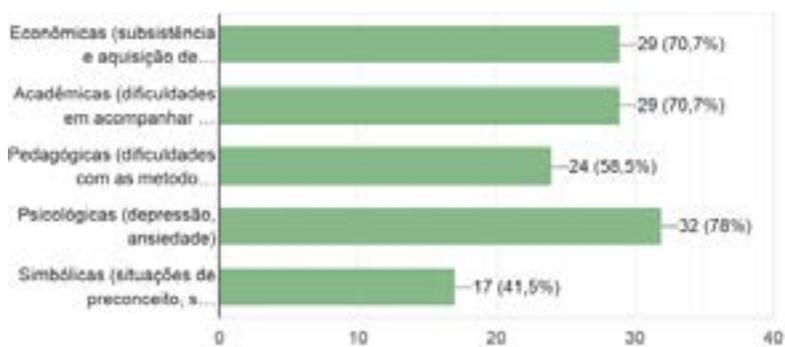
Reis (2020) indica que essas dificuldades acompanham toda a formação acadêmica, apresentando sinais também na fase final do curso em que há o medo do desemprego e da competição do mercado de trabalho. A seguir, vemos como essa situação continua nas demais vivências dos graduandos e quais são os demais entraves presentes na permanência universitária.

O desafio da Saúde Mental na Permanência Universitária

Os períodos iniciais da vida universitária do jovem podem representar o momento de maior mudança durante a graduação, contudo, nem sempre será somente nos momentos iniciais do curso de graduação que o estudante pode apresentar sofrimento mental. De acordo com Ariño e Bardagi (2018) é possível dividir a trajetória do estudante no curso de graduação em três grandes momentos: o inicial, marcado pela transição do ensino médio para o superior; o médio, em que se iniciam os contatos com os estágios e um primeiro contato com o que será a prática profissional e o momento final, marcado pelo desligamento do papel de estudante e com a perspectiva da inserção no mercado de trabalho. Cada momento tem demandas diferentes, que podem vir acompanhadas de demandas de apoio e suporte em saúde mental. Isso dependerá do contexto educacional, político, econômico, social e individual deste estudante.

Na pesquisa que estamos analisando neste artigo, é possível identificar que os aspectos relacionados à saúde mental são a principal dificuldade encontrada pelos estudantes durante a permanência na universidade, como pode ser verificado no gráfico a seguir, obtido por meio da aplicação de um questionário online.

Principais dificuldades da permanência universitária



Fonte: Pesquisa de campo (AUTOR, XXXX).

Como demonstrado no gráfico, no questionário online apresentamos cinco dimensões aos estudantes para que apontassem quais delas consideravam ser as principais dificuldades para a permanência na universidade. As dimensões são referentes às dificuldades “econômicas” (subsistência e aquisição de materiais), “acadêmicas” (dificuldades em acompanhar os estudos), “pedagógicas” (dificuldades com as metodologias de ensino), “psicológicas” (depressão, ansiedade) e “simbólicas” (situações de preconceito, sentimento de incapacidade).

A dificuldade principal na permanência universitária, de acordo com os estudantes pesquisados, foi a dimensão das dificuldades psicológicas, com índice de 78%. Logo em seguida vem às dificuldades das dimensões econômica e acadêmica, empatadas com 70,7%.

Essa dificuldade listada pelos estudantes em primeiro lugar vai ao encontro do aumento da prevalência e gravidade do sofrimento psicológico da população universitária apontada por Silveira et al. (2011) e demonstrado na pesquisa nacional do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2019), sendo que a ansiedade tem se tornado a mais presente nas queixas dos estudantes (SILVA, TODARO, REIS, 2020).

Cavichiolo (2019) afirma que o jovem universitário sente uma sobrecarga emocional ao se deparar com a responsabilidade pelo próprio sustento, posicionamento na universidade e superação das dificuldades acadêmicas. A autora ainda destaca que a saúde mental é ainda mais agravada para os estudantes cotistas, pois para estes há o estresse do acúmulo de responsabilidades geradas tanto pela intensidade das atividades acadêmicas quanto pela própria permanência na universidade (CAVICHIOLO, 2019).

De acordo com Ristoff (2016) com a implementação de políticas de ampliação do ensino superior brasileiro como o Programa Universidade para Todos (Prouni), o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni), o Sistema de Seleção Unificada (Sisu), o Fundo de Investimento do Estudante do Ensino Superior (Fies), o Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) houve mudança do perfil socioeconômico dos estudantes e a universidade passou a receber estudantes de camadas populares, que necessitam de políticas de permanência e uma destas assistências necessárias para a continuidade dos estudos é a saúde, incluindo aqui a saúde mental destes estudantes.

Ainda assim, o estudo de Oikawa (2019) sobre o apoio psicológico na UFSCar, especificamente no campus de Sorocaba, mostrou que 76,3% dos estudantes que procuraram atendimento psicológico não são bolsistas

do PAE. Esse dado indica que, apesar das dificuldades de permanência dos estudantes bolsistas, as situações de alteração na saúde mental afetam discentes de diferentes perfis socioeconômicos e que outros fatores, presentes na universidade, podem estar contribuindo para o sofrimento psíquico. Ou seja, a assistência em saúde mental deve ser ofertada a todos os estudantes do ensino superior. Ao analisar as queixas apresentadas pelos estudantes, Oikawa (2019) identificou que o desempenho acadêmico é o principal fator que afeta a saúde mental dos estudantes universitários. Segundo a autora:

Apesar do reconhecimento da defasagem do ensino por alguns estudantes, a autocobrança por um desempenho ótimo, independente das possíveis variáveis intervenientes, permanece, levando-os a se enxergarem como incapazes. Como já dito, muitas vezes, há o abalo da auto-estima; em alguns casos, esse é o primeiro sintoma de adoecimento, sinalizando quadros psicológicos mais sérios (OIKAWA, 2019, p. 17-18).

Na pesquisa de Costa (2014) em que o quadro de sofrimento psicológico de estudantes universitários se refere, em especial, à depressão e ansiedade, as frustrações e expectativas depositadas na vida universitária também foram apontadas como importantes fatores para o adoecimento. “Tais frustrações eram sentidas pelos estudantes universitários como fruto de suas próprias inaptidões individuais, visto que cabia somente a ele superá-las através de seus recursos e repertórios” (COSTA, 2014, p. 134).

Com essas considerações e com os dados obtidos pelos questionários, inferimos que há uma possível relação entre as dificuldades econômicas e acadêmicas com as psicológicas, pois em números absolutos as três dimensões estão próximas. As privações econômicas aliadas à responsabilização dos estudantes sobre seus desempenhos podem contribuir para o aumento de estresse e surgimento de sofrimento psíquico.

Ao selecionarmos os estudantes que são a primeira geração a ingressarem na educação superior, percebemos uma pequena modificação entre as dimensões que ficaram em primeiro lugar. Nesse caso, para estudantes que são a primeira geração na universidade, as principais dificuldades da permanência são as “Econômicas” e as “Acadêmicas”, empatadas com 76,4%. A dimensão referente às dificuldades “Psicológicas” fica em segundo lugar, com 70,5%. Na dimensão sobre as dificuldades “Pedagógicas” houve pouca alteração, aumentando apenas 0,3%. Contudo, na dimensão das dificuldades “Simbólicas” houve um aumento de 5,5%,

chegando a um total de 47% dos estudantes a indicarem que situações de preconceitos ou sentimentos de incapacidade são as principais dificuldades.

Com base em tais dados é possível considerar que os sentimentos de incapacidade podem estar afetando a saúde mental desses estudantes por estarem avançando em relação ao que se espera de seu contexto familiar e social. Essa modificação confirma a afirmação de Piotto e Nogueira (2013) sobre a vivência acadêmica ser diferente de acordo com a trajetória social e escolar do estudante, o que requer uma consideração mais sensível diante de um cenário de diversificação social em um nível escolar historicamente marcado pela formação elitista. Da mesma forma, Oliveira e Gomes (2020) identificaram que as primeiras publicações sobre a articulação de um setor psicológico com a assistência estudantil iniciaram em 2015, provavelmente aliadas à implementação de políticas públicas de democratização do ensino superior, visando o enfrentamento das desigualdades sociais. Com o levantamento realizado, as autoras concluem que há um predomínio de formas de atuação “tradicionais”, voltadas para uma perspectiva mais individualizante, demandando posicionamentos críticos e avanços na prática de Psicologia Escolar e Educacional.

Considerações Finais

Sabemos que este período da vida pode ser atribuído, marcado por vivências individuais que demandam dos jovens universitários comportamentos novos e desenvolvimentos que vão além da parte acadêmica. Traz conflitos, decisões, posturas e ritmos diferentes de outras fases da vida vividas até o momento. Coincide, na maior parte dos casos, com o início da vida adulta, em que vemos maior probabilidade de uso/abuso de drogas, adoecimento mental e novas responsabilidades (ASSIS; OLIVEIRA, 2010).

Cada estudante terá sua rede de apoio e fatores protetores que auxiliarão a suportar os momentos de indecisão, dificuldade e sofrimento. Bem como estarão sujeitos também a fatores de risco dentro do contexto universitário e terão que tentar lidar com eles. A relação entre esse estudante, seu contexto e as condições de suporte e apoio que o ambiente universitário vai ofertar serão definidores da qualidade de vivência deste estudante no período da graduação.

Nos dados apresentados, identificamos que a intensificação, responsabilização e autocobrança do estudante por seu desempenho acadêmico tem prejudicado a saúde mental. A situação torna-se ainda

mais sensível ao considerarmos as políticas de inclusão social no ingresso à educação superior. A abertura institucional para as camadas populares implica em um novo olhar para as dificuldades dos estudantes e desafios para efetivar a permanência, pois há entraves específicos para aqueles que receberam a escolarização básica precária e que são a primeira geração de suas famílias a ingressar na universidade. Esses elementos são ainda mais impactantes para a saúde mental, pois os estudantes se encontram em um ambiente estressante do qual precisam constantemente provar a sua capacidade em seguir com os estudos, além de driblar as adversidades de proverem às demandas de suas subsistências.

O que podemos concluir a partir dos dados obtidos na pesquisa é que o cuidado com a saúde mental dos estudantes é essencial, já que os dados apontam para a relação estreita com a vida acadêmica, mostrando que a maneira como essa trajetória acadêmica vai transcorrer vai influenciar diretamente no bem-estar e na saúde mental destes estudantes universitários. Portanto, consideramos que as ações voltadas ao enfrentamento e prevenção da saúde mental no ambiente acadêmico são importantes e complementares aos apoios econômicos e pedagógicos, tornando-se uma nova dimensão a ser incluída em programas institucionais que visam favorecer a permanência universitária e contribuir para a inclusão social nas universidades.

Referências

AGUILERA, Juan Patricio. *et al.* Acompañamiento para la permanência em la educacion superior de estudiantes de la universidad de Playa Ancha durante el 1er semestre de 2017. In: **Conferencia Latinoamericana sobre o Abandono en la Educación Superior**. CLABES, 15 a 17 de novembro de 2017. Universidad Nacional de Córdoba, Córdoba, Argentina. **Anais...** 2017, p. 1-7. Disponível em: <http://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/1607> Acesso em: jun. de 2018.

ALMEIDA, Wilson Mesquita. Estudantes com desvantagens sociais e os desafios da permanência na universidade pública. In: PIOTTO, Débora Cristina (Org.). **Camadas populares e universidades públicas: trajetórias e experiências escolares**. São Carlos: Pedro & João Editores, 2014. p. 239-272.

ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental dos estudantes universitários. **Psicologia em Pesquisa**, vol. 12, n. 3, set-dez 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000300005&lng=pt&nrm=iso Acesso em: 12 jan. 2023.

ASSIS, Aisllan Diego; OLIVEIRA, Alice Guimarães Bottaro de. Vida universitária e saúde mental: atendimento às demandas de saúde e saúde mental de estudantes de uma universidade brasileira. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, v. 2, n 4-5, p. 163-182, 2010. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/68464> Acesso em: 12 jan. 2023.

BAGGINI, Iván Gustavo; MOREIRA, Lidia del Valle. Accion tutorial e integracion universitaria. In: CLABES, 2017. Universidad Nacional de Córdoba. Córdoba, Argentina. **Anais...** 2017,

p. 1-7. Disponível em: <http://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/1587> Acesso em: jun. 2018.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa, Portugal: Edições 70, 1977.

BRASIL. Decreto nº 5.800, de 8 de junho de 2006. **Dispõe sobre o Sistema Universidade Aberta do Brasil – UAB**. 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Decreto/D5800.htm Acesso em: jun. 2019.

BRASIL. Decreto nº 6.096, de 24 de abril de 2007. **Institui o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais – REUNI**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2007-2010/2007/Decreto/D6096.htm Acesso em: 20 jun 2019.

BRASIL. Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010. **Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil – PNAES**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm Acesso em 15 mar 2017.

BRASIL. Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012. Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 30 ago. 2012. p. 1.

CAVICHIOLO, Katia Silene. **Ações afirmativas**: as políticas de permanência para alunos cotistas na Universidade Federal de São Carlos. 2019. 137 f. Dissertação (Mestrado em Gestão de Organizações e Sistemas Públicos) - Universidade Federal de São Carlos.

COSTA, Victor Amaral. **Do “sofrimento psicológico” entre universitários**: uma etnografia com jovens estudantes e grupos terapêuticos. 2014. 304 f. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) Universidade Federal de São Carlos, São Carlos.

COULON, Alain. **A condição de estudante**: a entrada na vida universitária. Salvador: EDUFBA, 2008.

DEON, Ana Paula da Rosa et al.. Saúde mental do trabalhador. In TOLFO, Suzana da Rosa (Org.), **Gestão de Pessoas e saúde mental do trabalhador**: fundamentos e intervenções com base na psicologia (pp. 167-183). São Paulo, SP: Vetor.

DEJOURS, Christophe. **A Loucura do Trabalho**: estudos de psicopatologia do trabalho. 6. Ed. São Paulo: Cortez, 2015.

DIAS, Carlos Eduardo Sampaio Burgos; SAMPAIO, Helena. Serviços de apoio a estudantes em universidades federais no contexto da expansão do ensino superior no Brasil. In: DIAS, Carlos Eduardo Sampaio Burgos; et al. (Orgs.). **Os serviços de apoio pedagógico aos discentes no ensino superior brasileiro**. São Carlos: Pedro & João Editores, 2020. p. 27-60.

EISENBERG, Daniel et al. Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety and Suicidality Among University Students. **American Journal of Orthopsychiatry**, vol. 77, n.4, 2007, p. 534-532. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18194033/> Acesso em: 12 jan. 2023.

FONAPRACE. **V pesquisa nacional de perfil socioeconômico e cultural dos(as) graduandos(as) das IFES - 2018**. Relatório de pesquisa. 2019. Disponível em: <https://www.andifes.org.br/?p=79639> Acesso em: set/2020.

GAINO, Loraine Vivian et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD**, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p.108-116, 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762018000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 12 jan. 2023.

GRANJA, Veruska de Araújo Vasconcelos. **Tendências de sucesso no percurso acadêmico do alunado na UFRN**. 2012. 124 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2012.

HERINGER, Rosana. Políticas de ação afirmativa e os desafios da permanência no ensino superior. In: DIAS, Carlos Eduardo Sampaio Burgos; et al. (Orgs.). **Os serviços de**

apoio pedagógico aos discentes no ensino superior brasileiro. São Carlos: Pedro & João Editores, 2020. p. 61-78.

IBRAHIM, Ahmed K et al. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. **Journal of Psychiatric Research**, v. 47, p. 391-400. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022395612003573?via%3Dihub> Acesso em: 12 jan. 2023.

LATORRE, Ana Clara de Oliveira. **Saúde mental dos estudantes universitários:** qual sua relação com os processos de violência simbólica exercidos pelas instituições de ensino e com a luta por reconhecimento dos discentes no ambiente acadêmico? 2018, 65 f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Direito) Faculdade de Direito de Vitória.

NEVES; Clarissa Eckert Baeta; ANHAIA, Bruna Cruz de. Políticas de inclusão social no ensino superior no Brasil: políticas de redistribuição de oportunidades? Reflexões a partir das experiências em IES do Rio Grande do Sul. In: BARBOSA, Maria Lígia de Oliveira. **Ensino Superior:** expansão e democratização. Rio de Janeiro: 7Letras, 2014. p. 371-401.

NOGUEIRA-MARTINS, Luiz Antônio; NOGUEIRA-MARTINS, Maria Cezira Fantini. Saúde Mental e Qualidade de Vida de estudantes universitários. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, vol.7, n. 3, p. 334-337. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/2086> Acesso em: 12 jan. 2023.

NUNES, Roseli Souza dos Reis; VELOSO, Tereza Christina Mertens Aguiar. Elementos que interferem na permanência do estudante na Educação Superior pública. In: SEMINÁRIO NACIONAL DA REDE UNIVERSITÁRIA, XXIII, 20 a 23 de maio de 2015, Instituto de Ciências da Educação, UFPA, Belém/PA. **Anais...** 2015. Disponível em: <http://www.obeduc.uerj.br/arquivos/AnaisRedeUniversitarias2705.pdf> Acesso em: out. 2015.

OLIVEIRA, Maísa Aparecida de. **A atividade discente na universidade:** os impactos da produtividade acadêmica na formação dos estudantes. 2014, 150 f. Dissertação (Mestrado em Educação) Programa de Pós-Graduação em Educação - Universidade Federal de São Carlos.

OLIVEIRA, Adélia Augusta Souto de; GOMES, Lucélia Maria Lima da Silva. A psicologia nos contextos de desigualdade: ações em debate na assistência estudantil. **Psicologia Política**, vol. 20. n.49. pp. 611-626. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1519-549X2020000300012 Acesso em: abr/2021.

OKAWA, Fabiana Midori. **Implicações do contexto universitário na saúde mental dos estudantes.** Sorocaba, 2019, 142 f. Dissertação (Mestrado em Educação) Programa de Pós-Graduação em Educação Universidade Federal de São Carlos.

PIOTTO, Débora Cristina; NOGUEIRA, Maria Alice. Inclusão vista por dentro: a experiência via Includp. **Educação**, v. 36, n.3, p. 373-384, set/dez 2013. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faced/article/view/15537/10225> Acesso em: jun 2019.

RISTOFF, Dilvo. Democratização do campus: impacto dos programas de inclusão sobre o perfil da graduação. **Cadernos do GEA**, Rio de Janeiro: FLACSO, GEA, UERJ, v. 9, p. 9-62, 2016. Disponível em: http://flacso.org.br/files/2017/03/Caderno_GEA_N9_Democratiza%C3%A7%C3%A3o-do-campus.pdf Acesso em: 20 jun. 2019.

SILVA, Eduardo Pinto e. Trabalho e subjetividade na universidade: por uma visão global e multifacetada dos processos de sofrimento e adoecimento. **EPAA**, Arizona State University, v.28, n.14, p.1-30, jan. 2020.

SILVA, Eduardo Pinto e; TODARO, Ana Paula; REIS, Ana Carolina. O sofrimento do universitário e suas relações com a dinâmica da universidade. **FAROL - Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade**, vol. 7, n. 18, p. 37-75, abr. 2020. Disponível em: <https://revistas.face.ufmg.br/index.php/farol/article/view/5528> Acesso em: abr/2021.

VASCONCELOS, Tatheane Couto de et al. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, vol. 39, n. 1, jan-mar 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/SVbybyDKKBCYpndLhyFdBXs/?lang=pt#> Acesso em: 12 jan. 2023.

VENTURINI, Ernesto; GOULART, Maria Stella Brandão. Universidade, solidão e saúde mental. **Interfaces - Revista de Extensão da UFMG**, v. 4, n. 2, p. 94-115, jul/dez 2016. Disponível em: <https://www.ufmg.br/proex/revistainterfaces/index.php/IREXT/article/view/221/pdf> Acesso em: jan. 2019.

WHO. World Health Organization. **Mental Health Action Plan 2013-2020**. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506021> Acesso em: 16 jan. 2023. 45 p, 2013.

Submetido em março de 2023
Aceito em junho de 2023
Publicado em agosto de 2023

