



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RECÔNCAVO DA BAHIA  
CENTRO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES  
LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA

DANIELLE ROSA CABRAL

**A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES NO ENSINO  
SUPERIOR: Revisão Narrativa**

AMARGOSA-BA

Outubro de 2023

DANIELLE ROSA CABRAL

A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES NO ENSINO  
SUPERIOR: Revisão Narrativa

Trabalho de Conclusão do Curso de Licenciatura  
Plena em Pedagogia, apresentado a banca  
examinadora da Universidade Federal do  
Recôncavo da Bahia, como obtenção do título  
Licenciada em Pedagogia.

Orientador(a): Prof.<sup>a</sup> Dra. Sabrina Torres Gomes

AMARGOSA- BA

Outubro de 2023

Dedico este trabalho a garota que entrou nesse curso se sentindo pequena e incapaz. Ela estaria surpresa e orgulhosa de ver que mesmo com todas as dificuldades, ela conseguiu.

## Agradecimentos

Agradeço inicialmente a Deus, sem Ele não seria possível caminhar até aqui. Agradeço a dona Neusa, que mesmo reclamando do início ao fim, me manteve financeiramente para que eu pudesse continuar meu percurso, porque no fundo ela sempre entendeu a importância dos estudos na vida de alguém, já que sempre guardou um pesar por não ter estudado além da 4ª série.

Não poderia deixar de expressar minha gratidão a Adrielly Santos, uma parceira de vida, que esteve comigo desde o início da graduação e sempre acreditou que daria tudo certo, que eu iria conseguir e esteve sempre do meu lado para o que eu precisasse. Minha gratidão também a Heloísa Muniz, um presente que a UFRB me deu, sempre disposta a ajudar, sabe dar os melhores conselhos e é a escuta perfeita quando a gente só quer desabafar entre um surto e outro.

Esse trabalho não existiria sem Edilson Salvatore, que me proporcionou o instrumento para a escrita, teve paciência e bondade enquanto eu tomava conta do seu notebook, além de ser a calma e a tranquilidade da minha vida, principalmente quando a ansiedade me acelera.

Agradeço a Profª Dra. Sabrina Gomes por me aceitar como orientanda e ter paciência com os meus sumiços, encontrar a senhora foi uma dádiva quando eu achava que não teria a menor possibilidade.

Meu agradecimento também a Fabiana e Williams, que foram maravilhosos em me ajudar na produção desse trabalho, muito obrigado por serem tão incríveis comigo, assim como não poderia deixar de agradecer a Janiny Bispo por me incentivar tanto a terminar esse trabalho.

Esse trabalho é muito sobre mim antes de qualquer coisa e por isso ele é mais do que um procedimento técnico necessário para concluir uma etapa, foi um estalo que só pode ter sido coisa de Deus e por isso sempre vou ter muita gratidão por todo mundo que fez parte dele.

Por fim, agradeço a mim mesmo por não deixar a ansiedade tomar conta e desistir achando que não era capaz, a garota que iniciou essa caminhada não imaginava a força que ela teria para continuar, mas hoje ela sabe que tudo valeu a pena.

“Ainda mantenho meus sonhos, mesmo que pareçam impossíveis” (Fala do personagem Edward Cullen no livro Sol da Meia-Noite. MEYER, S. 2020)

CABRAL, Danielle Rosa, **A Saúde Mental dos Estudantes no Ensino Superior: Revisão Narrativa**. Monografia (Graduação em Pedagogia) - Universidade Federal do Recôncavo da Bahia- UFRB, Amargosa, 2023, 55pg.

## **Resumo**

O presente estudo tem por objetivo analisar a relação entre o contexto universitário e os seus possíveis impactos na saúde mental dos estudantes, por meio de uma revisão de literatura, utilizando o método de revisão narrativa com abordagem qualitativa. Os dados foram coletados das seguintes plataformas: Google Acadêmico, Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Pepsic entre os anos de 2021 a 2023. As análises e discussões se dividiram entre o Percurso Histórico da Saúde Mental, os Reflexos do Contexto Universitário sobre a Saúde do Estudante e Como as Instituições de Ensino lidam com o Adoecimento Mental Estudantil, além de um subtópico abordando a saúde mental estudantil no período de Pandemia da Covid-19. Após as análises foi possível perceber que a etapa de graduação é um período em que os discentes passam por vulnerabilidades do ponto de vista psíquico estando suscetível ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, devido aos fatores presentes no contexto acadêmico. Quanto ao apoio por parte das universidades, foi possível notar uma preocupação em relação ao auxílio deste público ao realizarem ações de cuidado para o enfrentamento do adoecimento mental do estudante. Sendo assim, é de extrema necessidade discutir o sofrimento psíquico durante a graduação evidenciando o quanto isso não é normal, e principalmente sobre a urgência de ações efetivas para que isso deixe de ser uma realidade dentro das universidades.

Palavras-chave: Saúde Mental, Estudante Universitário, Adoecimento Mental.

## **Abstract**

The present study aims to analyze the relationship between the university context and its possible impacts on students' mental health, through a literature review, using the narrative review method with a qualitative approach. Data was collected from the following platforms: Google Scholar, Scielo, Virtual Health Library (VHL), Pepsic between the years 2021 and 2023. The analyzes and discussions were divided between the Historical Path of Mental Health, the Reflections of the University Context on Student Health and How Educational Institutions deal with Student Mental Illness, in addition to a subtopic addressing student mental health during the Pandemic period of Covid-19. After the analysis, it was possible to realize that the undergraduate stage is a period in which students experience vulnerabilities from a psychological point of view, being susceptible to the development of psychological disorders, due to factors present in the academic context. Regarding support from universities, it was possible to notice a concern regarding the assistance of this public when carrying out care actions to combat the student's mental illness. Therefore, it is extremely necessary to discuss psychological suffering during graduation highlighting how this is not normal mainly about the urgency of effective actions so that this stops being a reality within universities.

Keywords: Mental Health, University Student, Mental Illness.

## **LISTA DE SIGLAS**

ABRASME- Associação Brasileira de Saúde Mental  
AE- Assistência Estudantil  
APA- Associação Americana de Psiquiatria  
BVS- Biblioteca Virtual em Saúde  
CAPS- Centro de Atenção Psicossocial  
CEBES- Centro Brasileiro de Estudos em Saúde  
CEAP- Centro de Atendimento da Psicologia  
CID-10- Classificação Internacional de Doenças  
CODAE- Coordenação de Assistência e Integração do Estudante  
COVID-19- Coronavírus Disease 2019  
DASE- Divisão de Atenção à Saúde do Estudante  
DSM-5 – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais  
ERE- Ensino Remoto Emergencial  
ESPPII- Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional  
FIES- Fundo de Financiamento ao Estudante no Ensino Superior  
FONAPRACE- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis  
IFES- Instituições Federais Brasileiras de Ensino Superior  
MEC- Ministério da Educação  
MLA- Movimento da Luta Antimanicomial  
MS- Ministério da Saúde  
MTSM- Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental  
NAPS- Núcleos de Atenção Psicossocial  
NASF- Núcleo de Atenção à Saúde da Família  
OMS- Organização Mundial da Saúde  
OPAS- Organização Pan-Americana da Saúde  
PEPSIC- Periódicos Eletrônicos em Psicologia  
PNASH- Programa Nacional de Avaliação dos Serviços Hospitalares  
PNAES- Programa Nacional de Assistência Estudantil  
PROUNI- Programa Universidade Para Todos  
RAPS- Rede de Atenção Psicossocial

REUNI- Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais

SEBE- Serviço de Benefício ao Estudante

SUS- Sistema Único de Saúde

SCIELO- Scientific Electronic Library Online

SRT's- Serviços Residenciais Terapêuticos

TMC's – Transtornos Mentais Comuns

UFRGS- Universidade Federal do Rio Grande do Sul

UFF- Universidade Federal Fluminense

UFMG- Universidade Federal de Minas Gerais

WHO- World Health Organization



## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	1
1.1 Caminhos Metodológicos .....	3
<b>2 Percorso Histórico da Saúde Mental</b> .....	6
2.1 Do Abandono a Reforma Psiquiátrica .....	7
<b>3 Reflexos do Contexto Universitário sobre a Saúde Mental dos Estudantes</b> .....	13
<b>4 Como as Universidades vêm trabalhando a Saúde Mental dos Discentes</b> .....	22
4.1 Como as universidades trabalharam o apoio a saúde mental do estudante durante a Pandemia da Covid-19 .....	30
<b>Considerações Finais</b> .....	37
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	40

## 1 INTRODUÇÃO

A vida universitária ocupa normalmente uma parcela significativa da vida das pessoas, geralmente de jovens e adultos. Esse período costuma ser longo, de 4 a 10 anos, sendo marcado por novas experiências, entre elas: novas responsabilidades e decisões, distanciamento familiar para aqueles que necessitam se deslocar para estudar em outro estado ou cidade, convivência com novos sujeitos, fatores econômicos e emocionais, além de tudo o que a universidade exigirá academicamente do estudante. Essa etapa da vida do indivíduo pode ser vista como um período crítico de adaptação ao ambiente novo e as exigências presentes nele (FONAPRACE, 2011).

Durante a graduação, as experiências pelas quais os estudantes passam vão além de simplesmente tirar boas notas e adquirir o conhecimento necessário para sua formação e vida profissional. O momento em que muitos estudantes adentram a universidade é de autoconhecimento, de construção de si mesmo, de assumir posicionamentos e posturas frente a debates sociais, de adaptações ao espaço acadêmico e das emoções que todo esse processo de amadurecimento desperta, o que pode causar o desenvolvimento de um sofrimento mental manifestado na forma de depressão, ansiedade, distúrbios alimentares; (Facundes e Ludermir, 2005; Neves e Dalgalarrodo, 2007; Furegato et al, 2005).

O presente trabalho é fruto de inquietações em relação às vivências como estudante do Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia. Na convivência com os demais estudantes da turma durante o processo acadêmico, foi possível perceber que ter a saúde mental afetada pela vida universitária não se tratava de uma vivência particular, pois outros colegas também apresentavam sinais de sofrimento psíquico, de abalos emocionais devido à rotina acadêmica. Diante disso, definiu-se como problemática: como o conjunto de características presentes no contexto universitário tem impactado na saúde mental do estudante?

Partindo das próprias vivências como estudante de Pedagogia, e da hipótese de que as pressões e cobranças impostas pela própria condição discente, fruto de exigências da própria família e da sociedade por realizações pessoais, as dificuldades socioeconômicas, relações interpessoais, e a quantidade de pendências provindas do curso possam causar um desequilíbrio no estado psicológico do indivíduo e que isso possa supostamente favorecer o desenvolvimento ou agravamento de doenças mentais como ansiedade e depressão, surgiram as inquietações que serviram como base para a realização deste estudo que tem como

objetivo: analisar a relação entre o contexto universitário e os seus possíveis impactos na saúde mental dos estudantes.

No intuito de atingir respostas para o objetivo proposto, foram definidos como objetivos específicos: I. Identificar de que forma a trajetória acadêmica pode provocar impactos na saúde mental do graduando. II. Analisar como as universidades percebem e lidam com o adoecimento mental estudantil.

O presente trabalho está estruturado da seguinte maneira: (I) Introdução, que de maneira resumida traz as razões para a realização da pesquisa, a problemática, os objetivos geral e específicos necessários para a execução desta monografia. O primeiro capítulo trata sobre o percurso metodológico. O segundo, apresenta o conceito e percurso histórico da Saúde Mental. O terceiro capítulo apresenta os fatores que podem gerar o adoecimento mental nos estudantes. O quarto capítulo discute como as universidades lidam com esse sofrimento psíquico. Por fim, têm-se as considerações finais.

Durante a graduação, muito se fala do futuro do estudante, mais pouca atenção é dada ao presente, seria interessante se discutir mais como esse aluno está vivenciando o processo de formação. Dá se muita ênfase a construção do conhecimento que o futuro profissional colocará em prática no cotidiano de sua profissão, mas não se pensa muito em como o aluno está se relacionando com esse processo formativo do ponto de vista psicológico e emocional. Espera-se que a realização desta pesquisa possa vir a contribuir com o debate ainda que um pouco tímido em relação ao adoecimento mental do estudante universitário e as maneiras de trazer mais qualidade de vida aos discentes durante o seu percurso formativo.

## 1.1 Caminhos Metodológicos

A metodologia escolhida trata-se de uma revisão de literatura, dessa maneira a pesquisa foi desenvolvida através do método de revisão narrativa, que “não utiliza critérios explícitos e sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura. A busca não precisa esgotar as fontes de informações, a literatura selecionada e a interpretação das informações podem estar sujeitas à subjetividade dos autores”<sup>1</sup>, com abordagem qualitativa que de acordo com Minayo (2001):

A pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis [...] (21-22).

O período de busca compreende de 2021 a 2023 e foram utilizados as seguintes plataformas para a consulta: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC) e Google Acadêmico. Os descritores utilizados para as buscas nas bases de dados foram: “Saúde mental”, “estudante universitário”, “transtornos mentais”, “saúde mental de universitários e pandemia”, “contexto universitário” “percurso histórico da saúde mental”. Não foi feito um recorte específico de anos para a seleção, portanto foram considerados trabalhos publicados em um vasto período de anos, principalmente porque foi feito um percurso histórico da saúde mental e do adoecimento mental do estudante. Em relação ao critério de exclusão, foram considerados aqueles que não abordavam o tema da forma pretendida ou que não estavam em língua portuguesa.

Inicialmente foram selecionados 130 trabalhos entre artigos, monografias, teses, dissertações, e-books, manuais, dos quais 36 foram utilizados para análise e produção do presente estudo. Numa segunda seleção feita a partir dos 36 trabalhos escolhidos, apenas 16 passaram por uma análise mais minuciosa a fim de se obter uma base teórica mais sólida para a estruturação do trabalho, em relação aos demais a leitura foi mais específica para algumas partes que mais cabiam no propósito do estudo. Na tabela a seguir constam os trabalhos que

---

<sup>1</sup> Biblioteca do Instituto de Psicologia da USP (Universidade de São Paulo). Disponível em: <<https://www.ip.usp.br/site/biblioteca/revisao-de-literatura/>>

passaram por uma leitura mais aprofundada, com mais atenção durante a realização da pesquisa:

<b>Título do Trabalho</b>	<b>Ano de Publicação</b>	<b>Autor/Autores</b>	<b>Plataforma</b>
A reforma psiquiátrica no SUS e a luta por uma sociedade sem manicômios.	2018	Paulo Amarante; Monica Nunes	SCIELO
Entre loucos e manicômios: história da loucura e a Reforma Psiquiátrica no Brasil.	2014	Marianna Lima de Rolemberg Figuêiredo; Dalnei Minuzzi Delevati; Marcelo Góes Tavares	Google Acadêmico
Tratamento em saúde mental no modelo manicomial (1960 a 2000): histórias narradas por profissionais de Enfermagem.	2013	GUIMARÃES et al.	SCIELO
A Saúde Mental do Estudante Universitário: sua história ao longo do século XX.	1999	Michelle Selma Hahn; Marcos P. Toledo Ferraz; Joel Sales Giglio	SCIELO
Não tenho psicológico pra EAD: saúde mental e ensino universitário durante a pandemia da Covid-19 em tweets.	2021	Ana Luiza Hubner	Google Acadêmico
Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários.	2018	Daniela Ornellas Ariño; Marúcia Patta Bardagi	PEPSIC
Atuações de um centro educacional e	2018	MURAKAMI et al.	Google Acadêmico

psicológico junto a estudantes universitários.			
Transtornos mentais comuns em acadêmicos do estado de Sergipe, Brasil	2017	Análise Nóbrega Oliveira Bento	Google Acadêmico
O impacto na saúde mental de estudantes universitários submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática.	2021	Becker et al.	Google Acadêmico
Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: Estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior.	2017	Vinicius Rennó Castro	Google Acadêmico
Utilização do Serviço de Saúde Mental em uma universidade Pública.	2005	Ednéia Albino Nunes Cerchiari; Dorgival Caetano; Odival Faccenda	SCIELO
Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior: Relatório Final da Pesquisa	2004/2014	FONAPRACE	Google Acadêmico

Experiências Acadêmicas: Um olhar à saúde mental de estudantes no ensino superior.	2019	Adriana Anilta Paulo; Gisele Pereira Botega	Google Acadêmico
Pandemia de Medo e Covid-19: Impacto na Saúde Mental e Possíveis Tragédias.	2020	ORNELL et al.	Google Acadêmico
Expressões de Sofrimento Psíquico de Estudantes da Universidade Federal do Tocantins.	2023	Alice Spíndola Sidianny Pimentel; Maria Romilda Spíndola Mota.	SCIELO
Trabalhadores de saúde mental: reforma psiquiátrica, saúde do trabalhador e modos de subjetivação nos serviços de saúde mental.	2005	Tatiana Ramminger	Google Acadêmico

Após a seleção dos trabalhos, foram realizadas as leituras necessárias, a partir das quais foi possível a produção deste trabalho, evidenciando e discutindo os fatores geradores de estresse presentes durante a trajetória acadêmica que podem causar prejuízos significativos a saúde mental dos graduandos, e como as universidades lidam com o processo de adoecimento estudantil.

## 2 Percurso Histórico da Saúde Mental

A saúde mental do indivíduo está ligada com a maneira com que este consegue organizar harmonicamente suas vontades, qualidades, aspirações e sentimentos, a sua sensação de bem-estar. Uma pessoa mentalmente saudável é capaz de enfrentar com equilíbrio as mudanças e exigências da vida, os desafios que surgem ao longo do caminho,

consegue ter uma compreensão de que não existe perfeição a ser alcançada, que agradar a todos não é necessário e sabe reconhecer e respeitar até onde vão os seus limites.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde mental “é um estado de bem-estar no qual o indivíduo exprime as suas capacidades, enfrenta os estressores normais da vida, trabalha produtivamente e de modo frutífero, e contribui para a sua comunidade” (WHO, 2001). Ter uma boa saúde mental é algo bem maior e antecede ao começo de transtornos mentais, é sobre ter satisfação na vida diária, de se relacionar com o outro, compartilhar, viver socialmente de maneira saudável, tem a ver com qualidade de vida. A forma como cada indivíduo lida com as suas emoções implica na qualidade da sua saúde mental. O descontrole emocional causado por inúmeros fatores do cotidiano de cada um tende a facilitar o adoecimento mental.

Acordar durante alguns dias desmotivado, sem vontade para nada, pode ser algo normal, porém, quando isso se torna rotina por um longo período de tempo, quando não se consegue mais manter uma interação com o outro como antes, o nível de estresse fica cada vez maior, quando se tem medo de críticas e de se impor diante do outro, pode significar um indício de que haja problemas com a saúde mental.

Conforme o Ministério da Saúde (BRASIL, 2013), as maiores queixas feitas por usuários dos serviços de Atenção Básica são relacionadas às síndromes ansiosas, depressivas e de somatização, sendo a última os sintomas físicos, que não tem uma explicação médica, denominadas de TMC (Transtornos Mentais Comuns). Podem ser incluídos problemas de concentração, esquecimento, dificuldades para tomar decisões, irritabilidade, fadiga e insônia, além dos sintomas corporais ou físicos, como dores de cabeça, tremores, falta de apetite, problemas de digestão dentre outros, não incluindo desordens psicóticas, transtornos de personalidade e dependência química (Fiorotti et al., 2010).

## **2.1 Do Abandono a Reforma Psiquiátrica**

As discussões em torno dos transtornos mentais no Brasil ganharam expressividade no século XIX, momento em que começou um processo de transformação da saúde mental no país. Até esse período as pessoas com transtornos mentais não tinham o direito de receber algum tipo de assistência, de tratamento de qualidade, pelo contrário: eram excluídas da sociedade, sob o pretexto de serem anormais, até mesmo aquelas pertencentes a famílias privilegiadas financeiramente, eram distanciadas do convívio social, ficando em espécies de asilos ou ditas Casas de Misericórdia, porque suas famílias se sentiam envergonhadas de



terem um familiar que fosse doente mental. Aquelas pessoas da classe baixa que tivessem transtornos mentais ficavam nas ruas:

Naquela época os “loucos” ficavam perambulando pelas ruas das cidades brasileiras, quando muito eram recolhidos as Santas Casas de Misericórdia ou Cadeias Públicas. Nos hospitais não existia a previsão de nenhum tipo de tratamento específico, sendo que aos loucos eram destinadas celas insalubres e castigos corporais (Ramminger, 2005, p. 34-35).

A partir do século XVII, a pessoa com transtorno mental foi considerada como louca e precisava ser afastada dos que eram ditos normais, pois esses indivíduos estavam manchando e trazendo perturbações a sociedade, e para que alguém fosse considerado como um louco bastava apenas que o sujeito não seguisse aquilo que foi definido para a convivência em sociedade como normal (Cordeiro, et al., 2012).

A assistência a esse público era um meio de mantê-los isolados em hospícios, longe do resto da sociedade, recebendo um tratamento que era puramente focalizado na doença em si e não compreendia o sujeito na sua integralidade. Não se podia nem considerar como uma prática que visava assistir ao indivíduo terapêuticamente, mas sim excluí-lo da sociedade. Havia a necessidade de colocar as pessoas com transtornos em locais afastados dos demais, não era um tratamento, era uma maneira de contê-los. Nesses locais a assistência não seguia o caráter humanizado, mas sim prisional (Santos e Miranda, 2015).

Durante décadas foram surgindo várias suposições para explicar aquilo que chamavam de loucura, desde questões psicológicas até aquelas envolvendo as concepções da Igreja que apontavam os transtornos mentais como sendo causados por ações demoníacas e bruxarias, como aponta Figueiredo, Delevati e Tavares (2014, p.124):

Com a antiguidade clássica, até a era cristã, a loucura era vista sob alguns enfoques: o de Homero com um enfoque mitológico-religioso; o de Eurípedes com a concepção passional ou psicológica; e o de Hipócrates e Galeno com o as disfunções somáticas (Ramminger, 2002). Na idade média iniciou-se a predominância da loucura como possessão diabólica feita por iniciativa própria ou a pedido de alguma bruxa. Havia duas possibilidades de possessão, sendo a primeira o alojamento do diabo no corpo da pessoa, e a segunda a obsessão, na qual o demônio altera percepções e emoções da pessoa.

No entanto, o fator sobrenatural e demoníaco com o tempo foi dando espaço para um enfoque em que o louco seria aquele que tinha as funções mentais desarranjadas, que perdeu o juízo, “prevalecendo a influência de Hipócrates e sua teoria patológica, na qual o delírio era marca da insanidade, sendo as perturbações intelectuais a condição principal para o

diagnóstico da loucura.” (Figueiredo, Delevati e Tavares, 2014, p. 124). A visão de Hipócrates era de que a loucura tinha causas orgânicas, que a natureza orgânica do homem estaria com disfunções, a doença mental se tratava de um fato ocorrido no interior do corpo do indivíduo, sendo assim tudo que envolvia o âmbito social e a subjetividade do sujeito era desconsiderado e este era reduzido a um instrumento com defeito que deveria ser consertado. No entanto essa visão organicista deu um caráter médico à loucura, e o médico psiquiatra virou personagem central, sendo o principal responsável sobre o que deveria ser feito com os doentes mentais, tendo total legitimidade sobre o trato com a loucura (Ramminger, 2005).

A maneira de trabalhar dos médicos era questionável porque ia contra os princípios éticos, a ideia que eles tinham do isolamento ser benéfico para as pessoas doentes, a criação dos hospícios e a forma como os pacientes eram tratados nesses lugares, fez com que surgissem na sociedade diferentes formas de discussão e confronto a essas ideias. No entanto, para que essas discussões e um possível posicionamento consensual a respeito do tratamento adequado e humano aos ditos loucos, seria necessário que houvesse um entendimento entre as esferas política, ideológica, científica e ética, o que no período em questão era algo difícil de ser feito e diante disso levou muito tempo para que houvesse de fato uma construção de um enfoque no indivíduo que possuía a doença e não na doença em si (Souza et al, 2019).

A partir do momento em que as pessoas ditas anormais são consideradas como loucas, elas são segregadas, e não havia preocupações em realizar um tratamento para que elas se recuperassem e fossem reintegradas a sociedade. Nesse período as instituições que recebiam os ditos loucos não passavam de lugares onde se amontoava aqueles que eram indesejados pela sociedade e não somente pessoas com problemas mentais que precisavam de tratamento.

As instituições manicomiais serviram a diferentes funções acompanhando as visões de loucura da sociedade, de início eram usadas por grupos religiosos para recolher as pessoas indesejadas pelo contexto social, em seguida acabou ganhando um caráter médico apesar de que as pessoas que realizam os tratamentos com os doentes não eram médicos e a partir do século XIX, essas instituições tinham o caráter de especialização, com funcionários que eram realmente médicos e visavam tratar exclusivamente de doentes mentais e não de qualquer um que a sociedade excluísse.

Em seguida, surgiram as instituições hospitalares com objetivo de realizar tratamento médico, porém os funcionários responsáveis não tinham formação médica, muitas vezes eram religiosos. E a partir do século XIX surgiram as instituições que acolhiam apenas doentes mentais, oferecendo

tratamento médico especializado e sistemático em instituições chamadas de manicômios (Figueiredo, Delevati e Tavares, 2014, p. 125-126).

Os hospícios no Brasil foram criados na perspectiva de confinamento e não de tratamento para recuperação do doente, o primeiro Hospital Psiquiátrico foi criado no Brasil em 1852 no Rio de Janeiro e recebeu o nome de Dom Pedro II. Essa instituição não passava de mais um lugar onde se amontoava aqueles que a sociedade desprezava.

A primeira Lei Federal de Assistência aos ditos loucos foi promulgada em 1912, e os médicos psiquiatras receberam uma condição de especialidade autônoma e isso fez com que mais locais para receber os doentes mentais fossem aparecendo. Esses espaços se tornaram muito mais locais de disciplina e normatização daquilo que era considerado pela sociedade como anormal, perturbador da ordem, do que locais de tratamento e assistência (Figueiredo, Delevati, Tavares, 2014), e durante muito tempo essa era a realidade do Brasil em relação à assistência aos doentes mentais, os sujeitos ficavam restritos ao interior das grandes instituições manicomiais, distantes do ambiente social e familiar, e o tratamento focava na doença que o paciente possuía e não no individual, na sua subjetividade, ele não era levado em conta no processo de assistência, não possuía nenhuma autonomia, a maioria deles não se dirigia a esses locais por vontade própria, mas eram praticamente raptados, retirados da convivência em sociedade, submetidos a tratamentos abusivos, em busca de corrigir aquilo que era considerado anormal.

A partir desse evento, foram construídos em todo o país vários asilos e manicômios. Portanto, ao longo dos anos, a assistência psiquiátrica esteve atrelada ao tratamento restrito ao interior dos grandes hospícios, com internação prolongada e manutenção da segregação do portador de transtorno mental do espaço familiar e social. O foco de atenção não era a pessoa, mas a doença. Os portadores de transtorno mental eram marginalizados e desprovidos de autonomia, não sendo vistos como indivíduos ativos na sua terapêutica (Guimarães et al, 2013, p. 362).

O modo de tratamento desses indivíduos só sofreu mudanças positivas após o início do processo de Reforma Psiquiátrica, no final dos anos 70, que possibilitou a criação de políticas de saúde mental, dando aos pacientes com necessidades psiquiátricas um tratamento apropriado e uma assistência sem o caráter institucional. As políticas de saúde mental e atenção psicossocial no Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil foram ligadas à mudança democrática do país naquele período e a Reforma Sanitária, tendo as primeiras iniciativas de assistência psiquiátrica partindo de profissionais recém-formados, residentes em instituições

psiquiátricas do Ministério da Saúde (MS) que denunciaram as condições de negligência e precariedade desses locais.

O episódio diz respeito à mobilização de bolsistas e residentes dos hospitais psiquiátricos do Ministério da Saúde (MS), onde as condições eram absolutamente precárias. A partir de uma carta encaminhada ao Ministro da Saúde com denúncias e reivindicações, foram demitidos 260 profissionais, desencadeando um processo de novas denúncias, manifestações e matérias na imprensa durante vários meses (Amarante e Nunes, 2018, p. 2068).

Levando em conta que, nos anos 70 o país estava em meio ao processo de ditadura militar, pensar em dar condições humanas para as pessoas que sofriam violência psiquiátrica ia de encontro às lutas contra o estado repressor que se instalou no Brasil, e em meio a esse cenário se constituiu um personagem de destaque na história da reforma psiquiátrica, o Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental (MTSM), sendo o primeiro elemento a agir coletivamente em prol de que a assistência psiquiátrica fosse reformulada.

De acordo com Amarante e Nunes (2018), o Movimento se articulou com vários órgãos para obter alcance nas suas reivindicações e propostas, sendo um deles, o órgão responsável pela apresentação da proposta de Sistema Único de Saúde (SUS):

Ainda em 1978, o MTSM se aproximou do Centro Brasileiro de Estudos de Saúde (CEBES), passando a organizar Comissões de Saúde Mental em alguns dos estados onde a entidade era mais presente (RJ, SP, MG, BA). O relatório elaborado pela comissão do Rio de Janeiro viria a ser apresentado no I Simpósio de Políticas de Saúde da Câmara dos Deputados, no mesmo dia em que o CEBES apresentou o documento “A questão democrática na área da Saúde”, no qual foi apresentada a proposta de um Sistema Único de Saúde (SUS) (Amarante e Nunes, 2018, p. 2068-2069).

O primeiro Congresso de Saúde Mental ocorreu em 1979 em São Paulo, organizado pelo Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental, contando com muita vontade e pouco apoio na questão financeira, e a 1ª Conferência de Saúde Mental a nível nacional só aconteceu em 1987, após a realização da 8ª Conferência Nacional de Saúde (Ramminger e Nardi, 2007). No mesmo ano aconteceu a segunda Conferência, onde o Movimento passou a ser formado não mais só por trabalhadores da área da saúde mental, mas de atores sociais, dos ditos “loucos” e suas famílias, e também de pessoas que atuavam ativamente em defesa dos direitos humanos.

A partir dessa Conferência, a base do movimento passou a ser de forma explícita contra a existência das concepções e instituições manicomiais, tendo como lema “Uma

sociedade sem manicômios”, o Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental se tornou o Movimento da Luta Antimanicomial (MLA). O MLA como coletivo se preocupou em criar núcleos em vários estados, e um aspecto importantíssimo para sua ampliação e visibilidade foi a criação do Dia Nacional da Luta Antimanicomial, comemorado em 18 de maio, com o objetivo de que as pessoas refletissem sobre a violência nas instituições psiquiátricas e a exclusão que os indivíduos com transtornos mentais enfrentavam na sociedade. (Biblioteca Virtual em Saúde - Ministério da Saúde)

Pode-se considerar que o objetivo teve êxito na medida em que, desde então, são realizadas atividades políticas, científicas, culturais e sociais não apenas no dia em questão, mas por todo o mês de maio, que passou a ser considerado o Mês da Luta Antimanicomial (Amarante e Nunes, 2018, p. 2070).

Outro fator importante para a reforma psiquiátrica foi a criação da Associação Brasileira de Saúde Mental (Abrasme), que surgiu com o objetivo de reunir todos os envolvidos no processo de luta pelos direitos humanos dos pacientes em sofrimento psíquico.

Criada a partir do GT de Saúde Mental da Abrasco, a Abrasme teve como propósito constituir um novo ator que reunisse, a um só tempo, os vários sujeitos envolvidos, dos usuários e familiares e outros ativistas ligados às questões de etnia, gênero, sexualidade, diversidade cultural e direitos humanos, e todos que estivessem em serviços ou outros dispositivos, e também com os que atuassem na produção de conhecimento e políticas (Amarante e Nunes, 2018, p. 2070).

Essa instituição passou a organizar congressos e fóruns com uma regularidade de 2 anos, para discutir sobre os métodos utilizados pela psiquiatria para o tratamento dos pacientes, o modelo biomédico, e principalmente sobre um lugar social para a loucura, no qual pretendia-se ir além de processos terapêuticos e clínicos, mas que envolvia outras questões como a cultural, “surgindo a ideia de trabalhar com a arte e a cultura para além de um recurso auxiliar clínico-terapêutico, mas como forma de se construir subjetividade” (Amarante e Nunes, 2018, p. 2071).

Em 1987 foi criado em São Paulo, o primeiro CAPS (Centro de Atenção Psicossocial) e a partir disso foram surgindo outras iniciativas, como os Núcleos de Atenção Psicossocial (NAPS) e a Lei nº 10.216/2001, “que trata sobre a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental” (BRASIL, 2001).

São serviços que cumprem a função inédita de oferecer cuidado intensivo a usuários com quadro psiquiátrico grave sem lançar mão da hospitalização ou do frágil modelo ambulatorial (que consistia em consultas esparsas de renovação de receitas, ou de tímida oferta psicoterápica). Uma função alternativa ou intermediária ao modelo hospitalar predominante naquele período (Amarante e Nunes, 2018, p. 2071).

Além da lei 10.216/2001, também houve portarias favoráveis à causa, como a 106/2000, que instituiu as SRT's (Serviços Residenciais Terapêuticos) que se tratavam de “moradias ou casas que estivessem inseridas de preferência na comunidade, para cuidar de indivíduos com transtornos mentais, recém saídos de internações psiquiátricas de longa permanência que não tenham apoio social e relações familiares e, que possam viabilizar sua inserção social” (BRASIL, 2000). Outro marco importante para a reforma psiquiátrica foi a criação do Programa Nacional de Avaliação dos Serviços Hospitalares (PNASH) no ano de 2002, que desencadeou uma sequência de avaliações em instituições psiquiátricas de domínio público ou privados que tivessem convênio com o Sistema Único de Saúde, e “como resultado houve o fechamento de centenas de hospitais e alguns milhares de leitos absolutamente inadequados para a assistência à saúde” (Amarante e Nunes, 2018, p. 2072).

Ainda de acordo com Amarante e Nunes (2018):

Outros marcos importantes das políticas de saúde mental no SUS foram estabelecidos pela Portaria/GM nº 336, de 19/02 de 2002, que redefiniu os CAPS em relação à sua organização, ao porte, à especificidade da clientela atendida. Passaram a existir CAPS I, CAPS II, CAPS III, CAPSi (infantil ou infanto-juvenil) e CAPSad (álcool e drogas) (p. 2072).

E no ano de 2008, o NASF (Núcleo de Atenção à Saúde da Família) foi instituído visando propiciar a proximidade dos pontos de atenção comprometidos com o cuidado integral do usuário; e em 2011, com a criação da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) o acesso a pontos de atenção, acolhimento, acompanhamento contínuo e atendimento a urgências foi ampliado (Souza et al, 2019).

A Reforma Psiquiátrica trouxe muitos avanços para a área de saúde mental, na questão financeira, em relação à diminuição de gastos com leitos e hospitais, mas para além disso, mostrando que as mudanças no tratamento terapêutico dado as pessoas com doenças mentais surtiram efeitos, salvaram muitas pessoas, retirando as de locais de descaso e violência, proporcionando a convivência em sociedade novamente, e principalmente que o tratamento com esses indivíduos necessita ser humano e ético, e precisa estar sempre evoluindo tanto em pesquisas quanto no alcance a novos sujeitos.

### **3 Reflexos do Contexto Universitário sobre a Saúde Mental dos Estudantes**

As pesquisas sobre a saúde mental dos estudantes universitários apesar de já virem sendo feitas há muitos anos por alguns estudiosos pelo mundo, vem ganhando notoriedade nas

últimas décadas, principalmente porque o debate em torno da pauta “saúde mental” também vem sendo mais valorizado. A relação entre as vivências do estudante durante o período da graduação e os prejuízos causados ao seu estado psicológico é um tema de grande importância, pois quanto mais for discutido e veiculado, mais esse assunto ganha evidência e conseqüentemente, mais se busca formas de prevenir, remediar os fatores causadores de sofrimento, assim como são pensadas mais formas de auxiliar o estudante que passa por esse tipo de vulnerabilidade (Nunes et al 2022).

O ambiente universitário exerce grande influência no desenvolvimento de vida do sujeito, pois ao adentrar esse espaço o discente poderá ampliar suas habilidades sociais, profissionais e pessoais, além de se desenvolver mais cognitivamente. Porém, a universidade também coleciona características particulares de “estar nesse espaço”, que produz um período de mudanças e adaptações significativas na vida do graduando. Esse processo de transformações em que o aluno tem que se adaptar a novas realidades, pode acabar causando uma experiência de muito estresse para esse indivíduo podendo repercutir na sua saúde mental (Nunes et al, 2022), abrindo espaço para Transtornos Mentais, que têm mais chance de surgir no início da vida adulta, o que coincide muitas vezes com o início da jornada acadêmica.

A entrada do estudante na Universidade compreende vários fatores de ordem interna e externa; necessita do desenvolvimento de habilidades sociais para enfrentar situações distintas, que na maioria das vezes não dependem da sua vontade, o estudante passa a lidar com uma quantidade de autonomia e responsabilidade que a maioria não está acostumada, responsabilidades em cuidar de si mesmo e de suas coisas, ficar longe de seus familiares, administrar e trabalhar para ganhar o próprio dinheiro (Bolsoni-Silva e Guerra, 2014).

Os estudantes podem ter dificuldades emocionais devido à mudança de cidade e ao distanciamento de suas famílias, com as relações interpessoais que passam a ser desenvolvidas nesse ambiente novo, ou a falta delas, causando o sentimento de solidão, além dos fatores financeiros, principalmente para estudantes que se deslocam para outras cidades, a carga de trabalhos acadêmicos excessiva, e essas dificuldades emocionais podem causar problemas no desempenho acadêmico dos alunos. (FONAPRACE, 2011).

As inquietações em relação à saúde mental de estudantes universitários, começaram a surgir no início do século XX, quando professores estadunidenses chegaram à conclusão que os acadêmicos passam por uma etapa de vulnerabilidade da perspectiva psíquica. Em 1910, a Universidade de Princeton ofereceu o primeiro serviço de assistência psicológica com o

intuito de auxiliar estudantes que estavam passando por distúrbios psíquicos; (Loreto, 1985; Hahn, Ferraz e Giglio, 1999). No continente europeu, o primeiro serviço desse tipo, tem registro de 1927 na Inglaterra, porém, foi apenas em 1951 que os outros países da Europa começaram a se preocupar com o tema, após a publicação de um artigo que demonstrava que o número de suicídios entre os universitários de Oxford era 11 vezes maior do que o número de suicídios entre a população em geral com a mesma idade (Cerchiari et al., 2005).

A difusão dos serviços de atendimento à saúde mental nas universidades em outros países deve-se à realização da Primeira Conferência Internacional sobre Saúde Mental Estudantil realizada em 1956, promovida pela Federação Mundial de Saúde Mental com a colaboração da Associação Internacional de Universidades. No Brasil, a partir de 1957 com a criação, na Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pernambuco, do primeiro Serviço de Higiene Mental e Psicologia Clínica, visando oferecer assistência psicológica e psiquiátrica inicialmente aos estudantes de medicina, surgiram em vários outros estados do país serviços parecidos, com o passar dos anos (Cerchiari et al, 2005).

Porém, ainda é consideravelmente baixo o número de estudos epidemiológicos sobre a incidência de transtornos mentais em estudantes universitários, portanto é interessante que sejam debatidas as experiências vivenciadas durante o período universitário, o que elas podem produzir na saúde mental dos estudantes e qual o papel da universidade diante disso, pois é perceptível que as instituições de ensino superior são um ambiente de risco para a saúde mental, no entanto, ainda há uma certa ausência de estudos sobre a problemática (Castro, 2017).

O ambiente universitário provoca altos níveis de estresse e desgaste emocional para os discentes, sendo a Depressão e o Transtorno de Ansiedade os problemas de Saúde Mental mais comuns entre os estudantes de graduação.

Estudo da Organização Mundial da Saúde (World Health Organization World Mental Health Surveys), realizado em 19 universidades de 8 países de alta renda, sobre a prevalência de problemas de saúde mental entre universitários, mostra que pelo menos um terço dos que se encontram no primeiro ano de graduação apresenta problemas, sendo que a depressão e o transtorno de ansiedade são os mais comuns (Auerbach et al., 2018).

Ao longo de sua vida o indivíduo vivencia momentos em que experimenta diferentes graus de ansiedade, como por exemplo: o primeiro encontro, uma prova importante, entrevista de emprego, primeiro dia de aula ou trabalho, apresentações e etc... Se sentir ansioso nesses momentos é normal, se trata de uma característica própria do ser humano, "ou seja, diante das



situações difíceis, importantes ou novas é normal as pessoas apresentarem diferentes graus de ansiedade” (Lucena-Santos, Pinto-Gouveia & Oliveira, 2015 apud Lenhardtk e Calvetti, 2017).

Nesse sentido, a ansiedade se trata de um mecanismo fisiológico do nosso corpo, importante para a função adaptativa, para sobrevivência social. Ela serve para preparar antecipadamente o corpo para se defender, para estar em alerta diante de situações ameaçadoras futuras, possibilitando que o organismo se prepare adequadamente para impedir ou diminuir os efeitos do prejuízo, sendo uma reação natural e necessária para a preservação do sujeito (Lenhardtk e Calvetti, 2017). Apesar de parecidos, o medo e a ansiedade se diferenciam quando o primeiro tem mais a ver com estar preparado para a luta ou fuga diante do perigo, enquanto o segundo vigia, se prepara e age de forma cautelosa visando um perigo futuro (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5, 2014).

No entanto, a ansiedade pode acabar perdendo o seu papel adaptativo e defensivo, se tornando doentia, fazendo com que o indivíduo esteja sempre na tensão de um perigo iminente que na maioria das vezes não é real, é superestimado por ele. Ela se manifesta como uma sensação de apreensão, nervosismo ou medo em relação ao futuro, porém a ansiedade patológica acontece quando o indivíduo desenvolve uma inquietação e preocupação excessiva, incontrolável, além do normal, que se estende de forma persistente (DSM-5, 2014), podendo assim interferir de forma prejudicial no desempenho do sujeito em diferentes áreas da vida. Nesse sentido, pode ser classificada como transtorno de ansiedade, transtorno de ansiedade generalizada, síndrome do pânico, fobias ou ansiedade social (DSM-5, 2014) sendo necessário um tratamento adequado para ajudar o indivíduo a lidar com os sintomas.

Já no caso da depressão, outro problema de saúde mental que aflige muitos estudantes, segundo o DSM-5 (2014), faz parte dos chamados Transtornos Depressivos, que engloba vários tipos de transtornos e “a característica comum desses transtornos é a presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo” (p.199).

Segundo Aguiar e Rodrigues (2021, p.11), “os principais sintomas de ansiedade que podem estar presentes nos estudantes são: inquietação; dificuldade de concentração; distúrbio do sono; fadiga; contração muscular; dor abdominal; tremores; entre outros”. Reações que

podem ser geradoras de prejuízos na vida pessoal e interferências na maneira como este desempenha suas atividades durante o curso.

No Brasil, segundo uma pesquisa realizada pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2014), relacionada ao perfil de estudantes de Centros Universitários Federais demonstrou que 58,36% dos estudantes participantes sofriam com ansiedade, 44,72% de desânimo/falta de vontade, 32,57% tinham problemas com insônia, 22,55% sofriam com desamparo ou desesperança e 21,29% apresentavam sentimentos de solidão. Também foram identificados, entre os participantes da pesquisa, distúrbios alimentares (13%), medo/pânico (10,56%), ideia de morte (6,38%) e pensamento suicida (4,13%).

A primeira pesquisa promovida pelo FONAPRACE (2004), apontou que cerca de 27,3% dos estudantes procuraram por algum atendimento psicológico durante a vida e 5,5% buscaram atendimento psiquiátrico. Também nessa pesquisa inicial foram apontados pelos estudantes os fatores que contribuíam para seu adoecimento mental, sendo listados as condições financeiras, relações conflitantes com amigos, família e/ou social, desordem emocional incluindo depressão e ansiedade e adaptações a circunstâncias adversas; (FONAPRACE, 2004). Após 7 anos da pesquisa inicial, o FONAPRACE realizou a pesquisa novamente, que apresentou algumas mudanças e aquisições de novos aspectos; a porcentagem de estudantes que procuraram por atendimento psicológico subiu para 29% e daqueles que solicitaram assistência psiquiátrica também aumentou para 9%, além daqueles que admitiram já ter feito uso de alguma medicação psiquiátrica que são 11% e aqueles que procuraram atendimento psicopedagógico foram 10%.

Os fatores apontados pelos estudantes como razão para estresse e que conseqüentemente afetavam sua trajetória acadêmica, foram dificuldades em adaptação à moradia, em estar longe dos familiares, da sua cidade; problemas financeiros e com relação ao acesso a meios de estudos e materiais, novamente foram apontadas as dificuldades com relacionamentos interpessoais, e acrescentando as dificuldades com a aprendizagem e rotinas de estudos (FONAPRACE, 2011).

Os fatores geradores de estresse que mais foram citados pelos estudantes são: a carga intensa dos trabalhos acadêmicos; as metodologias características dos professores que envolvem provas, apresentações orais, participação em sala de aula, além do meio acadêmico privilegiar uma metodologia diferente daquela que o estudante estava acostumando no Ensino

Médio, onde o professor trazia o conhecimento até o aluno e este muitas vezes apenas o decorava, ao contrário da Universidade, que incentiva e espera do aluno autonomia na busca pelo conhecimento, além do desenvolvimento de um pensamento crítico. Outro fator importante para a adaptação dos alunos é que muitos deles não têm uma boa administração do tempo e durante a graduação não conseguem se organizar com a quantidade de exigências do curso, tem dificuldades com manter ou criar hábitos de estudo e ter disciplina para segui-los, além do que sobra pouco tempo para as atividades de lazer (FONAPRACE, 2011).

A maioria desses fatores é característica da fase de adaptação dos estudantes logo no início do curso, algumas como a carga de trabalhos intensa e as metodologias dos professores perduram o curso inteiro. Os níveis de ansiedade e depressão podem variar de acordo com o período do curso que o estudante se encontra. Cada fase da vida acadêmica gera conflitos e preocupações diferentes: o calouro enfrenta as dificuldades de adaptação tendo que assimilar muito rapidamente várias informações; no meio do curso o estudante tem a preocupação de aprimorar cada vez mais e ter a certeza de que fez a melhor escolha profissional para sua vida; e no fim do curso o estudante se preocupa com as mudanças de ordem pessoal e profissional que irão ocorrer, com o término do curso (Garbin et al, 2020), envolvendo que tipo de profissional se tornará, e as expectativas e receios sobre a entrada no mercado de trabalho. Os estudantes na graduação, em sua maioria jovens, fazem parte de uma geração que é estimulada a se atualizar, se qualificar, desenvolver habilidades, visando a compatibilidade com a realidade competitiva do mercado de trabalho, marcado pelas vagas escassas e dificuldade de inserção.

Entre os principais fatores ambientais que podem levar um indivíduo a desenvolver um quadro depressivo, o estresse e a ansiedade estão relacionados de maneira direta, (Joca, Padovan e Guimarães, 2003) sendo que em mais de 50% dos casos, a depressão é precedida de episódios estressantes, e considerando esses fatores de risco e a quantidade de trabalhos e exigências acadêmicas, além de fatores como a situação financeira, é comum que os estudantes passem por crises emocionais constantes.

Os níveis de estresse e ansiedade podem aumentar no início do curso, devido à dificuldade em lidar com a rotina acadêmica, relação com os professores novos, a diferença entre o ensino anterior e o nível superior relacionada as cobranças, os conteúdos, as abordagens utilizadas pelos professores. Além dos fatores que surgem com a rotina universitária, existem aqueles que já estão presentes antes do início desse processo, e podem ser de risco para a saúde mental do estudante. Muitos alunos já trazem consigo um histórico

de fragilidade emocional, um excesso de timidez que acaba dificultando suas relações interpessoais, afetando seu desempenho acadêmico por não conseguir tirar dúvidas, dar opiniões durante as discussões em sala, e isso acaba o fragilizando emocionalmente, abrindo espaço para o desenvolvimento de algum transtorno mental (Fioretti et al., 2010).

Segundo o CID-10 (Classificação Internacional de Doenças), os transtornos mentais dizem respeito à existência de um conjunto de sintomas clinicamente identificáveis ou comportamento associado, na maioria dos casos, a sofrimento e a interferência nas funções pessoais (WHO, 1992). A definição dada pela APA (Associação Americana de Psiquiatria) no DSM-5 (2014), traz que:

Os transtornos mentais podem ser entendidos “por uma síndrome caracterizada por perturbação clinicamente significativas na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de um indivíduo que reflete uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental (DSM-5, 2014).

Os transtornos mentais tem se tornado cada vez mais presentes na população brasileira, segundo relatório da OMS em 2017, que apontou que quase 10% dos brasileiros já possuía algum transtorno de ansiedade e quase 6% transtornos depressivos. E quando se trata da população universitária, isso é bem mais comum de acordo com o FONAPRACE (2019), onde em uma amostra de mais de 420 mil estudantes de Instituições Federais Brasileiras de Ensino Superior (IFES), mais de 80% dos entrevistados relataram estar passando por alguma dificuldade emocional naquele ano. Dificuldade emocional pode ser entendida como transtornos ansiosos e depressivos, e também os sintomas somáticos ou TMC`s (Transtornos Mentais Comuns), que são transtornos menores, com sintomas que incluem: insônia, fadiga, mal-estar físico, irritabilidade, tristeza, nervosismo, ansiedade, estresse, esquecimento, dificuldade de concentração e sensação de inutilidade (Lopes et al, 2022), que também causam sofrimento psíquico e prejuízos ao bem estar do indivíduo.

Silva e Azevedo (2018) trazem em sua pesquisa sobre o suicídio entre graduandos, que alguns dos entrevistados apontaram que sentem um certo peso em ser universitário, que não é algo fácil e as autoras corroboram dessa afirmação ao dizer que é algo desgastante. Essa sensação de peso provém não só da quantidade de demandas exigidas nas disciplinas em cada semestre, mas também por estar dentro de uma universidade, onde as coisas são menos estruturadas que na experiência anterior de ensino médio. Neste espaço novo é exigido mais responsabilidade, autonomia, e maturidade, há o contato com pessoas novas, de idades variadas, que já tem outras realidades, que não se tratam mais de apenas adolescentes do

ensino médio, sem falar na preparação para um mundo do trabalho alicerçado na competitividade.

Também há o sentimento de peso devido as razões por traz da escolha de ser universitário, para muitos é algo além de adquirir conhecimento e alcançar uma formação, mas diz muito sobre se sentir em dívida com a família que os apoia para que ocupem aquele lugar e esperam que conquistem a formação e um futuro promissor.

[...] um desvelar de uma escolha, de uma experiência que carrega várias vozes, que diz de um viver imerso numa trama de significados que envolvem sentidos construídos pelos desejos da família, da sociedade, de todos os vínculos com os quais o estudante está conectado e do imaginário do próprio aluno fruto da sua condição de ser humano – inserido em um mundo histórico e temporal, que agora pertence também ao ambiente acadêmico (Silva e Azevedo, 2018, p.394).

Diante desse peso de carregar os sonhos e desejos das famílias durante a sua trajetória acadêmica, é importante que o aluno possa refletir sobre suas próprias perspectivas para o futuro e as perspectivas que os outros tem sobre ele, antes que estar vivendo uma experiência de formação pessoal e profissional se torne algo prejudicial a sua saúde por estar carregando o peso das expectativas de outros.

As questões relacionadas a se manter financeiramente já mencionadas nesse estudo, como um dos fatores capazes de gerar sofrimento psíquico no estudante também aparecem na pesquisa de Silva e Azevedo (2018) onde alguns estudantes relatam que poderiam deixar o curso para poder ir trabalhar para manter a família e a si próprio, demonstrando que “a permanência na universidade se vê interferida por questões econômicas, sejam do próprio aluno ou de sua família” (Silva e Azevedo, 2018, p.395). Assim como o contrário, em que os discentes enxergam na graduação a possibilidade de que após concluída, essa possa ser uma oportunidade de melhorar de vida. Mas, mesmo considerando essa possibilidade, a permanência nas universidades das camadas mais populares é cheia de dificuldades, e os centros de formação superior devem ficar atentos a essas realidades que permeiam a formação de muitos alunos no Brasil.

Quando se pensa sobre a vida universitária é quase que impossível não relacionar isso a sobrecarga, pois quando o estudante adentra esse mundo passa a ter contato com volumes de conteúdos e propostas de atividades que o fazem questionar sua capacidade de dar conta de tudo e ainda continuar tendo uma vida além do ser discente. Em alguns casos o “ser

estudante” acaba tomando conta de tudo e o indivíduo tem dificuldades de separar as coisas, porque parece que tudo se resume a isso e assim gera a cobrança a si mesmo de que deveria estar sendo estudante em todos os momentos, torna-se quase uma identidade (Carneiro, Soares e Souza, 2021), uma coisa é estimular os alunos a seguir em frente, outra é fazê-los duvidar da sua própria capacidade.

Ao adentrar a universidade, principalmente para os jovens recém saídos do ensino médio, a percepção é de que tudo ali é muito diferente, maior, mais difícil, e essa ideia de que a partir dali o aluno viverá para a universidade, que a qualquer momento de sua existência durante a graduação ele tem que estar sendo estudante se torna muito presente, seja por relatos de experiências de quem já esteve ou está lá a mais tempo, ou por uma ideia que já se tem de que a universidade é isso, é um período de sofrimento e de dedicação máxima e exclusiva só a este âmbito da vida.

Todo esse pensamento criado pode gerar o sentimento de insuficiência no graduando, por não estar conseguindo dar conta, produzir como acha que deveria, ou estar tirando um tempo para outras coisas como lazer, relacionamentos sociais e familiares, surge a cobrança de não estar usando o seu tempo para se dedicar aos seus estudos, ao seu projeto de futuro e tudo isso mexe muito com o psicológico do aluno. O tempo dentro da graduação é um possível gerador de ansiedade e estresse pois ele é escasso, justamente pela grande demanda existente o estudante tem que aprender a manejá-lo muito bem, e muitas vezes o aluno ouve de professores que deveria estar produzindo em um horário destinado ao seu descanso necessário. Nesse sentido, é válido pensar como o aluno pode ter uma qualidade de vida dentro de um espaço que muitas vezes o direciona a produzir o tempo inteiro, como apontam Carneiro, Soares e Souza, (2021) que a constante necessidade de produtividade faz com que ao estar “enrolado nessa trama em que tudo é veloz e parece depender de suas próprias capacidades, numa lógica meritocrática, e cada vez mais desvinculado de relações em grupo, o estudante é levado a ultrapassar os limites do próprio corpo para alcançar metas” ( p.35).

Para Carneiro, Soares e Souza (2021), parece que já se criou um padrão para o que é ser estudante, sobre a rotina universitária, “nesse mundo já definido e pré-estabelecido, faz parte da condição de estudante a correria, o sentimento de estar sempre em atraso ou dívida, a dificuldade de balancear o cumprimento das exigências acadêmicas com outras dimensões da vida” (p.38-39). E acaba sendo natural esse ambiente sobrecarregado, onde muitas vezes não importa as singularidades do sujeito, mas se ele conseguirá cumprir as exigências.

Outro fator de promoção de sofrimento apontado pelos estudantes na pesquisa de Carneiro, Soares e Souza (2021), foi a relação com o professor, que muitas vezes se baseia em autoritarismo, no sentido de ter uma atitude autoritária em si, como na imagem que alguns professores passam de que está acima do aluno por ter formações, títulos e conhecimentos, fazendo com que o aluno se sinta diminuído na sala de aula. A indiferença por parte de professores também foi apontada na pesquisa, relacionada a quantidade de trabalhos, conteúdos e por não mostrar uma empatia diante do sofrimento do aluno e passar a ideia de que qualquer fracasso por parte do estudante é culpa somente dele. Questões de gênero também foram mencionadas, em relação ao tratamento diferenciado com meninas e meninos em cursos que socialmente são associados apenas ao público masculino.

Ser um estudante no ensino superior envolve muitas dimensões e fatores que podem ser benéficos ou prejudiciais a trajetória do aluno, e na maioria das vezes o que este sujeito precisa é que a instituição enquanto um meio de formação humana e profissional o enxergue como um indivíduo singular e não o deixe passar por todas as experiências que configuram ser um estudante, sozinho.

#### **4 Como as Universidades vêm trabalhando a Saúde Mental dos Discentes**

No começo do século XX, as universidades internacionais de “primeiro mundo”, começaram a pensar a saúde mental dos seus estudantes, vários estudos começaram a ser desenvolvidos sobre o tema em diferentes centros de ensino, chegando ao entendimento de que além das demandas acadêmicas, os discentes passavam por vulnerabilidades características do momento em que se encontravam, e um dos primeiros trabalhos sobre o tema, datado de 1919, apontava que era responsabilidade das próprias universidades cuidar da saúde mental dos seus estudantes (Hahn, Ferraz e Giglio, 1999).

Após a implementação do primeiro programa de saúde mental dentro de uma universidade, feito em 1910 na Universidade de Princeton, diversos outros serviços de saúde mental foram fundados em universidades nos Estados Unidos e na Europa e a quantidade de estudos sobre o tema, principalmente devido a alta taxa de suicídio entre estudantes nas universidades de Oxford e Cambridge na Inglaterra, só aumentou nas décadas seguintes (Hahn, Ferraz e Giglio, 1999).

Dados apontam que o suicídio tem se tornado um problema significativo e uma questão de saúde pública (Silva e Azevedo, 2018), de acordo com a OMS (2014) anualmente,

cerca de 800 mil pessoas morrem por suicídio e de acordo com Moreira e Bastos (2015), o suicídio em vários países é a primeira ou segunda causa de morte entre a população jovem e a faixa etária de maior incidência é dos 15 aos 29 anos. No Brasil, o número de suicídios cresceu dos anos 2000 até 2006 de 4,4% para 5,7% mortes por 100.000 habitantes (29,5%), porém os dados podem não condizer com a realidade e serem maiores, pois o assunto “suicídio” é um tabu, está vivo na sociedade mais é silenciado, não havendo tantas discussões quanto deveria ter diante dos números gritantes (Silva e Azevedo, 2018). No ambiente universitário a questão do suicídio também se faz presente a vários anos entre os jovens adultos “sendo a ideação suicidária mais frequente nesta população, constituindo assim a segunda causa de morte entre os jovens adultos e os estudantes universitários” (Medeiros, 2012, p.37), e é comum serem veiculadas nos meios de comunicação notícias sobre estudantes que cometeram suicídio, porém esse tema vem sendo pouco discutido, estudado e problematizado.

O ambiente acadêmico é um espaço de grande importância para o desenvolvimento dos indivíduos, pois amplia o rol de competências pessoais, profissionais e habilidades além de estabelecer um espaço que pode trazer efeitos positivos para a vida dos alunos. A entrada na universidade é um período de transição, de mudanças na vida dos discentes, onde estes deixam os costumes do período do ensino básico para se adaptar ao ensino superior. Este período de adaptação pode se transformar em um fator de estresse, pois “o conjunto de transformações, choques de realidades e esforços demandados pela inserção na vida universitária pode resultar em desconfortos e adoecimento psíquico para os estudantes” (Mota, Pimentel e Mota, 2023, p.4).

A literatura sobre o tema indica que entre os fatores acadêmicos causadores de estresse estão: o curso escolhido, sendo que os cursos da área de saúde apresentam maior prevalência de adoecimento mental (Carvalho et al, 2015) e o período do curso que o aluno se encontra, que se divide em três momentos: o inicial onde o aluno transita do ensino médio ao superior, o médio, onde o aluno tem os primeiros contatos com as demandas do curso, como os estágios por exemplo, e o momento final, no qual acontece a conclusão do curso e a mudança do ser estudante para candidato ao mercado de trabalho (Ariño e Bardagi, 2018). Cada um desses momentos apresentam características e demandas que podem influenciar no estado de saúde do aluno.

Esses períodos contêm diferentes demandas, como adaptação, nível de exigência ao processo de formação, mudança na rotina de sono, excesso de



carga horária de estudo, demandas de atividade, dentre outras. Esses fatores estressantes corroboram com o desenvolvimento de sofrimento psíquico (Souza e Rodrigues, 2021, p.63)

Outros fatores da vida acadêmica também podem contribuir para o adoecimento psíquico do estudante, como a carga horária intensa de alguns cursos, e a cobrança de alguns professores em suas disciplinas (Victoria, 2013). Além disso, tem as questões envolvendo a mudança repentina de realidade ao iniciar o curso e a insegurança quanto a sua qualificação para adentrar o mercado de trabalho quando concluem a graduação.

Nesse sentido, ter dentro do espaço acadêmico um local de apoio psicológico e emocional é de grande necessidade e urgência, já que uma parcela significativa dos estudantes universitários desenvolve transtornos mentais durante o período de curso, como aponta Victoria (2013):

Embora no Brasil haja escassez de estudos epidemiológicos sobre a morbidade psiquiátrica, o número estimado de estudantes que sofrem algum transtorno é de 15% a 25%. Dentre esses, os mais comuns são os transtornos de ansiedade e de depressão (p.164).

Desde a entrada do estudante na instituição, é necessário que ele disponha de recursos mentais e psicológicos complexos para encarar as exigências deste novo universo, além de que poder contar com uma base de apoio social que o ajude a passar pelo período de graduação, é muito necessário. Sendo assim, é importante pensar em estratégias visando a atenção a saúde mental dessa parcela da população, com o intuito de que possam ter um processo formativo de qualidade. A universidade tem a responsabilidade de dar esse acolhimento, uma assistência pensada numa concepção psicossocial, entendendo as especificidades e perspectivas dos sujeitos para que possa ter uma base de planejamento de ações que promovam qualidade de vida e bem-estar.

É necessário que passe a ser considerado os impactos que as vivências do ambiente acadêmico podem provocar na saúde mental dos estudantes, e quais os fatores que estão relacionados a esses impactos, para que se possa considerar a elaboração de projetos visando o desenvolvimento de planos com ênfase na promoção da saúde e prevenção do surgimento de problemas de saúde mental na população acadêmica (Penha, Oliveira e Mendes, 2020).

Além disso, muitos discentes já sofrem com algum transtorno e os fatores presentes nessa nova realidade os agravam ainda mais, fazendo com que necessitem de ajuda para lidar com esse novo momento, que ao mesmo tempo em que se configura como um gerador de

impactos positivos na vida do estudante, também coincide, na maioria das vezes, com o estágio de desenvolvimento psicossocial de passagem da adolescência para a fase jovem/adulta desse indivíduo, podendo causar um turbilhão de sentimentos e emoções no desenvolvimento psicológico do estudante, fazendo com que em muitos casos a adaptação e transição a este mundo novo se torne um contexto de vulnerabilidades (Lopes et al, 2022).

A importância de ter esses serviços se deve principalmente ao momento da vida na qual muitos estudantes que adentram a universidade se encontram, o final da adolescência, onde diversos transtornos psicológicos tem seu aparecimento mais evidente e a relação com os diversos acontecimentos que irão envolver esse jovem adulto no mundo acadêmico (Murakami et al, 2018). O próprio fato de escolher uma profissão e investir numa carreira, que começa pela formação, já traz esse potencial.

Esses motivos demonstram a importância da presença e atuação de profissionais capacitados nos espaços acadêmicos para proporcionar um suporte emocional e psicológico, como psicólogos e psicopedagogos, por exemplo. O período em que se passa na universidade, que geralmente compreende o final da adolescência e início da fase jovem/adulto, é também uma etapa de formação de identidade, onde o indivíduo estará num processo de constituição de si mesmo e lidando com fatores externos e internos, como pressões e expectativas da família; em muitos casos, com questões financeiras envolvendo sua permanência no curso; exigências e demandas acadêmicas; relações professor/aluno; escolha e qualificação profissional.

Diante disso é importante que o jovem possa ter um espaço que o acolha e o ajude a lidar com as situações advindas desse período, possibilitando uma iniciação e adaptação de maneira saudável que tenha prioridades “para além das questões acadêmicas e da formação técnica, priorizando a atenção e os cuidados integrais à população universitária” (Murakami et al, 2018, p.110).

O apoio psicossocial oferecido pelos centros universitários pode fazer com que os estudantes reflitam sobre as experiências vivenciadas, os sentidos que atribuem aos acontecimentos e ao seu processo de sofrimento psíquico. O acolhimento faz com que o discente perceba que pode ter uma rede de apoio dentro desse espaço, que irá ajudá-lo a enfrentar os desafios, se firmar enquanto sujeito, fortalecendo sua subjetividade.

[...] que possibilitam a construção de rede de apoio que auxiliam os(as) estudantes diante dos desafios que vivenciam, contribuindo no fortalecimento dos processos de subjetivação. A busca de compreender essas

problematizações podem mobilizar o(a) estudante a (re)pensar em produzir estratégias de enfrentamentos aos efeitos destrutivos da supressão da subjetividade onde um(a) estudante de graduação, por vezes, é reduzido a um número de matrícula ou a um boleto bancário (Paulo & Botega, 2019, p.17).

No Brasil, no meio acadêmico, a questão da saúde mental dos estudantes universitários entrou em pauta no final da década de 50, com os trabalhos precursores de Loreto (1958), Fortes (1972) e Albuquerque (1973), que chamavam atenção para a necessidade de assistência por parte da universidade a essa população (Bento, 2017). No entanto, o cuidado com a saúde mental dos estudantes universitários esteve mais voltada aos estudantes de medicina, sendo estes, o foco principal de estudos desde a década de 60.

Segundo Baldassin (2012), os primeiros serviços de assistência destinados à saúde mental dos estudantes de medicina foram o Centro de Atendimento da Psicologia (Ceap), criado em 1966 na Universidade Federal de Minas Gerais; o Serviço de Benefício ao Estudante (Sebe), implementado na Universidade Federal do Piauí em 1976, e a Coordenação de Assistência e Integração do Estudante (Codae), estruturado em 1980 na Universidade Federal de Sergipe (Murakami et al, 2018, p. 111).

Ainda segundo Murakami (et al 2018), na pesquisa de Baldassin (2012) consta que mais da metade das universidades entrevistadas possuíam serviço de apoio psicológico ou pedagógico aos estudantes. Em sua maioria se tratavam de universidades particulares, localizadas nas regiões Sul e Sudeste. Os estudantes eram atendidos por uma equipe com psicopedagogos, psicólogos e assistentes sociais, e a maioria dos serviços que não atendiam apenas estudantes de medicina só foram criados após o ano de 2000.

Os cursos da área de saúde sempre foram cercados por status social e um peso criado dentro da sociedade envolvendo um saber-fazer absoluto (Silva e Azevedo, 2018), e estando nesses cursos é quase imposto que o discente tem que atender um nível alto de excelência, principalmente porque irá atender outras pessoas. Sendo assim, os estudantes dos cursos de saúde passam por muita pressão psicológica vinda da família, pois em muitas casos o aluno carrega consigo a realização do sonho da família, que muitas vezes pode nem ser o dele mesmo. O próprio curso de medicina já traz um status que pressiona o estudante a fazer o melhor para ser um bom profissional, ter uma remuneração considerável e prestígio, além de todas as exigências do curso em si (Santana, Pimentel e Veras, 2020). Diante de tamanha pressão e expectativa a chance de que qualquer insucesso venha a afetar ainda mais o psicológico dos estudantes é grande (Hanh, Ferraz e Giglio, 1999), e este é um fator para que

os cursos da área de saúde fossem os primeiros a entrarem no debate sobre a assistência à saúde mental do estudante universitário.

Outro fator é a mudança do perfil socioeconômico dos estudantes universitários através da democratização do acesso por meio da criação por parte do governo federal dos programas de ampliação e permanência ao ensino superior como o Programa Universidade para Todos (Prouni), o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni), o Fundo de Financiamento ao Estudante no Ensino Superior (Fies), dentre outros, que possibilitaram que as classes mais populares também pudessem ocupar o espaço universitário, que antes era majoritariamente ocupado pela classe mais favorecida economicamente desde a criação da primeira universidade, em 1920, que foi justamente construída a partir da junção de uma Faculdade de Medicina com outras duas que também ofereciam cursos para a elite e portanto a assistência estudantil era direcionada a esses cursos, principalmente o de medicina (Santos e Pimentel, 2021). Quando as camadas mais populares começaram a entrar nas instituições superiores, começou se a discutir que essas classes sociais mais vulneráveis poderiam ter mais dificuldade para se adaptar ao ensino superior e permanecer nele e a assistência estudantil deveria se destinar a este público também, e dentro dessa AE tem a dimensão que visa a atenção a saúde (Santos e Pimentel, 2021).

Com a democratização e aumento do acesso às universidades, principalmente pelas camadas mais pobres da sociedade, criou-se, na intenção de auxiliar a expansão universitária pelo país, o PNAES (Programa Nacional de Assistência Estudantil), onde são previstas ações relacionadas “a moradia estudantil, alimentação, transporte, atenção à saúde, inclusão digital, cultura, esporte, creche, apoio pedagógico e inclusão de estudantes com necessidades especiais”. (Araújo; Moraes e Pires, 2023, p.366) É uma forma das universidades terem à disposição recursos para assistir o estudante e garantir a ele uma permanência de qualidade, não só em questões de vulnerabilidades sociais e econômicas, mas também em questões de saúde física e mental.

Segundo o mapeamento feito pelo FONAPRACE (Fórum de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis) em 1999-2000, visando saber sobre como era a assistência praticada nos centros públicos de ensino superior, dos 40 centros pesquisados “demonstrou-se que 85% das instituições ofereciam algum tipo de atendimento à saúde mental do estudante” (Murakami et al, 2018, p.111).

Esse período de formação profissional proporciona diferentes transformações na vida do estudante ainda que alguns consigam lidar com isso de forma tranquila, não tendo nenhum efeito negativo sobre sua saúde mental, podendo desenvolver o seu aprendizado de maneira satisfatória. Já para outros estudantes essa etapa pode acabar trazendo ou potencializando um sofrimento psíquico já existente, o que pode atrapalhar seu desenvolvimento acadêmico, seus relacionamentos e sua qualidade de vida.

Desde o início dos estudos sobre saúde mental em universitários, os pesquisadores apontaram que as instituições de ensino superior teriam um papel significativo na promoção na saúde mental dos seus estudantes. Todos eles sugeriram que as instituições deveriam ficar atentas à situação de vulnerabilidade da população universitária frente ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, estabelecendo intervenções voltadas ao acolhimento e ao cuidado dos seus alunos, além de dar suporte para eles pudessem lidar adequadamente com fatores de conflito inerentes à vida acadêmica prevenindo assim, possíveis disfunções e distúrbios (Loreto, 1958; Jorge, 2013).

As universidades além de serem espaços de construção de conhecimento, formação pessoal e profissional, de debates sociais importantes, também devem buscar ser um espaço de acolhimento para o estudante, deve se ver como responsável pela promoção de saúde e bem-estar para o seu corpo estudantil e além disso, deve buscar enxergar em si mesma o que pode estar servindo de fator para o adoecimento dos seus alunos para poder realizar intervenções de forma efetiva. Giglio já salientava em 1976 que:

Uma vez que sujam evidências que o desenvolvimento da personalidade do estudante esteja sendo prejudicado por fatores internos ou externos, ele deve ter o direito de receber da própria universidade a ajuda necessária para a superação de suas dificuldades de forma proveitosa para si mesmo” (Giglio, 1976, p. 2).

Além dos próprios centros de apoio psicológico que a maioria das universidades possui, é importante pensar em canais de escuta, de disseminação de informações sobre o adoecimento mental e como lidar com ele, projetos que envolvam ações terapêuticas, técnicas de relaxamento, lazer, cultura, artes.

Temos como exemplo algumas universidades, como a UFRGS (Universidade Federal do Rio Grande do Sul), que ao perceber o adoecimento mental de seus estudantes desenvolveu estratégias de enfrentamento, como os Grupos de Trabalho de Saúde Mental do Estudante, para ajudar os professores a lidar com os problemas de ordem emocional que os alunos possam vir a ter. Nessa iniciativa são trabalhadas ações de promoção a saúde, reuniões de grupos com alunos e professores para discutir sobre como identificar os sintomas, como

buscar apoio, como acessar o SUS (Sistema Único de Saúde). Além do grupo de trabalho, todas as informações sobre o assunto também são disponibilizadas em sites da própria instituição. (Humanista, 2019).

Outro exemplo de iniciativa de prevenção e orientação feito por um centro de ensino superior em relação à saúde mental dos seus estudantes é o que a Universidade Federal Fluminense (UFF) realiza em dois dos seus campi, o de Niterói e o de Volta Redonda, onde desenvolve projetos voltados ao bem estar emocional e psicológico do estudante. O campus de Niterói tem a Divisão de Atenção à Saúde do Estudante (DASE) que dispõe de escuta terapêutica com psicólogos, oficinas voltadas para o tema e técnicas de meditação, no intuito de que o estudante se sinta acolhido no espaço acadêmico e obtenha instrumentos para lidar com seu próprio sofrimento. Na UFF de Volta Redonda tem o projeto Cuca Legal: educação e saúde, que visa proporcionar um espaço para discussão e acolhimento das principais dificuldades emocionais dos alunos, principalmente aqueles em período de adaptação. O próprio curso de medicina da UFF criou em 2015 um programa voltada para a atenção a saúde mental dos discentes, o Programa “Nossos Futuros Médicos”, que oferece desde então atendimento médico-psicológico com vistas a oferecer auxílio com as demandas dos alunos em relação a transtornos que poderiam vir a fazer com que abandonassem o curso (Universidade Federal Fluminense, 2017).

Fato é que as universidades brasileiras desde 1957, quando houve a criação do primeiro serviço de Higiene Mental e Psicologia Clínica na Faculdade de Medicina de Pernambuco para ofertar assistência psicológica e psiquiátrica aos estudantes, vêm implantando serviços de saúde mental destinado aos alunos e tem crescido o número de instituições preocupadas com a questão da saúde mental do universitário. Mas apesar dessa preocupação ter surgido há muitos anos, ainda é baixo o número de estudos epidemiológicos sobre o comportamento dos agravos de saúde psiquiátricos nesse público alvo (Cerchiari, Caetano e Faccenda, 2005).

Pensar a saúde mental do estudante deve ser uma política estudantil, uma política pública, é necessário investigar como a cultura da própria universidade contribui para o adoecimento mental do discente, buscar juntamente com o estudante formas de lidar com as vulnerabilidades que se apresentam no período de adaptação ou de término do curso. Segundo Ribeiro, Cunha e Alvim (2015), cerca de 59% dos alunos de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) que pediram trancamento de suas matrículas entre 2007 e 2013, foram por razões psicológicas, sendo o maior percentual de alunos dos períodos iniciais

e finais, evidenciando a importância das universidades buscarem abrir espaço para a escuta e acolhida desse público, com vistas a identificar e adotar medidas preventivas.

A formação intelectual e profissional não resume a experiência na vida acadêmica, é o principal objetivo de quem adentra em um curso universitário, mas o acesso do estudante ao ensino superior representa muitas mudanças nas relações sociais, e este necessitará de uma rede de suporte considerável, pois o mundo acadêmico é bem diferente do que o estudante possa estar acostumado no ensino médio, é menos acolhedor, o distanciamento é maior, pois no ensino anterior, o aluno podia contar com círculos de amigos construídos ao longo de anos no período escolar, e na universidade muitos precisarão construir novos laços de amizade, que os auxiliarão no enfrentamento das dificuldades que irão surgir no percurso, principalmente no início do curso, no período de adaptação. Durante todo o percurso acadêmico o estudante precisará contar muito com seu psicológico, e se os problemas de ordem mental já existirem anteriormente a entrada na universidade, se tornará mais difícil para o aluno lidar com as demandas deste ambiente, sem um agravamento de seu quadro, ou caso os problemas não sejam pré-existentes, a possibilidade de desenvolvê-los é bastante acentuada.

Nesse sentido, ter um apoio psicológico para o estudante dentro do espaço acadêmico é muito importante, seja nos cursos da área de saúde ou em qualquer outra área, porque a experiência de estar no ensino superior afeta o indivíduo de diferentes maneiras, podendo ser para alguns uma experiência de realização, e para outros pode se tornar um período de sofrimento.

#### **4.1 Como as universidades trabalharam o apoio a saúde mental do estudante durante a Pandemia da Covid-19**

Em dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recebeu alertas sobre diversos casos de pneumonia na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China, e pouco tempo depois, em 30 de Janeiro de 2020, a síndrome respiratória causada pelo novo coronavírus, denominada de Covid-19 (*CoronavirusDisease 2019*) foi declarada como ESPII (Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional), o mais alto nível de alerta da OMS (Organização Mundial da Saúde), segundo o Regulamento Sanitário Internacional (OPAS, 2020). A Covid-19 se espalhou rapidamente pelo mundo todo resultando no decreto de Pandemia, em 11 de março de 2020, instituído pela OMS.

A forma acelerada como a doença se espalhou e a falta de um tratamento que de fato resolvesse, além do iminente colapso dos sistemas de saúde pública e privada, resultaram em medidas extremas para tentar diminuir os impactos da doença, entre elas, o isolamento social e a quarentena, que foram adotadas pelos governos ao redor do mundo todo.

O foco dos órgãos de saúde mundial quando se tratava do coletivo, estava em justamente barrar os avanços e impactos da pandemia, e manter as pessoas afastadas, sem aglomerações era importante, pois evitava a propagação do vírus. Nesse contexto, o distanciamento social foi uma das soluções empregadas, o que gerou muitas discussões e mudanças nos modos de trabalho, de lazer e de estudos na maioria dos países (Cardoso et al, 2021). Com as determinações da OMS em relação ao distanciamento social, o modo virtual ganhou muito mais destaque na vida cotidiana, já que passou-se a realizar muitas tarefas e obrigações de rotina de forma remota, e o processo de ensino-aprendizagem foi uma das áreas que passaram a funcionar por meio do ensino remoto, tanto a educação básica quanto o ensino superior, por meio de determinações do Ministério da Educação (MEC).

No Brasil, a substituição das aulas presenciais por aulas remotas durante a pandemia ocorreu por determinação do Ministério da Educação, o que resultou na interrupção do funcionamento físico de escolas e universidades e, por conseguinte, em uma nova forma de estudo. As repentinas mudanças exigiram adaptação imediata e compulsória por parte dos estudantes[...] (Cardoso et al, 2021, p.2)

Em meio ao fato de estar vivenciando uma pandemia, a perda de várias pessoas e o medo de ficar doente, os estudantes tiveram muito pouco ou tempo nenhum para se adaptar ao ensino remoto, não só os discentes, mas também os docentes, as instituições de ensino, e as famílias.

O fato de estar em meio a uma pandemia pode afetar consideravelmente o bem-estar psicológico dos indivíduos. De acordo com Ornell (2020), durante epidemias e pandemias é comum que os indivíduos passem por muito estresse psicológico e ansiedade, gerados principalmente por causa do medo, que aumenta esses fatores em indivíduos saudáveis e piora os sintomas de quem já sofre com transtornos psicológicos.

Esse fato é comprovado pelos acréscimos exponenciais na estatística de sintomas mentais em diversas nações neste período, como sentimento de culpa, distúrbios de sono, tristeza generalizada, mudanças nos padrões alimentares, falta de concentração, irritabilidade, dificuldade de memória, fadiga e queixas somáticas. Essas manifestações caracterizam os transtornos mentais comuns (TMC), um conjunto de sintomas somáticos, ansiosos e



depressivos que podem ser desencadeados por fatores estressores (Cardoso, 2021, p. 2).

Durante uma pandemia existem muitos fatores estressores como o medo, a preocupação e a incerteza com relação à própria saúde, a de seus familiares e amigos, questões socioeconômicas, adaptação a uma nova rotina em meio a um mundo de luto e perdas, lidar com o sensacionalismo dos veículos de comunicação e as notícias falsas (Ornell, 2020) e isso só tende a piorar o estado emocional e psicológico dos indivíduos, podendo evoluir para um quadro de transtornos depressivos, ansiosos e psicóticos em pacientes já infectados pela doença causadora da pandemia.

O estudante universitário além de conviver com toda a tensão de ser um sujeito inserido em uma sociedade que viveu um momento pandêmico, ainda teve que lidar com as incertezas em relação ao lado acadêmico, de como iria ficar a progressão do seu curso no início da pandemia e após a instituição da quarentena e distanciamento social, a interrupção da rotina de estudos, dos cronogramas estabelecidos, a pausa entre o fechamento das universidades e o início do ensino de forma remota.

Na identificação das possíveis causas de alteração da saúde mental entre os estudantes, são perceptíveis fatores como a quebra da rotina acadêmica, o afastamento de amigos e colegas, a preocupação com o atraso de atividades, consequentemente causando atraso no prosseguimento do curso e na data de formatura, a interrupção de aulas práticas e estágios curriculares [...] (Gundim et al, 2021, p.11)

E quando chega esse momento em que as instituições de ensino entraram em um consenso que o formato *online* seria a opção mais viável para dar continuidade ao ensino, entraram outros fatores estressores para o estudante pois, devido à desigualdade social existente no país, nem todos possuíam acesso à internet de qualidade, a um *smartphone* ou *notebook* para poder acessar as aulas, assim como nem todos tinham domínios sobre os instrumentos utilizados no ensino, além da falta de vontade ou motivação para interagir e realizar o que era proposto (Gundim et al, 2021). Sendo assim, era compreensível o desânimo em relação às aulas remotas, pois “a pandemia da Covid-19 trouxe uma série de mudanças abruptas implicando em adaptações do processo de ensino que não foram suficientemente transacionadas, testadas e validadas” (Becker et al 2021, p.9). Foi uma solução repentina, onde ninguém sabia muito como proceder, foi tudo sendo aprendido na prática, tanto para professores como alunos, além do que não dá para desvincular o fato de que ainda era o meio de uma pandemia em que milhares de pessoas foram a óbito e a vida de todos estava revirada.

O estudante universitário já passa por todo um processo de adaptação quando inicia o curso e isso pode ou não influenciar negativamente no seu estado mental e com o ensino remoto foi um novo processo de adaptação sem ter tempo suficiente para isso. Além das questões já citadas sobre não ter acesso a internet ou aos instrumentos tecnológicos necessários para as aulas síncronas e assíncronas, os alunos tiveram que estabelecer uma nova relação com a cultura digital, que já era bem familiar para a maioria, mas agora tinha que ser utilizada de maneira mais produtiva.

O ensino *online* tem seus pontos negativos, o aluno pode ter mais dificuldade em manter o foco, se concentrar, por estar em casa podendo assistir as aulas de qualquer local da moradia, não conseguir dar conta da quantidade de conteúdo que o aluno tem que de certa forma aprender sozinho, pois a interação com o professor é muito menor (Costa et al, 2021). A interação com os outros colegas também é bem menor, o que acaba mexendo com o emocional, ficar horas em frente a um aparelho tecnológico ouvindo alguém falando torna-se cansativo, lidar com as apresentações de trabalho por meio de um celular ou *notebook* que muitos mal sabiam como gerenciar os aplicativos, e além do mais a grande quantidade de demandas em alguns casos e muitas vezes de todas as disciplinas ao mesmo tempo como se pelo fato das aulas estarem sendo em casa o estudante pudesse produzir indiscriminadamente.

É possível citar o mantimento do calendário letivo, calendário de prova e atividades, sendo o número de tarefas e trabalhos durante o período a reclamação mais recorrente pelos usuários da plataforma, como demonstra o tweet a seguir: “meu professor: relaxem... respirem... sei que este ano está sendo difícil para todos, muitos estão com ansiedade etc por conta do ead e sobrecarregar vocês só irá piorar tudo, então façam aqui TODAS AS ATIVIDADES DO LIVRO e após isso respirem relaxem fiquem de bem” . (Hubner, 2021, p.13).

A quantidade de atividades ser alta não quer dizer um aprendizado produtivo, na maioria das vezes só faz o aluno ficar desesperado com tantas coisas para entregar em pouco tempo, o que prejudica a qualidade do seu sono, aumenta seu estresse e ansiedade, traz prejuízo ao seu bem estar, fazendo com que este estude de forma prejudicada.

Conforme Alves (2020), o processo que deveria ser agradável e estimulante, tornou-se estressante, desgastante e frustrante no processo de ensino e aprendizagem, pois alguns discentes estão tendo dificuldades em se adaptarem a essa nova modalidade de ensino podendo ter com isso alguns prejuízos emocionais (Costa, 2021, p.88).

Segundo Costa, (2021) em sua pesquisa foi possível constatar que durante esse período de pandemia, ao cursar a modalidade remota houve prejuízo psicológico e emocional para alguns estudantes que apresentaram sintomas de ansiedade e depressão. De acordo com o

relatório da pesquisa “Juventudes e a Pandemia do Corona vírus” na edição de 2022, a ansiedade aparece como o principal efeito negativo provocado pela pandemia em relação a saúde dos jovens, contando com 59% em jovens de 18 a 24 anos, a depressão aparece com 18% e o pensamento suicida com 9%. Dos jovens entrevistados 6 a cada 10 relataram ter passado por ansiedade, 5 a 10 por exaustão ou cansaço constante e 4 a cada 10 por falta de motivação em 2021.

Na primeira edição da pesquisa Juventudes e a Pandemia do Corona vírus feita em maio de 2020, 29% dos jovens entrevistados disseram que seu estado emocional piorou muito na pandemia e mais de 80% dos estudantes entrevistados afirmaram que as questões emocionais atrapalham os estudos, sendo que entre os diversos fatores, existiam um ponto em comum relacionado ao período de aulas remotas (Hubner, 2021). Quase metade (48%) das postagens de estudantes no Twitter analisadas por Hubner (2021) demonstram uma relação direta entre o começo do ERE (Ensino Remoto Emergencial) e o surgimento ou agravamento de sofrimento psíquico, não somente advindo das aulas como do questionamento de participar ou não delas e do rendimento acadêmico, já que na mesma pesquisa do Juventude e a Pandemia do Corona vírus, 65% dos jovens relataram ter aprendido menos na transição do ensino presencial para o remoto e “apesar de seus esforços para continuar estudando e trabalhando, metade deles acreditava que seus estudos seriam adiados e 9% pensavam que poderiam fracassar nos estudos” (Atlas da Juventude, 2022, p.24).

A ideia de fracassar, de não estar aprendendo, afetou bastante a estabilidade mental dos estudantes tanto que 14% dos jovens afirmaram que poderiam ter parado de estudar se o ensino não tivesse retornado para o presencial e 51% afirmaram se sentirem ficando para trás nos estudos devido aos efeitos da pandemia, segundo relatório da Juventude e Pandemia do Corona vírus de 2022. E esse sentimento de estar ficando para trás pode acabar deixando o estudante mais ansioso e desmotivado para continuar os estudos.

Outro ponto importante em relação ao ensino remoto é que muito se falou sobre as dificuldades dessa modalidade envolvendo o acesso aos recursos tecnológicos que muitos estudantes não tinham e o acesso ao conhecimento para o manuseio desses instrumentos para o aprendizado e de certa forma isso acabou deixando a entender que esse era o único problema, fazendo com que muitas instituições de ensino superior achassem que resolvendo isso estava tudo bem com o aluno, esquecendo que se tratavam de seres humanos com dores, perdas, medos e anseios.

Apesar de 54% dos alunos concordarem com o apontamento de que os recursos para o estudo (celular, computador, internet) são pouco adequados, esse foi o penúltimo de 7 fatores apontados como barreiras no ensino não presencial. O *tweet* com maior engajamento entre os coletados com a segmentação “psicológico e EAD” ironiza o fato de muitas das instituições de ensino se posicionarem de forma a fazer parecer que a única dificuldade dos alunos em relação ao ensino remoto era a falta de recursos tecnológicos (Hubner, 2021, p. 15).

A não adequação dos recursos foi o desafio mais óbvio do ensino online e isso foi amplamente discutido e entra como mais um motivo para problemas emocionais, pois o aluno pode se sentir inferior por não dispor dos recursos para participar das aulas de maneira proveitosa, ter um aumento no estresse por não estar conseguindo fazer as demandas acadêmicas. Mas o uso dos instrumentos também provocou desconforto nas aulas, um grande exemplo disso, é que a grande maioria dos alunos não se sentiam confortáveis em assistir as aulas com as câmeras ligadas, em falar no microfone, apesar de no presencial todo mundo estar ali interagindo, com o modo online criou se uma estranheza como se ninguém se conhecesse.

O ensino remoto por ser a distância em um momento pandêmico causou em muitos alunos um distanciamento com a instituição, uma falta de pertencimento, e muitos dos estudantes durante os semestres *online* esperavam um certo acolhimento das universidades para suas questões como ser humano, que não fosse apenas uma relação de construção de conhecimento, mas que os centros de ensino os escutassem, que eles não fossem apenas números de matrículas.

[...] a catarse de emoções advindas da falta de escuta, em que todos os sentimentos parecem atropelados, e os seus portadores aparentam não ter voz em outro ambiente. Paralisia, ansiedade, revolta, pressão, indignação, insuficiência, rendimento mínimo, depressão, infelicidade, insegurança, tristeza, solidão, exclusão, ódio, invisibilidade e raiva são só alguns dos estados emocionais e sentimentos nomeados por esses alunos. O resultado de toda essa densidade emocional é a somatização da sensação de invisibilidade, uma aparente ausência de preocupação com a sua saúde mental por parte de docentes e instituições de ensino, enquanto o único remédio que lhes era apresentado era a sobrecarga de atividades a distância (Hubner, 2021, p. 16)

Na pesquisa Juventude e Pandemia do Corona vírus, ao serem questionados sobre um maior auxílio por parte das universidades além de questões de ensino-aprendizagem, 57% dos estudantes responderam que seria de maior relevância um conteúdo que abordasse o cuidado com as emoções, mostrando que muitos alunos esperam dos centros de ensino uma abertura e

empenho maior no diálogo e reflexão sobre questões psicológicas e emocionais no período pandêmico e após.

É compreendido que a situação psicológica dos estudantes durante a pandemia abrange outras esferas psicossociais fora do controle dos centros acadêmicos (Hubner, 2021), porém, é necessário que se questione como o estudante irá produzir, desenvolver sua formação pessoal e profissional se ele não tem condições mentais para tal, levando em conta que a saúde mental dos estudantes universitários já vem em sofrimento sem ensino remoto.

A sanidade do estudante universitário brasileiro está sujeita a inúmeras variáveis, antes mesmo da pandemia, mas se faz fundamental uma constante busca, por parte do ambiente de ensino, de oportunidades, métodos e diálogos que possibilitem a redução e prevenção de danos psicológicos. Sendo assim, cabe à universidade refletir sobre seu papel social e seu compromisso e responsabilidade com a educação, para que em vez de um agravamento do quadro, possa colaborar como um elemento facilitador com ferramentas de assistência, espaços de reflexão e apoio onde se possa pensar momentos de crise tão impactantes como esse (Hubner, 2021, p.18).

Cabe à universidade realizar ações visando a promoção de saúde e prevenção ao sofrimento psíquico dos estudantes e maneiras de lidar com o adoecimento mental, abrindo espaço para o diálogo, a reflexão, e a escuta, pois lidar com o estresse acadêmico é difícil para muitos estudantes. A maioria das universidades já possui há bastante tempo espaços de atendimento psicológico destinado a escuta e o acolhimento dos discentes, mas falar sobre si mesmo pode ser extremamente difícil e para muitos um sinal de fraqueza, por isso é importante também o apoio de quem está ao redor do aluno, para perceber possíveis sintomas e alertá-lo a procurar por ajuda de um profissional dos próprios centros de apoio presente nas universidades, que podem indicar como procurar ajuda nos serviços de saúde pública, caso seja necessário.

É importante que haja um espaço aberto para discutir sobre os sintomas, como identificá-los, e como buscar ajuda. Já existem programas de auxílio a saúde discente em algumas universidades, grupos de trabalho, disponibilização de material sobre o assunto em sites dos próprios centros de ensino, mas ainda há pouco espaço para discussão e divulgação sobre formas de cuidado e enfrentamento do adoecimento mental discente (Mota, Pimentel e Mota, 2023).

A pandemia deixou um aprendizado em relação a saúde mental, de que ela ocupa um espaço importante na sociedade, nesse período várias pesquisas foram feitas sobre o estado

psicológico de professores, médicos, enfermeiros, alunos, cidadãos em geral e todas apontaram o prejuízo que a saúde mental teve durante a pandemia, e ficou evidente que é um campo da saúde que deve ter atenção não só do próprio indivíduo, mas do estado, das empresas, instituições de ensino, da sociedade em si, e não necessariamente apenas em momentos de grandes tragédias, mas na vida cotidiana.

## **Considerações Finais**

O período de graduação é uma experiência de extrema importância para a vida do indivíduo, pois proporciona construção de conhecimentos, novas descobertas e possibilidades, formação profissional e pessoal, porém, mesmo tendo um potencial para melhorar a vida do estudante, em contrapartida, devem ser considerados os prejuízos que essa etapa pode gerar na saúde do graduando, seja no início ou no final do percurso acadêmico.

Essa pesquisa buscou analisar a relação entre o contexto universitário e os seus possíveis impactos na saúde mental dos estudantes por meio de uma revisão de literatura. Os resultados que foram obtidos a partir da análise da literatura selecionada evidenciaram que os estudantes passam por uma etapa de vulnerabilidade emocional durante a graduação, seja por já trazer consigo problemas relacionados a sua saúde mental e ao adentrar o meio acadêmico ter um agravamento do seu quadro psicológico devido a fatores presentes nessa experiência, ou por desenvolver durante o curso um estado de sofrimento psíquico que venha a prejudicar sua qualidade de vida.

Durante o estudo foi possível identificar de que forma a trajetória acadêmica provoca impactos na saúde mental do estudante, quais os fatores estão associados ao sofrimento psíquico e a vivência como discente no ensino superior, sendo destacados: a dificuldade de adaptação ao contexto acadêmico com as demandas provenientes dos cursos, metodologias dos professores, diferença entre a rotina de estudos do ensino médio e do curso superior, organização do tempo, responsabilidade e autonomia para lidar com a vida longe da casa dos pais e da cidade natal, condições financeiras, relação professor-aluno, relações conflitantes com familiares, e a própria condição de ser estudante da maneira como foi construída.

Também foi possível discutir ainda que resumidamente sobre a saúde mental do estudante universitário no período da pandemia de covid-19 enquanto vivenciava o ensino remoto, e a compreensão obtida foi que esse período contribuiu ainda mais para o

adoecimento mental do discente, porque foi uma etapa em que o estudante precisou mais ainda que a instituição o enxergasse como um ser humano e de acordo com os trabalhos selecionados para a análise, os estudantes demonstraram um desejo de que as universidades trouxessem mais à tona debates sobre o estado emocional dos seus alunos, não apenas durante o período pandêmico, como também após.

Buscou-se também durante esse estudo, saber como as instituições de ensino superior percebem e lidam com o adoecimento mental dos seus alunos e a conclusão a que se chegou foi que a maioria dos centros de ensino reconhecem que o discente precisa desse apoio psicológico e emocional e dispõem de espaços para que aqueles que sintam necessidade busquem ajuda, já que cuidar da saúde do graduando é uma maneira de prestar a assistência estudantil prevista em lei, porém ainda não é o satisfatório. Foram observadas iniciativas de algumas universidades que buscam trazer o debate sobre saúde mental para o seu espaço, fomentando diálogos, escuta, iniciativas que visem promover qualidade de vida para o estudante, divulgação de informações sobre os acometimentos a saúde mental e as maneiras de procurar ajuda, sendo um bom exemplo de práticas para tornar a caminhada menos sofrível para muitos que a vivenciam dessa forma.

Os estudos em torno do tema tiveram origem no início do século XX e vem aumentando cada vez mais até dias atuais, e isso demonstra a importância e a necessidade de abordá-lo, mais também evidencia que se cada vez mais é debatido é porque nesses anos todos a frequência do adoecimento mental de estudantes também aumentou. E se isso ocorreu é porque não estão sendo promovidas ações e iniciativas suficientes voltadas a prevenir e promover o bem-estar e saúde antes que os discentes sejam afetados e para auxiliar aqueles que já estão em sofrimento.

Compreende-se que a relação entre o estudante e a instituição de ensino é permeada por uma certa solidão, frieza, distanciamento, os estudantes esperam da universidade um acolhimento e compreensão diante das suas vulnerabilidades e a universidade muitas vezes passa uma visão de que só o que importa é a parte burocrática e técnica, as exigências que devem ser cumpridas. É necessário que cada vez mais as universidades se abram para iniciativas que visem auxiliar os estudantes em meio as dificuldades que permeiam a condição discente.

Esta pesquisa se mostra relevante socialmente ao propor mais uma oportunidade de debate em torno de um assunto que merece relevância dentro da sociedade, não só em torno

da existência dessa relação de prejuízos a saúde do estudante, mas principalmente em torno dos meios de reduzir, prevenir e lidar com o sofrimento psíquico, através de estratégias adotadas pelas autoridades em saúde, a comunidade acadêmica, e profissionais da educação no intuito de minimizar os danos causados pela falta ou desequilíbrio da saúde mental.

A caminhada para a produção deste trabalho foi permeada por desafios, pois a escolha deste tema de pesquisa diz muito sobre a autora, que durante toda a escrita teve que se policiar para manter um certo distanciamento e não deixar que suas experiências como estudante que vivencia muitos dos processos descritos nos trabalhos analisados transparecesse mais do que o necessário. Em muitos momentos o sentimento de impotência, insuficiência, e tudo que a ansiedade é capaz de produzir, fez parte dos momentos de produção dessa escrita, e o medo de não conseguir se manteve presente durante todo caminho, desta maneira essa pesquisa é resultado de muita luta contra as diversas formas de auto sabotagem.

A importância da realização deste trabalho vai além da conclusão de uma etapa, trata-se de relatos, mesmo que de forma subliminar das vivências enquanto estudante. Ao longo de sua escrita ecoam vozes de companheiros de jornada que fazem parte da razão pela qual esta pesquisa se faz necessário. Sua construção se deu em forma de revisão de literatura narrativa, justamente pela possibilidade de poder carregar a subjetividade do autor durante a análise.

Por fim, essa pesquisa caracteriza o fim de um capítulo em que a autora precisou se adaptar a uma possibilidade não prevista no início, mas abre caminho para uma perspectiva futura. Estar na universidade amplia a perspectiva de futuro, de mundo do indivíduo, mas este espaço não pode ser visto como um lugar unicamente maravilhoso, ele ainda se apresenta como um lugar tradicionalista, burocrata e violento e muitas vezes faz o estudante pensar que ali não é o seu lugar, que ele não é suficiente para ocupar tal espaço. Porém, apesar de comum, a desumanização e naturalização da indiferença por parte dos lados envolvidos nesse processo não deve ser normalizada, ninguém aprende se não está bem e quem está na universidade pode produzir conhecimento de qualidade sem precisar perder sua saúde mental.



## REFERÊNCIAS

AGUIAR, Aline Mamede; RODRIGUES, Poliany Cristiny de Oliveira. SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: UMA COLETÂNEA DE ESTUDOS DESCRITIVOS, Capítulo 2: Prevalência de sintomas de ansiedade em estudantes de graduação. Universidade do Estado de Mato Grosso, Pantanal Editora, 2021. Disponível em: <<https://www.editorapantanal.com.br/ebooks/2021/saude-mental-do-estudante-universitario-uma-coletanea-de-estudos-descritivos/ebook.pdf>> Acesso em: 17 de Set. de 2023.

AMARANTE, Paulo; NUNES, Mônica de O. O. A reforma psiquiátrica no SUS e a luta por uma sociedade sem manicômios. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(6):2067-2074, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/tDnNtj6kYPQyvtXt4JfLvDF/abstract/?lang=pt#> Acesso em: 15 de Jul. 2022.

ARAÚJO, Vagner Campos de; MORAES Harriman Aley; PIRES, Herton Helder Rocha. Ações de assistência estudantil em saúde mental nas instituições federais de ensino superior brasileiras. *Centro Universitário Brás Cubas*, vol. 12, n 1, 2023. Disponível em: <<https://revistas.brazcubas.br/index.php/dialogos/article/view/1150>> Acesso em: 10 de Ago. de 2023.

ARIÑO, Daniela. Ornellas; BARDAGI, Marúcia. Patta. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista psicologia em pesquisa*, 12(3) 44-52. 2018. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1982-12472018000300005&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1982-12472018000300005&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)> Acesso em: 14 de Jun. de 2021.

ATLAS DA JUVENTUDE. Pesquisa Juventudes e a Pandemia: E Agora? 3ª Edição, 2022. Disponível em: <[https://atlasdasjuventudes.com.br/wp-content/uploads/2022/09/JuventudesPandemia3\\_Relato%CC%81rioNacional\\_20220923.pdf](https://atlasdasjuventudes.com.br/wp-content/uploads/2022/09/JuventudesPandemia3_Relato%CC%81rioNacional_20220923.pdf)> Acesso em: 29 de Ago. de 2023.

AUERBACH, Randy, P, et al. Pesquisas Mundiais de Saúde Mental da OMS Projeto Internacional de Estudantes Universitários: Prevalência e Distribuição de Transtornos Mentais. **Jornal de Psicologia Anormal**. Out, 2018. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30211576/>> Acesso em: 12 de Out. de 2021.

BENTO, Analice Nóbrega Oliveira, TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ACADÊMICOS DO ESTADO DE SERGIPE, BRASIL. Aracaju: UNIT, 2017. Disponível em: <<https://openrit.grupotiradentes.com/xmlui/handle/set/3086>> Acesso em: 18 de Maio de 2023.

BECKER, Alice Scalzilli et al. O impacto na saúde mental de estudantes universitários submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática. *Revista da AMRIGS*, Porto Alegre, 65 (1): 2-11, jan.-mar. 2021. Disponível em: <<https://repositorio.pucrs.br/dspace/handle/10923/25163>> Acesso em: 20 de Ago. de 2023.

BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. 18/5 Dia Nacional da Luta Antimanicomial. Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br/18-5-dia-nacional-da-luta-antimanicomial-2/>> Acesso em: 13 de Jul. de 2023.

BOLSONI-SILVA, A. T.; GUERRA, B. T. “O impacto da depressão para as interações sociais de universitários”. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 14, n. 2, p. 429–452, 10 set.

2014. Disponível em: < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v14n2/v14n2a04.pdf>> Acesso em: 28 de Mar. de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderno de Atenção Básica: saúde mental. Brasília: Imprensa Nacional, 2013.

CASTRO, Vinícius Rennó. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: Estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. **Revista Gestão em Foco** - Edição nº 9 – Ano: 2017. Disponível em [https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043\\_saude\\_mental.pdf](https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf) Acesso em: 13 de Dez. de 2021.

CARDOSO, Ane Caroline Cavalcante et al. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de Medicina durante a pandemia de Covid-19. REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA, 46 (1) : e006, 2022. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbem/a/4Kxfv8dFRBftYG3wsvTn8Lv/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 08 de Set. de 2023.

CARNEIRO, Virginia Teles; SOARES, Monalisa Peixoto; SOUZA, Sâmia Rodrigues de, A condição de estudante e o sofrimento na universidade: pesquisa e intervenção. **Rev. Nufen: Phenom. Interd.** | Belém, 13(2), 30-44, mai.– ago., 2021. Disponível em: < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rnufen/v13n2/v13n2a04.pdf>> Acesso em: 03 de Out. de 2023.

CARVALHO, Eliane Alicrim de, Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. Cienc Cuid Saude 2015 jul/set; 14(3):1290-1298. Disponível em: < <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1121148>> Acesso em: 23 de Set. de 2023.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes; CAETANO, Dorgival; FACCENDA, Odival. Utilização do Serviço de Saúde Mental em uma universidade Pública. Psicologia: ciência e profissão Conselho Federal de Psicologia – v. 25, n. 2 abr/jun, 2005) – Brasília, CFP: 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/T9hPBSm9XbWKxKBfTsdRjGv/abstract/?lang=pt#> Acesso em: 09 de Ago. de 2021.

CONJUVE. Pesquisa Juventudes e a Pandemia do Coronavírus, 2020. Disponível em: <https://atlasdasjuventudes.com.br/juventudes-e-a-pandemia-do-coronavirus/>. Acesso em: 11 de Ago. de 2023.

CORDEIRO, Franciele Roberta, et al. Cuidados de enfermagem à pessoa com esquizofrenia: **Revista de enfermagem da UFSM**, 2012, n. 2, v.1, p 174- 181. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/3123>> Acesso em: 21 de Abril de 2022.

COSTA, Jeferson de Andrade, et al. Dificuldades enfrentadas durante o ensino remoto. Revista Brasileira de Ensino e Aprendizagem, V.1, p.80-95, 2021. Disponível em: < <https://rebena.emnuvens.com.br/revista/article/view/9>> Acesso em: 16 de Set. de 2023.

FACUNDES, Vera Lúcia Dutra; LUDERMIR, Ana Bernarda. Common mental disorders among health care students. Revista. Brasileira. Psiquiatria. [online]. 2005, vol.27, n.3, pp. 194-200. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbp/a/pNTNKNKjFbmCQpm9yxKYYcM/abstract/?lang=pt#>> Acesso em: Nov. de 2021.

FIOROTTI, K. P. et al. "Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: Prevalência e fatores associados." *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 59, n. 1, p. 17–23, 2010. Disponível em: < <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-547625>> Acesso em: 17 de Mar. de 2022.

FÓRUM NACIONAL DE PRÓ-REITORES DE ASSUNTOS COMUNITÁRIOS E ESTUDANTIS Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior. Brasília: FONAPRACE, 2011. Disponível em:<<https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2021/07/III-Pesquisa-Nacional-de-Perfil-Socioeconomico-e-Cultural-dos-as-Graduandos-as-das-IFES.pdf>> Acesso em: 09 de Ago. de 2022.

FONAPRACE. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior: Relatório Final da Pesquisa. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Brasília: FONAPRACE, 2004.

FONAPRACE. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior: Relatório Final da Pesquisa. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Brasília: FONAPRACE, 2014. Disponível em: < <https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2021/07/IV-Pesquisa-Nacional-de-Perfil-Socioeconomico-e-Cultural-dos-as-Graduandos-as-das-IFES.pdf>> Acesso em: Jun. de 2021.

FONAPRACE. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior: Relatório Final da Pesquisa. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. Brasília: FONAPRACE, 2019. Disponível em: < <http://www.fonaprace.andifes.org.br/site/wp-content/uploads/2019/06/V-Pesquisa-do-Perfil-Socioeconomico-dos-Estudantes-de-Graduacao-das-U.pdf>> Acesso em: Jun. de 2021.

FORTES, J. R. A. Saúde mental do universitário. *Revista da Associação Médica Brasileira* 1972; 18(11), 463-466.

FUREGATO, Antonia Regina Ferreira, et al. Pontos de Vista e Conhecimento dos Sinais Indicativos de Depressão entre os Acadêmicos de Enfermagem. *Rev. esc. enferm. USP* 39 (4) • Dez 2005. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/BSnLkSFjpG47jvsyptN3VHp/?lang=pt#>> Acesso em: 21 de Maio de 2021.

FREITAS, B. L, de. A EVOLUÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO BRASIL: REINSERÇÃO SOCIAL. **Revista Científica Semana Acadêmica**. Fortaleza, 2018. Disponível em: <<https://semanaacademica.org.br/artigo/evolucao-da-saude-mental-no-brasil-reinsercao-social>> Acesso em: 22 de Abril de 2022.

FIGUÊIREDO, Marianna Lima de Rolemberg; DELEVATI, DalneiMinuzzi; TAVARES, Marcelo Góes. Entre loucos e manicômios: história da loucura e a reforma psiquiátrica no Brasil. **Revista cadernos de graduação ciências humanas e sociais**, 2014, n. 2, v.2, p. 121-136. Disponível em: <<http://periodicos.set.edu.br/fitshumanas/article/view/1797>>. Acesso em: 21 de Abril de 2022.

GARBIN, A. J. I et al. Insatisfação com o curso e suicídio: saúde mental do estudante de Odontologia. Arch Health Invest 9(3) 2020. Disponível em: <<https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/4851/pdf>> Acesso em: 09 de Ago. de 2022.

GIGLIO, Joel Sales. Bem Estar Emocional em Estudantes Universitários: Um estudo preliminar. (Tese de doutorado). Faculdade de Ciências Médicas. Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria, Universidade Estadual de Campinas, 1976.

GUIMARÃES, Andréa Noeremberg, et al. Tratamento em saúde mental no modelo manicomial (1960 a 2000): histórias narradas por profissionais de Enfermagem. **Revista Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, 2013, n. 22. V. 2, p. 361-369. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/tce/v22n2/v22n2a12.pdf>> Acesso em: 21 de Abril de 2022.

GUNDIM, Vivian Andrade et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. Rev. baiana enferm. 2021;35:e37293. Disponível em: <[https://scholar.google.com.br/scholar\\_url?url=https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermage/article/download/37293/23470&hl=ptBR&sa=X&ei=V6skZZfKM8ruygTTtqrACg&scisig=AFWwaebpGSj5-E\\_crsR-N1CgWGrk&oi=scholar](https://scholar.google.com.br/scholar_url?url=https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermage/article/download/37293/23470&hl=ptBR&sa=X&ei=V6skZZfKM8ruygTTtqrACg&scisig=AFWwaebpGSj5-E_crsR-N1CgWGrk&oi=scholar)> Acesso em: 22 de Ago. de 2023.

HAHN, Michelle Selma; FERRAZ, Marcos P. Toledo; GIGLIO, Joel Sales. A Saúde Mental do Estudante Universitário: sua história ao longo do século XX. Revista Brasileira de Educação Médica. Rio de Janeiro, v.23, n 2/3. Maio/dez. 1999. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbem/a/t8zQdXWT4HjHcWr4KLZxvyG/?lang=pt>> Acesso em: Ago. de 2023.

HUBNER, Ana Luiza, Não tenho psicológico pra EAD: saúde mental e ensino universitário durante a pandemia da Covid-19 em tweets. Universidade Federal do Paraná, 2021. Disponível em: <<https://acervodigital.ufpr.br/browse?type=subject&value=Educa%C3%A7%C3%A3o++Sa%C3%BAde+mental>> Acesso em: 13 de Jul. de 2023.

HUMANISTA. Como enfrentar o adoecimento mental na universidade: Conheça iniciativas de professores e alunos. Faculdade de Biblioteconomia e Comunicação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Fabico/UFRGS). 2019. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/humanista/2019/10/10/como-enfrentar-o-adoecimento-mental-na-universidade-conheca-iniciativas-de-professores-e-alunos/>> Acesso em: 14 de Set. de 2023.

INICIATIVAS DA UFF FOCAM A SAÚDE MENTAL DE SEUS ALUNOS. Universidade Federal Fluminense, 2017. Disponível em: <<https://www.uff.br/?q=noticias/26-09-2017/iniciativas-da-uff-focam-saude-mental-de-seus-alunos>> Acesso em: 13 de Set. de 2023.

JOCA, S. R. L.; PADOVAN, C. M.; GUIMARÃES, F. S. “Estresse, depressão e hipocampo”. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 25, p. 46–51, dez. 2003. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/rbp/a/qbDTWLYkGg6VkXRQnYRVStF/#>> Acesso em: 25 de Ago. de 2021.

JORGE, M. S. B. Seminário na Uece debate crise e sofrimento psíquico entre universitários. 2013.

LENHARDTK, Gabriela; CALVETTI, Prisca Ucker. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. Aletheia v.50, n.1-2,

p.111-122, jan./dez. 2017. Disponível em: < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/v50n1-2/v50n1-2a10.pdf>> Acesso em: 27 de Set. de 2023.

LOPES, F. M, et al. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. v. 16 n.1 (2002): **Revista Psicologia em Pesquisa** | 16 | 1-23 |2022. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/31105>> Acesso em: 01 de Maio de 2023.

LORETO, G. Sobre problemas de higiene mental. *Neurobiologia* 1958. Pernambuco: UFPE. (21)3: 274-283.

LORETO, G. Uma Experiência de Assistência Psicológica e Psiquiátrica a Estudantes Universitários [Tese Concurso Professor Titular]. Recife: Universidade Federal de Pernambuco, 1985. Disponível em: < [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=2058444&pid=S1414-9893200500020000800028&lng=en](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2058444&pid=S1414-9893200500020000800028&lng=en)> Acesso em: Maio de 2021.

Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais- DSM-5 / [American Psychiatric Association; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento ... et al.] ; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre: Artmed, 2014. Disponível em: < <https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>> Acesso em: 22 de Set. de 2023.

MEDEIROS, Milene Nazaré Felix. Risco de Suicídio, Saúde e Estilos de Vida: Estudo com estudantes universitários. (Dissertação de mestrado). Universidade da Beira Interior. Corvilhã, 2012.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2001. Disponível em: [http://www.faed.udesc.br/arquivos/id\\_submenu/1428/minayo\\_2001.pdf](http://www.faed.udesc.br/arquivos/id_submenu/1428/minayo_2001.pdf) Acesso em: 08 de Out. de 2023.

MOREIRA, Lenice Carrilho de Oliveira; BASTOS, Paulo Roberto Haidamus de Oliveira. Prevalência e fatores associados à ideação suicida na adolescência: revisão de literatura. *Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, SP. Volume 19, Número 3, Setembro/Dezembro de 2015: 445-453. Disponível em:< <https://www.scielo.br/j/pee/a/d6wbJxC3KF5QZ7sJb67kVPr/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 25 de Set. de 2023.

MOTA, Alice Agnes Spíndola; PIMENTEL, Sidianny Mendes; MOTA, Maria Romilda Spíndola. Expressões de Sofrimento Psíquico de Estudantes da Universidade Federal do Tocantins. *Educ. Pesqui.*, São Paulo, v. 49, e254990, 2023. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/ep/a/Rm3Yr6sW5Lk4LpzTCT9nFfj/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 05 de Ago. de 2023.

MURAKAMI, K. et al. Atuações de um centro educacional e psicológico junto a estudantes universitários. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, vol. 19, núm. 1, 2018, pp. 109-119. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203058814012>> Acesso em: 17 de Maio de 2023.

NEVES, Marly Coelho Carvalho; DALGALARRONDO, Paulo. Transtornos Mentais auto-referidos em estudantes universitários. *J. bras. psiquiatr.* 56 (4) • 2007. Disponível em: <

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/Bn3f9fZrc5KJC6SyDYpt7Wn/abstract/?lang=pt#> Acesso em: 17 de Abril de 2021.

NUNES, Luana Ferreira de Oliveira Marques, Os impactos da trajetória acadêmica na saúde mental dos graduandos. **Revista Pró-UniverSUS**. 2022 Jan./Jun.; 13 (1): 118-123. Disponível em: < <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/3108>> Acesso em: 14 de Jun. de 2023.

OMS - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL SAÚDE. Relatório Mundial da Saúde. Genebra, World Health Organization, 2001. Disponível em: < <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/0205.pdf>> Acesso em: 16 de Fev. de 2022.

OPAS- Organização Pan-Americana da Saúde. Histórico da Pandemia de Covid-19, 2021. Disponível em:< <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>> Acesso em: 13 de Ago. de 2023.

ORNELL, Felipe, et al. Pandemia de Medo e Covid-19: Impacto na Saúde Mental e Possíveis Tragédias. Debates em Psiquiatria - Abr-Jun 2020. Disponível em: < <https://revistardp.org.br/revista/article/view/35>> Acesso em: 14 de Ago. de 2023.

PAULO, Adriana Anilta; BOTEAGA, Gisele Pereira. Experiências Acadêmicas: Um olhar à saúde mental de estudantes no ensino superior. Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL. 2019. Disponível em:< <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/16657>> Acesso em: 27 de Ago. de 2023.

PENHA, Joaquim Rangel Lúcio, OLIVEIRA, Cleide Correia, MENDES, Ana Virginia Silva. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. Journal Health NPEPS. 2020 jan-jun; 5(1):369-395. Disponível em: < <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549/3595>> Acesso em: 21 de Fev. de 2022.

RAMMINGER Tatiana; NARDI, Henrique Caetano. Saúde Mental e Saúde do Trabalhador: Análise das Conferências Nacionais Brasileiras. PSICOLOGIA CIÊNCIA E PROFISSÃO, 2007, 27 (4), 680-693. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/pcp/a/mMGWt6BQpfsbsXvTpXH8wVQ/#>>. Acesso em: 16 de Ago. de 2023.

RAMMINGER, Tatiana. Trabalhadores de saúde mental: reforma psiquiátrica, saúde do trabalhador e modos de subjetivação nos serviços de saúde mental. (Dissertação de Mestrado), PORTO ALEGRE, 2005. Disponível em: < <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/5675/000518369.pdf> > Acesso em: 25 de Nov. de 2021.

RIBEIRO, Maria da Graças Santos; CUNHA, Cristiane de Freitas; ALVIM, Cristina Gonçalves. Trancamentos de Matrículas no curso de Medicina da UFMG: Sintomas de Sofrimento Psíquico. Rev. bras. educ. med. 40 (4) Oct-Dec 2016. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbem/a/DHrzDHrzyCytFzZQ77CQjk/#>> Acesso em: 08 de Out. de 2023.

SANTANA, Elvira Rodrigues de; PIMENTEL, Adriana Miranda; VÉRAS, Renata Meira. A experiência do adoecimento na universidade: Narrativas de Estudantes do Campo da Saúde. Interface 24, 2020. Disponível em: <

<https://www.scielo.br/j/icse/a/hvLBxSQfnRdRn4YcdbwQFSs/#>> Acesso em: 19 de Set. de 2023.

SANTOS, Pedro Antônio N. dos; MIRANDA, Marlene B. S. O percurso histórico da reforma psiquiátrica até a volta para casa. **Revista escola de medicina e saúde 15 pública**, 2015, s/n, s/v, s/p. Disponível em: <http://repositorio.bahiana.edu.br/jspui/handle/bahiana/366> Acesso em: 21 de Abril de 2022.

SANTOS, Jaqueline de Lima Braz; PIMENTEL, Adriana Miranda, O percurso da política de assistência estudantil no cuidado à saúde mental do estudante universitário: uma revisão narrativa. Políticas Públicas, Educação e Diversidade: uma compreensão científica do real - Volume 3, 2021. Disponível em: <  
<https://www.editoracientifica.com.br/articles/code/211006484>> Acesso em: 11 de Set. de 2023

SOUZA, Ana Laura da Silva de, et al. Avanços da saúde mental e os acontecimentos envolvidos ao longo da história. Centro Universitário Salesiano Auxilium de Araçatuba, São Paulo, 2019.

SOUZA, Stefany Caroliny de; RODRIGUES, Poliany Cristiny de Oliveira. SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: UMA COLETÂNEA DE ESTUDOS DESCRITIVOS, Cap. 7: Fatores acadêmicos associados à prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dos estudantes do ensino superior. Universidade do Estado de Mato Grosso, Pantanal Editora, 2021. Disponível em:<  
<https://www.editorapantanal.com.br/ebooks/2021/saude-mental-do-estudante-universitario-uma-coletanea-de-estudos-descritivos/ebook.pdf>> Acesso em: 17 de Set. de 2023.

SILVA, Maria Vanessa Moraes da; AZEVEDO, Ana Karina Silva. Um olhar sobre o suicídio: Vivências e Experiências de Estudantes Universitários. Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, 7(3), 390-401, 2018. Disponível em: <  
<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1908>> Acesso em: 16 de Set. de 2023.

VICTÓRIA, Maria Sizino da. Níveis de Ansiedade e Depressão em Graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). **Revista de Psicologia**, Vol. 16, Nº. 25, Ano 2013.