

Saúde mental na academia: estudando, contextualizando e tratando a ferida¹

André Luiz Miraello Barão Fantin²

Camila Martins Cardoso³

Filipe Dantas de Oliveira Jota⁴

Resumo

Tendo em vista o aumento expressivo do número de estudantes e professores com sintomas de transtornos mentais no ambiente acadêmico, resultando em casos de evasão, colapso, automutilação e suicídio, o presente artigo visa o mapeamento da bibliografia sobre saúde mental na academia e suas formas de tratamento, destacando possíveis relações com o contexto de crise econômica e política brasileira. Para tanto, nos valeremos, em primeira instância, de artigos publicados no portal de periódicos Scielo, além de reportagens, entrevistas, testemunhos e outros estudos relevantes sobre o assunto. Com isso, esperamos oferecer ao menos uma singela contribuição a um dos problemas mais graves e sensíveis da produção acadêmica contemporânea, que prejudica o bem-estar de muitos profissionais, bem como a própria qualidade da produção científica.

Palavras-chave: saúde mental, tratamento, academia, depressão, ansiedade, transtorno.

Introdução

Nos últimos anos, acadêmicos, jornalistas e gestores têm se surpreendido com o estado agravante de saúde mental entre estudantes e professores universitários, atestado pelos inúmeros quadros de depressão e ansiedade, resultando em casos de colapso nervoso, automutilação e suicídio. Segundo dados apresentados pela revista da Fundação de Amparo à

¹ Nossos agradecimentos pessoais a Thiago Marques Leão, pós-doutorando vinculado à Faculdade de Saúde Pública, que atualmente pesquisa sobre o tema e que nos auxiliou no levantamento e seleção da bibliografia disponível.

² Bacharel em Física pela Universidade de São Paulo. Licenciando em Física pela mesma instituição.

³ Pós-graduanda em História Social pela Universidade de São Paulo.

⁴ Pós graduando em História Social pela Universidade de São Paulo.

Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP),⁵ o problema é mundialmente reconhecido, manifestando-se em países como Bélgica, Estados Unidos, Austrália e Reino Unido, sendo igualmente presente no Brasil. De acordo com informações levantadas pelo jornal Estadão em 2017, apenas na Universidade Federal de São Carlos, no período de cinco anos anteriores à reportagem, foram registrados 22 casos de tentativa de suicídio; nas universidades federais de São Paulo (Unifesp) e do ABC (UFABC), cinco estudantes concretizaram o ato no mesmo período.⁶ Segundo uma reportagem da Folha de São Paulo de agosto de 2018, ao menos quatro estudantes da Universidade de São Paulo (USP) cometeram suicídio entre maio e junho do mesmo ano, levando à criação de um Escritório de Saúde Mental, coordenado pelo vice-diretor do Instituto de Psicologia da universidade.⁷

As causas são diversas. Segundo a Professora Associada do Departamento de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Gisele Gus Manfro, a população brasileira apresenta um certo percentual de predisposição genética ao desenvolvimento de certos transtornos mentais, sendo vulneráveis a determinados fatores que atuam como estressores.⁸ Uma vez submetidas a tais fatores, esses distúrbios podem se manifestar em graus variáveis, a depender de outros critérios subjetivos, como psicológicos e comportamentais. No entanto, para além de aspectos individuais, estudos apontam cada vez mais para a influência preponderante do perfil institucional e cultural da academia.

A atmosfera de intensa competição e cobrança por produtividade, somadas à pressão exercida por agências de fomento, professores e orientadores, resulta no isolamento de muitos estudantes, contribuindo para sintomas como insônia, estresse, exaustão e baixa autoestima. Nesse quadro, certos transtornos já se tornaram típicos entre estudantes, destacando-se a “síndrome de burnout”, quando o indivíduo atinge um estado grave de

⁵ ANDRADE, Rodrigo de Oliveira. Distúrbios na academia: universidades trabalham no desenvolvimento de estratégias de prevenção e atendimento psicológico de alunos de graduação e pós-graduação. Ed. 262, dez 2017. Disponível em: <<https://revistapesquisa.fapesp.br/2017/12/28/disturbios-na-academia/>>

⁶ TOLEDO, Fernando Luís; CAMBRICOLI, Fabiana. Aumento de transtornos mentais entre jovens preocupa universidades. Estadão, São Paulo, 16 de Dezembro de 2017. Disponível em: <<https://saude.estadao.com.br/noticias/geral.aumento-de-transtornos-mentais-entre-jovens-preocupa-universidades.70002003562>>

⁷ VIEIRA, Bianka. USP tem 4 suicídios em 2 meses e cria escritório de saúde mental para alunos. Folha de São Paulo, São Paulo, 1º de Agosto de 2018. Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2018/08/usp-tem-4-suicidios-em-2-meses-e-cria-escritorio-de-saude-mental-para-alunos.shtml>>

⁸ FRONTEIRAS da Ciência noº 365: saúde mental na academia. [Locução de]: Jeferson Aren e Carolina Brito. Entrevistada: Gisele Gus Manfro. [S. l]: Fronteiras da ciência. 8 de abril de 2019. Podcast. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/frontdaciencia/>> Acessado em: 24/06/2019.

exaustão mental após períodos longos e intensos de trabalho, e a “síndrome do impostor”, quando o indivíduo se recusa a reconhecer o mérito de conquistas pessoais. Angustiados, muitos estudantes evitam relatar suas experiências, temendo represálias, estigmatização e impactos negativos sobre suas carreiras, evidenciando a naturalização desses valores na academia e sua caracterização como tabu em diversos espaços. Em meio a uma mentalidade que associa meritocracia e pujança intelectual à dor e sacrifícios pessoais, o estudante ou professor que se identifica com o problema e se dispõe a discuti-lo abertamente se arrisca a ser desqualificado como “incapaz”, “negligente” ou até mesmo “fraco”. Por essa razão, pode-se afirmar, segundo Gus Manfro, que o ambiente acadêmico favorece o contato com uma série de fatores que atuam como estressores constantes e intensos, propiciando casos mais frequentes e expressivos de transtorno mental. Ao mesmo tempo que a academia é sedutora para aqueles que se consideram ambiciosos, curiosos e compulsivos, ela igualmente tende a ser, para muitas pessoas com o mesmo perfil e pelos mesmos motivos, profundamente penosa e dolorosa.

No entanto, apesar de tais observações e da frequente divulgação nos meios de comunicação, análises sistêmicas e empíricas – focando em aspectos estruturais e funcionais da vida acadêmica – permanecem em falta. Segundo um artigo publicado no periódico “Research Policy”, que expõe o estudo de caso de 3.659 estudantes de doutorado na região belga de Flandres – dos quais 32% teriam maior propensão a desenvolver algum transtorno mental –, a dificuldade de se levar a cabo uma síntese mais abrangente e analítica se dá em razão do caráter isolado da maioria dos estudos, que analisam casos de instituições específicas, distribuídas em diversos países, cujo perfil e condições de pesquisa são significativamente variáveis (LEVECQUE, ANSEEL, DE BEUCKELAUER, VAN DER HEYDEN, GISLE, 2017, p. 870). Destacar-se-ia, pois, uma necessidade urgente pela coleta e análise sistêmica de dados empíricos acerca das condições institucionais do problema, superando o foco predominantemente anedótico atribuído ao mesmo pela mídia. Tais análises seriam fundamentais, por sua vez, na formulação de políticas institucionais.

Outra carência é sentida na ausência de estudos que abordam o problema por perspectivas socioeconômicas e políticas. No caso brasileiro, apenas levando-se em conta o contexto de crise econômica e política atual, junto ao descrédito e sucateamento das universidades públicas promovido pelo governo de Jair Bolsonaro (na esteira de cortes orçamentários realizados em governos federais e estaduais anteriores), o impacto psicológico

sobre estudantes e professores já é sentido, cujas bolsas de pesquisa têm sido substancialmente reduzidas, senão canceladas.⁹ Soma-se a isto o fato agravante de que tais cortes se dariam a partir de critérios ideológicos de seleção, favorecendo apenas as pesquisas de linha favorável ao governo federal.¹⁰

Outra característica brasileira do problema se sobressai ao considerarmos o ingresso recente – promovido por políticas sociais de inclusão – de um alto contingente de alunos de baixa renda. Vindos de escolas públicas e cursinhos populares, **esses alunos apresentam dificuldades ainda maiores de adaptação às cobranças e pressões sociais da vida universitária, sendo psicologicamente mais vulneráveis aos transtornos.**¹¹ Por outro lado, estudantes de famílias mais privilegiadas, apesar de seu capital cultural e financeiro, não são imunes ao problema, sendo sujeitos a pressões intensas por destaque acadêmico desde o vestibular – o que tende a agravar-se futuramente, sobretudo em cursos altamente competitivos, como engenharia e medicina.

Tendo em vista a complexidade do tema e as diversas formas de abordá-lo, o presente artigo visa realizar um mapeamento da bibliografia sobre saúde mental na academia, valendo-se, sobretudo, de artigos publicados no portal Scielo de periódicos, além de outras fontes primárias e secundárias pertinentes ao delineamento do tema como objeto de estudo e intervenção nas universidades. Utilizamos três critérios principais de seleção das fontes: o uso das palavras-chave “saúde-mental-estudantes” no navegador do portal Scielo, o recorte temporal a partir de 2010 e a subdivisão da bibliografia entre estudos empíricos, revisões bibliográficas e políticas de tratamento. Não obstante o escopo restrito da bibliografia frente à

⁹ MORAIS, Fernando Tadeu. Estudantes de mestrado e doutorado relatam suas dores na pós-graduação. Folha de São Paulo, São Paulo, 18 de dezembro de 2017. Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/ciencia/2017/12/1943862-estudantes-de-mestrado-e-doutorado-relatam-suas-dores-na-pos-graduacao.shtml>>; CASTRO, Grasielle. Capes: bolsas de pós-graduação estão em risco se houver cortes no orçamento de 2019. Huffpost, 2 de Agosto de 2018. Disponível em: <https://www.huffpostbrasil.com/2018/08/02/capes-bolsas-para-pos-graduacao-estao-em-risco-se-houver-cortes-no-orcamento-de-2019_a_23494935/>; CARNEIRO, Júlia. Cortes na ciência geram êxodo de cérebros, congelam pesquisas e vão punir Brasil por décadas, diz presidente da academia. BBC Brasil, Rio de Janeiro, 11 de Julho de 2017.

¹⁰ LIMA, Daniela. Ministro também quer cortar bolsa que financia pesquisa com “viés ideológico”. Folha de São Paulo, São Paulo 1º de Maio de 2019. Disponível em: <https://painel.blogfolha.uol.com.br/2019/05/01/ministro-tambem-quer-cortar-bolsa-que-financia-pesquisa-com-vies-ideologico/?utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=compfb&fbclid=IwAR2yKLjIjH-MJ50xYvqDKjTJOamYwe3CvGs-TP5azPa9d0fHFjnRT7tOgZ4> Acessado em 24/06/2019.

¹¹ SOUZA, Matheus. Qual o peso do racismo sobre a saúde mental dos alunos?. Jornal do Campus, São Paulo, 28 de março de 2019. Disponível em: <<http://www.jornaldocampus.usp.br/index.php/2019/03/pertencimento-e-permanencia/>> Acessado em: 24/06/2019.

proposta, esperamos contribuir, ainda que de forma singela, a um debate de importância central para a produção científica, a gestão universitária e, sobretudo, o bem-estar geral de estudantes e pesquisadores, aos quais delegamos grande responsabilidade pela construção de um futuro melhor.

A ferida como objeto de estudo

Em sua pesquisa de pós-doutorado, atualmente realizada pela Faculdade de Saúde Pública da USP e intitulada “Mudanças Sociais, Individualização e o Sofrimento Psíquico entre Estudantes Universitários”, Thiago Marques Leão busca compreender o problema da saúde mental na academia por uma perspectiva alternativa à institucional e individual, abordando a influência de fatores externos e estruturais.¹² Essa influência originar-se-ia a partir de relações tanto pessoais (como a relação com a família, amigos, colegas e orientador) como coletivas (envolvendo fatores políticos, sociais, econômicos e culturais). Estudos indicam que uma das reações mais comuns de vítimas de sofrimento psíquico é o isolamento, motivado pelo sentimento de culpa diante de contratempos, mesmo que inesperados ou inevitáveis, sendo possivelmente associado à cultura de cobrança e responsabilização dentro da academia, bem como o próprio desenvolvimento do capitalismo atual, delegando ao indivíduo o fardo exclusivo de responsabilidades outrora partilhadas por outras instituições e membros da comunidade.¹³ Por isso, segundo o autor, jamais devemos supor que a saúde mental seja um problema estritamente individual, relativos ao comportamento e temperamento do aluno; é fundamental que influências externas sejam destacadas, à luz das quais elementos individuais adquirem contexto e sentido, expandindo o leque de ferramentas e estratégias de tratamento.

¹² REDAÇÃO. Sofrimento psíquico de estudantes está ligado a mudanças sociais. *Jornal da USP*, São Paulo, 7 de dezembro de 2018. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/sofrimento-psiquico-de-estudantes-esta-ligado-a-mudancas-sociais/>> Acessado em: 24/06/2019.

¹³ SOUZA, Matheus. Qual o peso do racismo sobre a saúde mental dos alunos?. *Jornal do Campus*, São Paulo, 28 de março de 2019. Disponível em: <<http://www.jornaldocampus.usp.br/index.php/2019/03/pertencimento-e-permanencia/>> Acessado em: 24/06/2019.

Algumas pesquisas e evidências nos permitem averiguar a influência diversa de tais fatores. Um artigo publicado em Março de 2018 na revista norte-americana “Nature and Biotechnology” apresenta um estudo abrangente, realizado por meio de questionários fornecidos a 2279 estudantes, distribuídos entre 234 instituições e 26 países, os quais 90% eram doutorandos (PhD) e 10% mestrandos. Orientando-se pelas definições clínicas de depressão e ansiedade, buscou-se não apenas mapear o percentual de alunos portadores de sintomas como a distribuição destes em categorias de gênero, concluindo-se que mulheres e transsexuais são consideravelmente mais propensos a desenvolver ansiedade ou depressão em comparação aos homens. Outras duas categorias consistem na relação do orientando/a com orientador/a e equilíbrio entre vida profissional e pessoal. Dos alunos que apresentam sintomas de ansiedade e depressão, a maioria expressiva não concorda que seus orientadores e orientadoras fornecem orientação adequada, além de não acreditar que estes afetem positivamente seu estado mental e emocional. Da mesma forma, um percentual igualmente elevado admite não ser capaz de manter um equilíbrio saudável entre vida pessoal e trabalho – fato que se agrava pela ausência de horários regulares de trabalho.

A psiquiatria igualmente leva em consideração tais fatores, na medida em que estes, atuando como estressores, estimulam certas predisposições individuais (genéticas ou psicológicas), elevando a propensão a transtornos mentais. As condições socioeconômicas do estudante, seu gênero, orientação sexual, percepção sobre a academia e desempenho acadêmico são alguns dos elementos mais vulneráveis ao estímulo, desencadeando sintomas de TMC (transtornos mentais comuns), designando quadros de ansiedade e depressão. É a partir dessa premissa que um estudo recente, apresentado no artigo “Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados”, pretende identificar fatores de risco e proteção destacados pela bibliografia nacional e internacional sobre saúde mental entre estudantes universitários.

Para isso, três bases de dados foram avaliadas (Web of Science, Medline e Scopus), contemplando publicações no período entre 2006 e 2016, nas línguas inglês, espanhol e português. Os fatores, por sua vez, foram divididos em seis categorias de coleta e análise: social-demográfica; saúde; relacionais; acadêmicas; psicológicas; e sociais/ violência. Observou-se que as variáveis mais expressivas de risco diziam respeito à categoria “acadêmicas”, salientando-se aspectos como: dificuldade de conciliar trabalho e vida pessoal, excesso de horas de trabalho, pouco interesse pelo curso em questão e desconforto com os

processos e métodos de avaliação. Alunos que apresentaram traços pessoais de neuroticismo (medo, ansiedade, preocupação, frustração), perfeccionismo e baixa autoestima indicam maior propensão ao desenvolvimento de TMC, ao passo que extroversão, resiliência, autocontrole, senso de coerência e elevada autoestima favorecem o auto-tratamento e prevenção dos sintomas. Um dos maiores obstáculos são as estratégias negativas de enfrentamento (*coping*), que, focalizadas na emoção, consistem na omissão, fuga, má alimentação e isolamento, em oposição a estratégias positivas, focalizadas no problema em questão. As condições de saúde apontam para desafios similares, na medida em que as avaliações, cobranças e regime de trabalho imposto pelas universidades dificultam a prática regular de exercício físico, alimentação saudável e qualidade de sono. Da mesma forma, cria-se condições para o uso abusivo de substâncias psicoativas a fim de manter o ritmo de trabalho – ou, igualmente, como dispositivo negativo de *coping*. No tocante à categoria “sociais/ violência”, 23% dos alunos declararam ter sofrido discriminação, tendo sido mais frequente entre as mulheres, “quotistas”, grupos de baixa renda e entre negros/ pardos. Todos os tipos de discriminação associaram-se significativamente à TMC, ao passo que estudantes que se sentem discriminados foram 14 vezes mais propensos a apresentar sofrimento. Segundo as autoras: “Discriminação racial e de classe social entre universitários reflete a realidade do contexto sociocultural brasileiro, em que aspectos relativos às desigualdades sociais e iniquidades em saúde encontram-se atrelados a essa questão” (GRANER; CERQUEIRA, 2019, p. 1342).

Por outro lado, o artigo “O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil” (COSTA, NEBEL, 2018), publicado na Revista Latinoamericana, apresenta um estudo empírico realizado com a aplicação de questionários eletrônicos para 2905 estudantes brasileiros de pós-graduação, matriculados em diversas instituições pelo país. Majoritariamente composto por estudantes brancos, jovens, do gênero feminino e de universidades públicas, os resultados indicam que 73% sofrem com ansiedade; 27% dos que sofrem com alguma condição psíquica fazem tratamento com medicação (7% dos quais sem prescrição médica); 31% sofrem com insônia e 40% se sentem constantemente culpados ao dormir. Segundo uma pesquisa citada pelos autores, realizada pelo FONAPRACE (Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis) em 2010, a presença de sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes universitários é consideravelmente maior do que no resto da população, destacando sensações de desamparo,

desesperança, medo, timidez excessiva, falta de motivação e insônia (COSTA, NEBEL, 2018, p. 216). Entre as prováveis causas e fatores agravantes, salienta-se: o *status* de tabu do problema dentro da academia, decorrente do estigma atrelado à saúde mental; a instabilidade financeira entre estudantes, pesquisadores e quotistas, tendo em vista não apenas condições socioeconômicas pré-existentes como a desvalorização de bolsas de estudo, a ausência de direitos trabalhistas, a sujeição a regimes de dedicação exclusiva e os cortes orçamentários no contexto da crise econômica atual; a insegurança profissional, agravada por um mercado incapaz de abarcar a alta oferta de pós-graduandos; relações abusivas de orientação, apresentando casos de negligência e assédio moral; isolamento e falta de interlocução.

A bibliografia também apresenta análises que abordam o problema do ponto de vista institucional de cursos de ensino superior específicos. No caso da engenharia, um estudo publicado em 2018 pela Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental buscou identificar fatores associados ao abandono dos estudos no Instituto Politécnico de Viseu, tendo em vista as competências emocionais dos alunos (FERREIRA, DUARTE, CARDOSO, CABRAL, GUINÉ, CAMPOS, ALVES, 2018). Aplicou-se questionários a uma amostra de 560 estudantes do ensino superior politécnico, reunindo questões para caracterização sociodemográfica dos participantes e seus pais, o desempenho dos mesmos, as razões indicadas para o abandono dos estudos e as competências emocionais em questão. Os resultados indicaram que a evasão escolar se manifesta de forma mais expressiva nas mulheres (confirmando resultados de estudos anteriores), assim como alunos e alunas cujas mães exercem atividade profissional (sugerindo, possivelmente, menos apoio emocional direcionado aos estudantes, segundo os autores). As competências emocionais – identificadas como percepção, expressão e autocontrole emocional – também exercem papel de destaque na forma com que alunos e alunas são capazes de equilibrar e enfrentar os desafios e pressões cotidianas, por sua vez advindas de diversas esferas. Os autores concluem com a recomendação de medidas de prevenção e tratamento que envolvam as universidades, estudantes do ensino secundário e setores interessados da sociedade civil.

Existe uma grande literatura de avaliação de transtornos mentais em cursos da área de saúde. Um dos exemplos coletados apresenta um estudo realizado em uma instituição de ensino superior no interior de São Paulo, visando o levantamento das “vivências acadêmicas dos estudantes de psicologia” a fim de identificar indicadores de sofrimento psíquico entre os mesmos (ANDRADE, ANTUNES, ZANOTO, TIRABOSCHI, VIANA,

CURILLA, 2016). O termo “vivência”, segundo os autores, designa o conjunto geral das experiências universitárias e a maneira como estas se refletem no desempenho e sucesso do aluno. Procurou-se associar fatores de risco de caráter intrapsíquico – isto é, relativos ao indivíduo – com aqueles de domínio externo, contemplando as esferas acadêmica, pessoal, social e vocacional de formação e convivência. Pela aplicação de questionário a 119 estudantes, composto por questões abertas e de múltipla escolha, constatou-se a existência de diversos fatores de risco associados ao sistema de cobrança e avaliação, características de gestão e a própria natureza do curso de Psicologia, que exige do aluno contato rotineiro com o sofrimento psíquico alheio e pessoal. Um total de 107 participantes apresentou sintomas de transtornos psíquicos ao relatarem suas experiências, expressando insatisfação frente à ausência de medidas institucionais que visem ao tratamento e prevenção de tais condições, bem como a estrutura e funcionamento do curso, que não oferece ferramentas e preparo psicológico adequados à prática da profissão. Os autores salientam a necessidade imperativa de instituições e departamentos assumirem responsabilidade por esses fatores de risco a fim de oferecer soluções mais eficientes para o problema.

Todavia, os cursos de saúde mais privilegiados pela bibliografia disponível são os de medicina e enfermagem. No caso do primeiro, os artigos “Depression, stress and anxiety in medical students: a cross-sectional comparison between students in different semesters” (MOUTINHO; MADDALENA; ROLAND; LUCCHETTI A.; TIBIRIÇÁ; EZEQUIEL; LUCCHETTI G., 2016), “Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina” (ANDRADE; SAMPAIO; FARIAS; MELO; SOUSA; MENDONÇA; de MOURA FILHO; CIDRÃO, 2014), “Sintomas depressivos entre internos de medicina de uma universidade pública brasileira” (COSTA; SANTANA; SANTOS; MARTINS; MELO; ANDRADE, 2012) e “Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina” (SANTOS; MAIA; FAEDO; GOMES; NUNES; OLIVEIRA, 2017) apontam em confluência a inaptidão do ensino médico no tocante à saúde mental dos estudantes, seja devido à reprodução de discursos que evocam uma “cultura de sacrifício” ou através do excessivo “academicismo”, desconectado da preparação mental para com o sofrimento e a morte, intensos fatores estressores que são parte do cotidiano do profissional da medicina.

Nos artigos “Depressão em graduandos de enfermagem” (GARRO; CAMILLO; NÓBREGA, 2006), “As dificuldades emocionais experienciadas por acadêmicos de enfermagem na abordagem do paciente” (LIMA; TAVARES, 2016) e “Situações indutoras

de stress e burnout em estudantes de enfermagem nos ensinamentos clínicos” (C.MARTINS; CAMPOS; DUARTE; R. MARTINS; MOREIRA; CHAVES, 2017) entende-se que as primeiras experiências práticas no ensino de enfermagem promovem stress e ansiedade e que ao longo do curso muitos estudantes podem apresentar quadros depressivos. No primeiro artigo destaca-se que 26,06% dos graduandos de enfermagem da Faculdade de Medicina do ABC apresentam sintomas de depressão, superior às taxas de 15% a 25% na população em geral. Ainda segundo ele, “Uma população que merece atenção, por estar em contato com o sofrimento psíquico, são os estudantes e profissionais da área da saúde. Estes são marcados constantemente por incertezas, ansiedades, que devem ser cuidadosamente consideradas [...]” (GARRO; CAMILLO; NÓBREGA, 2006, p. 163). Já no segundo artigo, a associação entre eficiência profissional e autoestima é destacada, defendendo a necessidade de educação emocional junto à acadêmica. Os autores indicam que parte das intensas dificuldades emocionais dos graduandos em enfermagem na sua prática clínica partem da relação aluno-professor. Nos depoimentos que compõem a base empírica do artigo, há casos de exposição de erro de aluno em público, constringendo o estudante e assustando o paciente, resultando em sofrimento e sentimento de inadequação à profissão. Como visto acima, efeitos socioeconômicos também compõem esse quadro, com ansiedades relacionadas à emprego e longa distância da família e residência do aluno. O terceiro artigo apresenta uma amostra majoritariamente composta por mulheres, com idade média de 21 anos e cursando os 3º e 4º anos do curso de enfermagem, apresentou stress moderado. Dentre as causas apontadas estão a relação supervisor-aluno, o sentimento de incompetência e sobrecarga. Por fim, o artigo “Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública” (FERNANDES; VIEIRA; SILVA; AVELINO; SANTOS, 2018), realizado com estudantes de enfermagem entre setembro e outubro de 2016 em uma universidade pública federal do Nordeste do Brasil, corrobora achados presentes na literatura. Neste estudo, níveis leves de ansiedade e depressão foram identificados em 62,9% e 30,2% da amostra. Os sintomas mais relatados foram os de irritabilidade, desconforto abdominal, medo do futuro e fadiga.

Tratando a ferida

Apesar dos dados preocupantes sobre saúde mental nas universidades, o reconhecimento da situação de vulnerabilidade psíquica nesse meio não é recente. As primeiras iniciativas de discussão acerca da saúde psíquica e fornecimento de assistência e higiene mental dentro das instituições começaram na primeira metade do século XX, na Europa e nos Estados Unidos. É o que mostra o artigo “Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública” (CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005), que verifica índices de população atendida e, muito embora tenha como objeto principal o Centro de Atendimento Psicológico da Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul (CAP/UEMS), faz um levantamento sobre a difusão dos programas de saúde mental no meio estudantil.

Os primeiros serviços de assistência psicológica indicados no artigo ocorreram nos Estados Unidos na década de 1920, sendo aplicados na forma de atendimentos aos estudantes ou cursos de higiene mental e desenvolvimento de sistemas de aconselhamento estudantil, visando evitar evasão e baixo desempenho acadêmico. Pouco tempo depois, um estudo apontou que a maior parte das instituições tinham ou passaram a ter a preocupação com a higiene mental e o interesse em implantar algum serviço de auxílio aos estudantes. Na Europa, o primeiro país onde o artigo indica a implementação de um serviço de saúde estudantil é a Inglaterra, datado de 1927. Ainda que pelas próximas décadas a preocupação tenha sido focada mais em doenças somáticas, os autores contam que a atenção se voltou também para o estado emocional quando novos estudos se dedicaram a mostrar o impacto da saúde psicológica no público universitário, evidenciando que o número de suicídios era maior entre estudantes da graduação que entre não-alunos da mesma idade. Em meados do século, estudos sobre saúde mental universitária começaram a ser publicados na França, igualmente motivando a iniciativa por parte de entidades estudantis para o tratamento de transtornos e distúrbios mentais, além de assistência psicológica.

No Brasil, ainda segundo o mesmo artigo, o primeiro serviço dedicado a cuidar da saúde mental dos estudantes foi inaugurado na Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pernambuco, precedendo mais criações de setores similares em outras instituições de ensino superior. A crescente atenção sobre o problema, agora prestada em diversos países, assim como a criação desses serviços, tornaram viável os estudos e publicações sobre personalidade e mentalidade dos alunos. Assim como nos outros países, foi possível observar um desenvolvimento gradativo e constante em número de publicações, serviços e assistências

voltadas à saúde mental de alunos de Ensino Superior. As iniciativas institucionais de cuidado também se ampliaram na abrangência de atendimento. Na Universidade de Campinas, por exemplo, em 1987

foi criado o Serviço de Atendimento Psicológico e Psiquiátrico ao Estudante (SAPPE), com o objetivo de prestar assistência psicológica e/ou psiquiátrica, de modo preventivo e terapêutico, através de: grupo de encontro; primeira entrevista; psicoterapia de grupo; psicoterapia individual; psicoterapia de família; psicoterapia de casal e espaço D - trabalho de prevenção em saúde mental aos alunos regulares de graduação e pós-graduação da UNICAMP. (CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005)

O artigo, de 2005, aponta que ainda que a preocupação com a saúde mental universitária tenha crescido e se difundido nas ações institucionais e estudantis, os estudos epistemológicos ainda são escassos, nacional e internacionalmente. Em relação a estudos sobre iniciativas institucionais e estudantis para a promoção de saúde mental, pudemos notar que o material parece ainda mais escasso. No portal Scielo, poucos artigos específicos foram encontrados e, dos que foram, o objetivo, principalmente, embasar a criação ou investimento em Serviços de atendimento e assistência dentro do próprio instituto. Bem como este já citado, que dedica boa parte de seu texto aos serviços do Centro de Atendimento Psicológico da Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul (CAP/UEMS), outro estudo publicado no portal, de 1995, intitulado “Necessidades de estudantes universitários para implantação de um serviço de orientação e educação em saúde mental”, tem como objetivo inicial conhecer as demandas dos estudantes da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) e viabilizar a implantação de um Programa de Educação em Saúde (FIGUEIREDO; OLIVEIRA, 1995).

O estudo, realizado em Ribeirão Preto, contou com a avaliação de nove alunos das áreas de exatas e da Saúde que procuraram o então chamado Serviço de Orientação e Educação em Saúde (SOES), que atendia, realizava a escuta e encaminhamento dos alunos aos serviços adequados quando necessário, também trabalhando com retornos. Além disso, o artigo traz um resumo das histórias desses alunos e dos problemas que os levaram a procurar o serviço, sendo frequentes o desânimo com o curso, dificuldades de estudar e problemas com a burocracia, que consideram confusa. Na entrevista final, os alunos são questionados sobre a necessidade de serviços como este, o que evidencia a importância da

institucionalização do cuidado com a saúde mental na Universidade: muito embora respondam que o serviço precisaria de uma reformulação e mais profissionais para tornar o atendimento mais eficiente e alcançar maior público, os atendidos afirmaram que o SOES atendeu às expectativas totalmente ou em partes, além de atestarem que o Serviço é necessário na vida estudantil. A importância de poderem conversar sobre seus problemas foi colocada por mais de um estudante atendido em suas observações finais (FIGUEIREDO; OLIVEIRA, 1995, p. 10). O auxílio aos estudantes por profissionais, segundo os autores, ainda que para problemas pontuais como problemas afetivos ou burocráticos, evita maiores consequências futuras, tanto nos estudos como na vida profissional.

As dificuldades nas relações pessoais, questões familiares e problemas acadêmicos parecem ser as queixas mais comuns levadas pelos estudantes que buscam orientação. É o que também aponta o artigo “Demographics and complaints of university students who sought help at a campus mental health service between 1987 and 2004” (OLIVEIRA; DANTAS; AZEVEDO; BANZATO, 2008), realizado através de um estudo no Serviço de Assistência Psicológica e Psiquiátrica ao Estudante da Universidade Estadual de Campinas (SAPPE/Unicamp), contando com os dados de atendimento de quase 3000 estudantes de graduação e pós-graduação que passaram pelo Serviço no período analisado. Outras queixas levadas ao SAPPE envolvem preocupação com o futuro, dúvidas quanto à escolha do curso, pouca autoconfiança, entre outros. Uma minoria também apresentou sinais que sugeriam condições psicóticas, ideação ou tentativa suicida, uso de drogas e traumas por abuso sexual. Este estudo também apontou uma diferença nas necessidades de pós-graduandos, que apresentam menor frequência de integração às atividades estudantis e de socialização quando comparados com alunos da graduação.

Embora o número de estudantes com transtornos severos seja menor, o estudo aponta para a urgência em políticas de cuidado desses alunos, através do investimento em serviços de atendimento em saúde mental nos campus universitários, já que esses indivíduos demandam uma maior atenção profissional para evitar o agravamento da situação. Também indica que o adoecimento estudantil, como citamos anteriormente, é notado com alguma frequência ligado à condições sociais, sendo importante o cuidado de alunos residentes de moradia estudantil, geralmente dependentes de programas de permanência. Quanto a estes, outro artigo do portal, “Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília” (OSSE; COSTA, 2011) ressalta a importância em um maior

investimento em programas assistenciais que, da maneira como se encontram, não conseguem muitas vezes garantir as condições básicas do discente, agravando um momento que já é de difícil adaptação e levando ao sofrimento psíquico.

Na Universidade de Brasília, escrevem Osse e Costa, um recurso de permanência lançado pela instituição é a Casa do Estudante Universitário (CEU), que favorece a integração e constituição de grupos. Os autores indicam como essa ligação entre os próprios estudantes é importante para a criação de redes de apoio mútuo que auxiliam em condições individuais através de troca de experiências. Destacam a importância do estudo sobre essa população, contudo, para conhecer suas necessidades e elaborar políticas terapêuticas melhoradas. A demanda por serviços de psicoterapia e de auxílio alimentação foi relatada pelos moradores. Enquanto grupo, foram notadas como características comuns as dificuldades socioeconômicas e os problemas familiares. Como resolução institucional possível, o artigo sugere ampliação de recursos voltados à assistência, como bolsas, estágios e programas de saúde física e mental, além da atenção para identificar comportamentos de risco e de sofrimento psíquico.

Ainda que poucos estudos específicos acerca de Serviços e coletivos dedicados ao apoio ao corpo universitário tenham sido encontrados, em todos fica evidente a necessidade desse trabalho. Apenas no ano de 2018, na Universidade de São Paulo, foram registradas quatro mortes por suicídio no período de dois meses¹⁴, três deles na Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas (FFLCH/USP). O dado é alarmante, em especial considerando que alguns institutos já contavam com serviços próprios ou coletivos dedicados ao cuidado dos pares, o que não foi suficiente para evitar os casos. Esses acontecimentos levaram à criação, pela própria Universidade, do Escritório de Saúde Mental¹⁵, na Superintendência de Assistência Social, que deve ser uma ferramenta unificada de assistência à saúde. Também ocorreu a elaboração de um evento no Setembro Amarelo por estudantes e docentes e a mobilização de coletivos estudantis, como o Coletivo Neurodivergente Nise da Silveira,

¹⁴ VIEIRA, Bianka. USP tem 4 suicídios em 2 meses e cria escritório de saúde mental para alunos. Folha de São Paulo, São Paulo, 1 de agosto de 2018. Disponível em: <<http://www.fo.usp.br/?p=43160>>. Acessado em: 28 de junho de 2019.

¹⁵ REDAÇÃO. Escritório de Saúde Mental da USP atende alunos em sofrimento. Jornal da USP, São Paulo, 22 de agosto de 2018. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/escritorio-de-saude-mental-da-usp-atende-alunos-em-sofrimento/>>. Acessado em: 28 de junho de 2019.

criado em 2016, bem como a Frente Universitária de Saúde Mental¹⁶. Os coletivos estudantis são um sinal de preocupação, por parte dos próprios estudantes, com meios para promover a saúde mental e enfrentar o sofrimento psíquico, através de atividades, reuniões e redes sociais.

Considerações finais

Os problemas que estudantes e professores enfrentam não são novos. Porém, pelo que os dados e bibliografia disponível indicam, há um agravamento de fatores de risco associados a transtornos mentais no meio acadêmico, tornando casos alarmantes mais frequentes e perceptíveis. Essa tendência se dá por uma série de fatores, tanto internos como externos à academia, a começar pela expansão do Ensino Superior brasileiro ao longo dos últimos quinze anos, que, embora ampliando consideravelmente a oferta mestres e doutores, não foi seguida pelo aumento da demanda de emprego, tendo piorado no contexto de crise orçamentária das universidades. Da mesma forma, o modelo atual de acumulação capitalista, caracterizado pelo discurso neoliberal sobre empreendedorismo e meritocracia, favorece a ideia de autodeterminação do indivíduo, o responsabilizando exclusivamente por suas falhas, tanto quanto sucessos. Com efeito, elementos historicamente característicos da cultura e burocracia acadêmicas, como disputas, cobranças, pressões, rivalidades e comparações, intensificam-se, priorizando a produtividade em detrimento da saúde mental e física dos indivíduos, bem como a qualidade do que é produzido.

Como vimos, há ainda fatores comportamentais, socioeconômicos e até mesmo genéticos associados ao indivíduo e seu contexto de formação. A existência de certos padrões de manifestação e efeito dos transtornos sobre grupos socialmente mais vulneráveis é digno de atenção e preocupação, sendo o caso das mulheres, negros, transsexuais e grupos de baixa renda. Da mesma forma, o caráter dessa pressão tende a variar em função do curso e instituição, considerando que cada uma tenha seu próprio perfil sociológico, teórico,

¹⁶ JC, Redação. Grupos autogeridos debatem saúde mental na universidade. Jornal do Campus, São Paulo, 22 de maio de 2018. Disponível em: <http://www.jornaldocampus.usp.br/index.php/2018/05/grupos-autogeridos-debtem-saude-mental-na-universidade/>. Acessado em: 28 de junho de 2019.

metodológico e ideológico, afetando a forma com que o problema é reconhecido e tratado pelos gestores.

A partir de nossa leitura, realizada nos limites pré-estipulados, conclui-se que a produção a respeito do tema, não obstante promissora, permanece escassa. Entre as carências, destaca-se a necessidade de estudos empíricos coordenados entre diferentes instituições de ensino público e privado, produzindo análises e reflexões que, por uma perspectiva interdisciplinar, nos permitam compreender o problema em seu caráter sistêmico e particular. Da mesma forma, o foco específico no caso brasileiro torna-se um imperativo estratégico a fim de enfrentar os desafios e obstáculos que atualmente afligem as universidades e ciência brasileira. Essa produção deve ser acompanhada medidas de que visem à conscientização e debate, envolvendo professores, alunos, gestores e a sociedade em geral.

Referências bibliográficas

ANDRADE, Antonio dos Santos et al. Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. *Psicol. cienc. prof.* [online]. 2016, vol.36, n.4, pp.831-846. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932016000400831&script=sci_abstract&tlng=pt> Acesso em: 24/06/2019.

ANDRADE, João Brainer Clares de; SAMPAIO, José Jackson Coelho; FARIAS, Lara Maciel de; MELO, Lucas da Ponte; SOUSA, Dalmy Pinheiro de Sousa; MENDONÇA, Ana Luis Barbosa de; FILHO, Francisco Felinto Aguiar de Moura; CIDRÃO, Ingrid Sorensen Marinho. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 38, n. 2, p. 231-242, 2014. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022014000200010&script=sci_abstract&tlng=pt> Acessado em 30/06/2019.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes; CAETANO, Dorgival; FACCENDA, Odival. Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. *Psicol. cienc. prof.*, Brasília, v. 25, n. 2, p. 252-265, June 2005. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932005000200008&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 30/06/2019.

COSTA, Edméa Fontes de Oliva; SANTANA, Ygo Santos; SANTOS, Ana Teresa Rodrigues de Abreu; MARTINS, Luiz Antonio Nogueira; MELO, Enaldo Vieira de; ANDRADE, Tarcísio Matos de. Sintomas depressivos entre internos de medicina de uma universidade pública brasileira. **Rev Assoc Med Bras**, São Paulo, v. 58, n. 1, p. 53-59, 2012. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-42302012000100015&script=sci_abstract&tlng=pt> Acessado em 30/06/2019.

FERNANDES, Márcia Astrês; VIEIRA, Fransisca Emanuelle Rocha; SILVA, Joyce Soares e Silva; AVELINO, Fernanda Valéria Silva Dantas; SANTOS, José Diego Marques. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 71, supl. 5, 2018. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001102169&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt> Acessado em 30/06/2019.

FERREIRA, M., DUARTE, J., CARDOSO, A. P., CABRAL, L., GUINÉ, R., CAMPOS, S., & ALVES, C. (2018). Competências emocionais e prevenção do abandono nos estudantes do ensino superior politécnico. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental* (Spe. 6), 17-24. Disponível em:

<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1647-21602018000200003&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 24/06/2019.

FIGUEIREDO, Rosely Moralez de; OLIVEIRA, Maria Antonia Paduan de. Necessidades de estudantes universitários para implantação de um serviço de orientação e educação em saúde mental. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 3, n. 1, p. 05-14, Jan. 1995. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11691995000100002&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 30/06/2019.

GARCIA DA COSTA, Everton; NEBEL, Letícia. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis**, Santiago, v. 17, n. 50, p. 207-227, agosto 2018. Disponível em <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-65682018000200207&lng=es&nrm=iso>. Acessado em 24/06/2019.

GARRO, Igor Moreira Barbosa; CAMILLO, Simone de Oliveira; NÓBREGA, Maria do Perpétuo Socorro de Sousa. Depressão em graduandos de enfermagem. **Acta Paul Enferm.**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 162-167, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002006000200007>. Acessado em 30/06/2019.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 24, n. 4, p. 1327-1346, Apr. 2019 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019000401327&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 24/06/2019.

LEVECQUE, K., ANSEEL, F., DE BEUCKEALER, A., VAN DER HEYDEN, J., GISLE, L. “Work organization and mental health problems in PhD students”. *RESEARCH POLICY*, 46(4), 2017, pp. 868–879. Disponível em: <<http://isiarticles.com/bundles/Article/pre/pdf/87545.pdf>> Acessado em: 24/06/2019.

LIMA, Thainá Oliveira; TAVARES, Claudia de Melo. As dificuldades emocionais experienciadas por acadêmicos de enfermagem na abordagem do paciente. **Revista Portuguesa de enfermagem de Saúde Mental**, Porto, ESPECIAL n. 4, p. 93-99, Out. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1647-21602016000400014&lng=pt&nrm=iso> Acessado em 30/06/2019.

MARTINS, Conceição; CAMPOS, Sofia; DUARTE, João; MARTINS, Rosa; MOREIRA, Tersesa; CHAVES, Cláudia. Situações indutoras de stress e burnout em estudantes de enfermagem nos ensinos clínicos. **Revista Portuguesa de enfermagem de Saúde Mental**, Porto, ESPECIAL n. 5, p. 25-32, Ago. 2017. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602017000200005> Acessado em 30/06/2019.

MOUTINHO, Ivana Lúcia Damásio; MADDALENA, Natália de Castro Pecci; ROLAND, Ronald Kleinsorge; LUCCHETTI, Alessandra Lamas Granero.; TIBIRIÇÁ, Sandra Helena Cerrato ; EZEQUIEL, Oscarina da Silva; LUCCHETTI, Giancarlo. Depression, stress and anxiety in medical students: a cross-sectional comparison between students in different semesters. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo, v. 63, n. 1, p. 21-28, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302017000100021> Acessado em 30/06/2019.

OLIVEIRA, Maria Lilian Coelho de et al . Demographics and complaints of university students who sought help at a campus mental health service between 1987 and 2004. *Sao Paulo Med. J.*, São Paulo , v. 126, n. 1, p. 58-62, Jan. 2008 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-31802008000100011&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 30/06/2019.

OSSE, Cleuser Maria Campos; COSTA, Ileno Izídio da. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estud. psicol. (Campinas)*, Campinas , v. 28, n. 1, p. 115-122, Mar. 2011 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2011000100012&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 30/06/2019.

SANTOS, Fernando Silva; MAIA, Carlos Rogério Cândido; FAEDO, Fernanda Cunhasque; GOMES, Gabriel Pereira Coelho; NUNES, Melryden Elyam; OLIVEIRA, Marcos Vinícius Macedo de. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 2, p.194-200, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022017000200194>.

Acessado em 30/06/2019.