

## SOFRIMENTO PSÍQUICO E ENSINO SUPERIOR

Suzy Kamylla de Oliveira Menezes<sup>1</sup>

### RESUMO

A entrada na universidade requer do(a) discente mudanças significativas para se adequar às exigências que esse ambiente apresenta, bem como é uma realidade que ainda é restrita a uma parcela pequena da sociedade brasileira. Nesse sentido, as mudanças podem ser psicológicas, físicas e sociais, de modo que há uma diversidade de fatores que influenciam a entrada e permanência do(a) discente na universidade. Estudos recentes apontam situações de adoecimento/sofrimento psíquico entre discentes, relacionadas com a vivência acadêmica. O objetivo deste trabalho é discutir como sofrimento psíquico se manifesta em discentes no ensino superior. Como procedimento metodológico foi realizada uma revisão de literatura, foram analisados artigos entre 2014 e 2019. Foram analisados oito trabalhos a partir da busca executada na base de dados SciELO e BVS. A maioria dos estudos investigou sobre aspectos referentes a fatores estressores, saúde mental e sofrimento psíquico em estudantes em etapas iniciais de cursos de graduação. Os resultados apontam que mesmo nos anos iniciais os estudantes já manifestam sintomas que revelam o desgaste físico e psicológico relacionado às novas demandas da vida acadêmica, onde isso pode ser percebido em diversos cursos. Além disso, estudos mostram que as mulheres apresentam maior vulnerabilidade em relação à qualidade de vida acadêmica. Conclui-se que a investigação sobre quais são os aspectos que desencadeiam e/ou potencializam o sofrimento/adoecimento psíquico dos estudantes é relevante para a construção e execução de estratégias que promovam qualidade de vida acadêmica e discussão sobre temas relacionados à saúde mental desse público.

**Palavras-chave:** Sofrimento Psíquico, Saúde Mental, Ensino Superior, Educação.

### INTRODUÇÃO

A entrada na universidade requer do(a) discente mudanças significativas para se adequar às exigências que esse ambiente apresenta, bem como é uma realidade que ainda é restrita a uma parcela pequena da sociedade brasileira. Nesse sentido, as mudanças podem ser psicológicas, físicas e sociais, de modo que há uma diversidade de fatores que influenciam a entrada e permanência do(a) discente na universidade. Dentre esses aspectos pode-se apontar a relevância quanto aos impactos que essas mudanças podem ter sobre a saúde mental desses indivíduos.

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde é definida como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”. De acordo com tal conceito pode-se refletir que a saúde está condicionada a um

<sup>1</sup> Doutoranda em Educação pela Universidade Federal de Alagoas - UFAL, [suzy.kamylla@gmail.com](mailto:suzy.kamylla@gmail.com).

conjunto de condições para que o indivíduo se desenvolva envolvendo aspectos gerais. A ausência de uma doença que afete o corpo não necessariamente significa que o indivíduo está usufruindo de saúde física e mental/emocional.

Por isso, ressalta-se a importância em realizar pesquisas sobre a saúde mental e sofrimento psíquico na universidade, uma vez que cada vez mais jovens e adultos manifestam suas vulnerabilidades e necessidades de ações que se voltem a atender essa demanda específica. Sendo necessário ressaltar que a universidade enquanto ambiente complexo requer que diferentes profissionais estejam sensibilizados, atentos e capacitados para lidarem com esses aspectos.

Desse modo, fomentar ações de ensino, pesquisa e extensão que trabalham com essa temática, nos diferentes cursos e espaços da universidade permite que novas relações sejam construídas entre os atores desse ambiente. Além disso, desmistificar e quebrar estereótipos que tornam a discussão sobre saúde mental e sofrimento psíquico superficial e descontextualizada. Assim, o objetivo deste trabalho é discutir como sofrimento psíquico se manifesta em discentes no ensino superior.

## **METODOLOGIA**

Como procedimento metodológico foi realizada uma revisão de literatura. Foi realizada uma busca na base de dados SCIELO e BVS, entre 2014 e 2019. A escolha por esse procedimento foi realizada para obter estudos recentes referentes à temática. Os seguintes critérios de inclusão foram utilizados: produções entre 2014 e 2019; artigos disponíveis online; artigos em língua portuguesa; artigos em bases de dados nacionais; não são revisões de literatura ou revisão sistemática.

Para a busca foram escolhidos descritores relacionados à temática, tais como: saúde mental, sofrimento psíquico, transtorno mental, adoecimento psíquico, doença mental, aluno, estudante, discente, universidade, universitário, ensino superior. Primeiramente, foram analisados os títulos e resumos dos artigos, visando identificar se os mesmos se adequavam ao tema pesquisado. A partir dessa leitura, foram selecionados oito artigos para leitura integral.

## DESENVOLVIMENTO

A saúde mental é uma das dimensões que estão atreladas a saúde do ser humano. Ela está relacionada com aspectos globais do desenvolvimento humano, de modo que não se pode limitá-la apenas a ausência explícita de doença que se manifesta fisicamente no indivíduo. De acordo com Gama, Campos e Ferrer (2014, p. 72),

A definição de saúde mental ou saúde psíquica é ainda mais complicada pois além de estar diretamente vinculada à questão do normal e do patológico envolve a complexa discussão a respeito da loucura e todos os estigmas ligados a ela. A atribuição de um diagnóstico psiquiátrico a uma pessoa significa, na maioria das vezes, colocá-la num espaço que pode ser iatrogênico.

Por isso, ainda há dificuldades em abordar sobre saúde mental em vários espaços institucionais, dentre eles também o acadêmico. Os estigmas e tabus que envolvem a discussão sobre esse tema ainda geram dúvidas, estranhamentos, exclusão e vulnerabilização dos indivíduos que precisam de cuidados e acolhimento para enfrentarem suas dificuldades.

Desse modo, uma dualidade entre corpo e mente ainda é naturalizada, onde os processos psicológicos são colocados em uma dimensão que recebe poucos cuidados ou que ainda gera estereótipos sobre os indivíduos. Segundo Sousa *et al.* (2016), a sociedade tende a relacionar doença mental à improdutividade e como algo negativo, isso repercute em atitudes negativas de preconceito e dificuldade de inserção social de pessoas que apresentam sofrimento psíquico.

Nessa perspectiva, pode-se pensar como os sujeitos estabelecem mecanismos de proteção e preservação de sua saúde mental. Segundo Cecarelli (2005), o psiquismo tem uma função de proteção do ser humano contra ataques internos (pulsionais, passionais) e externos (perdas, mudanças ambientais). Além disso, o psiquismo também compõe o sistema imunológico, isto é, do mesmo modo que um sujeito pode estar mais vulnerável a adoecer por ter um sistema imunológico fragilizado, ele pode adoecer psiquicamente por não estar equipado para responder a esses ataques internos e externos.

Segundo Cambuí e Neme (2014, p. 77), “as dimensões referentes à natureza do sofrimento psíquico envolvem modalidades complexas que perpassam a discussão de elementos constitutivos do sujeito, bem como as concepções de saúde e de adoecimento psíquico”. Dentro do contexto educacional, o estudo sobre essa temática mostra-se importante, uma vez que o adoecimento e o sofrimento psíquico podem ocasionar baixo rendimento acadêmico e evasão. Tal situação pode apresentar múltiplos fatores que requer uma rede de cuidados para que o indivíduo.

Estudos recentes apontam situações de adoecimento e sofrimento psíquico entre discentes, as quais estão relacionadas com a vivência acadêmica. Dentre essas situações são colocados, por exemplo, sintomas depressivos, níveis patológicos de sonolência diurna, estresse, exaustão emocional, despersonalização, síndrome de *Burnout* (MEDEIROS *et al.*, 2018).

A Universidade também se constitui um ambiente que apresenta demandas constantes de produtividade acadêmica que podem gerar situações de sofrimento psíquico entre os(as) discentes. De acordo com Lameu, Salazar e Souza (2016), no contexto acadêmico há situações estressoras que, tais como avaliações, prazos a serem cumpridos, a metodologia utilizada pelo(a) docente, mudança de residência, dificuldade de relacionamento, incerteza quanto à escolha profissional, dentre outras situações.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da revisão de literatura foram analisados oito trabalhos. Os resultados apontam que mesmo nos anos iniciais os estudantes já manifestam sintomas que revelam o desgaste físico e psicológico relacionado às novas demandas da vida acadêmica, onde isso pode ser percebido em diversos cursos.

Em Medeiros *et al.*(2018), são coletados dados de 101 estudantes de medicina do segundo semestre, de uma universidade pública, onde são evidenciados sintomas depressivos, níveis de sonolência e sintomas relacionados à síndrome de Burnout. Também foi observado que mais de um terço dos(as) participantes da pesquisa apresentavam qualidade de vida ruim, tanto física quanto mental. De modo que, a partir dos dados trazidos pelos(as) autores(as), pode-se perceber que apesar deles(as) estarem no início do curso, já se apresentava um acentuado nível de adoecimento na amostra analisada.

No estudo realizado por Lameu, Salazar e Souza (2016) foi observada em uma amostra de 635 estudantes de 37 cursos, de uma universidade pública, a prevalência de sintomas como cansaço constante, pensamento constante em um só assunto, sensação de desgaste físico e problemas de memória. Além disso, foi observado que aqueles(as) que residem com a família ou que tem uma presença regular dela apresentam menos sintomas negativos em relação aos que não apresentam esses aspectos.

No trabalho de Lantyer *et al.* (2016) foram avaliados 170 estudantes ingressantes de cinco cursos da área da saúde (Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Educação Física, Nutrição e

Psicologia) de uma universidade pública, que estavam cursando o primeiro semestre do curso. A partir da aplicação dos instrumentos Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) e Qualidade de Vida (QV) – SF36 foram selecionados 30 alunos para participar de intervenções em grupo, contudo cinco estudantes (quatro do gênero feminino e 1 do gênero masculino) aderiram a proposta.

Os(as) autores(as) apontam que os escores obtido IDATE mostram que estudantes do gênero feminino apresentaram níveis mais elevados do que os estudantes do gênero masculino, independentemente do curso. Ainda, o gênero feminino teve pior QV em relação ao gênero masculino, independente do curso.

Corroborando essa afirmação, nos estudos de Lameu, Salazar e Souza (2016) e Medeiros *et al.*(2018), os sintomas observados também apresentam maior prevalência em mulheres. Esse aspecto de maior adoecimento na população feminina requer a reflexão sobre os determinantes sociais que fazem as mulheres estarem mais vulneráveis. Nesse sentido, pode-se vale ressaltar a necessidade de estudos que investiguem como as atribuições sociais que essa população assume influenciam em sua vida acadêmica, dentre outros aspectos.

Na pesquisa realizada por Andrade *et al.*(2016), com 119 discentes do curso de Psicologia, do 1º ao 5º ano do curso em uma universidade pública, foram obtidas algumas categorias quanto às respostas dadas pelos(as) estudantes. Em relação a aspectos considerados desfavoráveis sobre a vivência acadêmica estão: carga horária excessiva e acúmulo de atividades no fim do semestre; organização curricular; relação entre prática e teoria; adaptação à vida universitária, com a ruptura de vínculos, mudança de cidade; informações institucionais de difícil acesso.

Tanaka *et al.* (2016) realizou um estudo com 38 estudantes do segundo ano de Medicina, de uma universidade pública. Os(as) autores(as) apontam que as expectativas não concretizadas do estudante em relação à universidade podem influenciar no surgimento de depressão, angústia, desencanto e frustração já no início do curso. Ainda, os(as) autores(as) concluem em sua pesquisa que

o início da vida no ensino superior é desafiador para o estudante, que passa por inúmeras mudanças, de ambiente estudantil, muitas vezes de cidade, com novos colegas, distante de casa e familiares. É um momento de grande estresse psicológico, decorrente de todas as adaptações que deverão ocorrer nessa nova fase (TANAKA *et al.*, 2016, p. 667).

As expectativas quanto ao novo ambiente, bem como o processo de adaptação à Universidade são aspectos presentes na vida acadêmica, de modo que os(as) discentes precisam nesse processo buscar estratégias de adaptação e superação das dificuldades

encontradas. Sendo esse processo também marcado por aspectos socioeconômicos que determinam a permanência dos(as) discentes na Universidade.

Por essa razão, faz-se necessário ressaltar o contexto socioeconômico em que a Universidade se insere e como esse também apresenta repercussões sobre quais condições materiais estão disponíveis para que o indivíduo vivencie o ensino superior e mantenha-se saudável ao longo dessa etapa.

Cambuí e Neme (2014) realizaram um estudo sobre o imaginário coletivo de estudantes de psicologia sobre sofrimento psíquico. Participaram da pesquisa 10 estudantes do primeiro ano do curso e com 7 estudantes do último ano do curso, de uma universidade pública. Observou-se que os(as) participantes ao apontarem situações onde alguém estaria em sofrimento psíquico remetem a situações de solidão, desamparo, inautenticidade e vazio existencial.

Os dois grupos variaram em relação à percepção, onde o grupo de estudantes concluintes realizaram mais associações sobre o tema com base nos conhecimentos adquiridos ao longo do curso, enquanto o outro grupo apresentou associações mais espontâneas para representar o que é sofrimento psíquico. As autoras apontam a importância desse tema ser refletido no curso e suas repercussões na formação acadêmica dos(as) estudantes.

No estudo de Ferreira e Gonçalves (2018) é analisada a percepção de 13 estudantes de Terapia Ocupacional, entre o 7º e 8º período, de uma Instituição de Ensino Superior pública sobre como o suicídio é abordado durante a formação. Duas categorias de análise foram trabalhadas: o que os(as) estudantes entendem sobre suicídio e a abordagem do suicídio durante a formação. Alguns participantes consideraram o suicídio como um ato intencional, em que o indivíduo provoca a própria morte. Contudo, também há a associação do ato com o sofrimento psíquico ou transtorno mental. De forma que é apontada a necessidade de compreender mais sobre os sinais que uma pessoa apresenta e que podem levar ao suicídio.

Sobre a abordagem do suicídio durante a formação, a maioria dos(as) participantes relatou que não teve contato com o tema na graduação ou que a abordagem foi muito superficial. Por isso, Ferreira e Gonçalves (2018) apontam que ainda há a invisibilidade sobre tal discussão, bem como há tabus que ainda devem ser trabalhados.

Almeida *et al.* (2018) é analisada a percepção estresse e de apoio social de 192 estudantes de enfermagem, de uma universidade pública. Foi observado que os fatores estressores que envolvem a dinâmica acadêmica geram implicações na saúde mental dos(as) estudantes, na via de buscar estratégias para a promoção da saúde mental é importante compreender qual a rede de apoio que o indivíduo tem para lidar com tais fatores.

O referido estudo aponta a relevância de amigos e familiares, em sua maioria, mas também alguns estudantes apontaram os(as) professores como apoiadores(as). Esse resultado ressalta a importância do investimento institucional para que espaços acolhedores e humanizados sejam parte do ambiente universitário, pois estão relacionados com as demandas acadêmicas e emocionais dos(as) estudantes. Além disso, as autoras apontam que a precariedade dessa rede de apoio é um dos aspectos que gera uma situação de vulnerabilidade e pode impactar no desempenho desses indivíduos, conseqüentemente também interferindo na saúde mental desses indivíduos.

Desse modo, nota-se que é necessário que dentro da própria formação acadêmica, os(as) estudantes dos diversos cursos que a universidade oferta precisam ter espaços para discussão sobre saúde mental/sofrimento psíquico a fim de saberem lidar com as situações que envolvem a si mesmo e também com os demais indivíduos com os quais terão contato a partir de suas práticas profissionais. Seja a formação voltado para licenciatura ou para o bacharelado, ainda é notável o quanto os(as) estudantes têm dificuldades para abordar sobre as situações que lhe causam sofrimento dentro do âmbito universitário.

Por isso, uma reflexão é pertinente, a universidade ainda está pouco preparada para propiciar um ambiente acolhedor para a maioria de seus(as) estudantes. Isso reflete processos institucionais engessados que lidam muitas vezes com os aspectos da produtividade dos(as) estudantes e pouco consegue alcançar aspectos que envolvem o ser humano em sua complexidade. Seja por situações anteriores a entrada na universidade ou agravadas devido à rotina acadêmica, aspectos psíquicos, socioculturais e físicos, que fazem parte dos indivíduos são pouco valorizados e contribuem para as diversas situações de adoecimento/sofrimento, culminando muitas vezes na evasão.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Assim, pode-se perceber aspectos convergentes entre os estudos sobre a vida estudantil na universidade, onde nota-se o quanto o ambiente universitário pode influenciar na saúde mental dos(as) estudantes, repercutindo em mudanças significativas na sua rotina, nas formas de relacionamento e em processos psicológicos complexos que levam ao adoecimento e sofrimento desses indivíduos.

Nota-se que mesmo no início dos cursos já são manifestados aspectos referentes ao sofrimento psíquico dos(as) estudantes, onde isso afeta diretamente a qualidade de vida

acadêmica dos(as) mesmas(as). Além disso, as mulheres são as mais afetadas nesse processo, sendo necessária a reflexão sobre quais são os determinantes que influenciam nessa prevalência de adoecimento na população feminina.

De modo que, isso instiga a pesquisa no sentido de desenvolver estratégias de enfrentamento e apoio aos(as) estudantes que vivenciam estes processos, de modo a construção de outras formas de vivenciar a universidade na perspectiva de promoção da saúde mental. Nessa perspectiva, as ações que proporcionam um ambiente acolhedor ao(à) discente podem prevenir situações de adoecimento, bem como promover o amadurecimento emocional dos(as) discentes para lidar com as especificidades que a universidade exige do indivíduo.

Ainda, vale ressaltar que a discussão interdisciplinar de temáticas relacionadas ao sofrimento psíquico e saúde mental pode contribuir para a construção de uma cultura de inclusão e respeito, bem como qualidade de vida acadêmica, para que os(as) estudantes vejam o ensino superior a partir de uma perspectiva de acolhimento, cuidado e autonomia.

Por isso, faz-se necessário que a rede de setores que trabalham com as políticas e serviços voltados aos(as) estudantes dentro da universidade possa construir e executar ações dessa natureza, o que envolve a superação de intervenções individualizantes e estereotipadas sobre o sofrimento/adoecimento psíquico, bem como qualificação e formação para que diferentes atores (docentes e técnicos) na universidade e os(as) estudantes possam estar engajados(as) na sensibilização e atuação sobre essa temática.

Em suma, a investigação sobre quais são os aspectos que desencadeiam e/ou potencializam o sofrimento/adoecimento psíquico dos(as) estudantes é relevante para a construção e execução de estratégias que promovam qualidade de vida acadêmica e discussão sobre temas relacionados à saúde mental/sofrimento psíquico desse público.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. Y.; CARRER, M. O.; SOUZA, J.; PILLON, S. C. Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 52, 2018.

ANDRADE, A. S.; ANTUNES, N. A.; ZANOTO, P. A.; TIRABOSCHI, G. A.; VIANA, P. V. B. A.; CURILLA, R. T. Vivências acadêmicas e sofrimento psíquico de estudantes de psicologia, **Psicologia: Ciência e Profissão**. Out/Dez., v. 36, n. 4, p. 831-846, 2016.

CAMBUI, H. A.; NEME, C. M. B. O sofrimento psíquico contemporâneo no imaginário coletivo de estudantes de Psicologia. **Psicologia: teoria e prática**, São Paulo, v. 16, n. 2, p. 75-88, ago. 2014.

CECCARELLI, P. O sofrimento psíquico na perspectiva da psicopatologia fundamental. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 10, n. 3, p. 471-477, set./dez. 2005.

FERREIRA, K. G.; GONÇALVES, M. V. A perspectiva dos estudantes sobre a abordagem do suicídio na formação em terapia ocupacional. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, São Carlos, v. 26, n. 4, p. 883-891, 2018.

GAMA, C. A. P.; CAMPOS, R. T. O.; FERRER, A. L. Saúde mental e vulnerabilidade social: a direção do tratamento. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, São Paulo, v.17, n. 1, p. 69-84, mar. 2014.

LANTYER, A.; VARANDA, C.; SOUZA, F.; PADOVANI, R.; VIANA, M. Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 18, n. 2, p. 4-19, 24 nov. 2016.

LAMEU, J. N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. **Psicologia da Educação**, São Paulo, 42, p. 13-22, 2016.

MEDEIROS, M. R. B.; CAMARGO, J. F.; BARBOSA, L. A. R.; CALDEIRA, A. P. Saúde mental de ingressantes no curso médico: uma abordagem segundo o sexo. **Revista Brasileira De Educação Médica**, v. 42, n. 3, p. 214-221, 2018.

OMS. **Organização Mundial da Saúde. Constituição da Organização Mundial da Saúde.** Documentos básicos, suplemento da 45ª edição, outubro de 2006. Disponível em espanhol em: [http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_sp.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf).

SOUSA, P. F.; MACIEL, S. C.; MEDEIROS, K. T.; VIEIRA, G. L. S. Atitudes e Representações em Saúde Mental: Um Estudo com Universitários. **Psico-USF**, Itatiba, v. 21, n. 3, p. 527-538, dec. 2016.

TANAKA, M. M.; FURLAN, L. L.; BRANCO, L. M.; VALERIO, N. I. Adaptação de alunos de medicina em anos iniciais da formação. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 4, p. 663-668, dec. 2016.