

Expressões de sofrimento psíquico de estudantes da Universidade Federal do Tocantins

Alice Agnes Spíndola Mota¹

ORCID: 0000-0003-2634-8374

Sidiany Mendes Pimentel¹

ORCID: 0000-0003-2460-8443

Marta Romilda Spíndola Mota¹

ORCID: 0000-0003-4593-8791

Resumo

A temática deste artigo é o sofrimento psíquico dos alunos no contexto da universidade pública. Trata-se de um assunto em crescente discussão em razão do aumento de casos evidenciado nas estatísticas sobre depressão, suicídio e adoecimento mental entre acadêmicos do ensino superior. O trabalho é pautado pela reflexão teórica interdisciplinar, abrangendo fundamentos da educação e do ensino, com ênfase também em aspectos da comunicação e ainda perspectivas propostas pela medicina. Utilizando ferramentas metodológicas quantitativas e qualitativas como complementares, a pesquisa analisou 342 questionários respondidos por discentes, docentes e servidores técnicos da Universidade Federal do Tocantins com o objetivo de investigar diferentes aspectos do sofrimento dentro da amostragem selecionada. Mediante a análise é possível observar a complexidade da vivência dos sentimentos e relações experimentadas pelo estudante no ambiente universitário e conclui-se que o sofrimento psíquico deve ser considerado uma preocupante realidade acadêmica. Nesse cenário, sugere-se a elaboração e investimento em políticas públicas institucionais de promoção à saúde e qualidade de vida dos discentes e docentes no ensino superior. A discussão é de fundamental importância e pode contribuir com o desenvolvimento de práticas que amenizem o sofrimento no contexto do ensino superior público.

Palavras-chave

Sufrimento psíquico – Saúde mental – Universidade.

1 - Universidade Federal do Tocantins, Palmas, Tocantins, Brasil.

Contatos: aliceagnes@mail.uft.edu.br; sidiany.pimentel@ifto.edu.br; martaromilda@gmail.com



<https://doi.org/10.1590/S1678-4634202349254990>

This content is licensed under a Creative Commons attribution-type BY 4.0.

Expressions of psychological distress among students at the Federal University of Tocantins

Abstract

The theme of this article is the psychological distress of students in the context of public universities. This is a subject of growing discussion due to the increasing number of cases evidenced in statistics on depression, suicide, and mental illness among higher education academics. The study is grounded in interdisciplinary theoretical reflection, encompassing foundations of education and teaching, with an emphasis on aspects of communication and perspectives proposed by medicine. Employing complementary quantitative and qualitative methodological tools, the research analyzed 342 questionnaires completed by students, faculty, and technical staff at the Federal University of Tocantins, aiming to investigate various aspects of distress within the selected sample. Through analysis, it is possible to observe the complexity of the emotions and relationships experienced by students in the university setting, concluding that psychological distress should be considered a troubling academic reality. In this scenario, it is suggested that the development and investment in institutional public policies promoting health and quality of life for students and faculty in higher education are needed. The discussion is of paramount importance and may contribute to the development of practices that alleviate suffering in the context of public higher education.

Keywords

Psychological distress - Mental health - University.

Introdução

O ingresso na universidade representa uma grande transformação e ruptura para a maioria dos discentes, especialmente para aqueles que acabam de sair da realidade do ensino médio e final da adolescência. A complexidade das novas demandas cognitivas em um ambiente desconhecido, assim como as expectativas individuais e coletivas relativas ao ingresso no ensino superior, associadas ao afastamento dos vínculos sociais já estabelecidos e muitas vezes da família, são fatores que contribuem para o surgimento de situações de estresse, angústia, cobranças e pressão.

Uma pesquisa realizada pelo *Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis* em 2010 constatou, no intervalo de sete anos, um aumento de 47,7 por cento no número de estudantes com queixas de sofrimento psíquico (FONAPRACE, 2011). Um estudo da Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (ANDIFES), observou-se que 80 por cento dos estudantes de graduação já sofreram algum problema emocional em decorrência da realidade universitária, e 10 por cento já tiveram pensamentos de morte ou ideação suicida neste contexto (CEPES, 2016).

Em um cenário específico e regional, faz-se necessário evidenciar a preocupante realidade do adoecimento estudantil na Universidade Federal do Tocantins, que registrou desde 2017, em um período inferior a dez meses, um total de três suicídios de alunos de graduação. Embora a instituição, assim como outras, ofereça atendimento psicopedagógico e diversos programas de auxílio à saúde discente, existem ainda poucos espaços para a discussão e divulgação das questões relativas aos cuidados e enfrentamento do sofrimento psíquico na universidade.

Este artigo pretende evidenciar a importância e necessidade dos cuidados relativos à saúde mental do estudante de graduação no ensino superior público a partir de uma pesquisa realizada com 342 alunos dos sete campi da Universidade Federal do Tocantins. Tem como objetivo investigar as principais causas e contextos do sofrimento psíquico entre estudantes da graduação no ensino público superior e promover a reflexão sobre possíveis estratégias de enfrentamento a essa realidade. Diante de tais questões, buscou-se responder à seguinte questão: quais aspectos do ambiente acadêmico de ensino superior estão relacionados ao sofrimento psíquico dos estudantes?

Dentre os poucos estudos sobre saúde mental, sofrimento psíquico e o ensino superior foram utilizadas como literatura referência para este trabalho a pesquisa de Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005) que discute a inclusão de serviços de saúde mental na universidade pública, a publicação de Xavier, Nunes e Santos (2008) que analisa subjetividades e o sofrimento na formação do estudante do ensino superior, e também a revisão integrativa de Bastos *et al.* (2019) sobre sofrimento psíquico de universitários.

É importante diferenciar o sofrimento psíquico de outras aflições gerais, uma vez que “não há experiência social sem sofrimento e talvez não seja desejável que haja, sob pena de os indivíduos enfrentarem a imobilidade e o comodismo, a perda de horizontes e da busca para melhorar a si mesmos e à sociedade” (LEÃO *et al.*, 2019, p. 8). Dessa forma, este artigo não propõe uma associação de causa e efeito entre o ingresso ao ensino superior e o adoecimento psíquico dos estudantes, ou mesmo a banalização das questões relativas à saúde mental, mas pretende chamar a atenção para a importância da identificação e do cuidado de indivíduos com níveis de sofrimento psíquico significativo e probabilidade aumentada para desenvolvimento de algum dos transtornos mentais conhecidos no contexto acadêmico.

O sofrimento psíquico e o ensino superior

O adoecimento psíquico, no contexto acadêmico, evidencia algumas observações do sociólogo Zygmunt Bauman (2001), que caracteriza o momento presente por suas mudanças e adaptações, definindo a atualidade como uma época em que a sociedade vivencia o abandono de conceitos antigos sólidos e de suas forças ordenadoras para dar lugar à liquidez das ideias de uma coletividade livre. Dentre os mais notáveis impactos emergentes desse cenário de modernidade líquida, destacam-se as transformações das relações, que segundo Bauman (2001) têm sua solidez derretida junto aos elos e padrões de comunicação que até então as estruturavam.

Nesse novo cenário de desintegração dos rígidos conceitos, tem-se a “realocação dos poderes de derretimento” (BAUMAN, 2001, p. 13) e a transformação dos indivíduos e seus lugares

em instituições sociais como a universidade. A universidade exemplifica diversos aspectos dessa modernidade fluida, a crescente inserção tecnológica no ensino superior é refletida nas relações interpessoais, e nesse cenário de pressões e cobranças comuns ao processo de formação acadêmica, fica evidente a crescente vulnerabilidade e insegurança emocional dos indivíduos.

Para Xavier, Nunes e Santos (2008, p. 447) o sofrimento psíquico do universitário pode ser interpretado como um sintoma e enfatiza a importância de compreender o que isso expressa sobre o ambiente universitário para, a partir disso, repensar “o valor simbólico do trabalho acadêmico, o reconhecimento, a legitimação, a falência social em termos do cumprimento da promessa feita ao infantil pelos pais de que ‘o estudo dá ao sujeito a chave do mundo’”. Ainda nesse sentido, fica evidente o impacto emocional vivenciado pelo estudante, nesse contexto de transições e adaptações uma vez que, segundo Bastos *et al.* (2019, p. 12) “o momento de inserção na universidade é coberto de várias fantasias e mudanças de vida para os envolvidos neste processo” e neste contexto de mudanças, realizações e transformações, o indivíduo vivencia emoções que podem levar ao sofrimento psíquico.

O ingresso no ensino superior costuma provocar mudanças radicais de rotinas e vivências, especialmente na fase da juventude. Tais transformações podem afetar a identidade, personalidade, emoções e saúde mental dos indivíduos. Isso ocorre num contexto de vulnerabilidades e de confronto em que o jovem experimenta transformações biopsicossociais e consolida sua personalidade. Segundo Matos (2013, p. 13) “ao ingressar na graduação esses indivíduos vivenciam um choque de realidade, pois expandem seus valores culturais e sociais construídos durante seu processo de maturação e irão construir e reconstruir novos hábitos, e conseqüentemente sua identidade”.

Para além desses impactos apontados, a universidade representa para os estudantes um espaço de aprendizagens e relacionamentos, processos muitas vezes positivos, mas que também estão sujeitos a atritos, desgastes e eventuais sofrimentos. Nesse sentido, a entrada no ensino superior exige do indivíduo esforços em diversas dimensões e novas significações. A aprendizagem no contexto do ensino superior tem impactos psíquicos que indicam que o processo se constrói pelas relações com os interlocutores e busca da significação das experiências vivenciadas nesta interação. A construção destes significados envolve “aspectos físicos, cognitivos e emocionais” (XAVIER *et al.*, 2008, p. 432).

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. De acordo com o psicólogo e doutor em educação Ricardo Padovani *et al.* (2014, p. 9) é de grande importância o estudo destas questões e a investigação acerca da vulnerabilidade e bem-estar psicológico em estudantes universitários. “[...] fica evidente o papel da própria universidade na necessidade de desenvolvimento de ações integradas de prevenção e tratamento do estudante universitário”.

Diversos aspectos da vida acadêmica são potenciais fatores de risco para o sofrimento psíquico entre estudantes, especialmente nas fases iniciais e finais do curso, e estes fatores podem afetar a saúde dos graduandos. As rotinas de estudos, pressões e exigências acadêmicas podem ser associadas ao sofrimento psíquico entre universitários de forma significativa em condições de tensão, estresse e má qualidade de sono, dentre outras (GRANER; CERQUEIRA, 2019). Faz-se necessário observar que o ambiente universitário conta com uma jornada de trabalho intensa além de fatores indiretamente associados

à vida estudantil como condição financeira, habilidades sociais, moradia e outras demandas psicossociais. Esses fatores, associados a estresse, esgotamento e necessidade de adaptação, podem contribuir para o desencadeamento de distúrbios emocionais. Para Bastos *et al.* (2019, p. 12) “todas as fases de formação universitária podem se configurar como processos criadores ou patogênicos para o estudante, afetando os níveis educativos, sociais e psicológicos”. A vulnerabilidade da população discente, desde o ingresso na universidade, é bastante evidente dada a realidade deste grupo que, em sua maioria, vivencia transformações biológicas, físicas, psicológicas e sociais ao mesmo tempo, além das pressões relacionadas à vida acadêmica e futuro profissional.

Nesse sentido, para caracterizar melhor o fenômeno do sofrimento psíquico é preciso diferenciá-lo do conceito de “Distúrbio Psiquiátrico Menor” (DPM), também importante para este estudo, que é definido como conjuntos de manifestações de mal-estar psíquico, de caráter inespecífico, com repercussões fisiológicas e psicológicas que podem gerar limitações (MARI; WILLIAMS, 1986). Já o sofrimento psíquico, como bem evidencia Macêdo *et al.* (2021), é um processo natural à existência e inerente aos humanos, podendo ser expresso e suportado de forma oportuna à construção de modos de enfrentamentos.

A prevalência de DPM na população mundial varia entre 7-26 por cento e na população brasileira entre 8-23 por cento, de acordo com Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005). Mas dentro das universidades públicas brasileiras esse índice de prevalência pode subir até entre 25-58 por cento mostrando um aumento significativo em comparação a população fora desse ambiente.

Além da adaptação à realidade universitária, existem outros fatores que podem provocar o sofrimento psíquico do estudante de graduação e que fazem parte da experiência de vivência acadêmica em suas mais complexas perspectivas. Vivência acadêmica é um termo que define o “conjunto geral de aspectos de experiências universitárias, os quais se refletem no desempenho e sucesso dos alunos” (ANDRADE *et al.*, 2016, p. 835).

Embora tenha aumentado o número de estudos na literatura científica nacional sobre a saúde mental do universitário e suas vivências acadêmicas, faz-se necessário ampliar a discussão e a pesquisa sobre a temática. A maioria dos estudos existentes aponta para associações sintomáticas e manifestações físicas decorrentes do sofrimento psíquico, dentre elas destacam-se: dores de cabeça (FERRI-DE-BARROS *et al.*, 2011), dependência química (CHIAPETTI; SERBENA, 2007), depressão, isolamento, fobias e até evasão (XAVIER *et al.*, 2008).

Em uma revisão integrativa sobre sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados, Graner e Cerqueira (2019) analisaram 37 artigos e identificaram as variáveis acadêmicas - características do curso, percepções sobre o curso, ambiente educacional e desempenho acadêmico - como as mais frequentes como fatores de risco para o sofrimento psíquico entre estudantes. O trabalho aponta para a necessidade de intervenções que favoreçam o bem-estar dos alunos e vivências mais positivas no contexto educacional do ensino superior e sugere ainda que “violência escolar, trote, *bullying*, discriminação social entre universitários, estruturas pedagógicas e curriculares dos cursos são aspectos que devem ser mais profundamente pesquisados, buscando-se compreender sua influência sobre os jovens e seus efeitos negativos na saúde dos indivíduos” (p. 1343). Algumas intervenções têm sido utilizadas em universidades como resposta ao sofrimento psíquico como a estratégia da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) que compôs

um grupo de enfrentamento do suicídio (BLEICHER, 2018), os programas de gerenciamento de estresse nos cursos da saúde (CATARUCCI *et al.*, 2020) e a inclusão de atividades relaxantes como caminhadas e dança na rotina universitária (GAIOTTO *et al.*, 2022).

As instituições de ensino superior podem, e devem, contribuir para um cuidado integral do discente advindo de diversas camadas sociais através da promoção da saúde e qualidade de vida, acolhimento de demandas e estratégias que minimizem o sofrimento psíquico (MACÊDO *et al.*, 2021). O sofrimento psíquico no ensino superior deve ser observado como parte importante nos processos e estratégias educacionais. A universidade é um ambiente novo e desconhecido, permeado por factíveis cenários de indução à ansiedade e exigências de adaptação para os ingressantes (OIAKAWA; GARCIA, 2021), por isso é necessário que as instituições adotem posturas e políticas que priorizem a redução das instabilidades e vulnerabilidades com o objetivo de prevenir o agravamento do sofrimento psíquico, e outros fenômenos como estresse, evasão e adoecimento destes indivíduos.

Metodologia

Delineamento, cenário, período e população do estudo

Trata-se de uma investigação exploratória, de abordagem qualitativa e quantitativa, de delineamento transversal, com estudantes dos sete *campi* da Universidade Federal do Tocantins (UFT), por amostragem em bola de neve. A coleta de dados ocorreu no período de 1º de setembro de 2018 a 1º de março de 2019, em formato virtual, por meio da plataforma *Google Form*. A população do estudo foi composta por estudantes matriculados na Universidade que concordaram com o termo de aceite da pesquisa.

A UFT, instituição pública de ensino superior, foi criada em 2000 com a *Lei nº 10.132* mediante a transferência dos cursos e estruturas da Universidade do Tocantins (UNITINS) e efetivada em 2003 com a posse dos primeiros professores. A universidade tem como marco histórico de ter sido uma das primeiras universidades do Brasil a instituir a cota de acesso para indígenas, ainda em 2004, tendo posteriormente em 2013 instituído também cotas para quilombolas, com bolsas de incentivo à permanência e outras ações que sinalizam preocupações com a inclusão e valorização dos povos tradicionais do estado. Quando criada contava com 8 mil alunos e 25 cursos de graduação, em 2019 este número passou a ser superior a 20 mil alunos, distribuídos em 57 cursos de graduação e 30 programas de pós-graduação (UFT, 2020).

A abordagem qualitativa e quantitativa foi empregada por se complementarem na compreensão de aspectos sociais e na análise da realidade dos sujeitos (MINAYO; SANCHEZ, 1993). A pesquisa quantitativa permite investigar a magnitude dos eventos e sua homogeneidade, enquanto o método qualitativo permite incluir a perspectiva do indivíduo e a intensidade dos eventos investigados (OLIVEIRA; BAIXINHO; PRESADO, 2019; ZERMIANI *et al.*, 2021). Serapioni (2000) afirma que “as estradas que conduzem à integração ou, pelo menos, à complementaridade entre métodos qualitativos e quantitativos não são fechadas, mas suficientemente abertas” e ressalta ainda que “a combinação dos dois métodos de pesquisa se revela estratégica, evidenciando uma inegável riqueza de análises dos problemas estudados”.

Coleta de dados e instrumentos de pesquisa

A coleta de dados ocorreu por meio de questionário semiestruturado, com perguntas abertas e fechadas, elaborado pelas pesquisadoras. A primeira parte do questionário apresentava treze perguntas fechadas para caracterização do estudante e a segunda parte duas perguntas abertas sobre o estado emocional do estudante e sobre as ações da universidade para apoio aos estudantes com problemas de natureza mental. As perguntas fechadas objetivaram traçar o perfil sociodemográfico do estudante (gênero, orientação sexual, identidade de raça e etnia, idade, nível do curso em que está matriculado na universidade, nome do curso, tempo de permanência na universidade, percepção de problema emocional, existência de sofrimento emocional causado pela universidade, diagnóstico médico confirmado de transtorno psiquiátrico, ideação suicida, problemas emocionais, conhecimento de ações da universidade e avaliação das ações de saúde mental) e identificar indicativos perfis com maiores vulnerabilidades ao sofrimento emocional e mental no espaço acadêmico; já as abertas, os significados individuais e coletivos acerca do sofrimento psíquico, com o questionamento quanto a “como a universidade poderia ajudar as pessoas que lidam com problemas de natureza mental” e “qual o seu estado emocional no ambiente acadêmico”. Boni & Quaresma (2005) afirmam que perguntas abertas contribuem com a abordagem das subjetividades pessoais e possibilitam percepções espontâneas ou inusitadas dos eventos.

A escolha da aplicação de questionários por meio de uma plataforma online deu-se por considerar o uso de linguagem acessível, o acesso dos participantes e os veículos de maior afinidade para o público analisado. Uma pesquisa sobre o perfil do estudante universitário usuário de tecnologias (SILVA; VIZZOTO, 2013) constatou que o celular e o computador são as ferramentas mais utilizadas pelos universitários para atividades de estudo, lazer e trabalho sendo a tecnologia móvel a mais utilizada e alguns deles gastam em média mais de quatro horas por dia utilizando a internet em smartphones (FELISONI; GODOI, 2018). O recrutamento ocorreu por meio da divulgação do convite de pesquisa nas redes sociais *Twitter* e *Instagram* com compartilhamento dos estudantes entre os pares.

A adesão foi voluntária e a participação anônima, sendo dispensada qualquer identificação de nome ou matrícula, essa abordagem foi escolhida com o intuito de incentivar a participação espontânea de pessoas interessadas na temática.

Análise de dados

Os dados descritivos provenientes das perguntas fechadas foram analisados por meio de estatística descritiva através do *software* Excel, os dados obtidos nas questões abertas foram analisados por meio da análise de conteúdo aliadas à formulação de categorias de respostas através da análise temática reflexiva. A análise temática é apresentada por Braun e Clarke (2006) como um método flexível para análises qualitativas que visa identificar e relatar padrões nos dados dos sujeitos (CLARKE; BRAUN, 2006 e SOUZA, 2019). Os relatos foram organizados em planilhas e categorizados conforme similaridade das declarações a fim de fundamentar a análise por grupos.

Aspectos éticos

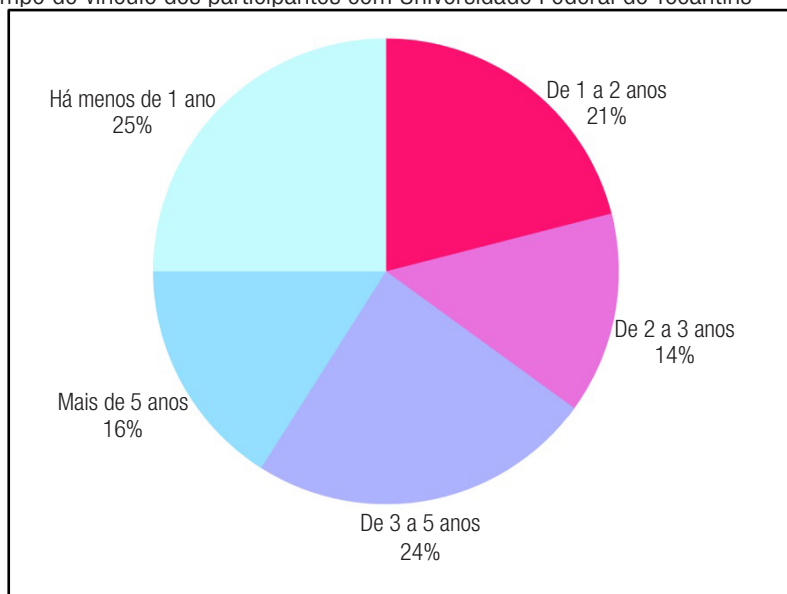
A adesão à pesquisa foi voluntária após o aceite orientado e esclarecido do objetivo da pesquisa. Os participantes foram informados que eventuais reproduções das falas manteriam o sigilo e a anonimidade sendo utilizadas siglas criadas pelas pesquisadoras para evitar qualquer reconhecimento.

Foi dispensada qualquer identificação de nome ou matrícula e essa abordagem foi escolhida com o intuito de incentivar a participação espontânea de pessoas interessadas na temática.

Resultados

Participaram da pesquisa 342 estudantes dos sete *campi* da UFT. Em relação ao gênero, 62,3 por cento dos entrevistados se identificaram como feminino, 35,7 por cento como masculino, 1 por cento como intergênero ou não-binário e 1 por cento preferiu não se identificar. Quanto à orientação sexual² 72,5 por cento dos participantes se declarou heterossexual, 8,5 por cento homossexual, 13,5 por cento bissexual, 0,5 por cento assexual, 1 por cento pansexual e 4 por cento preferiram não responder. Em relação à identidade de raça, etnia ou multiculturalismo, 43,3 por cento dos voluntários se apresentaram como pardos, 32,5 por cento como brancos, 19,6 por cento como pretos, 1 por cento como indígena, 1 por cento como quilombola, e 2,6 por cento não quiseram responder.

Gráfico 1- Tempo de vínculo dos participantes com Universidade Federal do Tocantins



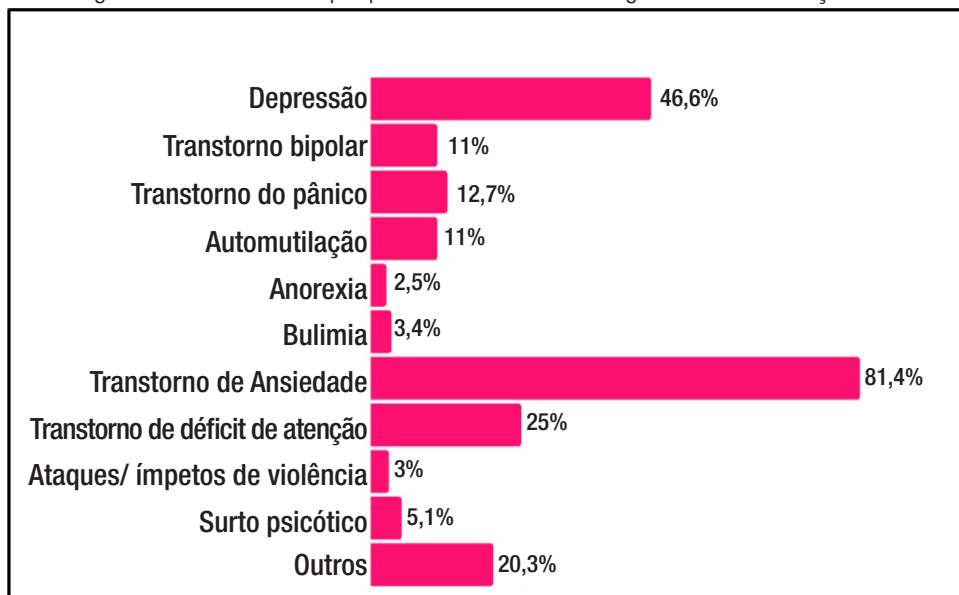
Fonte: Elaborado pelas autoras a partir de questionários aplicados.

2- Esta pergunta foi incluída no questionário mediante a constatação prévia de que o sofrimento psíquico dos estudantes universitários pode estar muitas vezes associado à lbtqfobia.

O perfil sociodemográfico dos participantes do estudo é importante para a compreensão dos aspectos investigados e sua possível correlação com elementos causadores de sofrimento psíquico. O tempo de permanência na instituição de ensino superior é apresentado no gráfico 1. Observou-se que 16,2 por cento dos entrevistados estão na instituição por um período maior que cinco anos, período superior a quase todos os cursos de graduação³, demonstrando a dificuldade de muitos em cumprir as propostas para os prazos de integralização da graduação.

Em relação à saúde psíquica, 69,7 por cento dos participantes admitiram ter algum problema de saúde emocional e 68 por cento acreditam que o ingresso à Universidade trouxe algum tipo de sofrimento às suas vidas. Não obstante, apenas 34 por cento dos entrevistados afirmam já terem sido beneficiados por ações promovidas pela instituição na luta contra os problemas de natureza psíquica. Os diagnósticos de condições de saúde mental apresentados pelos estudantes são detalhados no gráfico 2.

Gráfico 2- Diagnósticos confirmados por profissionais de saúde segundo autodeclaração dos entrevistados



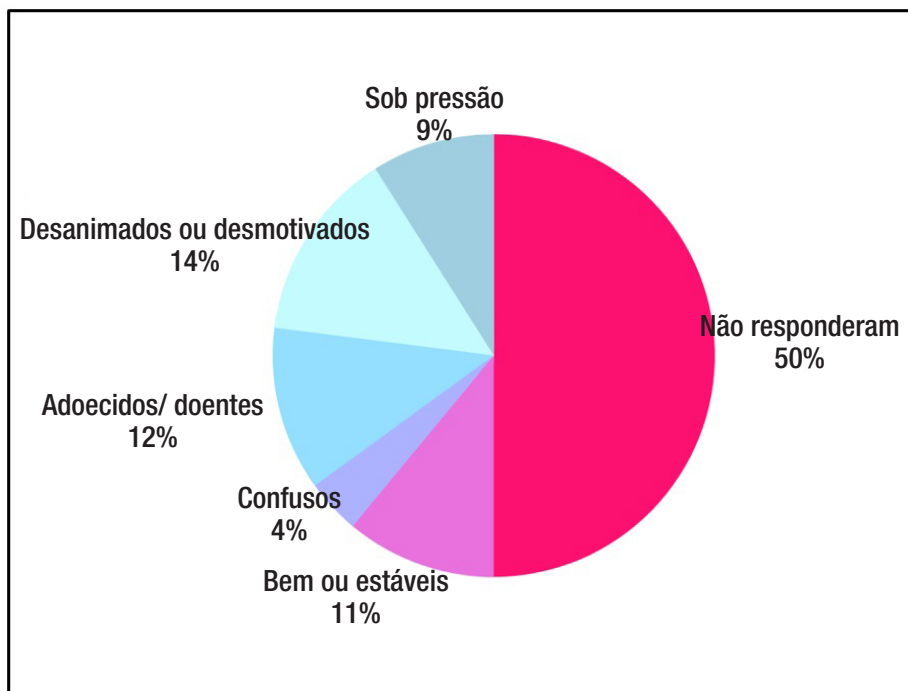
Fonte: Elaborado pelas autoras a partir de questionários aplicados.

Quanto à ideação suicida, 63 por cento dos participantes da pesquisa informaram que já tentaram ou pensaram em suicídio e 59 por cento desconhecem a existência de quaisquer serviços de apoio à saúde mental dentro da universidade. A maioria dos entrevistados, um total de 93 por cento, acredita que a universidade precisa melhorar na abordagem e enfrentamento aos problemas relacionados ao sofrimento psíquico dentro da instituição.

3- No período em que a pesquisa foi realizada, a Instituição de Ensino Superior em questão possuía apenas 2 cursos superiores (dentre os 25 oferecidos) com período de integralização superior a 5 anos.

Concernente aos sentimentos no contexto universitário, embora um expressivo número de participantes não tenha se sentido confortável para responder à pergunta sobre seus sentimentos, dentre as respostas dadas predominaram as que denotam algum sofrimento psíquico, conforme demonstrado no gráfico 3.

Gráfico 3- Sentimentos dos estudantes no contexto da universidade



Fonte: Elaborado pelas autoras a partir de questionários aplicados

Quando interrogados sobre “como a universidade poderia ajudar as pessoas que lidam com problemas de natureza mental?” Os participantes apontaram para as seguintes categorias de respostas: É preciso oferecer e divulgar serviços de apoio - especialmente para estudantes da graduação; a Universidade deve rever os projetos pedagógicos e cargas horárias dos cursos; é necessário fiscalizar as relações entre docentes e discentes. Algumas respostas relevantes dentro dessas categorias estão descritas abaixo⁴:

(a Universidade) Precisa ser mais humana, tratar o aluno como uma pessoa que vive em uma sociedade, que esse ser tem vários problemas e não olhar este aluno apenas como um número de matrícula!!! (Estudante 320, M, 24, HT, PA).

4- As respostas são acompanhadas de informações do perfil dos estudantes na seguinte ordem: gênero (M - masculino, F - feminino, I - intergênero / não-binário, NR - Não respondeu); idade; orientação sexual (HT - heterossexual, HM - homossexual - bissexual, P - pansexual, A - assexual, NR - Não respondeu); e identidade de raça (P - preto, PA - pardo, B - branco, I - indígena, Q - quilombola).

Acredito que o corpo docente deveria ser mais capacitado para abordar esses assuntos, a forma como os professores sobrecarregam e cobram os alunos nas universidades é um descaso com a saúde mental. E o apoio psicopedagógico deveria ser mais divulgado, amplo!” (Estudante 225, F, 20, B, B).

[...] só rodas de conversa não resolve nada, o NAPS (Núcleo de Apoio Pedagógico) deveria ter mais de um psicólogo. (Estudante 128, M, 21, HM, P).

Um contato mais direto com aluno. Que no caso de cotista como eu além da vulnerabilidade financeira que TBM não tem nenhum apoio da universidade acaba acarretando dificuldade emocionais e mentais. A universidade expõe o aluno que reprova (como eu fui) duas vezes seguidas em todas as matérias, mas esse aluno nunca é questionado sobre o que está acontecendo. (Estudante 223, F, 29, HM, P).

Existe um setor para lidar com essas questões referentes a problemas emocionais. O fato de existir é sensacional. Mas os esforços desse setor são anulados por relações consideradas abusivas em sala de aula na relação professor-aluno. O aluno se vê obrigado a se submeter a certos abusos pelo motivo de se ver livre desse ambiente opressor o quanto antes esse aluno se formar. (Estudante 226, M, 23, HM, B).

As respostas apontam para relatos preocupantes de sofrimento psíquico no ensino superior e também para um expressivo desconhecimento da existência de serviços de apoio à saúde mental do estudante. Para muitos dos ingressantes na graduação, a universidade marca um período de grandes rupturas, da inserção no mundo adulto, de mudança de domicílio, do afastamento de familiares e até mesmo de crises relacionadas à própria identidade do indivíduo. Nesse cenário o sofrimento psíquico pode ser causado por questões pessoais, ou ainda sociais como racismo, acessibilidade, desigualdades e lgbtqfobia, dentre outros. Fica evidente também que alguns problemas de saúde mental têm como origem ou espaço de desenvolvimento o ambiente acadêmico, em decorrência das pressões, desgastes e relações ali desenvolvidos, e por estas razões é de fundamental importância a reflexão acerca do bem-estar psíquico dos estudantes no contexto universitário.

Em relação ao próprio “estado emocional no ambiente acadêmico”, os participantes foram interrogados sobre como estavam seus sentimentos, e nas respostas obtidas foram observadas cinco principais categorias, sendo elas: Bem - Estável; Cansado - Desmotivado, Confuso, Sob Pressão e Adoecido. Os depoimentos obtidos expressam com clareza as categorias apontadas e a realidade do sofrimento em diferentes perspectivas no contexto do ensino superior. Isto pode ser exemplificado através de algumas respostas em destaque abaixo:

Me sinto sobrecarregando com a quantidade exacerbada de horas de aula e, conseqüente, de trabalhos e provas que devo entregar ou para o qual tenho que estar sempre estudando. Uso basicamente todo meu tempo para atividades da universidade e acabo deixando de viver muitos momentos com as pessoas que amo. (Estudante 133, M, 21, B, B).

Sinto me sufocada em tudo, como se tudo que estou fazendo está sendo em vão. Tenho crises de choro o tempo todo as vezes do nada começo a chorar e vem a cabeça vários pensamentos. Mais as vezes penso que é porque não to em na casa do meu pai, mas às vezes entre o choro e o soluço vejo que não é so isso... (Estudante 152, F, 20, HT, P).

Existe uma pressão muito grande, já na metade do curso a gente começa a se questionar se fez a escolha certa, e a ansiedade aumenta com relação ao futuro, sobre o que fazer depois. Cansaço mental, como se a cada semestre não descansasse, e o pior é o posicionamento de alguns professores que menosprezam os alunos, por acharem-se seres superiores por terem um diploma de doutor. Fazendo propositalmente o aluno se sentir um nada, mas esquecem que a universidade é feita por alunos e que eles trabalham em função disso. (Estudante 213, M, 21, HT, P).

Me sinto extremamente pressionada a passar em todas as disciplinas, isso me afeta negativamente. Os outros alunos, principalmente os monitores de álgebra, me humilham, me menosprezam. Isso faz com que eu sinta vontade de desistir do curso, além de não ter ânimo para estudar ou ir para as aulas. (Estudante 183, F, 20, HT, B).

Eu me sinto como se estivesse perdido no mundo e sem ninguém para conversar, não comento nada com a minha família, mas o meu interior está destruído, não sei o real motivo, não sei o que me faz sentir assim, antes eu achava que fosse pela minha orientação sexual, mas depois que me assumi gay para família, essas tristezas internas continuam e já não estou mais suportando viver com esse peso dentro de mim. Na universidade é trabalho e mais trabalho, muitos professores sobrecarregam os alunos e isso faz com que as coisas fiquem mais difícil ainda. (Estudante 287, M, 27, HM, P).

Me sinto sobrecarregada. Tenho família, trabalho e estudo. Há professores que compreendem e adaptam atividades para melhorar o aprendizado, mas há outros professores que zombam do aluno que não se dedica apenas aos estudos. Zombam mesmo! Fazem piadas e comentários grosseiros. Tenho déficit de atenção e quase nenhum professor sabe lidar ou adaptar atividades para minha condição. Por não passar o tempo todo na universidade, sequer fico sabendo sobre bolsas, prazos, pesquisas, e programações no campus, pois não disponibilizam essas informações em impressos ou via redes sociais. A comunicação do campus é péssima e sinto que muitas vezes tenho que correr 'atrás do prejuízo' porque não fui informada adequadamente, tornando a vida acadêmica ainda mais sofrida. (Estudante 182, F, 28, HM, B).

Discussão

A universidade constitui um espaço de construção da identidade que possibilita a ampliação das experiências vividas na família do indivíduo, durante a adaptação à vida universitária entra em cena uma nova cultura, com novas relações de poder, significação e pertencimento (MARTINS-BORGES, 2013). As instituições devem desenvolver ações integradas para ofertar orientação e acolhimento durante a inserção dos estudantes no contexto universitário a fim de que o início da jornada acadêmica seja menos traumático (PANÚNCIO-PINTO; COLARES, 2015).

Na relação professor aluno ocorre a transmissão e a apropriação de conhecimentos e de afetos ligados ao processo de aprendizagem, Caixeta (2011) reforça que o próprio aprendizado pode gerar sofrimento, todavia, a didática e a postura do educador têm o potencial de intensificar ou prevenir o sofrimento. As relações hierarquizadas, a quantidade de atividades e a densidade dos conteúdos tornam-se fontes geradoras de estresse (SANTOS; SOARES, 2011; COSTA *et al.*, 2018).

Panúncio-Pinto e Colares (2015) apontam que relações horizontais entre professores e alunos proporcionam segurança e maior envolvimento no universo acadêmico, reforçam que reflexões sobre a forma de atuação do corpo docente, as abordagens metodológicas, curriculares, relacionais e o próprio método de ensino devem ocorrer com o intuito de promover um processo de formação acadêmica que acolha os estudantes e não provoque a ocorrência de agravos à saúde mental (ANDRADE, 2016). Ressalta-se que nesse processo os docentes também podem vivenciar sofrimento e possuírem demandas de saúde mental que geram impactos no processo de ensino (SANTOS; SOARES, 2011). Alguns autores defendem que conversar sobre os conteúdos trabalhados, estabelecer horizontalidade nas relações entre professor aluno e problematizar o impacto destes na vivência profissional e acadêmica dos próprios docentes contribui para o alívio das ansiedades e sentimentos de incerteza relacionados ao curso (TENÓRIO *et al.*, 2016; GOMES; COMONIAN; ARAUJO, 2018), uma relação aberta e acessível permite ainda que exista possibilidade de diálogo com o professor e que este identifique situações de sobrecarga e riscos.

Dentro das universidades existem mecanismos, como os núcleos de apoio pedagógico ou psicopedagógico, que visam oportunizar o acesso à atendimentos especializados. Watts (2006) sustenta que tais serviços devem ser organizados em três fluxos: remediativos (direcionados ao reconhecimento de estudantes com problema significativos de ajustamento no ambiente acadêmico), preventivos (focado no controle de fatores de risco para prevenir problemas em potencial) e desenvolvimentistas (intervenção no desenvolvimento psicológico do estudante). Brown (2016) corrobora afirmando que as universidades precisam aumentar os investimentos para identificar as necessidades de saúde dentro de suas políticas institucionais. Dentre as estratégias de prevenção e manejo de sintomas no contexto universitário, cita-se o uso de oficinas como um recurso grupal desenvolvido na Universidade Estadual de Maringá, o estudo conclui que o uso de oficinas como espaço de interação e trocas possibilita validar e acolher o sofrimento dos estudantes e promove uma difusão sobre aspectos importantes da saúde mental.

A pesquisa de Almeida *et al.* (2018) apresenta atividades que foram classificadas como eficazes para minimizar o estresse e melhorar o bem-estar dos estudantes, são elas: o *Mindfulness*, o método de *biofeedback* e a auriculoterapia. O *Mindfulness* é uma prática que emprega técnicas para a manutenção de um estado mental caracterizado pela consciência do momento presente (ALMEIDA *et al.*, 2021). O *Biofeedback* utiliza dispositivos sensoriais para conscientizar o portador de dados fisiológicos (frequência cardíaca, temperatura da pele, atividade muscular) a fim de estimular mudanças de comportamento (RATANASIRIPONG *et al.*, 2012), já a auriculoterapia é uma técnica que emprega estímulos físicos na orelha externa baseada em princípios da medicina tradicional chinesa (TESSER *et al.*, 2019).

Dantas *et al.* (2016) apontam o Plantão Psicológico como uma possibilidade benéfica para a universidade através da ampliação das possibilidades de escuta clínica, a estratégia objetiva oferecer atendimento no momento de necessidade e demanda do usuário, ou seja, manter profissionais disponíveis para atendimento de forma acessível. Outro recurso apontado tem como foco de ação o medo do mercado de trabalho, Almeida *et al.* (2018) recomendam o uso de mecanismos de suporte para orientação e divulgação de concursos, programas de residências profissionais e oportunidades de inserção no mercado.

Os alunos sugerem educação e orientação voltados para a saúde mental, neste sentido os pesquisadores Thiago Leão, Aurea Ianni e Carine Goto sugerem que “assim como o atendimento clínico, destacamos a importância de criar espaços de formação de recursos humanos para o cuidado em saúde mental, assim também para difusão de conhecimentos, e discussão entre estudantes quebrando o silêncio e estigma relacionado ao sofrimento (LEÃO; IANNI; GOTO, 2019, p. 138).

Admite-se, portanto, que a universidade deve oferecer meios que possibilitem aos discentes desenvolver-se nos níveis cognitivos, sociais, culturais e psicológicos. Para tal, é necessária a criação de espaços de escuta, de expressão e reflexão para que ocorra ressignificação do processo de formação e da identidade do estudante nesse processo (GOMES; COMONIAN; ARAUJO, 2018). A Organização Mundial de Saúde - OMS (2000) aponta que a melhor forma de identificar se uma pessoa tem pensamentos ou planos de suicídio é perguntando para ela, logo, a existência de espaços de diálogo na universidade apresenta-se como uma estratégia de prevenção, aproximação e formação de vínculo.

Considerações finais

Esta pesquisa constatou a urgente necessidade de diálogos e investimentos voltados para os cuidados com a saúde mental no ensino superior público. O breve mapeamento sobre tais questões no contexto específico de uma universidade federal na região Norte do Brasil, apontou preocupantes índices de sofrimento e adoecimento psíquico no ambiente acadêmico.

O tema discutido neste trabalho é de extrema relevância para a educação, comunicação e saúde, servindo como ponto de reflexão para pesquisas, abordagens e metodologias relativas aos processos de ensino e aprendizagem. Faz-se necessário pensar políticas públicas e reconfigurações nos planos de ensino com ênfase nas diferentes formas de aprendizagens, contextos e vivências dos discentes. Através de atendimentos diferenciados, inclusivos e individualizados é possível acompanhar com maior eficácia os riscos associados ao sofrimento psíquico entre estudantes do ensino superior.

Para fornecer amparo para saúde mental e qualidade de vida do estudante universitário, faz-se necessário integrar estratégias de prevenção primária (antes do estudante ficar doente e promovendo bem-estar e saúde), prevenção secundária (que foca em realizar diagnósticos adequados e iniciar tratamentos previamente limitando a perda de função) e prevenção terciária (que abrange a reabilitação da saúde) à rede de ensino.

É importante ter disponível ao estudante universitário, através da instituição, assistência psicológica e psiquiátrica compatível com a demanda universitária e ainda promover estímulo a acessos de serviços com preços sociais para que toda essa demanda possa ser acolhida da forma adequada. É necessário também rastrear e identificar transtornos em

quadros iniciais e promover práticas integrativas para acompanhamento de forma precoce pode reduzir as debilidades provocadas pelas doenças mentais. Nesse sentido, cabe estimular o autocuidado e a prevenção de abuso de álcool e outras drogas, que por muitas vezes, se tornam parte da tabela de entretenimento social dos grupos universitários.

Tanto apoio pedagógico quanto social são indispensáveis, pois sabemos que saúde, conforme a OMS, não é apenas não estar doente, mas é definida como bem-estar físico, mental e social. Ofertar, portanto, e incentivar atividades culturais, esportivas e de lazer é promover essa integralidade de saúde.

Grupos terapêuticos para estudantes podem ser uma forma de abordar e acompanhar de forma eficaz e prática quadros leves de transtornos mentais, como por exemplo: terapia cognitivo-comportamental de grupo para manejo da ansiedade, oficinas em grupo de *mindfulness* e colóquios sobre saúde mental do estudante. Programas de tutoria (*mentoring*) somam-se a essas estratégias para fornecer uma rede de suporte e apoio na jornada universitária.

Tais abordagens estratégicas devem ser amparadas por uma estrutura de apoio bem construída, incluindo professores, preceptores e toda a rede de ensino disponível, para o desenvolvimento de um ambiente de ensino acolhedor, aberto e facilitador de integração. Essa construção deve ser iniciada através da capacitação pedagógica dos professores, com ênfase na orientação sobre sinais e sintomas de adoecimento emocional. A abordagem precoce do estudante, pode reduzir os níveis de sofrimento psíquico, bem como estratégias de ensino com métodos ativos, adequação do ambiente de aprendizagem e promoção de convivência mais empática entre estudantes, e também entre os discentes e docentes.

Em relação à pesquisa realizada, é importante ressaltar que, durante o período em que foi desenvolvido este trabalho, no ano de 2018, a Universidade Federal do Tocantins criou o programa de extensão “Mais Vida”, que, vinculado à Pró-Reitoria de Graduação, tem como objetivo promover espaços de saúde física e mental para toda a comunidade acadêmica. Essa iniciativa é de fundamental importância e está de acordo com algumas das medidas aqui apontadas para valorizar a qualidade de vida, o bem estar social e a saúde mental no espaço da universidade.

A investigação realizada abre espaço para novas discussões e desdobramentos sobre os diversos fatores que contribuem para o sofrimento psíquico de estudantes em contexto universitário. Faz-se necessário também ampliar as reflexões sobre resiliência e vulnerabilidade entre jovens adultos no ensino superior, bem como utilizar de ferramentas inovadoras para a capacitação e letramento destes indivíduos em relação a saúde mental, autocuidado e comportamentos de busca de ajuda. Sugere-se por fim, a partir dos resultados obtidos, que seja aprofundada a discussão sobre a correlação entre o sofrimento psíquico destes indivíduos e fenômenos como a dependência de dispositivos tecnológicos móveis, o consumo excessivo de informações e a reconfiguração das relações no contexto das redes sociais digitais.

Referências

ALMEIDA, Larissa Santos *et al.* A importância da prática de *mindfulness* como ferramenta para a redução dos sintomas de ansiedade e depressão no contexto da pandemia de covid-19. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 15, p. 1-12, 3 dez. 2021. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i15.23559>

ALMEIDA, Letícia Yamawaka de *et al.* Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 52, p. 1-7, 29 nov. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-220x2017045703405>

ANDRADE, Antonio dos Santos *et al.* Vivências acadêmicas e sofrimento psíquico de estudantes de psicologia. **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, DF, v. 36, n. 4, p. 831-846, dec. 2016. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703004142015>

BASTOS, Elaine *et al.* Sofrimento psíquico de universitários: uma revisão integrativa. *In*: ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UNI7, 14., 2016, Fortaleza. **Anais [...]**. Fortaleza, 2019. v. 8, n. 1. Disponível em: <https://periodicos.uni7.edu.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/744/616> Acesso em: 02 set. 2020.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Tradução Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BLEICHER Taís. Criação de política de saúde mental da Universidade Federal de São Carlos. *In*: CONFERÊNCIA SOBRE A CRIAÇÃO DE POLÍTICA DE SAÚDE MENTAL DA UNIVERSIDADE DE SÃO CARLOS, 2018 Manaus. **Trabalho apresentado...** Manaus: [s. n.], 2018. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/325679239_CRIACAO_DE_POLITICA_DE_SAUDE_MENTAL_DA_UNIVERSIDADE_FEDERAL_DE_SAO_CARLOS Acesso em: 11 abr. 2023.

BONI, Valdete; QUARESMA, Sílvia Jurema. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em ciências sociais. **Em Tese**, São Carlos, v. 2, n. 1, p. 68-80, jan./jul. 2005. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/18027/16976> Acesso em: 11 abr. 2023.

BROWN, Phillip. The invisible problem? Improving students' mental health. **Higher Education Policy Institute - Report 88**, Oxford, 22 set. 2016. Disponível em: <https://www.hepi.ac.uk/wp-content/uploads/2016/09/STRICTLY-EMBARGOED-UNTIL-22-SEPT-Hepi-Report-88-FINAL.pdf> Acesso em: 11 abr. 2023.

CAIXETA, Sueli Pereira. **Sofrimento psíquico em estudantes universitários**: um estudo exploratório. 2011. 106 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, DF, 2011. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/123456789/1774> Acesso em: 11 abr. 2023.

CATARUCCI, Fernanda Martin *et al.* Uma estratégia de redução do estresse entre estudantes médicos. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, DF, v. 44, n. 3, p. 1-7, maio 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-5271v44.3-20200105>

CEPES. Centro de Estudos, Pesquisas e Projetos Econômico Sociais. PESQUISA DO PERFIL SOCIOECONÔMICO E CULTURAL DOS ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO DAS INSTITUIÇÕES FEDERAIS DE ENSINO SUPERIOR BRASILEIRAS, 4., 2016, Uberlândia. **IV pesquisa...** Uberlândia: Andifes, 2016. 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: 11 abr. 2023.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes; CAETANO, Dorgival; FACCENDA, Odival. Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, DF, v. 25, n. 2, p. 252-265, June 2005. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932005000200008>

CHIAPETTI, Nilse; SERBENA, Carlos Augusto. Uso de álcool, tabaco e drogas por estudantes da área de saúde de uma universidade de Curitiba. **Psicologia, Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 303-313, 2007. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722007000200017>

CLARKE, Victoria; BRAUN, Virginia. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative Research in Psychology**, London, v. 3, 77-101, 2006. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1191/1478088706qp0630a>

COSTA, Christefany Régia Braz *et al.* Percepções de discentes de enfermagem sobre fatores geradores de estresse durante a graduação. **Revista Rene**, Fortaleza, v. 19, e3442, 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-913511> Acesso em: 11 abr. 2023.

FELISONI, Daniel Darghan; GODOI, Alexandra Strommer. Cell phone usage and academic performance: an experiment. **Computer & Education**, São Paulo, v. 117, p.175-87, 2018. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360131517302324> Acesso em: 11 abr. 2023.

FERRI-DE-BARROS, João Eliezer *et al.* Headache among medical and psychology students. **Arquivos de Neuro-psiquiatria**, São Paulo, v. 69, n. 3, p. 502-508, June 2011. Percepções de discentes de enfermagem sobre fatores geradores de estresse durante a graduação. <http://dx.doi.org/10.1590/S0004-282X2011000400018>

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**. Brasília, DF: Fonaprace, 2011.

GAIOTTO, Emiliana Maria Grando *et al.* Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 55, p. 114, 20 dez. 2021. <http://dx.doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003363>

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOERGEN, Pedro. Ciência, sociedade e universidade. **Educação & Sociedade**, Campinas, v.19, n. 63, p. 53-79, 1998.

GOMES, Claudia; COMONIAN, Julia Oliveira; ARAUJO, Crislaine Luisa. Sofrimento psíquico na universidade: uma análise dos sentidos configurados por acadêmicos. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Alfenas, v. 7, n. 2, p. 255-266, 2018. <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpds.v7i2.1909>

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019. Disponível em: <http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/revisao-integrativa-sofrimento-psiquico-em-estudantes-universitarios-e-fatores-associados/16374?id=16374> Acesso em: 02 jun. 2022 Acesso em: 11 abr. 2023.

LEÃO, Thiago; IANNI, Aurea; GOTO, Carine. Individualização e sofrimento psíquico na universidade: entre a clínica e a empresa de si. **Revista Humanidades & Inovação**, Palmas, v. 2, n. 9, p. 131-143, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1250> Acesso em 02 jun. 2022.

LEÃO, Thiago; IANNI, Aurea; GOTO, Carine. Sofrimento psíquico e a universidade em tempos de crise estrutural. **Em Pauta**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 44, p. 50-64, 2019. <https://doi.org/10.12957/rep.2019.45212>

MACÊDO, Shirley. Universitários em sofrimento psíquico: estudo em serviço escola do interior pernambucano. **Revista Nufen**, Belém, v. 13, n. 2, 2021. Disponível em: <https://submission-pepsic.scielo.br/index.php/nufen/article/view/22451>. Acesso em: 12 jun. 2022.

MARI, Jair Jesus; WILLIAMS, Paul. A validity study of a psychiatric screening questionnaire (SRQ-20) in primary care in the city of São Paulo. **The British Journal of Psychiatry**, London, v. 148, n. 1, p. 23-26, 1986. <https://doi.org/10.1192/bjp.148.1.23>

MARTINS-BORGES, Lucienne. Migração involuntária como fator de risco à saúde mental. **Remhu**, Brasília, DF, v. 21, n. 40, p. 151-162, June 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/remhu/a/5ybFYzvWhw9K6TXFHY9QVpD/abstract/?lang=pt> Acesso em: 11 abr. 2023.

MATOS, Nayara Andrade de. **Conhecendo o sofrimento psíquico dos universitários da Faculdade de Ceilândia**. 2013. 69f. Monografia (Bacharelado em Terapia Ocupacional) – Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2013. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/6906> Acesso em: 11 abr. 2023.

MINAYO, Maria Cecília de S. (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 8.ed. Petrópolis: Vozes, 1998.

OIKAWA, Fabiana Midori; GARCIA, Marcos Roberto Vieira. Sofrimento psíquico e assédio moral no contexto universitário. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 73, n. 1, p. 19-33, abr. 2021. <http://dx.doi.org/10.36482/1809-5267.ARBP2021v73i1p.19-33>

OMS. Organização Mundial de Saúde. **Preventing suicide: a global imperative**. [S. /], 2014. Disponível em: https://www.mhinnovation.net/sites/default/files/downloads/resource/WHO_Preventing%20Suicide%20Report_eng.pdf Acesso em: 18 abr. 2021.

OLIVEIRA, Ellen Synthia Fernandes de; BAIXINHO, Cristina Lavareda; PRESADO, Maria Helena Carvalho Valente. Qualitative research in health: a reflective approach. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 72, n. 4, p. 830-831, ago. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2019-720401>

PADOVANI, Ricardo da Costa et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 02-10, jun. 2014. Disponível em: https://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=188 Acesso em: 11 abr. 2023.

PANÚNCIO-PINTO, Maria Paula; COLARES, Maria de Fátima Aveiro. O estudante universitário: os desafios de uma educação integral. **Medicina**, Ribeirão Preto, v. 48, n. 3, p. 273-281, 2015. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v48i3p273-281>

RATANASIRIPONG, Paul; RATANASIRIPONG, Nop; KATHALAE, Duangrat. Biofeedback intervention for stress and anxiety among nursing students: a randomized controlled trial. **Isrn Nursing**, [S. /], v. 2012, p. 1-5, 28 jun. 2012. <http://dx.doi.org/10.5402/2012/827972>

SANTOS, Cenilza Pereira; SOARES, Sandra Regina. Aprendizagem e relação professor aluno na universidade: duas faces da mesma moeda. **Estudos em Avaliação Educacional**, São Paulo, v. 22, n. 49, p. 353-370, maio/ago. 2011. <https://doi.org/10.18222/ae224920111980>

SERAPIONI, Mauro. Métodos qualitativos e quantitativos na pesquisa social em saúde: algumas estratégias para a integração. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 187-192, 2000. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232000000100016>

SILVA, Felipe Costa; VIZZOTTO, Marília Martins. Perfil do estudante universitário usuário de tecnologias. **Psicólogo Informação**, São Bernardo do Campo, v. 17, n. 17, p. 39-55, 31 dez. 2013. <https://doi.org/10.15603/2176-0969/pi.v17n17p39-55>

SOUZA, Luciana Karine de. Pesquisa com análise qualitativa de dados: conhecendo a análise temática. **Arquivo brasileiro de psicologia**, Rio de Janeiro, v. 71, n. 2, p. 51-67, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180952672019000200005&lng=pt&tlng=pt Acesso em: 10 set. 2021.

TENÓRIO, Leila Pereira *et al.* Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 4, p. 574-582, Dec. 2016. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v40n4e00192015>

TESSER, Charles Dalcanale *et al.* Cuidado clínico e sobremedicalização na atenção primária à saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 1-7, 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sol00205>

UFT. Universidade Federal do Tocantins. **Plano de integridade da Universidade Federal do Tocantins (UFT)**: anexo da Resolução nº 25/2020 - Consuni. Brasília, DF: STPC: Cgipub, 2020. Disponível em: <https://repositorio.cgu.gov.br/handle/1/45874> Acesso em: 10 maio 2021.

WATTS, Anthony Gordon. Learning and employability. *In*: YORKE, Mantz. **Career development learning and employability**. New York: The Higher Education Academy, 2006. p. 1-30 Disponível em: <https://www.qualityresearchinternational.com/esecttools/esectpubs/watts%20career.pdf> Acesso em: 10 maio 2021.

XAVIER, Alessandra; NUNES, Ana Inês Belém Lima; SANTOS, Michele Steiner. Subjetividade e sofrimento psíquico na formação do sujeito na universidade. **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, Fortaleza, v. 8, n. 2, p. 427-451, jun. 2008. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/13>. Acesso em: 11 abr. 2023.

ZERMIANI, Thabata Cristy *et al.* Discurso do sujeito coletivo e análise de conteúdo na abordagem qualitativa em saúde. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 10, n. 1, p. 1-11, 31 jan. 2021. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i1.12098>

Submetido em: 03.08.2021

Revisado em: 23.05.2022

Aprovado em: 04.07.2022

Editor: Prof. Dr. Marcos Sidnei Pagotto-Euzebio

Alice Agnes Spíndola Mota é pós-doutora em comunicação e arte. Doutora em antropologia pelo Instituto Universitário de Lisboa, mestre em desenvolvimento regional e jornalista pela Universidade Federal do Tocantins. Atualmente é professora adjunta do curso de jornalismo na Universidade Federal do Tocantins.

Sidianny Mendes Pimentel é enfermeira e mestra em ciências da saúde pela Universidade Federal do Tocantins, especialista em enfermagem pediátrica e neonatal pela Faculdade Serras Gerais. Atualmente é enfermeira do Setor de Assistência à Saúde do estudante do Instituto Federal de Ensino do Tocantins.

Marta Romilda Spíndola Mota é médica pela Universidade Federal do Tocantins, especialista em medicina de família e comunidade (Universidade Federal do Tocantins/Universidade Luterana do Brasil). Atualmente é médica da Secretaria Municipal de Saúde de Florianópolis.