

## O CUIDADO COM A SAÚDE MENTAL NO MEIO ACADÊMICO: UMA ANÁLISE ENTRE OS ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE DE RIO VERDE

Área temática: Saúde

Coordenador da ação: Ma. Adriana Vieira Macedo Brugnoli<sup>1</sup>

Autores: Amanda Ferreira Franca<sup>2</sup>, Adriano Martins Rodrigues<sup>2</sup>, Laísa Miranda Mendonça<sup>2</sup>, Nádia Oliveira Cabral<sup>2</sup>, Neide Dayane de Moraes Borges<sup>2</sup>.

**RESUMO:** Devido às mudanças impactantes ao ingressar em uma universidade, tais como o distanciamento familiar, troca de amigos e professores, cobranças, abrir mão do lazer por horas de estudo, podem acarretar em ansiedade, estresse e outras psicopatologias, como depressão, e levar o indivíduo ao abuso de drogas e suicídio. Nesse sentido, um projeto de extensão longitudinal referido “Pit Stop da Saúde” foi realizado por docentes de diversos cursos da Universidade de Rio Verde – UniRV, o qual demonstra a importância e a realidade do apoio psicológico na instituição, essencial para que o estudante tenha auxílio para o enfrentamento dessas mudanças. Este trabalho, objetivou-se na coleta de dados dos alunos da UniRV, campus Rio Verde, afim de realizar um levantamento de dados sobre procura, adesão e informação no quesito apoio psiquiátrico, em suas variadas formas (psiquiatria, psicologia, núcleos de apoio aos universitários). Nos resultados parciais do projeto, um total de 819 acadêmicos da Universidade de Rio Verde, foram entrevistados, e destes, a maioria afirma nunca ter feito acompanhamento psicoterápico ou com psiquiatra, e que ainda, existe uma predominância do sexo feminino em busca desses serviços. Esses resultados demonstram importância para que se possa discutir e planejar estratégias mais efetivas a respeito da saúde mental dos estudantes da Universidade de Rio Verde.

Palavras chaves: Psicoterapia nas universidades; Saúde Mental; Apoio psiquiátrico; Apoio psicológico.

### INTRODUÇÃO

A atenção em saúde mental representa uma tarefa de rede articulada de serviços do sistema único de saúde, essa articulação deve incluir os recursos da

---

<sup>1</sup> Orientadora, Prof. Ma. da Faculdade de Medicina, Universidade de Rio Verde.

<sup>2</sup> Graduandas do Curso de Medicina, Universidade de Rio Verde.

comunidade para se constituir em verdadeiros espaços de inclusão no município, destinados às pessoas com sofrimento psíquico e/ou transtornos mentais, uma vez que para o enfrentamento de questões relacionadas à saúde mental, não só a família, mas também o suporte no meio acadêmico passou a ser visto como o principal suporte psicossocial (BARROSO; SILVA, 2011; RIBEIRO; INGLEZ-DIAS, 2011)

O ingresso à Universidade, apresenta um impacto na vida dos estudantes, uma vez representa mudanças como a saída da casa dos pais, distanciamento da família, mudança de cidade e troca de amigos e professores. Assim, frente a essas mudanças, os universitários podem apresentar psicopatologias relacionadas ao estresse, como ansiedade e depressão. Outros apresentam problemas alimentares e abusos de substâncias como álcool e drogas para o enfrentamento dessas situações. Dessa forma, a implantação de serviços de apoio psicológico demonstram importância, já que visam à facilitação da integração do estudante com a vida acadêmica. (SANTOS et al., 2015)

Os cursos universitários da área saúde, estão entre os mais concorridos e difíceis do país, principalmente o curso de medicina, exigindo desde o ingresso na faculdade, uma boa estrutura física e psicológica dos alunos por existir muita cobrança, disciplina e longas horas de estudo, favorecendo a alterações na saúde mental por falta de tempo para atividades sociais e lazer e/ou pela perda da liberdade pessoal que pode estar associado ao fato de morar distante da família (RODRÍGUEZ et al., 2013).

Assim, o reconhecimento da dimensão subjetiva e social do estudante no desenvolvimento terapêutico no campo da saúde mental é decorrente de movimentos revolucionários no modo de olhar e de cuidar da pessoa com sofrimento psíquico e/ou transtorno mental. Dessa maneira, evidencia-se o sujeito e suas singularidades em contraposição ao agir voltado para a doença, auxiliando um melhor retorno ou continuação das atividades sociais (RIBEIRO; INGLEZ-DIAS, 2011)

Dessa forma, a crescente de abandonos de cursos, queda de rendimento e surgimento de ansiedade mobilizam universidades e movimentos estudantis a estruturar grupos de prevenção e combate aos transtornos mentais. As ações, para oferecer ajuda ou prevenir problemas como depressão e suicídio, incluem a criação de núcleos de atendimento mental, palestras e até o acompanhamento de páginas dos alunos nas redes sociais (SANTOS et al., 2015).

O apoio psicológico é uma forma de terapia na qual, por meio da orientação psicológica, o indivíduo tem a possibilidade de expressar suas aflições, medos e anseios, com a finalidade de investigação e solução para os problemas vividos pelo mesmo. Por meio de sessões, existe a busca pelo alívio e compreensões de situações que causam mal-estar e sofrimento, tendo como finalidade principal, capacitar o discente a lidar com situações problemáticas e qualquer pessoa pode recorrer à essa forma de terapia, como em casos de luto, dificuldades escolares e familiares e crises profissionais (SANTOS et al., 2015).

Portanto, o presente trabalho, objetivou-se na coleta de dados dos alunos da Universidade de Rio Verde – UniRV, campus Rio Verde, afim de realizar um levantamento de dados sobre procura, adesão e informação no quesito apoio psiquiátrico, em suas variadas formas (psiquiatria, psicologia, núcleos de apoio aos universitários).

## **METODOLOGIA**

Este estudo consiste em um projeto de extensão longitudinal referido “Pit Stop da Saúde”, vivenciado pelos docentes”, das faculdades de Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Odontologia e Medicina da Universidade de Rio Verde – UniRV, com base na observação da realidade dos estudantes dos blocos da Instituição – Fazenda Fontes do Saber e Centro de Negócios, será apresentado resultados parciais, visto que o cronograma de execução está em período corrente.

Conforme cronograma estabelecido, foram realizadas palestras e orientações educativas sobre morbidades como obesidade, hipertensão e diabetes, e sobre a importância do cuidado com a saúde mental; triagem com questionário pré-determinado e aferição da pressão arterial, glicemia e cálculo do índice de massa corporal (IMC) auto referido. O protejo foi realizado no período matutino, vespertino e noturno, por nove dias no mês de abril do ano corrente, em três blocos da instituição proponente do projeto.

Foram entrevistados um total de 819 acadêmicos dos cursos de administração, educação física, ciências contábeis, direito, medicina, psicologia e agronomia, com idade variando entre 18 e 25 anos, de ambos os sexos. Após a apresentação das palestras nas salas de aula, triagem e aplicação de questionários com perguntas relacionadas sobre a temporalidade de apoio social, uma análise dos dados obtidos foi feita por meio do Microsoft Excel 2013, o qual demonstra a relação dos estudantes

que participaram do projeto, dos que procuram especialistas na área de saúde mental, além daqueles que afirmam não procurar esses serviços de forma adequada.

Para a formação deste artigo, os bancos de dados virtuais Scielo (Scientific Electronic Library Online), PEPSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia), PubMed e Digital Library of Theses and Dissertations of USP, foram consultados para a pesquisa aplicando-se os termos para busca “Saúde Mental nas Universidades”, “ Depressão nas Universidades”, “ Ansiedade entre os estudantes”, “ Estresse na formação acadêmica”, “ Psicoterapia nas universidades”, “ Apoio psicológico para estudantes de medicina”.

O total de artigos escolhidos foi determinado pelos seguintes critérios de inclusão: artigos com data de publicação a partir de 2007 e publicados no idioma inglês, português e espanhol; e como critérios de exclusão: artigos que fugiam à temática. Após a análise do total de 17 artigos pesquisados, obteve-se 10 artigos.

## **DESENVOLVIMENTO**

A vida universitária é conhecidamente um período estressante para os estudantes devido às mudanças que os acometem. Há estudantes que de maneira positiva respondem a tais processos, exibindo adaptação satisfatória e demonstrando resiliência em um contexto de conversão de aprendizado e desenvolvimento interpessoal a partir de impasses e obstáculos. Entretanto, evidenciam-se particularidades e características de cada graduação universitária, e frente a isso, alguns estudantes não se adaptam facilmente às exigências de sua formação, estando sujeitos a vivenciar notório sofrimento psíquico. Na maioria das vezes, não se oferecem ações institucionais que o ajudem a enfrentar essas novas realidades, possivelmente pelo fato de os aspectos subjetivos do cotidiano acadêmico estarem ofuscados pela racionalidade científica de tal (MOREIRA, VASCONCELLOS e HEATH, 2015).

Apesar da alta prevalência de sintomas psicológicos no meio estudantil, a literatura mostra que poucos indivíduos procuram apoio psicológico, devido a vários fatores, sendo os principais, escassez de tempo, paradigmas em relação às doenças mentais, estigma de tratamentos de alto custo, e dificuldades no acesso a profissionais de saúde mental. Muitos desses alunos chegam a relacionar a sobrecarga das atividades estudantis com transtornos psicológicos, salientando o início de tais condições (MOREIRA, VASCONCELLOS e HEATH, 2015).

Identifica-se que a busca de suporte emocional de modo geral, configura-se como estratégia relevante no enfrentamento de situações adversas, estando relacionado a melhores resultados sobre a saúde em geral o que pode ocorrer sob a forma de apoio psicológico, psiquiátrico ou acadêmico (SILVA et al, 2014). Existem diversas maneiras assimilar a saúde mental como um todo, englobando o apoio psicológico e o apoio psiquiátrico em conjunto de alta relevância (LOPES et al, 2015).

Identificar as especificidades, incidência e impactos delas nos domínios emocionais, cognitivos, físicos, interpessoais, e claro, acadêmicos, é especialmente relevante frente ao aumento da demanda de desenvolvimento de apoio à saúde mental em ambiente de nível superior. Entretanto, evidencia-se que muitas instituições de ensino superior não investem na criação de serviços de apoio ao acadêmico, e nem sempre presença e disponibilidade asseguram sua procura. Nas análises atuais, encontra-se resultados de não pretensão a receber qualquer tipo de apoio, com índices altos, por exemplo, de indivíduos que preferem resolver por si próprios seus problemas (PINTO, 2016).

Evidenciou-se situações inadequadas através dos resultados obtidos que parte das pessoas eram leigas para a referida temática, pois não sabiam do que se tratava, e também, casos de descontentamento com o assunto, até mesmo por receio de falar sobre tal. Observa-se que a maioria não faz ou nunca fez tratamento psicológico e psiquiátrico, no entanto, através de resultados obtidos, mostra-se principalmente o desconhecimento e falta de informação pelos estudantes sobre a problemática em meio universitário (LOPES et al, 2015).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao termino desta etapa do projeto obteve-se um total de 819 acadêmicos entrevistados regularmente matriculados nos cursos de administração, educação física, ciências contábeis, direito, medicina, psicologia e agronomia, com idade variando entre 18 e 25 anos, de ambos os sexos.

Após apresentação das palestras nas salas de aula foi realizado a triagem e aplicação de questionários com perguntas relacionadas sobre a temporalidade de apoio social.

O resultado inicial referente a Tabela 1 mostra que dos 819 universitários participantes do projeto, poucos procuram auxílio de profissionais qualificados na área de saúde mental. Em contraposição, na tabela 2, nota-se um número razoavelmente alto nos acadêmicos que afirmaram ter uma adequada procura médica, tanto em

situações necessárias quanto em consultas de rotina, porém de forma abrangente, não referindo apenas a apoio psiquiátrico/psicológico. Esses dados confirmam a imagem estereotipada, preconceituosa, distorcida e errônea que a população, em geral, tem sobre a utilidade de cuidar de sua mente

Resposta do entrevistado	Apoio psicológico atual	Apoio psicológico antigo	Apoio psiquiátrico atual	Apoio psiquiátrico antigo
NÃO	749	549	785	720
SIM	70	270	34	99
TOTAL	819	819	819	819

Tabela 1: Comparação dos dados de apoio psicológico x apoio psiquiátrico de acordo com as respostas de 819 acadêmicos de variados cursos, idades e sexo para as seguintes perguntas: “Você atualmente encontra-se em acompanhamento na psicoterapia?” “Você já fez acompanhamento psicoterápico?”, “Você atualmente faz acompanhamento com psiquiatra?” e “Você já fez acompanhamento com psiquiatra?”.

Resposta do entrevistado	Cuidado com a saúde
Adequado	354
Pouco adequado	144
Provavelmente adequado	204
Inadequado	116
Total	818

Tabela 2: Dados referentes às respostas dos entrevistados para a pergunta: “Como você avalia seu interesse em recorrer aos serviços médicos para a realização de exames de prevenção, rastreamento e detecção de doenças?”.

De acordo com Rabasquinho e Pereira (2007): Há uma predominância feminina (59,6%), o que indica serem as mulheres quem mais procura ajuda psicológica (assim como demonstrado na Tabela 3). Esta diferença pode ser explicada por variados fatores, entre eles a maior facilidade que a mulher apresenta em assumir o papel de doente, papel muitas vezes socializado, visto que a mulher foi culturalmente olhada como o gênero mais fraco, logo a expressão dessa fragilidade pela doença é culturalmente bem aceite para o gênero feminino, como demonstrado por muitos

autores (Canetto 1997, 1991; Cloninger et al., 1988; Sher & Trull, 1994; Zucker et al., 1995; Zuckerman, 1994).

	Apoio psicológico atual	Apoio psicológico antigo	Apoio psiquiátrico atual	Apoio psiquiátrico antigo
Feminino	493	493	493	493
SIM	56	199	28	65
NÃO	437	294	465	428
Masculino	326	326	326	326
SIM	14	71	6	34
NÃO	312	255	320	292
Total	819	819	819	819

Tabela 3: Dados referentes à procura de acompanhamento mental nos sexos feminino e masculino durante a coleta de dados do projeto. Na qual, demonstra resultados similares ao dos demais pesquisadores da área, ou seja, superioridade dos números femininos que procuram auxílio em comparação ao sexo masculino.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os objetivos de analisar o apoio psiquiátrico, infere-se que com as entrevistas realizadas com diversos cursos, com indivíduos de idades alternadas com prevalência nos jovens, e em relação aos sexos a maior parte eram femininos; dessa forma, a maioria em nenhum momento teve apoio psicológico e psiquiátrico sendo atual ou antigo. Em relação aos entrevistados 43,27% deles alegam que o cuidado da saúde é adequado, sendo este superior, já outros participantes discordam relatando que a saúde é inadequada, representado por 14,18%, inferior em relação as outras respostas já citadas. Assim, inclui-se, a necessidade de mais programas de apoio psicológico e psiquiátrico com foco no bem-estar da saúde mental, onde deveriam incorporar em todos os cursos de ensino superior ações de pesquisas e divulgação no âmbito estudantil em relação a este assunto. Portanto com intensão de levar informações e conhecimentos para uma melhor qualidade de vida e bem-estar, percebemos que a saúde mental de cada estudante deveria entrar como uma das principais temáticas para formação acadêmica.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROSO, Sabrina Martins; SILVA, Mônia Aparecida. Reforma Psiquiátrica Brasileira: o caminho da desinstitucionalização pelo olhar da historiografia. **Rev. SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 1, p. 66-78, jun. 2011

CHAVES, Erika de Cássia Lopes et al. **Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal**. Revista Brasileira de Enfermagem, [s.l.], v. 68, n. 3, p.504-509, jun. 2015.

MOREIRA, Simone da Nóbrega Tomaz; VASCONCELLOS, Rafael Luiz dos Santos Silva; HEATH, Nancy. **Estresse na Formação Médica: como Lidar com Essa Realidade?**. Revista Brasileira de Educação Médica, [s.l.], v. 39, n. 4, p.558-564, dez. 2015.

PINTO, Antonio Germane Alves et al. **Apoio matricial como dispositivo do cuidado em saúde mental na atenção primária: olhares múltiplos e dispositivos para resolubilidade**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v.17, n. 3, p. 653-660, Mar. 2012.

PINTO, Joana Carneiro et al. **Identificação de necessidades de intervenção psicológica: um estudo-piloto no ensino superior português**. Psicologia Usp, [s.l.], v. 27, n. 3, p.459-472, 25 ago. 2016.

RABASQUINHO, Cidália; PEREIRA, Henrique. Género e saúde mental: Uma abordagem epidemiológica. **Aná. Psicológica**, Lisboa, v. 25, n. 3, p. 439-454, 2007.

RIBEIRO, José Mendes; INGLEZ-DIAS, Aline. Políticas e inovação em atenção à saúde mental: limites ao descolamento do desempenho do SUS. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 12, p. 4623-4634, Dec. 2011 .

RODRIGUEZ R., Fernando et al. Hábitos alimentarios, actividad física y nivel socioeconómico en estudiantes universitarios de Chile. **Nutr. Hosp.**, Madrid, v. 28, n. 2, p. 447-455, abr. 2013 .

SANTOS, Anelise Schaurich dos et al. Atuação do Psicólogo Escolar e Educacional no ensino superior: reflexões sobre práticas. **Psicol. Esc. Educ.**, Maringá, v. 19, n. 3, p. 515-524, dez. 2015 .

SILVA, Adriano Gonçalves; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos; LIMA, Maria Cristina Pereira. **Apoio social e transtorno mental comum entre estudantes de Medicina**. Rev.bras. epidemiol., São Paulo , v. 17, n. 1, p. 229-242, Mar. 2014.