

PERSPECTIVAS DE GRADUANDOS DO CURSO DE FONOAUDIOLOGIA RELACIONADAS À SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE

Perspectives of speech therapy undergraduate students related to mental health at the university

Vitor Martins Guessser¹
Carolina Rogel de Souza²
Aline Megumi Arakawa-Belaunde³

Artigo encaminhado: 25/06/2021
Artigo aceito para publicação: 10/10/2024

RESUMO

Objetivo: Investigar aspectos que influenciam a saúde mental de estudantes do curso de Fonoaudiologia de uma universidade federal. Métodos: Trata-se de um estudo descritivo, exploratório, de caráter qualitativo, realizado com graduandos do curso de Fonoaudiologia de uma universidade pública. A pesquisa foi realizada por meio de um questionário *online* contendo perguntas fechadas e abertas, posteriormente analisados de acordo com a Análise de Conteúdo em sua modalidade temática. Resultados: Participaram 43 estudantes, em sua maioria do gênero feminino, com média etária 22 anos, a maioria autodeclarada de raça/cor/etnia branca, solteiros e sem filhos, com renda mensal de dois a quatro salários mínimos. Pode-se verificar a presença de três categorias, sendo elas: (i) Paradoxos na realização das ações promotoras da saúde; (ii) Temáticas positivas e negativas que se relacionam com o estar estudante na universidade; (iii) Sugestões de resoluções dos aspectos salientados como negativos à universidade. Conclusões: Percebe-se a influência dos fatores positivos e negativos advindos do ambiente universitário na vida e saúde mental dos discentes, estimulando à reflexão sobre a necessidade de ações voltadas à essa população durante o período de formação universitária ao aprimorar a experiência vivida por estes jovens.

¹ Fonoaudiólogo. Mestre pela Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC. E-mail: fonovitorguessser@gmail.com

² Fonoaudióloga. Doutora. Docente do Departamento de Fonoaudiologia da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC. E-mail: carolina.rogel@ufsc.br. *In Memoriam*.

³ Fonoaudióloga. Doutora. Docente do Departamento de Fonoaudiologia da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC. E-mail: arakawa.aline@ufsc.br

Palavras-chave: Saúde mental; Fonoaudiologia; Estudantes; Serviços de Saúde para Estudantes.

Abstract

Objective: To investigate aspects that influence the mental health of students of the Speech-Language Pathology course of a federal university. **Methods:** This is a descriptive, exploratory, qualitative study, carried out with graduate students of Speech-Language Pathology course at a public university. The research was carried out through an online questionnaire containing closed and open questions, subsequently analyzed according to Content Analysis in its thematic modality. **Results:** 43 students participated in the study, mostly female, with an average of 22 years, the majority self-declared race/color/ white ethnicity, single and childless, with monthly income of two to four minimum wages. The presence of three categories can be verified: (i) Paradoxes in carrying out health promotion actions; (ii) Positive and negative themes related to being a student at university; (iii) Suggestions for resolving aspects highlighted as negative for the university. **Conclusions:** It is possible to verify the presence of three categories and their subcategories. The influence of the positive and negative factors of the university environment on the students' life and the impact on the mental health of the students was perceptible stimulating the reflection on the need for services and programs to subsidize this population during the period in order to improve the experience of these young people.

Keywords: Mental Health; Speech Language and Hearing Sciences; Students; Student Health Services.

1 INTRODUÇÃO

A Reforma Psiquiátrica se insere num contexto mundial que objetivou mudar a atenção aos portadores de transtornos mentais de forma humanizada e com qualidade, bem como a extinção da violência asilar, fazendo parte deste processo, os profissionais da saúde, usuários, familiares, gestores e setores organizados da sociedade. Assim um novo cenário na Saúde Mental do Brasil foi construído através da abertura e reorientação das instituições e ao

estabelecimento da ética do não-isolamento, ou seja, da convivência social com o louco e com a loucura (ALMEIDA, CUNHA, SOUZA; 2015).

Alinhado com os princípios da Reforma Psiquiátrica, a Política Nacional de Saúde Mental (Lei 10.216/01) tem como proposta regulamentar os direitos das pessoas que possuem transtornos mentais e extinguir os manicômios no país. Esta lei, conhecida como a “Lei da Reforma Psiquiátrica” objetiva instituir a proteção e direitos de indivíduos portadores de transtornos mentais, bem como redirecionar o modelo assistencial em saúde mental (BRASIL; 2001). A partir do Decreto Presidencial nº 7508/2011 (BRASIL;2011), a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) foi ampliada, passando a integrar o conjunto das redes indispensáveis na constituição das regiões de saúde e, dentre os equipamentos usados para substituir o modelo manicomial, é possível citar alguns serviços disponibilizados pelo Ministério da Saúde, como o Serviço Residencial Terapêutico, os Centros de Atenção Psicossocial, as Enfermarias de Saúde Mental em hospitais gerais, entre outros. É válido lembrar que as Unidades Básicas de Saúde desempenham um papel fundamental na composição dessa rede comunitária de subsídio à saúde mental (LYKOUROPOULOS & HERRERO; 2015).

A saúde mental engloba a realização no trabalho e cotidiano, bem como uma boa relação e interação social, lazer e atenção às necessidades dos indivíduos (ALMEIDA FILHO, COELHO, PERES; 1999). Os estudos da neurociência e da medicina do comportamento mostraram que, como muitas doenças físicas, os transtornos mentais e comportamentais resultam de uma complexa ligação de fatores biológicos, psicológicos e sociais (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2001).

O sofrimento mental se trata do conjunto de males que acometem as pessoas, como lutos mal resolvidos, as variáveis violências do cotidiano, ansiedade e sofrimento social, prejudiciais à vida e muitas vezes imperceptível aos outros (SILVA et al.; 2017). Tais condições podem ser observadas em diferentes grupos populacionais, entre eles os jovens, como os universitários. É válido destacar a importância em identificar a vulnerabilidade e bem-estar psicológico dos estudantes universitários, que podem apresentar sinais e sintomas comuns à síndrome de *burnout*, estresse, depressão e ansiedade (PADOVANI et al.; 2014).

A graduação prepara os estudantes para a atuação em sua especialidade e, dentre a amplitude de profissionais que atuam no âmbito da saúde mental, tem-se a contribuição da fonoaudiologia no desenvolvimento de ações em prol da saúde do indivíduo e o processo de comunicação ao oferecer apoio à atenção aos adultos com históricos de internação e crianças com variados transtornos psíquicos, que podem apresentar dificuldades comunicativas evidenciando, deste modo, a importância dessa profissão para o desenvolvimento da saúde mental da população (LYKOUROPOULOS & HERRERO; 2015).

2 OBJETIVO

Investigar aspectos que influenciam a saúde mental de estudantes do curso de Fonoaudiologia de uma universidade federal.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

O tipo de estudo é descritivo, exploratório, de caráter qualitativo, tendo como critério de inclusão graduandos da Universidade Federal de Santa Catarina com matrícula regular no curso de Fonoaudiologia, que aceite participar voluntariamente e assine o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de exclusão foram graduandos que estiveram afastados do curso, seja por licença médica, questões pessoais ou trancamento do curso no período da coleta.

Aplicou-se um questionário adaptado pelos pesquisadores com base no estudo Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior - ANDIFES (2018) a fim de verificar o perfil sociodemográfico e dificuldades emocionais que afetam o desempenho acadêmico. Também se aplicou questões abertas a fim de complementar as informações em que os alunos relataram fatores que os afetam na universidade e no curso, qual o apoio que ele procura durante os períodos de dificuldades e o que pode ser proposto para modificar os fatores negativos.

A pesquisa foi desenvolvida por meio de um formulário *online*, disponibilizado aos alunos do curso de graduação de fonoaudiologia da

Universidade Federal de Santa Catarina, entre os meses de agosto e setembro de 2018. Primeiramente, o *link* disponibilizou o TCLE para esclarecimentos do propósito da pesquisa e seus aspectos éticos. Após a leitura a pessoa poderia aceitar ou recusar participar da pesquisa. Ao aceitar, o participante foi direcionado aos questionários e em caso de recusa, direcionado à sessão de encerramento.

Os dados foram analisados de acordo com a Análise de Conteúdo em sua modalidade temática (MINAYO; 2014), que se apropria de três momentos em sua metodologia. A primeira se trata da fase exploratória da pesquisa, a segunda fase é a de trabalho de campo e por fim, a terceira fase, denominada de tratamento do material.

O presente estudo encontra-se aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina, CAAE: 92637118.7.0000.0121, parecer 2.836.282 e iniciada seguindo os princípios éticos da Resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/12.

4 RESULTADOS

Do total de 193 alunos regularmente matriculados no Curso de Fonoaudiologia, 43 (22,28%) estudantes participaram da pesquisa. A população caracteriza-se por ter em sua grande maioria estudantes do gênero feminino 41 (95,35%), com idade mínima e máxima de 19 e 50 anos respectivamente, sendo a média de 22 anos (dp = 6,12), 32 (74,42%) autodeclarados de raça/cor/etnia branca, 30 (69,77%) solteiros, 39 (90,70%) sem filhos. Dentre os estudantes 23 (53,49%) residiam na mesma cidade do campus da Universidade antes do ingresso, 26 (60,67%) moram com mais de uma pessoa, 32 (74,42%) trabalham, 42 (97,67%) possuem ensino superior incompleto e 26 (60,47%) tem renda mensal do grupo familiar entre dois a quatro salários mínimos (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização da amostra de estudantes

Variáveis	N	%
-----------	---	---

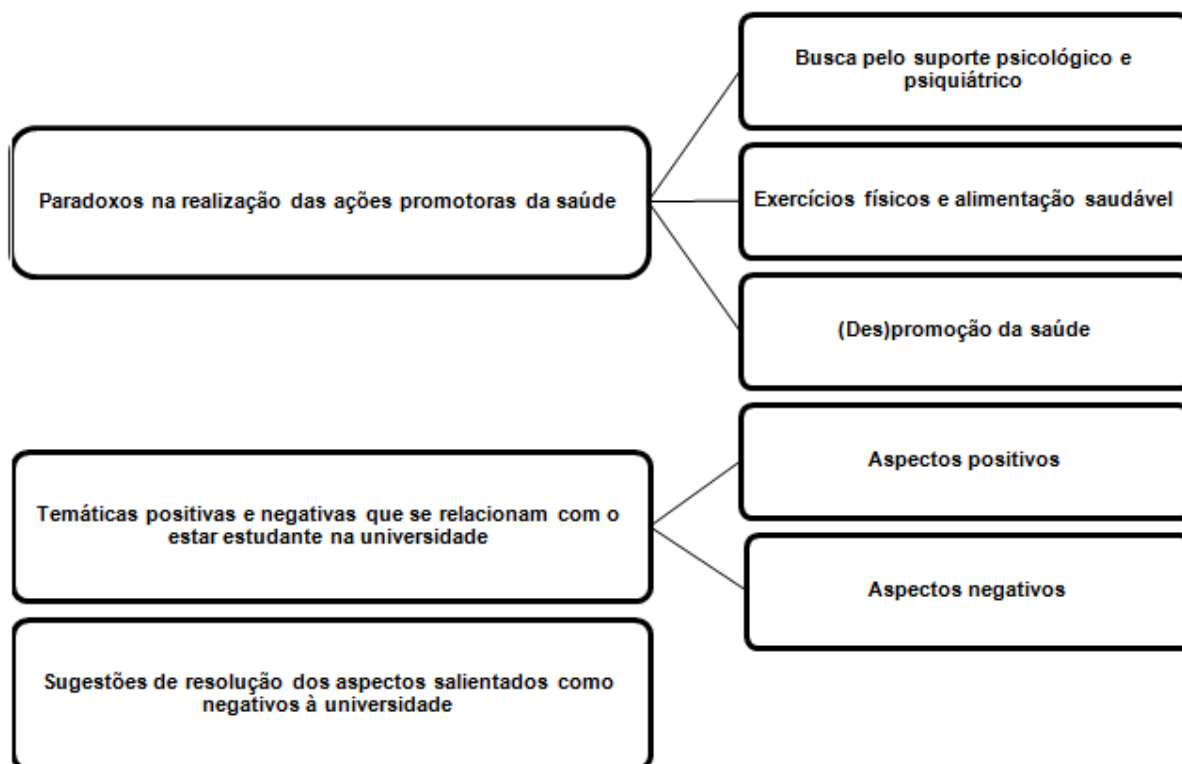
Sexo	Masculino	2	4,65
	Feminino	41	95,35
Raça/Cor/Etnia	Pardo	6	13,95
	Branco	32	74,42
	Negro	4	9,30
	Amarelo	1	2,33
Situação Conjugal	Solteiro(a)	30	69,77
	Casado(a)	7	16,28
	Vivendo com um companheiro(a)	6	13,95
Tem filhos?	Sim	4	9,30
	Não	39	90,70
Onde morava antes de ingressar na Universidade?	Na mesma cidade do campus da sua Universidade	23	53,49
	Outra cidade da microrregião/região da Universidade	16	37,21
	Em outro estado da Região Norte	1	2,33
	Em outro estado da Região Centro-Oeste	1	2,33
	Em outro estado da Região Sul	1	2,33

	Em outro estado da Região Sudeste	1	2,33
Situação atual de moradia	Sozinho (a)	5	11,63
	Com uma pessoa	12	27,91
	Com mais de uma pessoa	26	60,47
Você trabalha?	Sim	11	25,58
	Não	32	74,42
Escolaridade	Superior incompleto	42	97,67
	Superior completo	1	2,33
Renda mensal do grupo familiar	Até 1 salário mínimo	3	6,98
	De 2 a 4 salários mínimos	26	60,47
	De 5 a 8 salários mínimos	9	20,93
	Maior de 8 salários mínimos	5	11,63

Fonte: elaborado pelos autores. 2019.

Diante das respostas obtidas no questionário, pode-se verificar a presença de três categorias e suas subcategorias representadas no organograma (Figura 1), sendo elas:

Figura 1. Organograma das categorias e subcategorias após análise das respostas do questionário



Fonte: elaborado pelos autores. 2019.

4.1 Paradoxos na realização de ações promotoras da saúde

Quando questionados sobre as ações promotoras da saúde, parte dos participantes pontuaram temáticas relacionadas ao acompanhamento profissional sendo ele psicoterapêutico e psiquiátrico, a busca pela realização de atividades físicas bem como a alimentação saudável, o convívio social e as práticas realizadas fora do âmbito acadêmico que possibilitem modificar a rotina. Além disso, observou-se como a priori, momentos de lazer e descanso, que também são citados como uma forma de promover a saúde. Em contrapartida, houveram relatos (de uma minoria de participantes) que afirmaram não ter uma prática constante de cuidados e atenção à saúde no período da realização da pesquisa.

A seguir são apresentadas falas que ilustram o modo de promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida, sendo que ao ser relatado por alguns universitários a falta de busca por essas práticas, é levantada uma reflexão acerca de tal assunto.

4.1.1 Busca pelo suporte psicológico e psiquiátrico:

Psicoterapia e tratamento psiquiátrico...(E15)
...faço acompanhamento psicológico e psiquiátrico.(E19)

4.1.2 Exercícios físicos e alimentação saudável:

Tento praticar esportes todos os dias, mudo pequenas coisas no meu dia-a-dia para sair um pouco da rotina... (E5)
Cuidando o máximo possível da alimentação e praticando exercícios físicos. (E12)
Tento me manter ativa física e psicologicamente. (E28)

4.1.3 (Des)promoção da saúde:

Não faço nada pra promover minha saúde. (E29)
...a falta de tempo para si mesmo, para cuidados básicos como consultas médicas, atividades físicas diárias, socialização com familiares e amigos. (E12)
Pressão do dia-a-dia, carga horária muito pesada em algumas fases (semestres); estresse; poucas horas de sono; ter que deixar a vida social de lado... (E38)

4.2 Temáticas positivas e negativas que se relacionam com o estar estudante na universidade

4.2.1 Aspectos positivos

Foram pontuados como aspectos positivos a estrutura da instituição, o ensino gratuito, o convívio social com pessoas de diferentes culturas e opiniões divergentes, as oportunidades de crescimento profissional e pessoal, além de recursos oferecidos pela universidade que auxiliam na permanência estudantil como aqueles direcionados de cidades diferentes da Instituição de Ensino Superior (IES).

“A universidade é grande, com pessoas de todos os tipos, podendo fazer novas amizades. Gosto muito do arborismo. Ver a natureza me acalma.” (E18)

“A estrutura da universidade, RU (restaurante universitário), biblioteca...” (E30)

“A diversidade da faculdade me afeta positivamente. Gosto de estar cercada por pessoas e opiniões diferentes, acredito que a diversidade é muito construtiva para o equilíbrio da sociedade.” (E35)

Para garantir uma boa vivência durante a graduação, a existência de programas de auxílio e permanência torna-se necessária. Neste sentido, a IES onde os participantes desta pesquisa estão inseridos recebeu boas avaliações por ser uma universidade pública e que dispõe de bolsas e projetos que melhoram a qualidade de ensino.

“Universidade gratuita, boa estrutura na clínica escola, diversidade de pessoas.” (E17)

“Bolsas da PRAE; Ensino gratuito; Extensões.” (E34)

4.2.2 Aspectos negativos

Em um segundo momento, os participantes também referiram aspectos negativos que se evidenciaram relacionados aos discentes, docentes, à instituição de ensino, além do distanciamento dos familiares daqueles advindos de outros municípios.

Alguns participantes citam os serviços disponibilizados pela universidade como fator positivo, contudo, as insuficiências e a escassez dentro desses próprios recursos são aspectos que impactam negativamente junto às percepções analisadas.

Culpabilização dos alunos, geralmente os professores não são contestados e quando são, agem com vaidade e descaso. (E1)

Professores e alunos que não aceitam opiniões diferentes e ficam julgando e maltratando. Egocentrismo. (E41)

Falta de segurança generalizada, falta de recursos, políticas pobres de permanência estudantil. (E5)

Falta de professores. (E17)

Acho uma ótima universidade, porém péssima gestão. (E28)

Adicionalmente, a energia e o tempo disponibilizado para locomoção e atividades relacionadas à universidade pode ser fator de piora da saúde mental dos estudantes, como foi relatado pelos integrantes da pesquisa.

O fator negativo seria a rotina puxada por conta do curso, fico mais tempo na universidade do que em casa ou em lugares para me divertir e descontraír. (E6)

A forma de avaliação e trabalhos que acabam tirando os horários que poderiam ser de lazer, assim causando estresse e sensação de incapacidade. (E27)

A enorme quantidade de energia empenhada na faculdade (tempo de deslocamento, tempo de espera na fila do RU e tempo em sala e fora de sala para estudar) me causa grande ansiedade, algo que nunca tive. (E39)

4.3 Sugestões de resolução dos aspectos salientados como negativos à universidade

Sendo assim, os participantes mencionam sugestões que podem melhorar a adaptação acadêmica, como maior elaboração de auxílio para permanência na universidade, reorganização da grade curricular, maior atenção à saúde mental dos estudantes, entre outros.

Mais projetos de permanência de estudantes na universidade e mais professores para o curso (E8)

Melhor distribuição dos horários (de aula), abordar mais a saúde mental dos estudantes... um método melhor para selecionar quem deve receber os auxílios da universidade. (E12)

Melhorar a questão de isenção para alunos com baixa renda, para conseguirem ajuda no transporte e alimentação... (E15)

5 DISCUSSÃO

As características da população de estudo e sociodemográficas podem ser comparadas com os dados presentes em um estudo (LAMEU, SALAZAR, SOUZA; 2016) em que a amostra apresenta 90,20% de estudantes solteiros, com média etária de 22,07 anos (dp = 3,96) e 96,50% sem filhos. Além disso, os autores evidenciaram que, quando comparado com o gênero masculino, a ocorrência de stress em estudantes do gênero feminino é significativamente maior (56,20%). Adicionalmente, é possível observar que há predominância de sintomas depressivos e de ansiedade em estudantes do gênero feminino (LANYYER et al.;2016), concluindo-se assim que esta é uma população com alto índice de vulnerabilidade para sintomas psicopatológicos. Em uma amostra de 634 estudantes de uma universidade federal, os resultados mostraram que os sintomas mais comuns foram o cansaço constante (49,30%), pensamento constante em um só assunto (46,90%), sensação de desgaste físico (46,20%), além de problemas de memória (38,40%) (LAMEU, SALAZAR, SOUZA; 2016).

Após identificar sintomas psicológicos como alto nível de ansiedade e qualidade de vida afetada de estudantes da área da saúde, foi realizado uma intervenção de oito sessões de psicoterapia obtendo-se resultados positivos relacionados aos níveis de ansiedade (LANYYER et al.;2016), possibilitando a

reflexão sobre a importância do desenvolvimento de programas tanto pela universidade, quanto pelos cursos de graduação, visando melhorar a saúde mental dos discentes. Em relação a isso, quando questionados em relação a necessidade de atendimento psicológico, a grande maioria dos estudantes afirmam já terem sentido necessidade desse tipo de atendimento (LAMEU, SALAZAR, SOUZA; 2016).

Vale ressaltar que a promoção da saúde mental não cabe apenas aos psicólogos e psiquiatras, mas também a outros profissionais da saúde e até mesmo aos docentes, os quais têm grande importância no cuidado dos seus alunos, propiciando bem-estar e acolhimento dentro da universidade (HUGHES et al.; 2018). Deste modo, na universidade do presente estudo, é possível citar projetos que visam acolher os universitários com assistência psicológica, como o Serviço de Atendimento Psicológico (SAPSI); com terapias alternativas, como o Projeto Amanhecer; além da utilização da arte para promover a transformação de hábitos e comportamentos, como o Núcleo de Humanização, Arte e Saúde (NUHAS), constituído por profissionais da saúde, alunos de diferentes cursos e universidades e membros da comunidade; e o Núcleo de Apoio Psicossocial e Pedagógico ao Aluno, que tem como objetivo realizar atendimento, suporte e orientação aos discentes que se encontram em sofrimento mental, dificuldade com demandas acadêmicas e situação de vulnerabilidade (UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA; 2018).

Além das formas de auxílio citados acima, outra forma de promoção da saúde ocorre através de práticas influenciadoras na qualidade de vida, conforme a Política Nacional de Promoção da Saúde (2014) (BRASIL; 2014) com temas como “Alimentação adequada e saudável” e “Práticas corporais e atividades físicas” são identificados como prioritários. O primeiro traz como objetivo a redução da pobreza, inclusão social e garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável através de ações promotoras da saúde e segurança alimentar e nutricional. Já o segundo tema incentiva a melhora das condições dos espaços públicos através de atividades culturais como jogos, brincadeiras, danças populares, promovendo ações, aconselhamento e divulgando práticas corporais e atividades físicas.

Pode-se inferir que quanto maior o apoio vivenciado pelos estudantes, melhor a capacidade emocional para lidar com as adversidades repercutindo

assim na resiliência relacionada aos desafios inerentes da universidade. Tal apoio pode ser aquele advindo dos familiares e amigos, os quais são importantes para promoção da saúde e bem-estar do sujeito.

Ainda há aqueles que referiram não buscar a melhoria da saúde e qualidade de vida, sendo possível hipotetizar tal fato pelo motivo de que as escolhas e práticas de autocuidado muitas vezes dependem da autopercepção do estado de saúde que o sujeito possui (COELHO et al.; 2017). Quando se trata de universitários, o estigma social, o medo da quebra de sigilo e o desejo de manter conversas com pessoas com quem já possui vínculo são alguns motivos pelos quais estes não buscam ajuda de um serviço profissional (HUGHES et al.; 2018), sendo que as taxas de procura por ajuda profissional são de apenas 30% (HUGHES & WILSON, 2017).

No estudo (ALBUQUERQUE, SILVA, KUHNEN; 2016) os autores referem que as estruturas como centros acadêmicos, biblioteca central e os espaços verdes como espaços que promovem descanso, encontros, diálogos e lazer, os quais possibilitam o desenvolvimento pessoal e reparação dos aspectos psicoemocionais pois oferecem atividades para além daquelas vivenciadas no ambiente acadêmico. Outro local que compõe o campus universitário é o Restaurante Universitário, que tem como objetivo atender os universitários, promovendo a saúde através de uma alimentação de qualidade e diversificada (UFSC, 2018). Este ambiente, além de oferecer refeições de baixo custo, também se torna propício para interação com outros estudantes.

Os relatos dos participantes da pesquisa evidenciam como aspecto positivo a interação com pessoas no ambiente universitário, sendo que ao longo da graduação encontram sujeitos de diferentes faixas etárias, papéis sociais (como funcionários, professores e estudantes) e características pessoais, fazendo com que as interações sejam diversificadas.

Deste modo, algumas habilidades sociais podem ser necessárias para que haja uma boa interação, como resolução de problemas, diálogos sobre questões do âmbito universitário, criação de vínculo. Pode-se constatar que o cotidiano universitário apresenta muitas oportunidades de aprendizagem, tanto acadêmicas como sociais e socioemocionais, sendo que o estudante pode aprender novos métodos de estudo para atender as demandas curriculares e desenvolver a maturidade em seus relacionamentos, por meio da observação e

instruções recebidas por colegas, professores e funcionários (SOARES, PRETTE; 2015).

Como é um tema prioritário das Políticas Nacionais de Promoção da Saúde (BRASIL; 2014), ações como promover a cultura da paz e dos direitos humanos, mobilizar ações que estimulem a convivência e fortalecimento de vínculos e o respeito às diversidades são importantes para um estimular um bom convívio social em todos os ambientes, inclusive no universitário. A maioria dos participantes da pesquisa (53,49%) já residiam na cidade onde se encontra o campus universitário, entretanto, é válido lembrar que 20 (46,51%) dos participantes provém de cidades distantes de onde se localiza o campus e, mesmo sendo minoria, três (6,98%) participantes têm renda familiar de até um salário mínimo, necessitando de serviços de auxílio à permanência. Deste modo, em algumas situações torna-se necessário o auxílio do Plano Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), que objetiva apoiar a continuidade de estudantes de baixa renda que estão matriculados em Instituições Federais de Ensino Superior (IFES), visando proporcionar igualdade nas oportunidades e melhorias na qualidade de ensino (BRASIL; 2010). Contudo, ainda se faz necessário a distribuição adequada dos financiamentos, objetivando principalmente abranger a atenção à saúde dos estudantes das IFES, já que é um público com grande vulnerabilidade.

Dados apontam que dentre 81,1% dos estudantes que saíram de casa para cursar o ensino superior, 22,7% vivem em uma residência universitária (TOMÁS et al.; 2014). Com isso, evidencia-se que a universidade tem papel importante na promoção de oportunidades para os acadêmicos através de recursos disponibilizados, como a moradia estudantil, a qual tem como objetivo geral acolher universitários em situação socioeconômica desfavorável e proporcionar permanência na instituição (UFSC; 2018). Sendo assim, conclui-se que a estrutura e recursos disponibilizados pela universidade podem interferir nas experiências vivenciadas pelos acadêmicos, impactando no aprendizado e compromisso com a graduação.

O suporte social, a inteligência emocional e a personalidade são variáveis que predizem a adaptação emocional e pessoal dos estudantes (TOMÁS et al.; 2014), sendo assim a universidade pode tornar a graduação uma experiência mais positiva fornecendo espaços que possuam atendimento

psicológico voltado aos estudantes, visando não só melhorar a adaptação como também auxiliar aqueles que se encontram em momentos de crise (OLIVEIRA, SANTOS, DIAS; 2016).

Os universitários relatam que não possuem muito tempo para se dedicar ao lazer, utilizando como argumento que ao realizar atividades acadêmicas fora da universidade, resta pouco tempo para outras práticas. Soma-se a tais dados que 77% dos universitários de uma IES paulista destacaram a falta de tempo como um dos principais dificultadores para realizar atividades de lazer, além da distância entre a faculdade e a moradia, que correspondia a 13% da amostra (BUZACARINI, CORRÊA; 2015). Adicionalmente, um estudo evidenciou que 89% dos acadêmicos de diferentes cursos de uma universidade paulista afirmaram que a rotina universitária interfere negativamente nos seus níveis de estresse. Desses alunos, 43,2% informaram que a quantidade excessiva de trabalhos e provas impactam no bem-estar mental, 28,7% citam a falta de tempo e 27,3% mostram descontentamento com a grande quantidade de matérias ministradas pelo curso (MORETTI, HÜBNER; 2017).

As demandas universitárias podem gerar sentimento de ansiedade entre os discentes, sendo possível observar que esse sentimento acomete principalmente os jovens que se encontram na fase de transição entre o final da adolescência e o início da vida adulta, a qual é marcada por mudanças psicossociais importantes (WILLIAMS, et al, 2015), sendo este um fator de alerta para que as IES acompanhem o desenvolvimento psicossocial dos discentes. Deste modo, para garantir um suporte apropriado, é vital que o relacionamento entre os alunos e a universidade seja harmônico, caso contrário, pode-se haver influência sob algum fator de risco para o aluno, como pouca comunicação, autolesão e tentativas de suicídio (HUGHES, PANJWANI, TULCIDAS; BYROM, 2019).

É comum os alunos terem que abordar pessoas investidas de autoridade, diante das quais pode ser difícil se manifestar e se afirmar socialmente, dificultando o convívio interpessoal entre estudantes e seus professores (SOARES, PRETTE, 2015). Em um estudo (MORETTI, HÜBNER, 2017) observou-se que as atitudes dos docentes foram citadas como uma das ações que agravam os níveis de estresse dos universitários, contudo, foi perceptível que o corpo docente teve um papel fundamental no apoio aos

alunos em sofrimento mental, desempenhando papéis relacionados à comunicação, educação e orientação (SANTOS, OLIVEIRA, DIAS, 2015).

Ao se deparar com as adversidades oriundas das demandas acadêmicas ou pessoais, há uma procura dos discentes pelos colegas com quem possuem laços de amizade e afinidade já estabelecidos, entretanto, podem haver divergências entre acadêmicos de um mesmo curso devido a uma atitude individualista e competitiva, podendo dificultar a construção de laços de amizade e, conseqüentemente, a adaptação à universidade. Adicionalmente, os alunos veteranos também são citados como um grupo que deveria ser instruído a receber os recém ingressos na universidade, a fim de acolhê-los e evitar possíveis discriminações (OLIVEIRA, SANTOS, DIAS, 2016).

6 LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Por fim, algumas limitações podem ser pontuadas como a baixa adesão dos graduandos à pesquisa mesmo sendo realizados três convites online e verbalmente realizados em salas de aula, somado à baixa taxa de resposta de algumas perguntas.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos achados da pesquisa, foi perceptível a influência dos fatores positivos e negativos advindos do ambiente universitário na vida dos discentes e o impacto na saúde mental dos mesmos. Desta forma, os resultados estimulam a reflexão sobre a necessidade de serviços e programas para subsidiar essa população durante o período de graduação a fim de aprimorar a experiência vivida por estes jovens.

Salienta-se a importância de estudos sobre a saúde mental dos estudantes por ser uma população de alto risco devido a sentimento de pressão relacionado às demandas acadêmicas, necessidade de adaptações, baixa prática de ações promotoras da saúde, dentre outros fatores que impactam em sua qualidade de vida.

8 REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Dayse da Silva; SILVA, Dnyelle Souza; KUHNEN, Ariane. Preferências ambientais e possibilidades de restauro psicológico em campi universitários. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(4): 893-906, 2016.

ALMEIDA FILHO, Naomar; COELHO Maria Thereza Ávila; PERES, Maria Fernanda Tourinho. O conceito de saúde mental. *Revista USP*, 43:100-25, 1999.

ALMEIDA, Beatriz Paiva Bueno de; CUNHA, Maria Claudia; SOUZA, Luiz Augusto de Paula. Fonoaudiologia e saúde mental: atendimento em grupo a sujeitos institucionalizados com transtornos mentais. *Revista Internacional de Humanidades Médicas*, 4(2):143-59. São Paulo, 2015.

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS DIRIGENTES DAS INSTITUIÇÕES FEDERAIS DE ENSINO SUPERIOR. *Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das universidades federais brasileiras*. 2018.

Disponível em:

http://www.andifes.org.br/wp-content/files_flutter/1377182836Relatorio_do_perfi_dos_estudantes_nas_universidades_federais.pdf. Acesso em: 12 set 2018.

BRASIL. *Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010*. Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES. Brasília: Casa Civil, [2010].

Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm.

Acesso em: 15 ago 2018.

BRASIL. *Decreto nº 7.508, de 28 de junho de 2011*. Regulamenta a Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, para dispor sobre a organização do Sistema Único de Saúde - SUS, o planejamento da saúde, a assistência à saúde e a articulação interfederativa, e dá outras providências. Brasília: Casa Civil, [2011]. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2011/decreto/d7508.htm.

Acesso em: 22 mar. 2018.

BRASIL. *Lei nº 10.216/01, de 6 de abril de 2001*. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Brasília: Casa Civil, [2001]. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm. Acesso em: 22 mar. 2018.

BRASIL. *Portaria nº 2.446, de 11 de novembro de 2014*. Redefine a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Brasília: Gabinete do Ministro [2014].

Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt2446_11_11_2014.html. Acesso em: 26 mar 2018.

BUZACARINI, Cíntia.; CORRÊA, Evandro Antônio. Lazer dos “estudantes universitários”. *Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*, 13(2):15-28, 2015.

COELHO, Maria Thereza Ávila Dantas. *et al.* Relação entre a autopercepção do estado de saúde e a automedicação entre estudantes universitários *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 6(1):5-13, 2017.

HUGHES, Gareth; PANJWANI, Mehr; TULCIDAS; Priya; BYROM, Nicola. Student mental health: the role and experiences of academics. Student Minds, Oxford. [Internet] 2018. Disponível em: <https://derby.openrepository.com/handle/10545/622114>. Acesso em 09 fev 2019.

HUGHES, Gareth; WILSON, Christopher. From transcendence to general maintenance: exploring the creativity and wellbeing dynamic in higher education [Internet]. 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10545/621907>

LAMEU, Joelma do Nascimento; SALAZAR, Thiene Lívio; SOUZA, Wanderson Fernandes de. Prevalence of stress symptoms among students of a public university. *Psicologia da Educação*, 42:13-22, 2016.

LANTYER, Angelica da Silva. *et al.* Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2):4-19, 2016.

LYKOUROPOULOS, Cristiana, HERRERO, Elaine. *Fonoaudiologia e saúde mental no trem da reforma*. 1ª ed. São Paulo: Companhia Ilimitada; 2015.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 12ª ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MORETTI, Felipe Azevedo; HÜBNER, Maria Martha Costa. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional? *Psicopedagogia*, 34(105):258-67. São Paulo, 2017.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de; SANTOS, Anelise Schaurich dos; DIAS, Ana Cristina Garcia. Expectativas de universitários sobre a universidade: sugestões para facilitar a adaptação acadêmica. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 17(1):43-53, 2016.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde Mental: nova concepção, nova esperança. *Relatório Mundial da Saúde*. Geneva. 2001. Disponível em:

https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_po.pdf. Acesso em: 20 abr 2019.

PADOVANI, Ricardo da Costa. *et al.* Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1): 2-10, 2014.

SANTOS, Anelise Schaurich dos; OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de; DIAS, Ana Cristina Garcia. Características das relações dos universitários e seus pares: implicações na adaptação acadêmica. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 17(1):150-63, 2015.

SILVA, Gilza da. *et al.* Práticas de cuidado integral às pessoas em sofrimento mental na Atenção Básica. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 27(2): 404-17, 2017.

SOARES, Adriana Benevides; PRETTE, Zilda Aparecida Pereira Del. Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos construtos. *Análise Psicológica*, 2(33):139-51, 2015.

TOMÁS, Rita Antunes. *et al.* Adaptação pessoal e emocional em contexto universitário: o contributo da personalidade, suporte social e inteligência emocional. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 48(2):87-107, 2014.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA. 2018. Disponível em: <https://ufsc.br/>. Acesso em: 21 jun 2018.

WILLIAMS, Matthew; COARE, Pam Coare; MARVELL, Rosa; POLLARD, Emma Pollard; HOUGHTON, Ann-Marie; ANDERSON, Jill. Understanding provision for students with mental health problems and intensive support needs [Internet]. 2015. Disponível em: http://eprints.lancs.ac.uk/80492/1/HEFCE2015_mh.pdf