

VIVÊNCIA ACADÊMICA E SAÚDE MENTAL: A PERSPECTIVA DOS GRADUANDOS DE MEDICINA VETERINÁRIA

ACADEMIC EXPERIENCE AND MENTAL HEALTH: THE PERSPECTIVE OF VETERINARY MEDICINE STUDENT

Paulo da Silva Souza, Mestre

<https://orcid.org/0009-0000-2712-9603>

plossouza@gmail.com

Universidade Federal do Norte do Tocantins | Programa de Pós-Graduação em Sanidade Animal e Saúde Pública nos Trópicos
Araguaína | Tocantins | Brasil

Katyane de Sousa Almeida, Doutora

<https://orcid.org/0000-0003-4914-3961>

katyane.almeida@ufnt.edu.br

Universidade Federal do Norte do Tocantins | Programa de Pós-Graduação em Sanidade Animal e Saúde Pública nos Trópicos
Araguaína | Tocantins | Brasil

Bruna Alexandrino, Doutora

<https://orcid.org/0000-0002-7607-5100>

bruna.alexandrino@ufnt.edu.br

Universidade Federal do Norte do Tocantins | Programa de Pós-Graduação em Sanidade Animal e Saúde Pública nos Trópicos
Araguaína | Tocantins | Brasil

Wagner dos Santos Mariano, Doutor

<https://orcid.org/0000-0003-0225-6889>

wagner.mariano@ufnt.edu.br

Universidade Federal do Norte do Tocantins | Programa de Pós-Graduação em Sanidade Animal e Saúde Pública nos Trópicos
Araguaína | Tocantins | Brasil

Satila Evely Figueiredo Souza, Mestre

<https://orcid.org/0000-0002-2032-0939>

satilaevel@yahoo.com.br

Universidade Federal do Norte do Tocantins | Programa de Pós-Graduação em Sanidade Animal e Saúde Pública nos Trópicos
Araguaína | Tocantins | Brasil

Recebido em 23/dezembro/2025

Aprovado em 29/abril/2026

Publicado em 01/julho/2026

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*



Esta obra está sob uma Licença Creative Commons Atribuição-Uso.

RESUMO

O sofrimento psíquico entre universitários é reconhecido e há uma escassez estudos sobre a saúde mental dos graduandos de Medicina Veterinária. Esta pesquisa objetiva descrever e analisar se a vivência acadêmica influencia a saúde mental destes graduandos. Trata-se de metodologia quali-quantitativa de corte transversal, caráter exploratório e descritivo. Participaram 1029 graduandos de todo o Brasil, que responderam a um questionário sociodemográfico, ao *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), ao Questionário de Vivência Acadêmica - Versão Reduzida (QVA-r) e a uma questão dissertativa facultativa. Os dados qualitativos foram submetidos à Análise de Conteúdo. Os resultados apontaram a presença relevante de sintomas de transtorno mental comum (TMC), com 93,10% dos discentes se sentindo nervosos, tensos ou preocupados, 85,03% se sentindo cansados todo o tempo e com 28,67% deles afirmando que já pensou em dar fim à própria vida. O QVA-r indicou uma adaptação acadêmica geral mediana (3,12), em que a Dimensão Pessoal deste instrumento, obteve a menor pontuação (2,38), enquanto a Dimensão Carreira, obteve a maior (3,76). Estes resultados são corroborados pelos dados qualitativos, nos quais 85,19% dos respondentes afirmaram que a graduação piorou a sua saúde mental. Diante do exposto, conclui-se que a vivência na graduação exerce influência sobre a saúde mental dos discentes.

Palavras-Chave: *Burnout*. Fadiga por Compaixão. Depressão. Currículo.

ABSTRACT

Psychological distress among university students is widely recognized; however, there is a scarcity of studies addressing the mental health of Veterinary Medicine undergraduates. This research aims to describe and analyze whether academic experience influences the mental health of these students. This is a cross-sectional, exploratory, and descriptive study employing a mixed-methods (quantitative-qualitative) approach. A total of 1,029 undergraduates from across Brazil participated by answering a sociodemographic questionnaire, the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), the Academic Experiences Questionnaire - Reduced Version (QVA-r), and an optional open-ended question. Qualitative data were subjected to Content Analysis. The results indicated a significant presence of symptoms of Common Mental Disorders (CMD), with 93.10% of students reporting feeling nervous, tense, or worried, 85.03% feeling tired all the time, and 28.67% stating they had contemplated ending their own lives. The QVA-r indicated moderate general academic adaptation (3.12); the instrument's Personal Dimension yielded the lowest score (2.38), whereas the Career Dimension achieved the highest (3.76). These findings are corroborated by qualitative data, in which 85.19% of respondents stated that the undergraduate program had worsened their mental health. In light of the above, it is concluded that the undergraduate experience exerts an influence on the students' mental health.

Keywords: Burnout. Compassion Fatigue. Depression. Curriculum.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental de estudantes universitários tem se consolidado como uma preocupação central no debate sobre educação superior e saúde pública em escala global (Forbes-Mewett, 2016). O ingresso nas instituições de ensino superior (IES), embora represente a realização de um projeto de vida para muitos, marca o início de um período de intensas transformações e desafios, em que influências múltiplas interferem na integração dos discentes ao contexto universitário e as vivências acadêmicas são um constructo que busca compreender este processo (Granado *et al.*, 2005).

Os discentes são expostos a uma nova rotina, marcada por alta demanda acadêmica, pressão por desempenho, competitividade e, em muitos casos, dificuldades de adaptação social e financeira. Este cenário, pode se associar aos transtornos mentais, especialmente os Transtornos Mentais Comuns (TMC), impactando negativamente não apenas a qualidade de vida do graduando, mas também seu percurso acadêmico e futuras perspectivas profissionais (Carleto *et al.*, 2018; Roy; Biswas; Sharma, 2025).

No Brasil, embora a preocupação com a saúde mental universitária seja crescente, observa-se uma escassez de pesquisas voltadas especificamente nas vivências e particularidades dos discentes de Medicina Veterinária. Compreender como esses estudantes percebem o impacto da graduação em sua saúde mental é fundamental para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e cuidado mais eficazes. Assim, esta pesquisa busca descrever e analisar se a vivência na graduação influencia a saúde mental dos discentes em Medicina Veterinária.

2 METODOLOGIA

Trata-se de pesquisa quali-quantitativa de corte transversal, caráter exploratório e descritivo. A coleta de dados foi efetuada por meio de um questionário eletrônico *online*, composto pelo Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), por um questionário socioeconômico e demográfico, pelo *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), pelo Questionário de Vivência Acadêmica - Versão Reduzida (QVA-r), e, pela questão dissertativa (aberta) e facultativa “*A vivência na graduação influenciou a sua saúde mental?*”.

O estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP) com o Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) nº: 80848224.0.0000.8102 e aprovado sob o parecer nº: 7.087.334. O convite para a participação dos discentes à pesquisa

ocorreu de forma aleatória e sem nenhuma indicação ou identificação de participantes. Foram enviadas mensagens de texto e *e-mails* para instituições, docentes e coordenações de faculdades e universidades, que possuem o curso de Medicina Veterinária em todo o país. Foram aceitas respostas entre o início de setembro e o final de dezembro de 2024.

O cálculo amostral foi estipulado considerando uma população de 141.119 graduandos em Medicina Veterinária em todo o país (Brasil, 2023), resultando em uma amostra de 384 participantes. Iniciada a pesquisa, participaram 1045 estudantes. Dois participantes não aceitaram o TCLE e outros 14 deixaram de responder à alguma questão obrigatória. Assim, estes formulários foram descartados e a amostra final foi composta por 1029 graduandos em Medicina Veterinária de todas as regiões do Brasil. Os dados foram tabulados no programa *Microsoft Excel*.

A análise descritiva do SRQ-20, foi subdividida nos quatro grupos de sintomas propostos por Santos, Araújo e Oliveira (2009). O QVA-r foi adaptado para o Brasil por Granado *et al.* (2005). Seus resultados são apresentados pelos valores médios de cada item, dimensão ou total, variando em escala de 1 a 5 pontos, em que o valor 5 representa uma melhor integração do estudante à graduação e o valor 1 uma pior vivência acadêmica (Almeida; Ferreira; Soares, 2006; Santos; Suehiro, 2007).

As respostas à pergunta aberta foram analisadas sob a luz da Análise de Conteúdo (AC) conforme Bardin (1977). Nesta perspectiva, as respostas foram organizadas a partir de uma pré-análise, seguida pela exploração do material e do tratamento dos resultados/inferência. Este processo seguiu as regras propostas pelo autor (exaustividade; representatividade; homogeneidade e pertinência), resultando na classificação das respostas em quatro categorias gerais. A partir de então, o conteúdo das categorias gerais foi novamente avaliado e qualificado, resultando em quatro eixos de sentido. Uma vez constituídos os eixos de sentido, a discussão dos resultados foi conduzida sob uma perspectiva interdisciplinar.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da aplicação do SRQ-20 junto aos estudantes de graduação em Medicina Veterinária no Brasil (n=1029), foi aferida uma alta frequência de sintomas de TMC, nas quatro categorias de sintomas do SRQ-20, conforme pode ser observado na Tabela 1.

Tabela 1 Distribuição das respostas do *Self Report Questionnaire* (SRQ-20) em graduandos em Medicina Veterinária no Brasil em 2024, por grupos de sintomas

CATEGORIA	QUESTÕES	RESPOSTAS			
		SIM	%	NÃO	%
Humor depressivo-ansioso	Sente-se nervoso, tenso ou preocupado?	958	93,10	71	6,89
	Assusta-se com facilidade?	554	53,84	475	46,16
	Sente-se triste ultimamente?	782	76	247	24
	Você chora mais do que de costume?	494	48,01	535	51,99
Sintomas somáticos	Tem dores de cabeça frequentemente?	699	67,93	330	32,07
	Você dorme mal?	803	78,04	226	21,96
	Você sente desconforto estomacal?	569	55,30	460	44,70
	Você tem má digestão?	520	50,53	509	49,47
	Você tem falta de apetite?	486	47,23	543	52,77
	Tem tremores nas mãos?	466	45,29	563	54,71
Decréscimo de energia vital	Você se cansa com facilidade?	824	80,08	205	19,92
	Tem dificuldade em tomar decisão?	738	71,72	291	28,28
	Tem dificuldades de ter satisfação em suas tarefas?	815	79,20	214	20,80
	O seu trabalho traz sofrimento?	344	33,43	685	66,57
	Sente-se cansado todo o tempo?	875	85,03	154	14,97
	Tem dificuldade para pensar com clareza?	720	70	309	30
Pensamentos depressivos	Sente-se incapaz de desempenhar papel útil em sua vida?	312	30,32	717	69,68
	Tem perdido o interesse pelas coisas?	694	67,44	335	32,56
	Tem pensado em dar fim à sua vida?	295	28,67	734	71,33
	Sente-se inútil em sua vida?	557	54,13	472	45,87

Fonte: Elaborado pelos autores

Destaca-se que no agrupamento humor depressivo-ansioso, quase a totalidade dos graduandos (93,10%) afirmou que se sente nervoso, tenso ou preocupado e 76% se sentem tristes ultimamente. Já na categoria dos sintomas somáticos, se destacam aqueles que sentem dores de cabeça frequentemente e os que afirmam dormir mal, representando 67,93% e 78,04% dos participantes, respectivamente.

O campo dos sintomas que indicam o decréscimo de energia vital atingiu grandes percentuais em quase todos os seus itens: 80,08% dos estudantes concordam que se cansam com facilidade; 71,72% relatam dificuldade em tomar decisão; 79,20% possuem dificuldades de ter satisfação em suas tarefas, 85,03% se sentem cansados todo o tempo e 70% afirmam dificuldade para pensar com clareza.

O último grupo que agrega sintomas depressivos e descreve pensamentos potencialmente associáveis ao sofrimento mental, apresentou resultados relevantes, com 67,44% dos participantes afirmando que tem perdido o interesse pelas coisas, 54,13% deles sentindo-se inúteis e 28,67% (n=295) dos estudantes de graduação em Medicina Veterinária afirmando que tem pensado em dar fim à própria vida.

Em relação ao QVA-r o escore total é representado pelo valor médio da soma das cinco dimensões e apresentou o resultado de 3,12 pontos, indicando valor pouco acima da média, numa escala de cinco pontos (Tabela 2). Tal resultado indica uma adaptação geral moderada (Carleto *et al.*, 2018) dos graduandos em Medicina Veterinária ao contexto do ensino superior e demanda a análise das dificuldades e potencialidades encontradas nas dimensões específicas.

Tabela 2 Resultado do Questionário de Vivência Acadêmica – versão reduzida (QVA-r) em graduandos em Medicina Veterinária no Brasil em 2024

DIMENSÃO	MÉDIA	MEDIANA	DESVIO PADRÃO
Pessoal	2,38	2,29	0,7851
Interpessoal	3,19	3,25	0,8263
Carreira	3,76	3,83	0,7660
Estudo	3,06	3,11	0,7391
Institucional	3,40	3,50	0,7420
Total QVA-r	3,12	3,13	0,5444

Fonte: Elaborado pelos autores.

O escore mais baixo foi obtido na dimensão Pessoal (2,38), essa dimensão avalia o *“bem-estar físico e psicológico dos alunos, o seu equilíbrio emocional, a estabilidade afetiva, o otimismo e a sua autoconfiança”* conforme Granado *et al.* (2005). Nas demais dimensões observa-se escores medianos, assim, na dimensão Estudo ocorreu o segundo menor escore (3,06), na qual foram avaliados os *“hábitos de estudo, a gestão do tempo, a utilização dos recursos de aprendizagem no campus, e a preparação para os testes”*. Já a dimensão Interpessoal (3,19) refere *“as relações com os colegas, as competências de relacionamento em situações de maior intimidade, o estabelecimento de amizades e a procura de ajuda”*.

A dimensão Institucional obteve a segunda maior pontuação (3,40) indicando a *“apreciação dos alunos face à instituição de ensino que frequentam, o desejo de permanecer ou mudar de instituição, o conhecimento e a apreciação das infraestruturas existentes”*. Por fim, o maior escore desta pesquisa, foi obtido na dimensão Carreira (3,76), que segundo os autores compreende a *“avaliação de sentimentos relacionados com o curso, as perspectivas de carreira e os projetos vocacionais dos alunos”*.

Entre os 1029 discentes participantes, 736 forneceram respostas individuais à questão aberta *“A vivência na graduação influenciou a sua saúde mental?”*. As respostas resultaram em quatro categorias gerais, em que a mais frequente representando 85,19% dos relatos foi

“*Sim, piorou*”, caracterizada por discentes que responderam “Sim” à pergunta, havendo complementação ou não, da afirmação.

A segunda categoria denominada “*Talvez, ambivalentes e outras*” representou 8,97% dos relatos e contém respostas com teor diverso ou dubio em relação ao questionamento. A terceira categoria agrupou 2,99% dos relatos sob a classificação “*Sim, melhorou*” e apresenta respostas em que os participantes afirmaram melhorias em sua saúde mental.

Já a última e menos frequente categoria representou 2,85% das respostas, agregando participantes que responderam “*Não*” à questão aberta, havendo complementação ou não, da negação (Tabela 3).

Tabela 3 Categorias gerais das respostas de graduandos em Medicina Veterinária, no Brasil em 2024, à pergunta “A vivência na graduação influenciou a sua saúde mental?”

CATEGORIAS GERAIS	RESPOSTAS	PORCENTAGEM (%)
Sim, piorou	627	85,19
Talvez, ambivalentes e outras	66	8,97
Sim, melhorou	22	2,99
Não	21	2,85
Total	736	100

Fonte: Elaborado pelos autores.

As 736 respostas permitem uma compreensão geral da percepção dos estudantes sobre a relação entre sua saúde mental e a graduação. Da análise destas, 232 continham texto suficiente para associá-las a um tema, resultando em quatro eixos de sentido (Tabela 4). A maioria dos relatos (37,50%), descreveu a relação dos discentes entre pares, com professores e com as instituições, além de especificidades da graduação.

Em seguida, com 31,47% das respostas, foram apresentadas narrativas em que a graduação foi associada ao sofrimento mental. Um terceiro eixo com 17,67% das respostas, apontou para a pressão socioeconômica e a desesperança com o curso e o futuro profissional. O último eixo contém 13,36% das manifestações e descreveu experiências de enfrentamento e de satisfação com o curso.

Tabela 4 Eixos de sentido das respostas de graduandos em Medicina Veterinária, no Brasil em 2024, à pergunta “A vivência na graduação influenciou a sua saúde mental?”

EIXOS DE SENTIDO	RESPOSTAS	PORCENTAGEM (%)
Eixo 1: Sobrecarga, relações interpessoais, ambiente e currículo.	87	37,50
Eixo 2: Graduação e sofrimento mental.	73	31,47
Eixo 3: Pressão socioeconômica e desesperança com a graduação, com a profissão ou com o futuro.	41	17,67
Eixo 4: Enfrentamento, sonho e satisfação com a graduação.	31	13,36
Total	232	100

Fonte: Elaborado pelos autores.

Eixo 1. Sobrecarga, relações interpessoais, ambiente e currículo

Esse eixo é composto por 87 respostas, representando a maior parte dos relatos (37,50%) e foi subdividido em três tópicos para uma melhor análise dos temas.

a) Sobrecarga, cansaço, esgotamento, desempenho e competição

São frequentes as manifestações dos discentes que referem ao cansaço e a sobrecarga, bem como, a perspectiva de que vivenciam ambiente de estresse constante, no qual a competição e o desempenho são fatores permanentes:

O ambiente da faculdade, mesmo que não intencional, promove muita competitividade entre os alunos, deixando-nos cada vez mais ansiosos e comparando notas e conquistas dentro da universidade, a ponto de esgotar-nos emocionalmente por nunca sentir a suficiência no meio acadêmico (EG0933).

Este relato representa outros com mesmo teor e encontra amparo nos resultados do SRQ-20, principalmente no campo dos sintomas que indicam o decréscimo de energia vital e os sintomas depressivos-ansiosos. Os dados do SRQ são consonantes com os relatos e descrevem que os graduandos se sentem cansados o tempo todo (85,03%), nervosos, tensos ou preocupados (93,10%) ao passo em que não encontram satisfação nas tarefas que os sobrecarregam (79,20%).

O esgotamento emocional dos discentes também foi um sintoma frequente, com impactos em seu humor e desempenho, este processo em associação aos dados quantitativos pode ilustrar elementos que compõe a síndrome de *burnout*, caracterizada pelo estresse crônico. Na versão em português do CID-11 o *burnout* foi traduzido por “Esgotamento” e definido pela tríade: sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia; aumento do

distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e, redução da eficácia profissional (OMS, 2022; França *et al.*, 2023).

Corroboram com os relatos de esgotamento/sobrecarga, os dados obtidos com o SRQ e com o QVA-r em itens como “*Sinto-me em forma e com um bom ritmo de trabalho*” e “*Sinto cansaço e sonolência durante o dia*”, que obtiveram pontuações baixas, 2,39 e 1,74, respectivamente. As autoras Câmara e Carlotto (2024) documentaram a presença e os efeitos da síndrome do esgotamento nos estudantes de graduação e descreveram como estressores/preditores mais relevantes para este adoecimento “o excesso de disciplinas”; “a realização de trabalhos e provas” e a “realização de trabalhos em grupos”. Todos estes elementos podem ser ilustrados nos relatos dos graduandos em Medicina Veterinária:

[...] a pressão sobre as matérias e a demanda de atividades, fez com que ficasse sempre na mentalidade de que eu deveria estar sendo produtiva sempre. Eu perdi alguns interesses pessoais por causa da demanda de tempo que a faculdade faz (EG0971).

Em revisão sistemática Rosales-Ricardo *et al.* (2021) estimaram que a prevalência da síndrome do esgotamento em graduandos é um fenômeno global, com níveis moderados da síndrome prevalecendo em todo o mundo. Neste sentido, em pesquisa com 269 estudantes de Medicina Veterinária, Puertas-Neyra *et al.* (2020), encontraram resultados semelhantes, apontando uma prevalência de 32,3% de *burnout* na amostra. Os autores descrevem ainda que os graduandos apresentavam sintomas severos de exaustão emocional (58,7%), de cinismo (14,1%) e de baixa eficácia acadêmica (46,1%). O comprometimento da eficácia acadêmica emerge como uma característica do enfrentamento constante a um ambiente estressor e pode ser exemplificada na fala:

[...] o ritmo e a cobrança tem me deixado uma pessoa com menos criatividade para realizar outras tarefas e são tantas coisas pra fazer que acabo não fazendo nada (EG0215).

No transcurso do esgotamento, após diversos sintomas somáticos e comportamentais, o sujeito tende a prostração e ao colapso subjetivo, o que pode implicar em prejuízos em todos os âmbitos de sua vida:

[...] me sinto exaurido e sobrecarregado, pressionado e pela disputa do curso sinto que tenho q superar muita gente e isso me força e acaba com o pouco de mente q eu tenho (EG0969).

Han (2018) argumenta que sob o imperativo do desempenho, da performance produtivista e da autoexploração, diagnósticos como a síndrome de *burnout* e a depressão emergem como horizontes subjetivos contemporâneos, pois o indivíduo passa a concorrer consigo próprio, em uma “concorrência absoluta” que resulta no *burnout*. A universidade como um dispositivo desta “sociedade do desempenho”, na qual os indivíduos se tornaram “empreendedores de si mesmos”, engajados em uma autoexploração contínua:

A cobrança por um desempenho ótimo traz bons resultados em minhas notas, mas também acredito que prejudique minha saúde mental. Essa cobrança vem tanto de mim mesma quanto do próprio curso, no qual o discurso de se tornar um profissional diferenciado no mercado é frequentemente abordado como a única forma de conseguir real sucesso na vida (EG0309).

O sofrimento, portanto, não emerge da repressão, mas do excesso de positividade e da pressão autoimposta para performar, resultando em quadros de ansiedade, depressão e esgotamento. Mesmo percebendo este processo como potencialmente prejudicial, a cultura institucional, leva os discentes a reproduzi-lo, como forma de integração e de sua própria ascensão:

[...] pressão que a faculdade impõe em você ter que mostrar resultados o tempo todo pra se mostrar como “alguém” na faculdade influenciou muito na minha saúde mental” (EG0474).

Estes elementos transformam um ambiente potencialmente fraterno e comunitário em um espaço “*muito competitivo e tóxico*” (EG0121), “*hostil*” (EG0775), onde “*é difícil fazer amigos*” (EG0775) e onde os graduandos se sentem solitários: “*Me sinto sozinha, tenho poucos amigos*” (EG0579) e:

[...] me sinto cada vez mais desanimada e solitária, com a impressão de que não saio do lugar e não me encaixo em nenhum grupo, além de não conseguir acompanhar o nível dos meus colegas de turma (EG0341).

Os relatos sugerem que a constituição de uma rede social de apoio por pares é progressivamente minada e inviabilizada, tornando inacessível um importante fator de proteção, que poderia contribuir ao enfrentamento das pressões acadêmicas pelos discentes (Kubrusly *et al.*, 2019).

Embora tais relatos sejam muito frequentes e eventualmente associados a sintomas de sofrimento mental, os escores obtidos pelos discentes nas dimensões Estudo (3,06), Interpessoal (3,19) e Institucional (3,40) do QVA-r, foram medianos. Este cenário, produz uma dissociação que talvez possa ser explicada pela ambiguidade de algumas respostas, nas

quais os discentes percebem o ambiente ou a dinâmica institucional como padecedores, mas emitem uma avaliação positiva/ambígua:

Acredito que a faculdade onde estudo é excelente. Mas as pessoas não são tão legais. Existe uma competitividade e é difícil fazer amigos. O clima é hostil (EG0775).

b) Assédios, relação docente-discente

Os relatos deste tópico refletem a urgência de as instituições de ensino se debruçarem sobre a relação docentes-discentes, na medida em que a assimetria dessa relação foi destacada e eventualmente associada a manifestações de violências e assédios, compondo um quadro preocupante:

[...] os assédios morais são frequentes, professores fazem terror psicológico pelo simples fato de que podem, fazem os alunos se sentirem incapazes e incompetentes. Entrei na faculdade com um sonho de poder ajudar os animais, e estou saindo completamente destruída emocionalmente [...] (EG0713).

A situação se agrava com relatos que mencionam violências e assédio sexual:

[...] A faculdade precisa repensar o seu modelo de assistencialismo frente a violência institucional de muitos professores (fora as violências sexuais que ainda se faz mais presente do que é mostrado) (EG0732).

A avaliação destes relatos exige uma perspectiva ampla que, para além da discussão das condutas individuais, permita a compreensão estrutural do fenômeno no contexto universitário. Nesta direção, Oikawa e Garcia (2021), ao analisar a associação entre sofrimento mental e relatos de assédio moral e sexual no ambiente acadêmico, concluem que a dinâmica hierárquica facilita a desqualificação e a opressão dos discentes pelos docentes, dificultando a formação de vínculos salutareis entre eles. Assim, a arquitetura das relações acadêmicas, particularmente a dinâmica docente-discente, é marcada por uma relação de poder simbólica, da qual podem emergir práticas docentes que negligenciam necessidades culturais e educacionais dos discentes (Mattos; Fernandes, 2022).

Neste contexto, podem surgir violências que se manifestam em diferentes intensidades, desde ações discretas e ambíguas, quase imperceptíveis, até agressões explícitas, constituindo uma ordem simbólica, muitas vezes legitimada pela instituição, por docentes e discentes (Cruz; Pereira, 2013). Para Nunes e Torga (2020) a vivência de situações de assédio no ambiente acadêmico afeta majoritariamente a saúde mental das vítimas, implicando em prejuízos integrais, em curto, médio e longo prazo, tanto na percepção de saúde física e

mental dos discentes como em todas as demais esferas de sua vida, desde as suas relações interpessoais, até as laborais e acadêmicas.

Por fim, é extremamente necessário que as IES avaliem seus dispositivos de acolhimento e tratamento de reclamações e denúncias, considerando a percepção dos discentes de que ao se manifestarem podem ser vítimas de represálias:

[...] os alunos que não podem fazer nada a respeito pois afinal de contas, se o professor descobrir o aluno é penalizado (EG0205).

Ao analisar as políticas públicas de prevenção e combate ao assédio em uma universidade estadual, Biscaia (2024) refere que as instituições devem garantir proteção contra eventuais retaliações aos denunciantes. Complementando essa perspectiva, Nunes (2022), discute que a impunidade pode se vincular a uma cultura de permissividade para comportamentos transgressores na relação docente-discente, fortalecendo institucionalmente quem perpetua a violência.

c) Questões relacionadas à dinâmica do curso, infraestrutura e ao currículo

Aqui foram agrupados comentários que referem a outras questões do ensino, muitas vezes associadas a especificidades da graduação em Medicina Veterinária. O impacto deste tema para além dos indicadores da saúde mental, pode ser percebido na dimensão Estudo do QVA, que obteve o segundo menor escore (3,06), que embora mediano, pode indicar dificuldades dos participantes em administrar uma rotina de estudos. Tal elemento deve ser avaliado pelos fatores diversos que atravessam a experiência de ensino:

[...] não me sinto feliz, o que é muito contraditório, pois meu sonho sempre foi estudar veterinária [...] estou triste, ansiosa e muita cansada [...] a vivência no ambiente acadêmico, não torna a experiência mais agradável, a grande maioria dos professores, a administração, as metodologias, as formas de avaliação e toda a lógica que rege a universidade não ajudam a saúde mental dos estudantes (EG0579).

Assim, a organização curricular é frequentemente citada como uma fonte primária de estresse. Os discentes percebem que a carga horária integral da graduação fagocita as diversas outras demandas da vida, ao ponto de sentirem que a sua vida “*não gira em torno de algo que não seja a faculdade*” (EG0918):

[...] a pressão imposta de ter que fazer muitas coisas para ter um bom currículo, a dificuldade financeira (ainda mais com pouco apoio e infraestrutura da faculdade), a alta carga horária (tempo integral) que acaba

me deixando com pouquíssimo tempo para lazer [...] tudo isso aumentou a ansiedade que sinto em relação a quem eu sou, minha escolha de faculdade e meu futuro (EG1013).

Esse contexto que absorve os discentes é intensificado pela “*pressão*” para construir um “*bom currículo*” (EG1013), para realizar atividades diversificadas, especializar-se, obter a qualidade técnica suficiente para lidar com vidas:

[...] essa sensação de que vou me tornar uma profissional da saúde responsável por vidas aliada a pressão de ‘ter que ser boa’, me deixa ansiosa. O mundo capitalista de hoje em dia também é muito corrido, então tem essa sensação de que tenho que me especializar, fazer cursos, fazer tudo logo, rápido. Isso também é ruim [...] (EG0552).

Essas percepções são validadas por pesquisas que identificam a sobrecarga de trabalho como um dos mais importantes preditores para o desenvolvimento de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina Veterinária (Rollin, 2011; Drake *et al.*, 2012).

O trabalho com o sofrimento humano e com o sofrimento das outras espécies, a eutanásia, as perdas, o luto e a dinâmica com os responsáveis pelo animal, são temas que envolvem não somente o aprendizado prático-técnico, mas implicam em mobilização subjetiva constante, dilemas éticos e morais, que potencialmente geram estresse e prejuízo a saúde mental dos discentes (Sosnicki; Reynolds, 2024; Spendelow; Vesty; Robinson, 2025):

[...] nos ensinam as técnicas da medicina, ok. Mas, acredito que na rotina clínica o mais pesado é lidar com os tutores, e durante o curso, ninguém nos ensina sobre como fazer isso da melhor forma. Acredito que a veterinária deveria incluir matérias que envolvem a psicologia afim de fomentar a saúde mental dos estudantes e médicos veterinários, evitando assim, a fadiga por compaixão (EG0695).

Todo contexto favorece um ciclo vicioso de pressões acadêmicas, emocionais e profissionais, que anulam o tempo para descanso, lazer, autocuidado e socialização, exigindo dos discentes estratégias para manutenção de sua saúde mental:

[...] acredito que a faculdade influencia, principalmente, por conta dos trabalhos e provas, os conflitos com alguns colegas também são capazes de me afetar mentalmente. Para evitar que minha mente colapse, eu sempre tiro um dia para mim, neste dia eu não penso em faculdade, trabalho ou instabilidade da profissão, eu só penso em mim (EG0502).

Neste sentido, Sosnicki e Reynolds (2024) tem avaliado os efeitos de novas ferramentas pedagógicas como as “rodadas de fadiga por compaixão”. A proposta consiste em

acompanhamento e suporte aos graduandos em estágios clínicos, através de discussões em pequenos grupos, facilitada por um instrutor.

As rodadas de discussão abordam temas como a fadiga por compaixão, o *burnout* e práticas de autocuidado. Para os autores, o método foi eficaz em educar, engajar e apoiar os discentes participantes, indicando que integrar educação em saúde mental à esta fase do currículo dos graduandos, pode trazer benefícios aos discentes e as instituições (Sosnicki; Reynolds, 2024).

Eixo 2: Graduação e sofrimento mental

Este eixo é composto por 73 relatos, representando 31,47% das respostas e foi estruturado em dois tópicos.

a) Sinais, sintomas ou diagnósticos

Observa-se, no relato dos participantes, referências frequentes à sinais e sintomas psicopatológicos, incluindo diagnósticos psiquiátricos e transtornos psicológicos. A experiência acadêmica, emerge como um potente fator associado ao adoecimento psíquico, que é creditada como um agente etiológico dos sintomas:

[...] foi justamente por causa dessa vivência que problemas emocionais despertaram e se exacerbaram astronomicamente em mim. Passei a tomar medicações para depressão e ansiedade (que inclusive já tiveram que ser modificadas diversas vezes) e a fazer acompanhamento psiquiátrico e psicológico 2 anos após começar a graduação (EG0380).

A vivência acadêmica também é descrita como um elemento potencializador de sintomas já existentes:

[...] Apesar de já ter uma instabilidade mental há alguns anos, sinto que estar em uma universidade, principalmente por ser federal, agravou o meu quadro mental [...] a se desestabilizar em alguns momentos, principalmente em momentos em que preciso fazer provas e trabalhos, pois a pressão que sinto é enorme e isso acaba sendo cansativo demais, tanto mentalmente, quanto fisicamente (EG0346).

Assim, as vozes dos estudantes descrevem majoritariamente percepções de que a vivência na graduação influenciou negativamente a sua saúde mental, “*Acabou com minha saúde mental*” (EG0198) e “*a graduação me abriu as portas do consultório psiquiátrico*” (EG0196). Neste contexto, o sofrimento mental muitas vezes é vinculado às “pressões” do

contexto acadêmico e adquire forma, principalmente na experiencição de sintomas somáticos, de ansiedade e de estresse:

[...] estou passando mais uma vez por estresses, que levam a agudização do meu transtorno de ansiedade (EG0475).

O estresse acadêmico é um dos principais vetores desse adoecimento, definido como um processo sistêmico de natureza psicológica e adaptativa que ocorre quando o estudante é submetido a uma série de demandas que, em sua avaliação, superam seus recursos para enfrentá-las, de modo que podem se associar a quadros de transtornos mentais (Camara; Carlotto, 2024).

Neste sentido, em estudo com 875 graduandos, Slimmen *et al.* (2022) avaliaram os efeitos do estresse percebido e pressão acadêmica sobre os discentes e concluíram que a presença destes fatores impactou negativamente o bem-estar mental dos estudantes. Em complemento a estes dados, Kersul, Otaviano e Silva (2024) descrevem que o estresse acadêmico, materializado na sobrecarga de atividades e pressão por desempenho, se vincula, para além dos sintomas psicossomáticos ou psicológicos, em hábitos nocivos, como sono irregular, alimentação inadequada e sedentarismo, fatores que a longo prazo podem causar hipertensão e aumentar o risco para doenças cardiovasculares nos graduandos.

Assim, as implicações dos estressores acadêmicos, na forma de demandas e pressões constantes, aparecem nas percepções dos discentes pela: “*rapidez que é ofertado as disciplinas e o tempo que é dado para que você possa aprender um conteúdo extremamente complicado*” (EG0277), resultando em uma sensação permanente de ansiedade que não cede nem mesmo aos graduandos com mais tempo no curso, em que “*provas e seminários ainda me deixam ansiosa*” (EG0134), demonstrando o caráter intermitente destes estressores.

O estresse pode se tornar crônico e os recursos para sua mitigação insuficientes, culminando na síndrome de *burnout* e em sintomas correlatos. Este percurso pode ser observado desde a “*sensação de cansaço*” (EG0011) e o sentimento de ser “*incapaz*” (EG0201), até o colapso total, daquele que “*não conseguia fazer o básico*” (EG0198) e do EG0887 que relata:

[...] desenvolvi ansiedade e burnout e me tornei uma pessoa cansada e sem ânimo para estudar devido a grande demanda.

O participante EG0542 resume este processo, reforçando a sua gravidade clínica e social, explicitando a necessidade de discussão pública e política deste fenômeno:

[...] tive crises e crises de ansiedade até que travei de vez. Diagnóstico de burnout em junho/2024.

Entre as falas de participantes agrupados neste eixo, há doze discentes que explicitamente relataram que faziam terapia psicológica e ou acompanhamento psiquiátrico. Em sua maioria discursaram que o tratamento repercutiu positivamente em suas vidas e vivências na universidade:

[...] quando comecei a fazer acompanhamento psicológico consegui aproveitar mais a faculdade e focar nas coisas boas. Hoje ainda sinto que a faculdade me deixou um pouco mais pessimista, retraído e ansioso, porém isso vem sendo tratado (EG1011).

Os discentes não mencionaram se as universidades forneceram orientações, suporte ou recursos formais para as suas demandas em saúde mental. Este contexto é corroborado em revisão de Leão, Goto e Ianni (2025), que descrevem uma lacuna nas políticas públicas de saúde brasileiras, que historicamente não foram desenhadas para atender às demandas específicas e complexas da população universitária:

[...] Tive burnout por anos e por causa da pressão e falta de suporte, comecei a suspeitar de transtornos psiquiátricos, o que me levou a consultas e um diagnóstico tardio de TDAH, discalculia e TEA. A universidade diz teoricamente dar suporte a pessoas como eu, mas na prática isso não acontece. E é por isso que estou frustrada com a instituição (mas não com o curso que escolhi) (EG0053).

Os resultados quantitativos desta pesquisa, corroboram com os relatos dos discentes sobre sua saúde mental. A porcentagem de sintomas depressivos decorrentes do SRQ-20 é considerável, a perda de interesse geral pelas atividades, relatada por 67,44% dos estudantes, pode configurar um sintoma de anedonia. Somam-se a isso os intensos sentimentos de inutilidade, que afetam 54,13% da amostra, e a percepção de incapacidade de desempenhar um papel útil na vida, presente em 30,32% dos participantes.

b) Ideação suicida e perda de interesse pela vida

O tema do suicídio deve ser considerado nas políticas de saúde e assistenciais das IES dado que ele configura uma crise de saúde global, representando a quarta maior causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos (Piccinini; Figueirêdo; Miranda, 2025). É durante essa fase que muitas pessoas ingressam nas universidades e é também neste período que muitos sintomas de transtornos mentais surgem, com a prevalência de depressão se destacando entre a população universitária (Rahman *et al.*, 2025).

A confluência destes fatores, atravessados pelas diversas camadas de desafios acadêmicos, pode transformar as dificuldades de todo o processo em fonte de sofrimento, produzindo sentimentos individuais de baixa eficácia, inadequação e desamparo, que crescem ao ponto de a ruptura com a vida, com o laço social, tornar-se uma realidade frente à ausência de sentido do sofrimento no ambiente acadêmico:

Me sinto mais incapaz, mais triste, mais ansioso e penso em tirar minha própria vida TODOS OS DIAS por medo de não conseguir me formar (EG0008).

Em um sistema percebido como hostil, intolerante ao erro e excludente, o ato suicida pode emergir como resposta às pressões sociais e existenciais. Neste contexto, conforme Rigo (2013, p.33) a depressão é uma forma de resposta e o suicídio passa a constituir “*uma saída do sujeito para se livrar da angústia provocada por sua incapacidade de atender as expectativas do Outro*”. Assim, a ideação da própria morte também aparece:

[...] a universidade não foi feita para pessoas pobres, mesmo sendo publica. por vezes sinto que o caminho mais facil teria sido o suicidio [...] (EG0545).

A ideação suicida consiste conforme o CID-11 em “*pensamentos, ideias ou ruminações sobre a possibilidade de acabar com a vida, desde pensar que seria melhor morrer até a formulação de planos elaborados*” (OMS, 2022). A ideação suicida pode ser concebida como um relevante preditor para as tentativas de suicídio e a frequência deste fenômeno tem aumentado entre adultos dos 18 aos 35 anos de idade, principalmente após a Pandemia da Covid-19 (Frey; Venugopal; Dev, 2024).

Neste sentido, os pensamentos sobre a própria morte quase sempre são acompanhados por outros sinais ou sintomas e podem ser associados a processos ansiosos e depressivos:

[...] o medo faz minhas mãos tremerem, ir para faculdade me deixa tão mal ao ponto de repensar varias vezes se não deveria voltar ou simplesmente pular na linha do trem (EG0384).

Os relatos demonstram ainda que os graduandos podem experienciar formas de adoecimento psíquico ao longo de diversos semestres e anos, por diferentes mecanismos e intensidades. Este cenário, resulta na progressiva sensação de que são negligenciados por uma instituição indiferente, onde os laços sociais já foram esgarçados e, assim, flertam com a ruptura:

Acabou com minha saúde mental. Tive fortes crises de ansiedade e depressão. Não conseguia fazer o básico. E ninguém entendia e tinha

empatia por mim. Morei em outro estado longe da minha família para estudar. Atrasei o curso. Hoje estou bem melhor. Mas, já tive fortes dores no peito e pensei muitas vezes em suicídio. Sai pra estágio obrigatório, graças a Deus venci. Mas, foi o pior período que vivi em minha vida. Sem muito apoio (EG0198).

As falas corroboram com a reflexão de Tavares (2013) de que o ato suicida é precedido por um percurso de sofrimento, em um longo e complexo processo, de ideação, planejamento e tentativas. Neste contexto, o fato de que 28,67% dos universitários afirmaram ter pensado em dar fim à própria vida, não pode ser negligenciado.

Essa tendência a pensamentos negativos é corroborada pela baixa média do item "*Penso em muitas coisas que me deixam triste*" do QVA-r, indicando que, em geral, os estudantes se identificam com essa afirmação (média de 2,31). Em conjunto com os relatos, esses indicadores sugerem a presença de sofrimento psíquico entre os participantes, muitas vezes associado à uma pior qualidade de sua vivência acadêmica (Carleto *et al.*, 2018).

Eixo 3: Pressão socioeconômica e desesperança com a graduação, com a profissão ou com o futuro

Este eixo é composto por 41 respostas que representam 17,67% das respostas categorizadas. A fala a seguir ilustra seu teor:

[...] No final do 2º período, minha vida mudou completamente, minha família se desestruturou, perdemos nosso transporte, tive que começar a trabalhar a noite para sustentar nossa casa, perdi muitos colegas, me vi sozinha, triste, extremamente cansada, tanto fisicamente quanto psicologicamente. Em consequência disso, minhas notas abaixaram um pouco [...] saí do emprego [...] tive o apoio da coordenadora do curso, de alguns professores e foi essencial para eu continuar. Mas sabe quando você está tão cansada mentalmente que independente da ajuda externa, você sente uma fraqueza enorme? (EG0506).

Com frequência os graduandos expressaram o medo de não estar à altura das expectativas profissionais. Esse sentimento de despreparo pode ser ilustrado na fala:

[...] As vezes me sinto incapaz e tenho medo de me formar e não saber exercer minha profissão. Por exemplo, se chegar um animal na clínica e eu não saber “prescrever” o tratamento correto, essas coisas (EG0095).

A síndrome do impostor em Médicos Veterinários foi estudada por Hammood (2020) e consiste em uma incerteza constante associada à baixa autoeficácia, implicando em prejuízos laborais e sofrimento psicológico. A autora adverte quanto a necessidade urgente de fomentar, nas instituições e universidades, redes de apoio e suporte, que auxiliem no

desenvolvimento da confiança, autonomia e capacidade de resiliência destes profissionais e recém-formados.

O tema da “valorização” da profissão também foi muito comum, os estudantes percebem um mercado de trabalho de baixa remuneração, com opções limitadas e condições de trabalho ruins:

[...] principalmente na vivência prática da profissão. A desvalorização, sobrecarga de estágio, não remuneração acabam sendo fatores desanimadores. Além de ouvir a experiência de médicos veterinários já formados, sempre perguntando o por quê de ter escolhido esse curso e/ou incentivando a saída do curso o mais cedo possível (EG0690).

Estudantes que também são trabalhadores, com frequência relatam os desafios de manter ambas as ocupações:

Conciliar trabalho com os estudos é muito difícil e muitos professores não tem a empatia para entender nossas limitações. Os colegas que se dedicam somente aos estudos também acham que não somos capazes, pois a classe trabalhadora sempre está exausta e cheia de demandas. Sem dúvidas o meu maior sonho se tornou meu maior desafio! (EG0362).

Os graduandos de universidades que custeiam as mensalidades associam dificuldades financeiras com a sua saúde mental:

[...] em meio a um diagnóstico de depressão maior e ansiedade, a entrada na graduação ‘dos sonhos’ tem auxiliado. Porém, devido ao custo, alguns momentos são difíceis pela preocupação no pagamento de parcelas e possibilidade de trancamento (EG0407).

A média total do QVA-r dos graduandos das universidades federais (3,03) foi inferior ao escore médio dos discentes das instituições privadas (3,21) indicando uma qualidade menor da vivência acadêmica. Neste sentido, as médias de estudantes cotistas de universidades federais foram ligeiramente inferiores no QVA-r (2,98) e as falas destes discentes indicam particularidades psicossociais, dificuldades materiais e estruturais que desafiam a permanência destes graduandos na universidade:

[...] o cansaço mental, o deslocamento (moro muito distante do meu campus levando 2:30h para chegar), a exaustão física que o local da universidade proporciona (distância dos prédios entre as aulas, filas para almoçar, falta de infraestrutura), a falta de suporte financeiro para alunos cotistas, todos esses fatores agravaram meu estado de saúde mental de forma significativa (EG0307).

Eixo 4: Enfrentamento, sonho e satisfação com a graduação

Este eixo é composto por 31 relatos que representam 13,36% das respostas e registram percepções que podem ser associadas aos dados quantitativos. A dimensão Carreira do QVA-r

obteve a maior média (3,76), indicando um sentimento de identificação vocacional corroborado por itens do SRQ-20 em que a maioria dos participantes relatou capacidade de desempenhar papel útil na vida (69,68%) e não sentir sofrimento no trabalho (66,57%), na medida em que o trabalho pode adquirir o sentido das obrigações acadêmicas.

Os relatos permitem uma síntese das percepções e ambiguidades que emergem das dificuldades e sonhos com a graduação:

A vida universitária adicionou sim algum estresse na minha saúde mental, porém a satisfação de finalmente estar percorrendo a estrada do meu sonho é incomparável e me deu ânimo e fôlego, renovando minha saúde mental tão abalada pelo meu emprego atual e me trazendo um propósito para viver. Resumindo: finalmente estou estressada fazendo algo que eu amo fazer (EG0045).

Neste sentido, mesmo os estudantes de Medicina Veterinária que estão satisfeitos com a faculdade e curso escolhidos, estão cientes das dinâmicas potencialmente prejudiciais à sua saúde:

A graduação é bastante pesada. Acredito que tudo de uma vez (casa, graduação, cobranças excessivas sobre IC e tudo mais, vida social, lazer, esporte) é um desafio para a maioria dos jovens, que acabaram de sair de casa e não tem experiência com nada. Por um lado a faculdade é excelente, principalmente em termos de formação, mas por outro é prejudicial. Além disso, acho que falta um pouco no nosso campus um apoio mental maior (EG0166).

A construção de laços de amizade e o sentimento de pertencimento são cruciais para mitigar os efeitos do estresse e da solidão, especialmente para aqueles que se mudam para outras cidades e se afastam da família. O relato de estudantes que encontram na universidade e nos novos amigos, suporte e motivação para seguir sua trajetória acadêmica, são exemplos desse impacto: *“se não fosse a [...], não teria superado tudo e feito novos amigos e me tornado uma versão melhor de mim”* (EG0824) e *“[...] maior valor positivo que encontrei veio das pessoas que conheci e dos laços que formei dentro da instituição”* (EG0453). A experiência compartilhada também pode tornar-se uma fonte de cuidado, no sentido de inspirar os pares:

No início, sentia que não tinha futuro, por conta do mercado difícil na clínica médica e a baixa ou inexistente remuneração para estagiários, apesar de estar contente com a minha decisão. Então consegui me colocar no mercado, na indústria e tudo melhorou. Agora estou me desenvolvendo e cada vez mais motivado. E tento passar essas oportunidades para meus colegas não desanimarem também (EG0482).

Observa-se nesses relatos a importância das relações interpessoais e o suporte social como um fator de proteção fundamental para a saúde mental e o bem-estar no ambiente universitário (Ruihua, *et al.*, 2025). Assim, também as dificuldades interpessoais e a falta de apoio entre colegas podem levar ao isolamento e intensificar quadros de ansiedade e depressão, prejudicando os sentimentos positivos em relação ao curso:

No começo da faculdade eu estava em uma situação muito difícil, venci uma depressão profunda e algumas interações com colegas acabaram dificultando um pouco meu processo, acabei me perdendo um pouco, não consegui achar apoio então fui me afastando de todo mundo, me fechando e tenho medo de fazer novos amigos (EG0206).

Em contrapartida, a discente expõe como interações positivas com docentes podem renovar os vínculos e oferecer uma nova perspectiva na vivência acadêmica:

[...] eu gosto muito do meu curso, sempre fui apaixonada pelos animais e sinto que tenho facilidade nas atividades práticas, estou conseguindo estudar melhor hoje [...] com a ajuda de um professor voltei a ter interesse em aprender e sinto que tenho uma nova chance (EG0206).

A busca por suporte profissional tem se tornado cada vez mais frequente entre estudantes de Medicina Veterinária, indicando uma evolução da percepção coletiva sobre a importância do cuidado com a saúde mental, mas também a alta prevalência de sofrimento psicológico (Drake; Hafen; Rush, 2017). Muitos estudantes relataram ter recorrido a psicólogos e psiquiatras para lidar com os desafios pessoais, sociais e acadêmicos:

[...] precisei recorrer a ajuda de psicólogo e psiquiatra [...] Tomo medicação para ansiedade e depressão, faço terapia toda semana, e graças a esse apoio médico e psicológico, muita ajuda dos meus pais e amigos, namorada, e sem dúvidas com a graça de Deus [...] dei a volta por cima dos meus problemas pessoais, me sinto um homem muito mais equilibrado [...] uma melhor pessoa (mais gentil) (EG0015).

Assim, a procura por apoio é percebida como uma ferramenta para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e de regulação emocional:

[...] No sentido de me impulsionar a procurar ajuda para enfrentar os desafios que surgiam. Hoje me sinto muito mais estável, apesar da pressão e do estresse naturais de uma graduação, graças ao apoio profissional que tenho (EG0321).

Outra camada se constitui nos mais de vinte relatos em que os discentes mesclam a vivência acadêmica, a carreira e o sonho profissional. Cuidar dos sonhos é uma responsabilidade coletiva e o descuido pode transmutá-los no “*maior pesadelo*” (EG0900) ou

ainda, em um pesadelo sem fim “*ser veterinário é o sonho de uma vida, acabou sendo até agora 4 anos de um pesadelo que nunca acaba*” (EG0759).

Porém, quando o sonho e a satisfação seguem cultivados, quando se alinham e permitem aos discentes a percepção de estarem no caminho da formação mais adequada para si, a vivência acadêmica se torna gratificante:

[...] eu fico feliz de estar envolvida com o ambiente acadêmico de novo, minhas notas são boas, tive a oportunidade de conseguir um estágio, estou envolvida em projetos de iniciação científica, e 2 anos atrás eu não tinha nada disso. hoje em dia tenho outra vida, estou sempre tendo experiências novas, é como se eu me sentisse viva de novo (EG0611).

[...] A graduação me ajudou no meu crescimento pessoal, cada dia que passa aprendo mais sobre como lidar com minha depressão e ansiedade na profissão que escolhi, me sinto mais esperançosa, apesar dos problemas me sinto feliz em saber que logo me tornarei veterinária (EG0819).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, a influência da vivência na graduação sobre a saúde mental dos discentes é perceptível, materializada na presença relevante de sintomas de TMC nos quatro grupos de sintomas que compõe o SRQ-20 e associada às narrativas dos discentes, que descreveram a graduação como influente em sua saúde mental.

Assim, fatores como a sobrecarga de tarefas, o ambiente acadêmico competitivo e as dificuldades nas relações interpessoais, hierárquicas e estruturais, compõe um cenário preocupante, no qual uma parcela significativa dos estudantes já pensou em dar fim à própria vida, e reforça o comprometimento do bem-estar físico e psicológico, também apontado pelo baixo escore dos discentes na dimensão Pessoal do QVA-r.

No entanto, apesar do sofrimento psíquico, os estudantes demonstraram identificação e satisfação com a escolha profissional, indicada nos relatos que descreveram a Medicina Veterinária como a realização de um sonho e no escore da dimensão Carreira do QVA-r.

Esta dissociação, entre a vocação e a vivência acadêmica, sinaliza a necessidade de intervenções institucionais que transcendam o suporte individualizado e reativo. É crucial que as IES promovam uma cultura de bem-estar, revisando cargas curriculares, fortalecendo redes de apoio psicossocial e implementando políticas eficazes para permanência estudantil, de combate ao assédio e à discriminação.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L.; FERREIRA, J. A.; SOARES, A. P. Questionário de vivências acadêmicas: versão integral (QVA) e versão reduzida (QVA-r). Em: SIMÕES, M. [et al.] (Ed.). **Avaliação psicológica : instrumentos validados para a população portuguesa**. Coimbra: Quarteto, 2006. v. 1p. 101–120.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. 1. ed. Lisboa: Edições 70, 1977.

BISCAIA, S. T. Análise das políticas públicas de prevenção e combate ao assédio no âmbito da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 9, p. 1942–1957, 2024.

BRASIL. **Sinopses Estatísticas da Educação Superior: Graduação 2022**. 2023. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) / Ministério da Educação (MEC), Brasília-DF, 2023. Disponível em: https://download.inep.gov.br/informacoes_estatisticas/sinopses_estatisticas/sinopses_educacao_superior/sinopse_educacao_superior_2022.zip. Acesso em: 2 maio. 2025.

CÂMARA, S. G.; CARLOTTO, M. S. Estressores acadêmicos como preditores da síndrome de burnout em estudantes. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, p. e290020, 2024.

CARLETO, C. T.; MOURA, R. C. D.; SANTOS, V. S.; PEDROSA, L. A. K. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 20, 2018.

CRUZ, G. V.; PEREIRA, W. R. Diferentes configurações da violência nas relações pedagógicas entre docentes e discentes do ensino superior. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 66, n. 2, p. 241–250, 2013.

DRAKE, A. A. S.; HAFEN, M.; RUSH, B. R. A Decade of Counseling Services in One College of Veterinary Medicine: Veterinary Medical Students' Psychological Distress and Help-Seeking Trends. **Journal of Veterinary Medical Education**, v. 44, n. 1, p. 157–165, 2017.

FORBES-MEWETT, H.; SAWYER, A. M. International Students and Mental Health. **Journal of International Students**, v. 6, n. 3, p. 661–677, 2016.

FRANÇA, E. B.; ABREU, D. M. X.; MARINHO, F.; FRANÇA, G. V. A.; CÓRTEZ-ESCALANTE, J.; ASSUNÇÃO, A. Á. Tradução para a língua portuguesa da 11a Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11). **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 26, p. e230043, 2023.

FREY, L.; VENUGOPAL, D.; DEV, V. Prevalence and predictors of suicide ideation among university and high-school students during India's 2nd wave of the COVID-19 pandemic. **PloS one**, v. 19, n. 12, 2024.

GRANADO, J. I.; SOARES, A. P.; SANTOS, A. A.; ALMEIDA, L.; GUISANDE, A. Integração acadêmica de estudantes universitários: contributos para a adaptação e validação do QVA-r no Brasil. **Psicologia e Educação**, v. 12(2), p. 31–42, 2005.

HAMOOD, W. Imposter syndrome and the veterinary profession. **Veterinary Record**, v. 187, n. 7, p. 268–270, 2020.

HAN, B. C. **Sociedade do cansaço**. 2. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2018.

KERSUL, L. A. S.; OTAVIANO, D. J.; SILVA, L. A. Impacto do Estresse Acadêmico na Variação da Pressão Arterial de Estudantes Universitários - Uma Revisão bibliográfica. **Revista Sociedade Científica**, v. 7, n. 1, p. 5826–5834, 2024.

KUBRUSLY, M.; ROCHA, H. A. L.; MAIA, A. C. C.; SÁ, A. K. M.; SALES, M. M.; MAZZA, S. R. Resilience in the Training of Medical Students in a University With a Hybrid Teaching-Learning System. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, 2019.

LEÃO, T. M.; GOTO, C. S.; IANNI, A. M. Z. Sofrimento psíquico na universidade e o campo da Saúde Mental Coletiva: uma revisão integrativa de 46 anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 30, n. 4, p. e16382023, 2025.

MATTOS, H. C. X. S.; FERNANDES, M. C. S. G. Desafios simbólicos da universidade: a perspectiva de estudantes sobre a permanência. **Educar em Revista**, v. 38, 2022.

NUNES, T. S. Assédio Moral na Pós-Graduação: Práticas e Elementos Culturais Propiciadores. **Administração Pública e Gestão Social**, v. 14, n. 1, 2022.

NUNES, T. S.; TORGA, E. M. M. F. Assédio moral na pós-graduação: As consequências vivenciadas por docentes e discentes de uma Universidade Estadual brasileira. **Education Policy Analysis Archives**, v. 28, n. 0, p. 11, 2020.

OIKAWA, F. M.; GARCIA, M. R. V. Psychic suffering and bullying in the university context. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 73, n. 1, p. 19–33, 2021. . Acesso em: 23 set. 2025.

OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **ICD-11 International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics. Eleventh Revision. Reference Guide** [Internet]. 2022. Disponível em: <https://icd.who.int/pt>. Acesso em: 19 out. 2025.

PICCININI, B. D. B. O.; FIGUEIRÊDO, A. A. F. ; MIRANDA, D. A. Comportamento suicida no contexto universitário: uma revisão integrativa da literatura. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 35, 2025.

PUERTAS-NEYRA, K.; MENDOZA, G.; CÁCERES, S.; FALCÓN, N. Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina Veterinaria. **Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú**, v. 31, n. 2, p. e17836, 2020.

RAHMAN, H.; TOHAN, M. M.; EASHA, A. A.; FATEMA, N. Depression symptoms among University Students in the Khulna region of Bangladesh. **PLOS Mental Health**, v. 2, n. 4, p. e0000158, 2025.

RIGO, S. C. Suicídio uma questão de saúde pública e um desafio para a psicologia clínica. Em: Conselho Federal de Psicologia (ORG.): **O suicídio e os desafios para a Psicologia**. 1. ed. Brasília: CFP, 2013. p. 30-42.

ROLLIN, B. E. Euthanasia, Moral Stress, and Chronic Illness in Veterinary Medicine. **Veterinary Clinics: Small Animal Practice**, v. 41, n. 3, p. 651–659, 2011.

ROSALES-RICARDO, Y.; RIZZO-CHUNGA, F.; MOCHA-BONILLA, J.; FERREIRA, J. P. Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. **Salud mental**, v. 44, n. 2, p. 91–102, 2021.

ROY, S.; BISWAS, A. K.; SHARMA, M. Stress, Anxiety, and Depression as Psychological Distress Among College and Undergraduate Students: A Scoping Review of Reviews Guided by the Socio-Ecological Model. **Healthcare**, v. 13, n. 16, 2025.

RUIHUA, L.; HASSAN, N. C.; QIUXIA, Z.; SHA, O.; JINGYI, D. A systematic review on the impact of social support on college students' wellbeing and mental health. **PLOS ONE**, v. 20, n. 7, p. e0325212, 2025.

SANTOS, A. A. A.; SUEHIRO, A. C. B. Instrumentos de avaliação da integração e da satisfação acadêmica: estudo de validade. **Revista galego-portuguesa de psicoloxía e educación**, v. 14, n. 11, p. 1138–1663, 2007.

SANTOS, K. O. B.; ARAÚJO, T. M.; OLIVEIRA, N. F. Factor structure and internal consistency of the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) in an urban population. **Cadernos de Saude Publica**, v. 25, p. 214–222, 2009.

SIQUEIRA-DRAKE, A. A.; HAFEN, M.; RUSH, B. R.; REISBIG, A. M. J. Predictors of Anxiety and Depression in Veterinary Medicine Students: A Four-Year Cohort Examination. **Journal of Veterinary Medical Education**, v. 39, n. 4, p. 322–330, 2012.

SLIMMEN, S.; TIMMERMANS, O.; MIKOLAJCZAK-DEGRAUWE, K.; OENEMA, A. How stress-related factors affect mental wellbeing of university students A cross-sectional study to explore the associations between stressors, perceived stress, and mental wellbeing. **PLOS ONE**, v. 17, n. 11, p. e0275925, 2022.

SOSNICKI, J.; REYNOLDS, P. Compassion Fatigue Rounds (CFR): A Proactive Brief Intervention to Introduce Mental Health Awareness in a Veterinary Clerkship. **Journal of Veterinary Medical Education**, p. e20240068, 2024.

SPENDELOW, J.; VESTY, E.; ROBINSON, P. Potential Sources of Stress in Students at a UK Veterinary School Prior to Abattoir Visits. **Journal of Veterinary Medical Education**, p. e20250059, 2025.

TAVARES, M. S. A. Suicídio: o luto dos sobreviventes. Em: Conselho Federal de Psicologia (ORG.): **O suicídio e os desafios para a Psicologia**. 1. ed. Brasília: CFP, 2013. p.45-58.