

Saúde mental em estudantes de Psicologia de uma instituição pública: prevalência de transtornos e fatores associados

Mental health in Psychology students of a public institution: prevalence of disorders and associated factors

Mariana Marinho de Abreu¹

João Paulo Macedo²

Resumo

O ingresso nos Sistemas de Ensino Superior caracteriza-se como uma etapa importante, de modo que tem sido objeto de muitos estudos quanto à repercussão na vida dos estudantes. O estudo teve como objetivo investigar acerca da prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) e fatores associados em estudantes de Psicologia de uma instituição federal de ensino superior. Trata-se de um estudo transversal, com caráter descritivo-exploratório. Participaram 261 estudantes de todos os períodos do curso. Os dados foram coletados com base no questionário sócio acadêmico e para o rastreamento de TMC utilizou-se o *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20). Com base na estatística descritiva, a partir do teste qui-quadrado, a análise indicou elevada prevalência de TMC nessa população (60,2%), com destaque para os seguintes fatores associados: gênero, custo de vida, adaptação à nova cidade de moradia, desempenho acadêmico, satisfação com a escolha do curso, não participar de atividades esportivas e recreativas, dentre outros. O estudo é um importante recurso para fomentar ações e políticas institucionais de prevenção no campo da saúde mental, por parte da assistência estudantil, assim como serviços de apoio psicológico a esses estudantes.

Palavras-chave: saúde mental; transtornos mentais; serviços de saúde para estudantes; prevenção primária.

Abstract

Entry into Higher Education Systems is characterized as an important stage, so it has been the object of many studies regarding the repercussion in the lives of students. The study aimed to investigate the prevalence of Common Mental Disorders (CMD) and associated factors in psychology students of a federal higher education institution. It is a cross-sectional, descriptive-exploratory study. There were 261 students from all periods of the course. The data were collected based on the socio-academic questionnaire and the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) was used for TMC tracking. Based on descriptive statistics, based on the chi-square test, the analysis

¹ Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr) - Parnaíba/PI – mariimarinhoa@gmail.com

² Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr) - Parnaíba/PI – jpmacedo@ufpi.edu.br

indicated a high prevalence of CMT in this population (60.2%), with emphasis on the following associated factors: gender, cost of living, adaptation to the new city of housing, academic performance, satisfaction with the choice of course, not participating in sports and recreational activities, among others. The study is an important resource to foster institutional actions and policies of prevention in the field of mental health, on the part of student assistance, as well as psychological support services to these students.

Keywords: mental health; mental disorders; student health services; primary prevention.

Introdução

O ingresso nos Sistemas de Ensino Superior na contemporaneidade é objeto de desejo de muitos adolescentes e jovens adultos. Caracteriza-se como uma das etapas importantes no curso de vida de um estudante. Esse é um período atravessado por muitas mudanças, dúvidas e incertezas diante das escolhas futuras dos jovens, de modo que tem sido objeto de muitos estudos quanto à repercussão na vida dos estudantes (Caixeta, 2011; Padovani et al., 2014; Santos, 2011).

Com a expansão do Ensino Superior no Brasil, dinamizado por políticas que ampliaram o acesso aos estudantes de diferentes extratos sociais, por meio do Fundo de Financiamento do Ensino Superior (Fies) e do Programa Universidade para Todos (Prouni), além da criação da Universidade Aberta do Brasil (UAB), acompanhado ainda da criação, expansão e interiorização dos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia (IFs), e pelo Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni), seguido das políticas de cotas nas instituições públicas de ensino (Salata, 2018; Lima Filho, 2015; Ministério da Educação [MEC], 2012), o conjunto dessas políticas trouxe grandes impactos no perfil do estudante universitário brasileiro na última década.

De acordo com a IV Pesquisa Nacional de Perfil dos Discentes das Instituições Federais de Ensino Superior (IFES), realizada com 939.604 alunos de 62 IFES, em 2014, o Ensino Superior atualmente tornou-se mais acessível, popular e inclusivo, visto que houve um aumento da entrada de pessoas em situação de vulnerabilidade social e econômica, que antes não conseguiam acesso em instituições públicas. Tal quadro justifica a diminuição da renda mensal familiar dos estudantes que ingressaram no Ensino Superior a partir de 2009, se comparado aos anos anteriores, bem como o aumento de estudantes autodeclarados negros e uma maior expressão de alunos indígenas (Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis [FONAPRECE], 2016).

O estudo de Mont'Alvão Neto (2014) sobre as tendências das desigualdades de acesso ao Ensino Superior no Brasil, ao longo das últimas três décadas, retrata que embora as desigualdades tenham diminuído nos últimos anos, a origem socioeconômica, a estrutura familiar, o grupo racial, o gênero e a inserção no mercado de trabalho, são elementos que têm um papel significativo em termos da garantia do acesso e da permanência dos estudantes no Ensino Superior.

Deste modo, para além da ampliação do acesso aos sistemas de Ensino Superior no Brasil, que contribuiu para uma maior diversidade cultural, social, religiosa e econômica quanto ao perfil dos estudantes nesses espaços, muitos estudos têm chamado a atenção para um quadro amplo de aspectos que influenciam e estão diretamente relacionados a permanência dos estudantes nas universidades e a conclusão dos estudos nesse nível de ensino. Porém, para efeito do presente estudo, daremos destaque, dentre a esses fatores, para a saúde mental dos universitários (Padovani et al., 2014; Santos, 2011), que nos dias de hoje, tem sido uma problemática emergente retratada em diversos veículos de comunicação, sejam acadêmicos-científicos ou na grande mídia.

Nesse sentido, é comum entre os estudantes em seus percursos formativos, decorrentes da própria dinâmica da vida acadêmica e suas exigências cotidianas (preocupação permanente com os estudos, dificuldades com o rendimento acadêmico, acompanhamento das disciplinas, realização das atividades individuais e/ou em grupo), apresentarem mobilizações de ordem emocional e repercussões em sua saúde mental, envolvendo quadros de ansiedade, depressão, pensamento/ideação suicida, automutilação, isolamento social, dentre outros. Tais dificuldades quando não recebem a devida atenção podem resultar em trancamentos de disciplinas, do período e até mesmo evasão do curso acarretando inúmeros prejuízos aos estudantes e ao próprio sistema de ensino (Cerchiari, Caetano & Faccenda, 2005).

Daí a importância do trabalho de identificação desses fatores na comunidade universitária, até mesmo para se investir em planos de promoção e prevenção da saúde mental dos estudantes do Ensino Superior para se evitar quadros mais graves em saúde mental e comprometedores da autonomia dos estudantes.

Com esse propósito tem-se investido em estudos sobre a prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em estudantes universitários. Os TMC são transtornos com sintomas não psicóticos, menos graves e mais frequentes como insônia, fadiga, nervosismo, irritabilidade, dificuldade de concentração e tomada de decisões, sintomas depressivos e ansiosos, bem como queixas somáticas (cefaleia, falta de apetite, má digestão, entre outros). Denotam sofrimento mental, mas não são compreendidos pelos critérios diagnósticos como os quadros mais estruturados de transtornos mentais do tipo moderado ou grave/persistentes (Fiorotti, Rossoni, Borges & Miranda, 2010).

De modo geral, pesquisas vêm sendo desenvolvidas quanto a prevalência de TMC em diferentes grupos de estudantes, dos mais diversos cursos, principalmente de graduação em Medicina (Fiorotti et al., 2010; Lima, Domingues & Cerqueira, 2006; Silva, Cerqueira & Lima, 2014), Enfermagem (Carleto, Moura, Santos & Pedrosa, 2018) e demais cursos da área da saúde (Silva & Costa, 2012), haja vista que o contato com a dor, a morte e o sofrimento humano podem ser fatores estressantes como abordam alguns autores (Lima, Domingues & Cerqueira 2006; Silva & Costa, 2012).

Nota-se que muitos estudos têm se detido, especificamente, aos estudantes de Medicina, sendo pouco aqueles que tratam dos estudantes de Psicologia (Andrade et al., 2016), muito embora estes últimos presenciem e acompanhem experiências de vida atravessadas por histórias de dor, perdas, luto e sofrimento psíquico, acompanhado, muitas vezes, de quadros de vulnerabilização social. Face a isso, Andrade et al. (2016) alertam para o contexto das vivências acadêmicas dos estudantes de Psicologia diante de quadros de sofrimento psíquico apresentados pelos próprios estudantes na perspectiva de serem desenvolvidas ações de atenção e suporte psicossocial a esses estudantes.

Ademais, Michalowski e Pedroso (2018) constataram que ao longo do curso de Psicologia, alguns acadêmicos melhoravam suas habilidades sociais considerando as habilidades e competências desenvolvidas pelo próprio curso, enquanto uma parcela destes acabava por perder habilidades sociais diante de quadros ansiogênicos e depressivos. Os autores também constaram que uma parcela de estudantes de Psicologia fazia uso de medicamentos psiquiátricos, principalmente, ansiolíticos e antidepressivos. Assim, ressaltaram ser fundamental o investimento em mais investigações e aprofundamento desta realidade em outras realidades brasileiras.

Diante do exposto, o presente estudo pretende investigar a prevalência de TMC nos estudantes de Psicologia de uma instituição federal de Ensino Superior, localizada no nordeste brasileiro, fruto do processo de interiorização da rede federal ensino. E a partir disso, caracterizar o perfil socioeconômico e acadêmico para analisar possíveis relações entre o quadro de transtorno mental comum desses estudantes com fatores associados. Esta pesquisa pretende contribuir para as discussões no que concerne à saúde mental de estudantes em instituições de Ensino

Superior, especialmente do curso de Psicologia, no sentido de também ampliar as reflexões quanto às ações de prevenção de saúde mental no âmbito dessas instituições.

Método

Trata-se de um estudo de abordagem quantitativa, com delineamento transversal e caráter descritivo-exploratório, realizado com estudantes de todos os períodos do curso de Psicologia.

Participantes

Do total de 444 estudantes regularmente matriculados no período realizado do estudo, participaram 261 estudantes distribuídos no primeiro ano (1º e 2º período), segundo ano (3º e 4º período), terceiro ano (5º e 6º período), quarto ano (7º e 8º período) e quinto ano (9º e 10º período) do curso. A definição da amostra foi censitária, constituindo-se como critério de exclusão a recusa em participar da pesquisa ou não estar presente na sala de aula no momento da aplicação dos instrumentos, ou relatar algum impedimento de qualquer outra natureza.

Instrumentos

Para a coleta dos dados foram utilizados dois instrumentos autoaplicáveis:

a) Questionário Sócio Acadêmico – construído a partir de estudos anteriores (Cerchiari, Caetano & Faccenda, 2005; Fiorotti et al., 2010; FONAPRECE, 2016; Lima, Domingues & Cerqueira, 2006; Silva et al., 2014) estruturado com questões fechadas em torno de dados socioeconômicos, do processo formativo e do rendimento acadêmico, além do acesso e formas de cuidado em saúde mental, incluindo a rede de apoio social que o estudante conta em sua vida;

b) *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) – recomendado pela Organização Mundial de Saúde e revalidado por Gonçalves, Stein e Kapczinski (2008). Esse questionário foi desenvolvido para avaliar o sofrimento mental, especificamente, o rastreamento de transtornos mentais comuns. O SRQ-20 é composto por 20 questões com respostas do tipo sim/não, em que cada resposta afirmativa recebe o valor de um ponto. O escore final é dado por meio do somatório desses valores variando de 0 (nenhuma probabilidade) a 20 (extrema probabilidade). O ponto de corte utilizado para o SRQ-20 foi 7, independentemente do gênero (Gonçalves, Stein & Kapczinski, 2008).

Procedimentos

Os dados foram coletados em sala de aula com autorização prévia dos professores, que disponibilizaram um tempo de suas aulas para a aplicação dos instrumentos. A coleta aconteceu durante nove dias letivos do mês de abril de 2019. Antes da aplicação dos instrumentos foi esclarecido o objetivo da pesquisa, assim como sobre a garantia do sigilo, anonimato e confidencialidade das informações.

Ressaltamos que todos os procedimentos éticos das Resoluções 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde foram cumpridos. A pesquisa foi submetida à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Piauí, tendo aprovação sob o parecer nº 3.221.563 e CAAE Nº 08127019.2.0000.5214. Além disso, todos aqueles que aceitaram participar da pesquisa preencheram e assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido. Nos casos em que houve episódios de mobilização afetiva-emocional ou algum desconforto psíquico entre os participantes ao logo da realização do estudo, tivemos o cuidado de orientar e viabilizar o acesso ao Serviço Escola de Psicologia ou a demais equipamentos de saúde do município para apoio e acolhimento.

Análise de dados

Para a análise dos dados foi utilizado o software *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* for Windows, versão 20. Foi criada uma variável TMC a partir do escore total de cada indivíduo no SRQ-20, na qual os participantes foram classificados com “prevalência” de TMC ou não de acordo com o ponto de corte mencionado anteriormente.

A princípio foi realizada análise descritiva da população estudada segundo as variáveis categóricas em estudo com frequências absolutas (n) e relativas (%); e valores de média e desvio padrão para as variáveis quantitativas. Para verificar a associação das variáveis independentes com a variável dependente (presença ou ausência de TMC) foi utilizado o teste estatístico qui-quadrado (χ^2), sendo o nível de significância utilizado $p < 0,05$.

Resultados

De acordo com os dados coletados no presente estudo, um total de 261 estudantes responderam aos questionários, do gênero feminino (n=182; 69,7%) e do masculino (n=79; 30,3%), sendo a média de idade de 21 anos ($DP=3,30$). A distribuição dos participantes ao longo do curso está caracterizada no Gráfico 1.

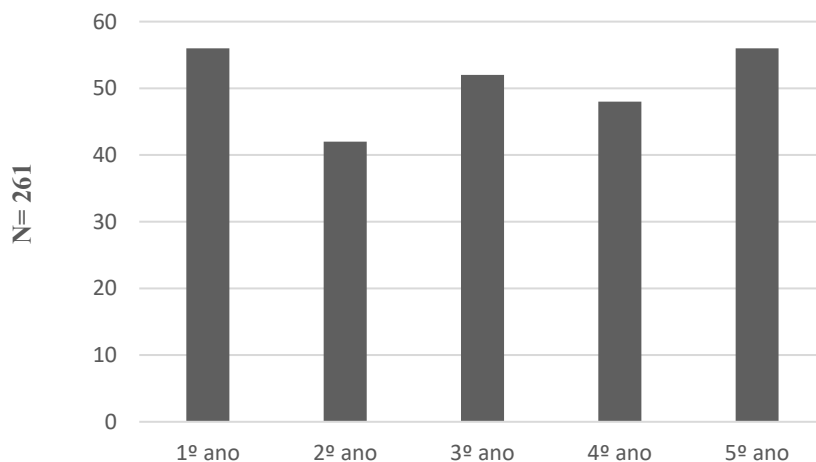


Gráfico 1 - Estudantes de Psicologia (n=261) por Ano de Curso de Uma Instituição Federal de Ensino Superior.

Em relação ao rastreamento de TMC, os resultados indicaram que dos 261 estudantes pesquisados, 157 apresentaram pontuação igual ou superior ao ponto de corte 7, indicando prevalência de TMC de 60,2% da população investigada. Quanto ao perfil sócio acadêmico dos participantes que pontuaram no SRQ-20, este indica maior prevalência de TMC entre as mulheres (n=122; 77,7%); entre os solteiros (n=107; 68,2%); e entre aqueles que se autodeclararam de cor parda (n=87; 55,4%). A renda familiar que mais sobressaiu entre os que pontuaram no SRQ-20 foi entre 1 a 2 salários mínimos (n=49; 31,2%); sendo que ainda referiram que a renda com que vivem, apesar de suficiente para se manter, não sobra para atividades de lazer (n=66; 42%).

Foi significativo o percentual daqueles que saíram de suas cidades de origem (n=135; 86%) para poderem cursar o ensino superior; mas que, apesar disso, se sentem adaptados à cidade em que estudam (n=119; 75,8%). Além disso, na cidade onde estudam moram em casa

alugada (n=105; 66,9%) e dividem a moradia com outras pessoas (n=129; 82,2%). Referiram que quando enfrentam situações difíceis e estressantes contam com alguém a quem recorrer (n=137; 87,3%), sendo que afirmaram visitar a família menos que mensalmente (47,8%). Ademais, não se consideram praticantes de alguma religião (n= 84; 53,5%).

Especificamente quanto aos aspectos da vida acadêmica, a maior parte sinaliza ter bom desempenho no rendimento acadêmico (n=84; 53,5%), sentem-se satisfeitos com a escolha do curso (n=132; 84,1%), ao passo que também já pensaram abandoná-lo (n=111; 70,7%), sendo que destes, 71 (45,2%) não pensam mais a esse respeito. Ademais, os estudantes que pontuaram indicaram ter conhecimento sobre o setor de assistência estudantil da universidade para busca de apoio/suporte ou orientação psicopedagógica e psicossocial (n=144; 91,7%), ainda que parte deles (n=88; 56,1%) afirmem não terem usufruído de algum dos seus serviços.

Cabe ressaltar quanto aos cuidados em saúde mental, que a maioria dos estudantes que pontou (n=126; 80,3%) não faz uso de medicação psiquiátrica, e que já procuraram atendimento psicológico alguma vez em sua vida (n=126; 80,3%). Ademais, 91 deles (58%) já recorreram a algum atendimento no Serviço Escola de Psicologia da universidade para atendimento psicoterápico ou na modalidade de plantão psicológico.

Tabela 1. - *Variáveis Socioacadêmicas Associadas a Prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em Estudantes do Curso de Psicologia (n=157) de Uma Instituição Federal de Ensino Superior.*

Variáveis	Prevalência de TMC		x ²	p
	n	%		
Sexo				
Masculino	35	21,7	11,82	0,001*
Feminino	122	77,7		
Adaptado à cidade em que estuda				
Não	21	13,4	3,96	0,046*
Sim	118	75,8		
Valor para se manter				
É suficiente e sobra para lazer	46	29,3	9,95	0,019*
É suficiente, mas complementada	26	16,6		
É suficiente, mas não sobra para lazer	66	42		
Não é suficiente	18	11,5		
Desempenho acadêmico				
Excelente	3	1,9	16,76	0,001*
Bom	84	53,5		
Regular	48	30,6		
Péssimo	5	3,2		
Satisfação em relação à escolha profissional				
Sim	1	84,1	11,76	0,001*
Não	23	14,6		
Já pensou em abandonar o seu curso				
Não, nunca	45	28,7	14,16	0,001*
Sim, mas não penso mais	71	45,2		
Sim, ainda penso	40	25,5		
Em situações difíceis, tensas, estressantes tem alguém a recorrer				
Não	20	12,7	4,54	0,033*
Sim	137	87,3		

Variáveis	Prevalência de TMC		x ²	p
	n	%		
Pratica atividades de lazer na frequência desejada				
Não	129	82,2	23,41	0,000*
Sim	28	17,8		
Pratica algum esporte?				
Não	131	83,4	9,19	0,002*
Sim	26	16,6		
Já procurou atendimento psicológico alguma vez em sua vida?				
Não	31	19,7	4,15	0,041*
Sim	126	80,3		

Nota: (x²)* Teste qui-quadrado

Na Tabela 1, observa-se a partir do teste qui-quadrado (x²) que o TMC associou-se significativamente com alguns aspectos socioeconômicos, como: “sexo” ($p=0,001$), “valor para se manter” ($p=0,019$) e “não se sentir adaptado à cidade em que estuda” ($p=0,046$), indicando que a influência do recurso financeiro e a adaptação à cidade em que estuda são fatores que têm relação com a saúde mental dos estudantes investigados.

Do mesmo modo, observou-se relação do TMC com aspectos acadêmicos, como: “desempenho acadêmico” se considerado regular ou péssimo ($p=0,001$); “não estar satisfeito com a escolha do curso” ($p=0,001$) e “já ter pensado em abandonar o curso” ($p=0,001$). Percebeu-se ainda relação do TMC com algumas ações que poderiam auxiliar em termos promocionais de saúde ou mesmo de busca por cuidados em saúde mental: “não realizar atividades de lazer” ($p=0,000$), “não praticar esportes” ($p=0,002$), “já ter procurado atendimento psicológico alguma vez na vida” ($p=0,042$), e “não ter alguém a quem recorrer em situações difíceis, tensas e estressantes” ($p=0,033$). Ademais, verificou-se associação significativa entre TMC e aqueles que não tinham prática religiosa ($p=0,068$).

Discussão

Com base nos resultados, observou-se pela característica do curso em estudo, considerando que é ofertado em uma instituição federal de Ensino Superior, localizada fora da capital, em uma cidade de médio porte populacional, que o perfil dos estudantes, em sua maioria, indica serem oriundos de classes populares, com renda familiar entre um e dois salários, com ensino médio concluído na rede pública, além de se autodeclararem pardos. Como já indicaram Macedo, Alves, Bezerra e Silva (2018), apesar do histórico de elitização dos cursos de Psicologia no Brasil, registra-se importantes mudanças no perfil dos estudantes, que indicam certa “popularização” dos cursistas, em função das políticas educacionais do Ensino Superior como Reuni (2007), Fies (1999) e Prouni (2005) e Política Nacional de Assistência Estudantil (2010), implantadas nas últimas décadas.

Quanto à prevalência de TMC, há na literatura muitos estudos que tratam sobre essa problemática nacional (Silva & Costa, 2012; Carleto et al., 2018; Fiorotti et al., 2010; Ansolin et al., 2015; Cerchiarri, Caetano e Faccenda, 2005) e internacionalmente (Concepcion et al., 2014; Byrd et al., 2014), no entanto ainda são escassos trabalhos acerca dos TMC apenas em estudantes de Psicologia.

Nessa perspectiva, o presente estudo apontou prevalência de TMC em 60,2% dos estudantes de Psicologia investigados, valor sensivelmente elevado, se comparado a outros

estudos realizados. No caso de investigações com universitários de um curso de medicina da rede federal da região sul do país, e outro da rede estadual da região sudeste, foram observadas a prevalência de 37,1% (Fiorotti et al., 2010) e 44,9% (Silva et al., 2014), respectivamente. Em outro estudo desenvolvido com estudantes de Psicologia e enfermagem de uma instituição privada no Paraná foi possível verificar prevalência de TMC em 35,7% dos estudantes investigados (Ansolin et al., 2015). Quanto aos estudos internacionais, observou-se prevalência de 26,6% de TMC em estudantes de graduação localizados na Etiópia (Byrd et al., 2014), e prevalência de 24,3% em estudantes universitários chilenos (Concepcion et al., 2014).

Mesmo se compararmos com estudos realizados com outros públicos, como professores universitários da área de saúde em que foi encontrado uma prevalência de TMC de 19,5% (Ferreira et al., 2015) e profissionais residentes das áreas de medicina, enfermagem, nutrição e saúde coletiva em que apresentaram prevalência de 51,1% (Carvalho et al., 2013), ainda assim consideramos elevado o índice encontrado entre os estudantes do curso de Psicologia na presente investigação.

Do ponto de vista da relação de TMC com o gênero, são diversos os estudos que indicam que as mulheres quando comparadas aos homens apresentam uma prevalência de TMC maior, sendo mais suscetíveis a apresentarem alguma demanda de sofrimento psíquico (Fiorotti et al., 2010; Santos, 2011; Silva de Souza, Baptista, Said & Nunes Baptista, 2010), apesar de que há estudos em que o gênero não foi apontado como variável significativa (Lima, Domingues & Cerqueira, 2006; Silva et al., 2014).

Alguns estudos apontam que a condição socioeconômica se mostrou importante para a preservação da saúde mental, haja vista que, quanto mais baixa a condição social, maior vulnerabilidade e necessidade de apoio/cuidado em saúde mental (Santos, 2011). Graner e Cerqueira (2019), a partir de uma revisão integrativa, explanaram acerca dos fatores de risco e de proteção para o sofrimento psíquico entre estudantes universitários em produções disponíveis na literatura científica nacional e internacional. Os autores identificaram que, além do gênero feminino, possuir maior idade e baixa renda foram as características sociodemográficas mais associadas a sofrimento psíquico entre universitários investigados.

Embora a renda familiar, no presente estudo, não tenha se associado com TMC, o que corrobora com outros estudos (Lima, Domingues & Cerqueira, 2006; Cerchiari, Caetano & Faccenda, 2005), observou-se que ter um valor mensal suficiente para cobrir despesas de alimentação e moradia, mas insuficiente para atividades de lazer, ou mesmo insuficiente para se manter, foram fatores em que se encontrou maior possibilidade de prevalência de TMC entre os respondentes.

Além disso, os dados obtidos indicam associação entre uma maior prevalência de TMC entre participantes do estudo e o fato de não praticarem atividades de lazer e esporte na frequência desejada (Silva, Cavalcante & Lopes, 2014; Graner & Cerqueira, 2019). O lazer é tido como algo de extrema relevância para universitários, pois pode proporcionar o encontro entre pessoas e a sensação de bem-estar e de liberdade, na perspectiva de atenuar os efeitos do estresse diante da própria dinâmica da vida acadêmica e suas exigências cotidianas ou da vida de modo geral (Podé & Caroso, 2003). No caso dos estudantes participantes da pesquisa, as atividades de lazer têm se restringido aos finais de semana em função dos estudantes terem que conciliar a dinâmica da vida universitária (aulas, estudos, trabalhos acadêmicos, atividades de pesquisa e extensão) e, em alguns casos, de trabalho (Martoni & Schwartz, 2006).

O sofrimento psíquico em universitários está relacionado também aos aspectos do processo formativo. Na revisão integrativa de Graner e Cerqueira (2019) nota-se que em muitos estudos a relação dos estudantes com o curso, como já ter pensado em abandonar, sentir-se insatisfeito com o curso e apresentar baixas expectativas em relação ao futuro profissional, foram fatores de risco para a saúde mental. Resultado semelhante foi encontrado no presente

estudo, em que estudantes que responderam não estarem satisfeitos com a escolha do curso, ou que já pensaram em abandonar o curso, ou ainda que tiveram uma avaliação ruim do desempenho acadêmico (Lima, Domingues & Cerqueira, 2006), foram os mais propensos a apresentarem TMC.

Tendo em vista os resultados do presente trabalho, é possível inferir que os fatores referentes ao processo formativo e a relação com o curso estiveram mais associados à prevalência de TMC. Isto posto, como apontam Andrade et al. (2016), as vivências acadêmicas acompanhado das próprias reflexões e reposicionamentos subjetivos suscitados ao longo do curso com o contato com as teorias, certas temáticas e a própria realidade dos estágios, além da sobrecarga da vida universitária e a necessidade de organização acadêmica e os aspectos relacionados as condições de vida e relações étnico-raciais, tudo isso relaciona-se com o sofrimento psíquico vivido por muitos estudantes. Ressaltamos ainda que, os atravessamentos de uma vida cada vez mais modulada pelo uso de tecnologias digitais e culto da imagem, nos dias atuais, inclusive em virtude da realidade do ensino remoto em meio a pandemia por COVID-19, certamente leva a mais impactos, que precisam ser avaliados por novas investigações.

Em outros trabalhos, um elemento que se mostrou significativo foi a adaptação ao contexto da universidade e ao período do curso. Conforme alguns autores, o TMC está inversamente associado à adaptação a universidade, visto que quanto melhor a adaptação, menor a probabilidade de TMC (Carleto et al., 2018; Silva et al., 2014). De maneira análoga, não se sentir adaptado à cidade que estuda esteve associado ao TMC.

Estudos apontam que, nos períodos iniciais, os estudantes apresentam maior possibilidade de desenvolverem TMC, se comparado com os demais períodos, visto a necessidade de adaptação à rotina e ao ambiente universitário, à construção de novas relações de amizade e identificação com grupos sociais (Carleto et al., 2018; Fiorotti et al., 2010; Silva & Costa, 2012). No entanto, resultados diferentes foram encontrados por outros autores, em que os períodos iniciais apresentaram valores menores quanto à prevalência de sofrimento mental (Cerchiari et al., 2005), pelas próprias características do processo formativo anteriormente comentado, parte da organização de alguns cursos, e pelas incertezas da vida profissional com a chegada da conclusão do curso. No caso da presente pesquisa, apesar da maior ocorrência de casos de TMC entre os estudantes do terceiro ano do curso investigado, não houve uma associação significativa do ano de curso com TMC.

Constata-se também que as relações interpessoais e o apoio social são fatores pertinentes em termos protetivos. Silva de Souza et al. (2010) demonstraram que quanto maior o suporte familiar percebido, menor é a pontuação em transtornos mentais comuns. Nesse sentido, os participantes da pesquisa que sinalizaram não ter alguém a quem recorrer em situações difíceis, tensas e estressantes, mostraram-se mais suscetíveis ao TMC.

Em seu estudo, Silva et al. (2014) utilizaram uma Escala de Apoio Social (EAS) e o SRQ-20 para verificar a associação do apoio social e o TMC em graduandos de medicina da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. Neste, observaram que a prevalência de TMC foi de 44,9% e que houve associação apenas com o domínio “apoio interação” da EAS. O referido domínio corresponde a disponibilidade de pessoas para se divertirem e relaxarem.

Outro fator identificado pelo presente estudo foi que aqueles que já procuraram atendimento psicológico foram mais propensos ao TMC. De acordo com a pesquisa da FONAPRECE (2016), no que se refere à saúde mental dos estudantes, 79,8% dos estudantes de graduação investigados passaram por dificuldades emocionais nos últimos doze meses. Quanto ao uso de medicação psiquiátrica 8,9% já tomaram alguma vez na vida, mas não tomam mais; e 3,67% já fizeram uso e continuam recorrendo a medicação. Outro dado significativo é que 30,45% dos universitários já procuraram atendimento psicológico em algum momento.

Em suma, muitos estudantes ao ingressarem e percorrerem a trajetória acadêmica relataram vivenciar certa tensão, estresse, problemas psicossomáticos, insegurança e falta de confiança quanto a capacidade de desempenho, conclusão do curso e inserção no mercado de trabalho. Tudo isso acaba influenciando, de algum modo, no campo da saúde mental dos estudantes e precisa ser observado pela equipe de assistência estudantil na perspectiva que se promova ações de prevenção de agravos e cuidados psicossociais (Cerchiari et al., 2005). Dentre as dificuldades emocionais vivenciadas pelos graduandos da presente pesquisa destacam-se, por ordem de maior frequência: a ansiedade, desânimo/falta de vontade de fazer as coisas, insônia ou alterações significativas de sono, sensação de desamparo/desespero/desesperança e sentimento de solidão.

Chama atenção ainda, o dado acerca do elevado número de estudantes que sinalizaram no presente estudo já terem pensado em acabar com a própria vida ($n=132$; 50,6%), com base na resposta do item 17 do SRQ-20. Esse dado também é uma preocupação nacional, conforme os achados da pesquisa do FONAPRECE (2016), pois mostra que a “ideia de morte” e “pensamento suicida” foram indicados por 6,38% e 4,13% do total dos estudantes pesquisados no país.

A instituição em que a pesquisa foi desenvolvida conta com o Serviço Escola de Psicologia (SEP), um serviço que presta atendimento psicológico à comunidade em geral e aos estudantes da instituição, constituindo-se como o mais importante dispositivo de saúde mental com atendimento gratuito do município. Ademais, corrobora-se que os participantes da pesquisa foram informados acerca da importância dos cuidados com a saúde mental e orientados sobre os serviços de atendimento psicológico e psicopedagógico disponíveis na própria universidade.

Com a ampliação do acesso ao Ensino Superior e, conseqüente, com a “popularização” (Macedo, Alves, Bezerra & Silva, 2018) do perfil dos estudantes de graduação, Marinho-Araújo (2016) salienta a relevância em considerar o perfil, o contexto histórico e cultural desse estudante, além das dinâmicas institucionais, a realidade de cada curso e as relações estabelecidas entre o corpo discente, e deste com o corpo docente, para uma análise mais contextualizada e geradora de ações preventivas e promocionais em saúde nas Instituições de Ensino Superior. Nesse sentido, recorrer a compreensões mais ampliadas acerca das determinações sociais da saúde mental dos estudantes universitários é de fundamental importância para o planejamento de ações de prevenção e promoção da saúde.

Além do SEP, a instituição em que a pesquisa foi realizada dispõe do Núcleo de Assistência Estudantil (NAE) estabelecido pelo Plano Nacional de Assistência Estudantil através do Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010. É composto, dentre outros serviços, pelo atendimento psicossocial e apoio pedagógico aos estudantes. Desta forma, contribui para o desenvolvimento do desempenho acadêmico, já que deveria agir de forma preventiva nas situações de retenção e abandono de curso.

A maioria dos alunos estudados indicaram já terem recorrido ao Serviço Escola de Psicologia da Universidade, bem como apontaram conhecer o NAE, contudo dizem não terem usufruído efetivamente de nenhuma dessas ações, em função das listas de espera. Deste modo, entende-se que esses dois dispositivos são recursos fundamentais de apoio à saúde mental dos estudantes, sendo necessário que atuem em conjunto no desenvolvimento de ações de prevenção, não restringindo o cuidado em saúde mental apenas ao atendimento psicológico individual.

Nesse sentido, conclui-se que há uma alta prevalência (60,2%) de Transtornos Mentais Comuns no público investigado e que entre os fatores associados, destaca-se a relação que os estudantes de Psicologia têm com o curso, aspectos estes atravessados também com suas condições de vida, interseccionados por questões de classe e relações raciais. Além disso, vale destacar os níveis de risco de suicídio na população estudada, visto que foi uma questão do instrumento que obteve muita pontuação.

Considerando que esse último dado não foi aprofundado no presente trabalho, chama-se atenção para exploração desse elemento em futuros estudos, devido à sua importância. Assim como, pensar futuras investigações que abarquem o universo da população universitária da instituição.

Diante do exposto, estudos acerca da saúde mental de estudantes universitários, principalmente, partindo de levantamentos referentes aos fatores que implicam no sofrimento psíquico no contexto de instituições de Ensino Superior é um importante recurso para fomentar ações, políticas institucionais de prevenção da saúde mental, assim como serviços de apoio psicológico, de modo que possam contribuir para uma permanência saudável desses estudantes, resultando na conclusão de suas graduações, além de contribuir para futuras discussões.

Referências

- Andrade A. S.; Tiraboschi G. A.; Antunes N. A.; Viana P. V. B. A.; Zanoto P. A.; Curilla R. T. (2016). Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(4): 831-846. DOI: 10.1590/1982-3703004142015
- Ansolin, A. G. A., Rocha, D. L. B., dos Santos, R. P., & Dal Pozzo, V. C. (2015). Prevalência de transtorno mental comum entre estudantes de psicologia e enfermagem. *Arquivos de Ciências da Saúde*, 22(3), 42-45. Recuperado de <http://www.cienciasdasaude.famerp.br/index.php/racs/article/view/83>
- Byrd, K. L., Gelaye, B., Tadesse, M. G., Williams, M. A., Lemma, S., & Berhane, Y. (2014). Sleep disturbances and common mental disorders in college students. *Health behavior and policy review*, 1(3), 229-237.
- Caixeta, S. P. (2011). Sofrimento psíquico em Estudantes Universitários: um estudo exploratório (Dissertação de mestrado). Universidade Católica de Brasília, Brasília, DF, Brasil. Recuperado de <https://bdt.d.uceb.br:8443/jspui/bitstream/123456789/1774/Sueli%20Pereira%20Caixeta.pdf>
- Carleto, C. T., de Moura, R. C. D., Santos, V. S., & Pedrosa, L. A. K (2018). Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 20. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. Recuperado de <http://doi.org/10.5216/ree.v20.43888>
- Carvalho, C. N., Melo-Filho, D. A. D., Carvalho, J. A. G. D., & Amorim, A. C. G. D. (2013). Prevalência e fatores associados aos transtornos mentais comuns em residentes médicos e da área multiprofissional. *J bras psiquiatr*, 62(1), 38-45.
- Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., & Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 10(3), 413-420. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/%0D/epsic/v10n3/a10v10n3.pdf>
- Concepcion, T., Barbosa, C., Vélez, J. C., Pepper, M., Andrade, A., Gelaye, B., ... & Williams, M. A. (2014). Daytime sleepiness, poor sleep quality, eveningness chronotype, and common mental disorders among Chilean college students. *Journal of American College Health*, 62(7), 441-448.
- Ferreira, R. C., da Silveira, A. P., de Sá, M. A. B., Feres, S. D. B. L., Souza, J. G. S., & de Barros Lima, A. M. E. (2015). Transtorno mental e estressores no trabalho entre professores universitários da área da saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, 13(1), 135-155.
- Fiorotti, K. P., Rossoni, R. R., Borges, L. H., & Miranda, A. E. (2010). Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *J Bras Psiquiatr*, 59(1), 17-23. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v59n1/v59n1a03>
- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantes (2016). IV Pesquisa do Perfil Sócioeconômico e Cultural dos estudantes de graduação das Instituições Federais de Ensino Superior brasileiras. Uberlândia: Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes). Recuperado de http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduando-das-IFES_2014.pdf

- Gonçalves, D. M., Stein, A. T., & Kapczinski, F. (2008). Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. *Cadernos de Saúde Pública*, 24, 380-390. Recuperado de https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S0102311X2008000200017&script=sci_arttext&lng=pt
- Graner, K. M., & Cerqueira, A. T. D. A. R. (2019). Revisão integrativa: Sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 1327-1346.
- Lima Filho, D. L. (2015). Expansão da educação superior e da educação profissional no Brasil: tensões e perspectivas. *Revista Educação em Questão*, 51(37), 195-223.
- Lima, M. C. P., Domingues, M. D. S., & Cerqueira, A. T. D. A. R. (2006). Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina. *Revista de Saúde Pública*, 40, 1035-1041. Recuperado de <https://www.scielo.org/article/rsp/2006.v40n6/1035-1041/>
- Lopo Mont'Alvão Neto, A. (2014). Tendências das desigualdades de acesso ao ensino superior no Brasil: 1982-2010. *Educação & Sociedade*, 35(127). Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/873/87331479005/>
- Macedo, J. P., Alves, C. D. S., Bezerra, L. L. D. S., & Silva, J. R. D. (2018). A "popularização" do perfil dos estudantes de Psicologia no Brasil. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 70(2), 81-95.
- Marinho-Araujo, C. M. (2016). Inovações em Psicologia Escolar: O contexto da educação superior. *Estudos de Psicologia*, 33(2), 199-211.
- Martoni, F. R., & Schwartz, G. M. (2006). O lazer na vida do estudante universitário. *Lecturas: Educación física y deportes*, (97), 13.
- Michalowski, M., & Pedroso, S. M. D. (2018). A SAÚDE MENTAL DO ACADÊMICO DE PSICOLOGIA E A PSICOTERAPIA. *Trabalhos de Conclusão de Curso-Faculdade Sant'ana*.
- Ministério da Educação (2012). Análise sobre a Expansão das Universidades Federais 2003 a 2012. Brasília, DF. Recuperado de http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=12386-analise-expansao-universidade-federais-2003-2012-pdf&Itemid=30192
- Padovani, R. D. C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F. D., Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. D. N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 02-10. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002
- Pondé, M. P., & Caroso, C. (2012). Lazer como fator de proteção da saúde mental. *Revista de Ciências Médicas*, 12(2).
- Salata, A. (2018). Ensino Superior no Brasil das últimas décadas: redução nas desigualdades de acesso?. *Tempo Social*, 30(2), 219-253. Recuperado de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-20702018000200219&script=sci_arttext
- Santos, M. L. R. R. (2011). Saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários (Tese de doutorado). Universidade de Aveiro, Portugal. Recuperado de <https://ria.ua.pt/bitstream/10773/6738/1/Tese%20Luisa%20Santos.pdf>
- Silva, A. D. O., C. Neto, & Lopes, J. (2014). Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. *Motricidade*, 10(1), 49-59.
- Silva, A. G., Cerqueira, A. T. A. R., & Lima, M. C. P. (2014). Apoio social e transtorno mental comum entre estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17(1), 229-242. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/f38d/d82183e4fc50cddb8fd1f642c98b25ab4421.pdf>
- Silva, R. S., & da Costa, L. A. (2015). Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. *Encontro: Revista de Psicologia*, 15(23), 105-112. Recuperado de <http://www.pgsskroton.com.br/seer/index.php/renc/article/view/2473>

Silva de Souza, M., Baptista, D., Said, A., & Nunes Baptista, M. (2010). Relação entre suporte familiar, saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários. *Acta Colombiana de Psicología*, 13 (1), 143-154. Recuperado de <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/174/1/v13n1a13.pdf>

Mariana Marinho de Abreu – Psicóloga do Centro de Referência Especializado da Assistência Social (CREAS) de Caxias-MA. Graduação em Psicologia (2014-2019) e Mestranda em Psicologia pelo Programa de Pós-graduação da Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr).

João Paulo Macedo – Professor dos Programas de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade do Delta do Parnaíba (UFDPAr) e da Universidade Federal do Ceará (UFC). Mestre e Doutor em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Bolsista Produtividade do CNPQ.