

## DO ENCANTO À TRAVESSIA: SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES BRASILEIROS EM TERRAS ACADÊMICAS DISTANTES

LUCAS MATILDE DE ALMEIDA<sup>1</sup>; ANA LAURA SICA CRUZEIRO SZORTYKA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – lucas.almeida2001@outlook.com.br*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – alcruzeiro@gmail.com*

### 1. INTRODUÇÃO

Em primeiro momento, a universidade caracteriza-se como ambiente promotor de fundamental importância para o amadurecimento da vida, visto que promove a ampliação do repertório de habilidades e competências profissionais e pessoais do estudante (BARDAGI, 2007), como também possui protagonismo na melhora do funcionamento cognitivo de seus alunos, constituindo-se, assim, como um espaço gerador de impactos positivos para esta parcela acadêmica (ARINO & BARDAGI, 2018). Dessa forma, CASTRO (2017) aponta que, a partir do ingresso em um curso de nível superior, isto faz que o estudante insira-se em uma nova realidade educacional, desenvolvendo, assim, um novo perfil universitário em comparação ao do ensino médio, por exemplo.

Nesta mesma perspectiva, entende-se que de acordo com ARNET (2007, apud ARINO & BARDAGI, 2018), este período universitário costuma ser marcado por características particulares e se constitui como um momento de transição e mudanças na vida do sujeito, principalmente aquelas que exprimem sentidos apontados para um viés de responsabilidade e sociabilidade (ASSIS & OLIVEIRA, 2010). Por isso, “trata-se de um marco na vida desse indivíduo, que acessa um universo acadêmico repleto de normas, metodologias, grupos e pessoas desconhecidas” (CASTRO, 2017, p. 380).

Dessa forma, por ser um período marcado por mudanças significativas e pelo acréscimo de demandas provenientes da comunidade acadêmica e suas implicações, quando em excesso, torna-se gradativamente estressante e desmotivador, o que acarreta diretamente em danos na saúde, tanto física quanto mental, do acadêmico. Conforme ABACAR et al. (2021) ressalta, há uma multiplicidade de fatores estressores, que variam desde sobrecarga de trabalhos acadêmicos até dificuldades financeiras, como exemplos. Além disso, como uma forma de combater essas complexidades, os estudantes costumam adotar algumas medidas que tornam-se eficazes nestes contextos de enfrentamento, que podem variar em eficácia e impacto na saúde mental destes (CARVER et al., 1989).

Sendo assim, o objetivo principal deste trabalho é, portanto, discorrer e investigar a saúde mental de estudantes universitários provenientes de outros estados do Brasil, a fim de esmiuçar, especificamente, a prevalência de sintomas depressivos, ansiosos e de ideação suicida nestes estudantes migrantes. Ademais, pretende-se identificar estruturas de suporte, que podem divergir entre ser individual e universitária, no possível combate a estes sintomas que causam sofrimento psíquico, assim como também pretende-se analisar as relações interpessoais e de poder universitário destes mesmos estudantes deslocados.

A potencialidade de minha escrita e temática discorrida revela-se ao dar visibilidade às vivências subjetivas de estudantes universitários que se deslocam de seus estados de origem, iluminando as complexidades que atravessam sua saúde mental em contextos acadêmicos.

## 2. METODOLOGIA

Para a construção do exposto estudo, a priori, deve-se entender que o mesmo eclode como processo avaliativo da disciplina de Pesquisa em Psicologia I, composta na grade de disciplinas obrigatórias para a formação de psicólogo no curso de Psicologia pela Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). Dessa forma, a presente escrita tece-se a partir de compactações descritivas e objetivas do meu Pré-Projeto de Pesquisa em TCC (Trabalho de Conclusão de Curso) que ainda está em construção e, dessa forma, o questionário ainda não foi aplicado.

Com base nisso, os procedimentos metodológicos surgem de forma entrelaçada e conectiva, como o propósito de construir uma relação de continuidade e sentido. Nessa perspectiva e em primeiro momento, o estudo será delineado e realizado de forma transversal e quantitativa com estudantes da UFPEL oriundos de outros estados, enquanto a coleta de dados se dará pela plataforma Google Forms. Em seguida, quanto à população-alvo, esta se dará a partir de discentes que sejam exclusivamente de outros estados brasileiros e que estejam cursando algum curso de ensino superior pela universidade supracitada. Também será realizada uma amostra de conveniência para a coleta de dados que ocorrerá a partir do convite e divulgação da pesquisa nas secretarias e Centros Acadêmicos.

O instrumento empregado para coleta de dados caracteriza os aspectos sociodemográficos e comportamentais, além dos desfechos de interesse. Nesse sentido, para a caracterização da amostra, serão manipuladas variáveis como data de nascimento, sexo, status conjugal, cor de pele pelas categorias preconizadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (BRASIL, 2013), estratificação socioeconômica pelo Critério de Classificação Econômica Brasil adotado pela Associação Brasileira das Empresas de Pesquisa (ABEP) (KAMAKURA; MAZZON, 2013); nível de escolaridade do aluno, quantidade de pessoas que moram no mesmo domicílio e qual o tipo, se o estudante tem cuidado da sua saúde mental e, em caso, positivo, de que forma tem feito isso, entre outros. Relativos aos hábitos comportamentais, será avaliado o consumo de tabaco, vape e de bebida alcoólica. Quanto aos aspectos ocupacionais serão avaliados: se o estudante trabalha e se este trabalho ocorre para se manter longe do seu Estado.

Para identificar indivíduos em risco de depressão, será utilizado o *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) em sua versão modificada por Santos et al. (2013), que terá como objetivo avaliar os nove sintomas de episódio depressivo maior descritos no DSM-IV. A frequência é medida por escala Likert (0 a 3) referente às últimas duas semanas, incluindo uma questão extra sobre impacto no desempenho acadêmico ou laboral. Para avaliar ansiedade generalizada, será utilizado o *Generalized Anxiety Disorder 7-item* (GAD-7), elaborado por Spitzer e colaboradores (2006) e validado por Kroenke, Spitzer, Williams, Monahan e Löwe (2007), também de acordo com o DSM-IV. A escala possui sete itens avaliados de 0 a 3, somando até 21 pontos, e mede sintomas de ansiedade nas últimas duas semanas. Pontuações iguais ou acima de 10 indicam possível transtorno de ansiedade. Por fim, o estudo avaliará o uso de medicação controlada por meio do autorrelato dos estudantes sobre o consumo no último mês.

O estudo incluirá estudantes da UFPEL oriundos de outros estados, com 18 anos ou mais, excluindo menores de idade e alunos naturais do RS. Os dados coletados serão analisados no software STATA 15.0, utilizando estatísticas descritivas e testes de associação (Qui-quadrado, Wald e Tendência Linear), considerando significância em  $p \leq 0,05$ . A pesquisa, de risco mínimo, será

realizada por questionários on-line, garantindo sigilo, com a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, além do direito de recusa. O projeto será submetido ao Comitê de Ética da UFPel e, caso identificados estudantes com sofrimento mental, estes serão encaminhados aos serviços de saúde competentes.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como dito anteriormente, considerando que a pesquisa ainda encontra-se em fase de construção e coleta, não é possível apresentar dados concretos neste momento, sendo, portanto, discutidos apenas resultados esperados. Dessa maneira, espera-se que os dados revelem uma prevalência considerável de sintomas ansiosos e depressivos entre os estudantes provenientes de outros estados, o que pode indicar maior vulnerabilidade desse grupo quando comparado à população universitária em geral. A mudança de estado, somado a exigências acadêmicas e dificuldades financeiras, tende a intensificar quadros de sofrimento psíquico e, em alguns casos, favorecer a presença de ideação suicida.

A aplicação dos instrumentos PHQ-9 e GAD-7 deverá evidenciar índices relevantes de sintomas moderados a graves, confirmado a necessidade de atenção preventiva. Também se projeta que muitos estudantes utilizem estratégias individuais de enfrentamento, como apoio de redes interpessoais ou atividades de lazer, embora tais práticas possam se mostrar insuficientes frente às demandas acadêmicas e emocionais.

No que diz respeito às estruturas institucionais de apoio, prevê-se que parte dos estudantes relatem desconhecimento ou dificuldade de acesso aos serviços de saúde mental disponibilizados pela universidade, reforçando a importância de estratégias de divulgação e fortalecimento dessas políticas. A discussão desses resultados, quando relacionada à bibliografia já consolidada (ABACAR et al., 2021; ARINO & BARDAGI, 2018), poderá evidenciar que o deslocamento geográfico, associado a fatores socioeconômicos e acadêmicos, potencializa os riscos para a saúde mental, mas também aponta para a relevância das redes de suporte institucionais como mediadoras do bem-estar.

### 4. CONCLUSÕES

As discussões construídas ao longo desta pesquisa podem evidenciar que a experiência universitária, embora marcada por sonhos e conquistas, também carrega consigo um conjunto de desafios que podem impactar profundamente a saúde mental de estudantes que se deslocam de seus estados de origem. A análise dessa realidade possibilita compreender não apenas os aspectos individuais de sofrimento e enfrentamento, mas também as dimensões institucionais que permeiam a permanência acadêmica, revelando, assim, a urgência de políticas mais eficazes de cuidado e acolhimento.

Nesse sentido, o estudo poderá reafirmar sua potência ao iluminar um campo ainda pouco explorado na bibliografia, contribuindo para a ampliação de um conhecimento científico sensível às singularidades dos estudantes migrantes. Ao identificar fatores de risco e proteção, bem como destacar a importância das redes de apoio e dos dispositivos institucionais de saúde mental, a pesquisa poderá se colocar como um instrumento que poderá subsidiar práticas acadêmicas e políticas públicas voltadas à promoção do bem-estar estudantil.

Por fim, compreender a saúde mental como parte indissociável da trajetória universitária é reconhecer que a formação acadêmica ultrapassa a dimensão técnica e profissional, abarcando também o cuidado com o humano que aprende,

se adapta e ressignifica sua experiência em um novo território. Assim, o presente trabalho não apenas fortalece o debate sobre saúde mental no ensino superior, mas também reafirma o compromisso em contribuir para uma universidade mais justa, acolhedora e atenta às complexidades que atravessam seus estudantes.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABACAR, Mussa; ALIANTE, Gildo; ANTONIO, Júlio Frederico. Stress e estratégias de coping em estudantes universitários. **Aletheia**, Canoas , v. 54, n. 2, p. 133-144, dez. 2021 . Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942021000200014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942021000200014&lng=pt&nrm=iso).
- ABREU, M. K. DE A.; XIMENES, V. M.. Pobreza, permanência de universitários e assistência estudantil: uma análise psicossocial. **Psicologia USP**, v. 32, p. e200067, 2021.
- ARINO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora , v. 12, n. 3, p. 44-52, dez. 2018 . Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1982-12472018000300005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000300005&lng=pt&nrm=iso).
- Bardagi, M. P. (2007). Evasão e comportamento vocacional de universitário: estudos sobre o desenvolvimento de carreira na graduação. Tese de Doutorado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, Brasil.
- Carver CS, Scheier MF, Weintraub JK. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *J Pers Soc Psychol*. 1989 Feb;56(2):267-83. doi: 10.1037/0022-3514.56.2.267. PMID: 2926629.
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, e.9, 380-401.
- BRASIL. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Características Étnico-raciais da população – classificações e identidades**. 2013. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv63405.pdf>>. Acesso em: 13 abr. 2020.
- KAMAKURA, W.A.; MAZZON, J.A. **Estratificação socioeconômica e consumo no Brasil**. Blucher: Rio de Janeiro-RJ, 2013, 286p.
- LAI, J. et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to Coronavirus disease 2019. **JAMA Network Open**, v.3, n.3, p. e203976-e203976, 2020.
- MAPI RESEARCH INSTITUTE. Certificate of linguistic validation certificate: general anxiety disorder-7 (GAD-7). Lyon, FR: **Mapi Research Institute**, 2006.
- MASLACH, C; JACKSON, S.E. The measurement of experienced burnout. **J Occup Behaviour**, v.2, p.99-113, 1981.
- SANTOS, I.S. et al. Sensibilidade e especificidade do Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) entre adultos da população geral. **Cad. Saúde Pública**, v.29, n.8, p.1533-1543, 2013.
- SPITZER, R.L; KROENKE, K; WILLIAMS, J.B.W; LÖWE, B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. **Arch Intern Med**, v.166, n. 10, p. 1092-1097, 2006.
- TAMAYO, M.R; TROCCOLI, B.T. Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout (ECB). **Estud. psicol. (Natal)**, v. 14, n. 3, p. 213-221, 2009.