

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALTO VALE DO
ITAJAÍ - UNIDAVI**

RENATA LOPES CESAR

SAÚDE MENTAL EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA

RIO DO SUL

2022

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PARA O DESENVOLVIMENTO DO ALTO VALE DO
ITAJAÍ - UNIDAVI**

RENATA LOPES CESAR

SAÚDE MENTAL EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao curso de Psicologia, da Área das Ciências Biológicas, Médica e da Saúde do Centro Universitário para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí, como condição parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Prof. Me. Orientador: Roseli Bonfante

RIO DO SUL

2022

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de agradecer a minha família por proporcionar meios socioeconômicos para que eu pudesse realizar o curso de psicologia. Pelo amor e carinho que demonstram por mim. Ao meu pai e mãe, agradeço por sempre disponibilizarem seu tempo quando eu necessitava. Aos meus irmãos, agradeço por sempre estarem ao meu lado e por me ajudarem sempre que possível. Agradeço também aos professores da Unidavi, pois foram essenciais na minha trajetória. Para a professora Roseli, um agradecimento maior por disponibilizar seu tempo para me orientar e ouvir durante este trabalho. Gostaria de agradecer à coordenadora do curso Michela Iop pelo acolhimento e escuta que foram essenciais para que pudesse concluir esse trabalho. Por último, quero agradecer a Unidavi pela estrutura e ao meu filho Yuri que me faz querer ser melhor e continuar a cada problema encontrado.

RESUMO

Muitos acadêmicos têm dificuldades na capacidade de lidar com todas as exigências da graduação e, ao mesmo tempo, cuidar do trabalho, emocional, inseguranças e relacionamentos. Dentro do curso de psicologia não é diferente e estes ainda têm que lidar com as dificuldades alheias, sendo importante cuidar da saúde mental destes que são essenciais para a saúde mental da sociedade. Dessa forma, este é um trabalho de conclusão de curso que apresenta o objetivo de investigar como está a saúde mental dos acadêmicos de psicologia e nesse sentido, foram traçados três objetivos específicos para a pesquisa deste fenômeno: 1. Realizar levantamento bibliográfico para identificar os transtornos mentais identificados em acadêmicos do curso de psicologia; 2. Identificar quais são os fatores apontados nos artigos que podem prejudicar a saúde mental e ser considerados precipitantes para os transtornos mentais em acadêmicos de psicologia e 3. Verificar quais as estratégias buscadas pelos acadêmicos para lidar com o sofrimento psíquico. É uma pesquisa bibliográfica, exploratória que buscou identificar em artigos científicos das bases SCIELO, LILACS e Google Acadêmico, as respostas para os objetivos traçados. Os resultados obtidos mostram transtornos associados a esta população como: depressão, ansiedade, fobia social e síndrome de burnout. Apontou também, para um grande sofrimento psíquico nos acadêmicos de psicologia, principalmente relacionados ao estresse e sintomas ansiosos. E, por fim, foi difícil identificar diretamente quais as estratégias buscadas pelos acadêmicos para alívio do sofrimento psíquico, mas houve uma presença de substâncias psicoativas e drogas como ferramenta. Sendo assim, é importante uma intervenção da instituição para proporcionar um ambiente acolhedor e propício para o bem-estar desses alunos.

Palavras-chave: Saúde mental, acadêmicos de psicologia e ensino superior.

ABSTRACT

Many academics struggle with being able to handle all the demands of graduation while at the same time dealing with work, emotions, insecurities, and relationships. Within the psychology course it is no different and they still have to deal with other people's difficulties, it is important to take care of their mental health, which are essential for the mental health of society. In this way, this is a course conclusion work that presents the objective of investigating how the mental health of psychology students is and in this sense, three specific objectives were traced for the research of this phenomenon: 1. Carry out a bibliographical survey to identify the disorders identified in psychology students; 2. Identify which are the factors pointed out in the articles that can harm mental health and be considered triggers for mental disorders in psychology students and 3. Check which strategies are sought by students to deal with psychological distress. It is a bibliographical, exploratory research that sought to identify, in scientific articles from the SCIELO, LILACS and Google Scholar databases, the answers to the objectives outlined. The results obtained show disorders associated with this population, such as: depression, anxiety, social phobia and burnout syndrome. It also pointed to a great psychic suffering in psychology students, mainly related to stress and anxiety symptoms. And, finally, it was difficult to directly identify which strategies were sought by academics to alleviate psychic suffering, but there was a presence of psychoactive substances and drugs as a tool. Therefore, it is important for the institution to intervene to provide a welcoming and conducive environment for the well-being of these students.

Keywords: Mental health, psychology students and higher education.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
1.1 Tema.....	10
1.2 Problema de pesquisa.....	10
1.3Objetivos.....	10
1.2.1 Geral	10
1.2.2Específicos.....	10
1.4 Justificativa.....	11
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	13
2.1 Breve histórico do ensino superior no brasil e suas influências.....	13
2.2 Saúde mental.....	18
2.2.1 Saúde mental no brasil.....	26
2.2.2 Saúde mental e transtornos mentais.....	30
2.3 Saúde mental em acadêmicos de psicologia.....	33
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	37
3.1. Modalidade da pesquisa.....	37
3.2. Tipos de pesquisa.....	37
3.3 Procedimentos para coleta de dados.....	37
3.4 Análise e interpretação dos dados.....	38
3.5 Divulgação dos resultados.....	38
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	39
5.CONCLUSÃO.....	59
6. REFERÊNCIAS.....	61

1. INTRODUÇÃO

O ensino superior no Brasil andou junto aos interesses políticos e capitalistas da nossa sociedade. Problemas como estrutura, financiamento e conhecimento limitado estiveram presentes desde o início e acabaram prejudicando um desenvolvimento regular e igual no país. Ainda, relacionado a isto, o contexto universitário carrega muitas responsabilidades e exigências para seus estudantes. As limitações no ensino superior brasileiro, persiste na atualidade, onde encontram-se dificuldades na eficácia do sistema, na ampliação e aprimoramento de mecanismos de acesso, crescimento de matrículas, permanência dos acadêmicos, qualidade e reconhecimento da diversidade do sistema. O cenário de expansão desregulada das instituições de ensino superior no Brasil acabou por acarretar privatizações em grande escala e mercantilização de matrículas. (HERINGER, 2018 e BORTOLANZA, 2017)

Devido ao contexto histórico apresentado, o ensino superior necessitou de Programas de inclusão social e formas de acesso para possibilitar educação para mais pessoas. O acesso ao ensino superior era por meio de aprovação em exame seletivo com conhecimentos comuns do ensino médio, o vestibular. Depois, mais precisamente em 1998, seria criado o Exame Nacional de Ensino Médio - ENEM, consecutivamente o Programa Universidade para todos - PROUNI e o novo Sistema de Seleção Unificada - SISU. Hoje, as instituições de ensino superior utilizam bem mais o Enem, substituindo ou complementando ao vestibular os escores obtidos nele. O Prouni, Fies e as políticas afirmativas são também dois programas importantes. No setor privado, o governo ainda prevê um órgão específico para regulamentações e supervisões. Atitudes falhas e com falta de iniciativa pública. (NEVES e MARTINS, 2016).

A primeira universidade no Brasil foi feita em 1920, antes existiam escolas profissionalizantes. Os cursos no início eram voltados para áreas como medicina, engenharia entre outros. A psicologia só foi incluída como disciplina no século XIX. No começo fazia parte do campo da psiquiatria. Teve seu começo em laboratórios de pesquisas universitárias como psicologia experimental e com influência francesa, em meados do século 20, cursos de psicologia geral faziam parte das escolas normais, com conhecimentos genéricos de psicologia infantil e de aprendizagem. A psicologia então entraria na questão educacional com impulso. Continuamente, é nos anos 50 que ocorre uma luta pela instituição da psicologia como profissão e cursos de formação de psicólogos. A regulamentação da profissão ocorreu em 1962 e o

parecer 403/62, que define o currículo e duração do curso de psicologia. (SCHROEDER, 1969, ANTUNES, 2004 e HADDAD Et al., 2006)

Dentro de todo esse contexto, de exigências, dificuldades, interesses e responsabilidades os estudantes no ensino superior precisam estar bem fisicamente e psicologicamente para dar conta da graduação. Existem diversos estressores acadêmicos que são capazes de desencadear sofrimento psíquico e transtornos mentais. Estes fatores confirmam a complexidade e o desafio do ambiente universitário, que podem ser ansiogênicos e prejudicar a saúde mental dos acadêmicos. Para evitar, é importante que cuidem da Saúde Mental. (BONIFÁCIO Et al., 2011 e BARDAGI e HUTZ, 2011)

As condições na vivência que causam mais adoecimento nos acadêmicos são os aspectos emocionais e pessoais. Nesse contexto, nota-se que ao estar em uma vulnerabilidade psicológica os alunos tendem a intensificar vivências negativas. Sucessivamente, é comum achar ansiedade e depressão nestes acadêmicos. (ARIÑO e BARDAGI, 2018, MEDEIROS e BITTENCOURT, 2017 e LELIS Et al., 2020)

Uma ação interdisciplinar voltada à saúde mental dos acadêmicos nas instituições de ensino superior, podem auxiliar para soluções mais saudáveis para os problemas enfrentados pelos estudantes de ensino superior. Em um contexto que pode acarretar transtornos mentais, abuso de substâncias psicoativas, depressão, ansiedade etc. Se torna essencial um trabalho priorizando e responsabilizando os envolvidos para se ter um ganho individual, mas também coletivo com experiências. Dentro de um contexto, em que os acadêmicos possam estar cuidados e seguros, a busca por estratégias assertivas para adoecimento mental se torna mais fácil. Neste sentido, o acadêmico tendo saúde mental pode se desenvolver e buscar um futuro profissional promissor. (OLIVEIRA ET AL., (2021) e FLORIANO ET AL., 2020)

Artal et al. (2021) afirma em sua pesquisa, que a área da saúde, incluindo alunos de psicologia, demonstrou maior índice de problemas relacionados a transtornos mentais comuns e grande quantidade de alunos com depressão, por estes terem que lidar com sofrimentos de terceiros. Aponta ainda, que os universitários se sentem pressionados para serem bons alunos e que os fatores acadêmicos trazem risco para saúde mental dos universitários devido a insegurança, exaustão mental e falta de vínculo. No final do curso as queixas mais frequentes são medo do mercado de trabalho, sentimento de incapacidade para atuação e insegurança financeira.

A vivência de todas estas questões pode trazer um grande abalo na saúde mental e anexando a mudança global que a pandemia trouxe ao cotidiano, diversas dificuldades aparecem ou aumentam devido a isso. Dados de um estudo realizado pelo "Global Student

Survey" em 2021, declara que sete a cada dez universitários brasileiros (76%) declaram que a pandemia trouxe impacto na saúde mental. Para a maior parte (87%), houve aumento de estresse e ansiedade.

Entendendo a grande prevalência de transtornos mentais em acadêmicos da área da saúde, o índice elevado de estresse e ansiedade trazidos pela pandemia e a importância dos futuros profissionais de psicologia, pode-se perceber que é necessário investigar a saúde mental dos acadêmicos de psicologia. Evidentemente, estes fazendo parte da saúde, tornam-se grupo de risco para desenvolver sintomas de transtornos mentais, o que se torna preocupante para o exercício da profissão e bem-estar destes. Dessa forma, o objetivo do presente trabalho é investigar como está a saúde mental dos acadêmicos de psicologia, buscando quais transtornos aparecem nesta população, entender fatores de risco prejudiciais para a saúde mental e para o desenvolvimento destes transtornos mentais e entender quais as soluções encontradas por eles para enfrentamento do sofrimento psíquico. É importante levantar a importância da saúde mental destes que são essenciais para a saúde mental da sociedade, ajudando na conscientização para o afastamento de problemas e sofrimentos psicológicos.

1.1 TEMA

Saúde mental em acadêmicos de psicologia.

1.2 PROBLEMA DE PESQUISA

A pergunta de pesquisa é: Como está a saúde mental dos acadêmicos de psicologia e como a graduação afeta estes estudantes.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Geral

Investigar como está a saúde mental dos acadêmicos de psicologia e como a graduação afeta estes estudantes.

1.3.2 Específicos

- Realizar levantamento bibliográfico para identificar os transtornos mentais identificados em acadêmicos do curso de psicologia;
- Identificar quais são os fatores apontados nos artigos que podem prejudicar a saúde mental e ser considerados precipitantes para os transtornos mentais em acadêmicos de psicologia;
- Verificar quais as estratégias buscadas pelos acadêmicos para lidar com o sofrimento psíquico;

1.4 JUSTIFICATIVA

No contexto universitário os alunos precisam lidar com cobranças, prazos, realizar trabalhos e avaliações complexas, participar de discussão de opiniões, estagiar etc. Muitos acadêmicos têm dificuldades na capacidade de lidar com todas essas exigências e, ao mesmo tempo, cuidar do trabalho, emocional, inseguranças e relacionamentos. Focando na Psicologia, ainda existe a preocupação em como agir e auxiliar outras pessoas psicologicamente da melhor forma para que estes possam se conhecer, lidar com problemas e reconhecer traumas, pensamentos e comportamentos que os impossibilitam de prosseguir.

Artal et al. (2021) afirma em sua pesquisa, que a área da saúde, incluindo alunos de psicologia, demonstrou maior índice de problemas relacionados a transtornos mentais comuns e grande quantidade de alunos com depressão, por estes terem que lidar com sofrimentos de terceiros. Aponta ainda, que os universitários se sentem pressionados para serem bons alunos e que os fatores acadêmicos trazem risco para saúde mental dos universitários devido a insegurança, exaustão mental e falta de vínculo. No final do curso as queixas mais frequentes são medo do mercado de trabalho, sentimento de incapacidade para atuação e insegurança financeira.

A vivência de todas estas questões pode trazer um grande abalo na saúde mental e anexando a mudança global que a pandemia trouxe ao cotidiano, diversas dificuldades aparecem ou aumentam devido a isso. Dados de um estudo realizado pelo "Global Student Survey" em 2021, declara que sete a cada dez universitários brasileiros (76%) declaram que a pandemia trouxe impacto na saúde mental. Para a maior parte (87%), houve aumento de estresse e ansiedade.

Entendendo a grande prevalência de transtornos mentais comuns em acadêmicos da área da saúde, o índice elevado de estresse e ansiedade trazidos pela pandemia e a importância dos futuros profissionais de psicologia, pode-se perceber que é necessário investigar a saúde mental dos acadêmicos de psicologia. Evidentemente, estes fazendo parte da saúde, tornam-se grupo de risco para desenvolver sintomas de transtornos mentais, o que se torna preocupante para o exercício da profissão e bem-estar destes. Dessa forma, o objetivo do presente trabalho é investigar como está a saúde mental dos acadêmicos de psicologia, buscando quais transtornos aparecem nesta população, entender fatores de risco prejudiciais para a saúde mental e para o desenvolvimento destes transtornos e entender quais as soluções encontradas por eles para enfrentamento do sofrimento psíquico.

O trabalho destina-se aos próprios alunos, professores, profissionais da área e demais competentes do curso, pois pode auxiliar na visualização e conscientização de possíveis problemas diante os futuros profissionais de psicologia. Além disso, levantar a importância da saúde mental destes que são essenciais para a saúde mental da sociedade, ajudando na conscientização para o afastamento de problemas e sofrimentos psicológicos.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Neste capítulo será abordado teorias e conceitos que embasam o tema desta pesquisa. O primeiro subtítulo trata do histórico do ensino superior no Brasil e suas influências. O segundo traz a saúde mental, como se deu os entendimentos sobre doenças mentais e saúde mental na história antiga até os dias atuais, depois como isso ocorreu no Brasil. Em seguida, serão discutidas definições sobre saúde mental e transtornos mentais de forma abrangente e o papel da psicologia na saúde mental. O último subtítulo explana a saúde mental em acadêmicos de psicologia e a prevalência de transtornos mentais nessa população.

2.1 BREVE HISTÓRICO DO ENSINO SUPERIOR NO BRASIL E SUAS INFLUÊNCIAS

Muito foi discutido para criação de ensino superior no Brasil, mas o desenvolvimento, desde sua descoberta, sofreu com vedações de interesses políticos e econômicos de Portugal. O ensino superior só teve seu início com a chegada da família real, em 1808, sendo criadas escolas superiores profissionais. Portugal impediu sua colônia de criar universidades, visando impedir movimentos independentes e revolucionários, especialmente no século XVIII devido ao iluminismo. Portanto, a primeira universidade brasileira foi feita somente em 1920, quando o governo resolveu utilizar a prerrogativa dada pela Lei Maximiliano. Essa lei foi criada em 1915 pelo novo ministro do interior Carlos Maximiliano, que reorganiza o ensino secundário e superior no país. (VAHL, 1980 e CUNHA, 2000)

Então, em 7 de setembro de 1920 era instituída a Universidade Federal do Rio de Janeiro, que depois passaria a ser chamada de Universidade do Brasil. Continuamente, sete anos depois, viria a Universidade de Minas Gerais, depois a de São Paulo e após dois anos a Universidade do Rio Grande do Sul. A Universidade do Brasil seria um modelo para as demais instituições de ensino superior do país, o padrão teria que ser mantido, o que fazia da universidade uma instituição dependente. Com diligência de Ernesto de Souza Campos 1946 seria chamado de o ano da educação, quando foram fundadas cinco novas instituições respectivamente no Paraná, Recife, Bahia e as Universidades católicas do Rio de Janeiro e São Paulo. No Estado de Santa Catarina foi oficialmente instalada uma Universidade Federal em 1962. (SCHROEDER, 1969 e SCHWARTZMAN, 1988).

As primeiras escolas profissionais foram criadas com Dom João VI e tudo ficava nas mãos do governo central. A contratação de professores, os conteúdos que seriam passados, as taxas de pagamento e cada decisão era controlada pelo governo. A escola não tinha liberdade para modificar ou implementar quaisquer ideias e modificações. Ao longo do tempo, a alta procura pelo nível superior necessitaria de mudanças do modelo inicial. A universidade do Brasil não se manteria como modelo, tornando-se uma dentre outras de uma grande rede de universidades federais. Entretanto, “A noção de que todas as instituições universitárias deveriam obedecer ao mesmo formato, no entanto, a ser fiscalizado e controlado pelo governo federal, permaneceu.” (SCHWARTZMAN, 1988, p. 4).

Foi na década 60 começou a ocorrer o surgimento maciço de estabelecimentos isolados e privados de ensino superior devido a saturação da capacidade da rede oficial. Com essa expansão numerosa, legisladores na época estabeleceram leis para controlar a abertura desses estabelecimentos. A lei nº 5540 de 1968 fixa normas de organização e funcionamento do ensino superior. Os estabelecimentos isolados deveriam se unificar a universidade ou se agregar com outros estabelecimentos condizentes da mesma localidade, o que permitia ao estado critérios comuns e despreocupação com a diversidade dos tipos de instituições de ensino superior (IES) que dificultaria enormemente o planejamento e o controle destes. (VAHL, 1980)

A reforma de 68 instituiu o tripé: ensino, pesquisa e extensão nas universidades, promoveu democratização, participação estudantil e pós-graduação. Ela foi uma grande Lei de diretrizes e bases da educação (LDB), que assegurava autonomia e um modelo único para universidades privadas e públicas. Todavia, como foi estabelecida na ditadura militar, a prática do governo ficou distante das garantias propostas pela reforma, pela grande repressão do ensino superior no poder ditatorial. (BORTOLANZA, 2017)

O período da ditadura no país acabou levando as universidades brasileiras a um processo tardio de formação. Reitores foram demitidos, professores e pesquisadores experientes foram aposentados e houve impedimento para docentes continuarem e iniciarem suas carreiras. Com tudo isso, assumiram seus lugares repressores que controlavam currículos, disciplinas e bibliografias; ainda a autonomia financeira foi restringida. Mesmo com perseguições, docentes e pesquisadores experientes lutaram contra a regulação de pesquisa e conhecimento, unindo agências de fomento para ampliar recursos e capital para pesquisa, pós-graduação e laboratórios universitários. (CUNHA, 2000)

No início da década de 80, o regime autoritário acabou e a universidade foi protagonista do movimento pela redemocratização do país. Cunha (2000, p.179) explica que:

(...) quando se esgotou o regime autoritário, a universidade brasileira foi, ao mesmo tempo, protagonista ativa e beneficiária do movimento pela redemocratização do país. As entidades estudantis já haviam recuperado o espaço de atuação que lhes havia sido suprimido; os professores e funcionários técnico-administrativos criaram suas próprias entidades sindicais, desenvolvendo uma atuação política sem precedentes; os programas de pós-graduação haviam atingido um padrão de ensino e de pesquisa que lhes permitia desenvolver uma crítica competente das políticas governamentais em diferentes campos, como na pesquisa nuclear e na educação básica.

As associações de docentes mostraram sua força e buscaram subsídios e melhorias para suas universidades e para a educação.

Naquele momento suas reivindicações tinham motivação na alta de desemprego e subempregos de diplomados, no congelamento de criação de novas faculdades e no número de candidatos por vagas no ensino superior que era enorme e o atual regime impossibilitava o ingresso. Tudo isso piora com restrições orçamentárias e com a crise econômica dos primeiros anos de 80. (CUNHA, 2000)

O processo de expansão das IES, ocorre em larga escala desde a década de 1970, com ascensão de instituições privadas. Dados do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira - INEP, evidenciando o último censo de 2020, mostram que 87,6% das instituições de educação superior são privadas no país, das instituições públicas a maioria são estaduais com 5,3% dos 12,4% da parcela restante (INEP, 2022). Levando isso em consideração, Del Vecchio e Santos (2016), discutem sobre as instituições de ensino superior privadas e públicas, problematizando a hierarquia e a qualidade do sistema. Os autores se comprometem a criticar a conexão focada no ensino superior nas universidades públicas. Estas universidades estão no topo do sistema e possuem publicações e pesquisas de qualidade. Isso é notável, mas a hierarquização é raramente questionada. A falta de colaboratividade causa um desequilíbrio no sistema onde instituições de ensino superior privadas acabam sendo desfavorecidas de pesquisa e muitas vezes expostas a fins exclusivamente lucrativos. A exposição deriva da utilização de tecnologias e formas de organização negocial que permitem redução de custos operacionais da rede organizada pelo sindicato da IES privadas e que exclui a produção científica para inovação acadêmica, então, apontam uma visão considerando as consequências possíveis resultantes de um movimento político.

Essa forma como o ensino superior caminhou no Brasil proporcionou limitações na sua qualidade, que persiste na atualidade. Muitos desafios são encontrados hoje nas instituições de ensino superior, sendo os principais: manter a ampliação do acesso e crescimento do número

de matrículas; aprimorar os mecanismos de acesso; aumentar a eficácia do sistema, promovendo permanência e aumento de concluintes; reconhecer a diversidade do sistema de ensino superior brasileiro e o conceito de qualidade na avaliação das instituições. Esses desafios vêm do cenário de expansão, "(...)por meio da intensificação de processos de privatização e de mercantilização das matrículas. (HERINGER, 2018, p. 242 e BORTOLANZA, 2017)

No mesmo sentido, Broch, Breschiliare e Barbosa-Rinaldi (2020), alegam desafios para os docentes e problemas na educação superior brasileira. Embora o desenvolvimento mostrado acima possa apresentar aspectos positivos, os impactos dessa expansão deram ao trabalho dos docentes universitários, problemas no desempenho de suas funções e precarização nas condições de trabalho. A forma desordenada de expansão trouxe:

(...) como desafios: a) a democratização do acesso e da permanência na educação (...) superior; b) a ampliação da rede pública superior e de vagas; c) a redução das desigualdades regionais quanto ao acesso; d) a formação com qualidade; e) a diversificação da oferta de cursos e dos níveis de formação; f) a qualificação dos docentes; g) a garantia de financiamento; h) a relevância social dos programas oferecidos e i) o estímulo a pesquisa científica e tecnológica. (BROCH, BRESCHILIARE e BARBOSA-RINALDI, 2020, p. 269 -170)

Algumas universidades públicas e privadas se organizaram em um modelo acadêmico com fundamentos voltados à qualidade de ensino e pesquisa e oferta de pós-graduação *stricto sensu*, com regime integral de trabalho para seus docentes. No que diz respeito às instituições privadas do perfil empresarial, suas ações foram voltadas para uma estrita formação profissional e emprego basicamente de professores horistas com baixa titulação acadêmica, com ausência de estruturas de pesquisa e de pós-graduação *stricto sensu* consolidadas. Elas se concentram em modalidades com menor volume de investimento e maior apelo mercadológico, que dão alta nas matrículas e lucratividade que atrai de investidores também estrangeiros. Por isso críticas envolvendo qualidade e inclusão social no ensino superior brasileiro são prementes. (NEVES e MARTINS, 2016)

Devido ao contexto histórico apresentado, o ensino superior necessitou de Programas de inclusão social e formas de acesso para possibilitar educação para mais pessoas. O acesso ao ensino superior era por meio de aprovação em exame seletivo com conhecimentos comuns do ensino médio, o vestibular. Depois, mais precisamente em 1998, seria criado o Exame Nacional de Ensino Médio - ENEM, consecutivamente o Programa Universidade para todos - PROUNI e o novo Sistema de Seleção Unificada - SISU. (NEVES e MARTINS, 2016)

Atualmente, as instituições de ensino superior utilizam bem mais o Enem, substituindo ou complementando ao vestibular os escores obtidos nele. O Prouni e as políticas afirmativas são também dois programas importantes. As políticas afirmativas são: cotas raciais, cotas sociais para alunos de escolas públicas e modelo de acréscimo de bônus. Elas visam maior diversidade e inclusão social. O Prouni é um programa do governo federal e tem por objetivo “concessão de vagas para estudantes de baixa renda em instituições privadas de ensino superior, com ou sem fins lucrativos”. Existe também o crédito educativo, como o Fies. Os programas citados auxiliam em possibilidades de bolsas de estudo parcial ou total. Assim, na realidade atual existem políticas de medidas focadas em aspectos do sistema federal, resultando em medidas pontuais como políticas de inclusão social, a expansão do setor público, internacionalização como o Ciências sem Fronteiras. No setor privado, o governo ainda prevê um órgão específico para regulamentações e supervisões. Atitudes falhas e com falta de iniciativa pública. (NEVES e MARTINS, 2016, p. 109)

Bittar (2014, p.36), traz uma ressalva importante que é a consolidação de direitos sociais brasileiros, algo que até hoje traz conflitos na garantia desses direitos para os cidadãos. A história aponta a consolidação tardia dos direitos sociais no Brasil, pelo fato da negação de reconhecer direitos sociais como direitos fundamentais. Isso inclui o direito à educação, o que afeta a efetivação do ensino superior. Foi somente no século XX que se deu realmente a educação como direito. A autora completa que a educação e direitos coletivos sociais no Brasil seriam marcados por diversas leis e modificações constitucionais, mas a garantia desses direitos decorreu de pressões históricas, estando longe de intenção genuína do estado em dar esses direitos.

Agora, os cursos são oferecidos de diferentes formas no país: bacharelado, licenciaturas e cursos tecnológicos. Quanto a modalidade de ensino superior, tanto no setor público como privado, hoje oferece além da modalidade presencial, a modalidade de ensino a distância, que tem crescido muito nos últimos anos. Uma mudança significativa recentemente foi a pandemia referente a COVID-19, um problema global que trouxe diversas mudanças na vida das pessoas. Pelos países terem que aplicar o isolamento social para evitar contaminações, o ensino precisou utilizar das tecnologias. Dentre as modificações que tiveram que ser tomadas está a adaptação das IES para a modalidade remota, a chamada de Ensino Remoto Emergencial (ERE). Um modo de ensino alternativo e temporário não sedo o mesmo da modalidade a distância, pois obrigatoriamente todos os cursos tiveram que adotar o ensino remoto, mesmo os presenciais. E isto trouxe algumas dificuldades para alunos e professores, como estresse, dificuldade com as

tecnologias, ensino online e acúmulo de conteúdos e atividades. (HERINGER, 2018 e SILUS, FONSECA e JESUS, 2020)

A metodologia do ensino superior no país, no começo, foi com um ensino profissionalizante, focado em um professor passando conteúdos e obras, com passividade dos alunos e retenção de conteúdos por meio da memorização. Hodiernamente, as metodologias se modificaram. Hoje uma inovação implementada em algumas IES é a metodologia ativa que propõe desenvolvimento dos alunos com um ensino-aprendizagem focado em relacionar o conteúdo com práticas referentes ao cotidiano da profissão, que possibilita criatividade, pensamento crítico-reflexivo, responsabilidade etc. Logo, quando o futuro profissional se deparar com um problema no trabalho, terão mais habilidades para resolução de problemas. (ANATASIOU, 2001 e NASCIMENTO Et al., 2022)

A psicologia só foi incluída como disciplina no século XIX. No começo fazia parte do campo da psiquiatria. Teve seu começo em laboratórios de pesquisas universitárias como psicologia experimental, sendo o primeiro no Rio de Janeiro, na Instituição Pedagogium e em laboratórios em hospitais psiquiátricos, que realizavam pesquisas para faculdade de medicina. A psicologia experimental seria ministrada como extensão universitária e depois seria levada mais além nas cadeiras da universidade. Com influência francesa, em meados do século 20, cursos de psicologia geral faziam parte das escolas normais, com conhecimentos genéricos de psicologia infantil e de aprendizagem. A psicologia então entraria na questão educacional com impulso. A prática e aplicação do conhecimento psicológico se deu nas esferas educacionais, do trabalho, grupos sociais e medicina mental. Na mesma época a psicanálise começa a influenciar quase toda psicologia brasileira, mesmo momento em que aparecem as primeiras universidades. Continuamente, é nos anos 50 que ocorre uma luta pela instituição da psicologia como profissão e cursos de formação de psicólogos. A regulamentação da profissão ocorreu em 1962 e o parecer 403/62, que define o currículo e duração do curso de psicologia. (ANTUNES, 2004 e HADDAD Et al., 2006)

2.2 SAÚDE MENTAL

A saúde e a doença permeiam as teorias que tentaram explicar a origem das doenças e comportamentos do ser humano com muitos questionamentos. A principal pergunta ao longo do tempo na busca de respostas se refere ao que é doença, parece simples responder, mas para

obter esta resposta a muito tempo já existem discussões tentando definir o que é ou não uma doença. Dentro das doenças mentais a normalidade sempre esteve em questão, pois os comportamentos das pessoas com doenças mentais, por vezes causaram estranhamento. Ainda é complicado definir o normal e o patológico, mas diversas teorias buscaram compreender melhor esta questão. (AMARANTE, 2007)

Canguilhem (2011), aponta a necessidade do ser humano se tranquilizar diante aos acontecimentos desconhecidos, assim a busca pelo conforto de ter uma resposta tira uma grande angústia interna. Portanto, as dúvidas sobre o que é tal doença, se isso é normal ou anormal encontra-se com essa busca de tranquilização. O que se nota é que essa busca de respostas e de tranquilização das pessoas ao longo da história teve influência nas ações.

Para entender, cabe lembrar a história de como se deu os pensamentos sobre saúde e doença ao longo do tempo. Primeiramente é preciso buscar a história da loucura, como os autores chegaram a seus ideais sobre as doenças da mente. Conforme a humanidade foi se desenvolvendo, a forma como o comportamento anormal foi sendo visualizado trouxe preconceitos e violências e as pessoas fora dos padrões foram sendo estigmatizadas de "loucas". Pessoas com transtornos mentais entram nesse grupo. (BOCK, FURTADO E TEIXEIRA, 2021)

A visão antiga e medieval sobre doenças mentais era superficial, quem sofria com elas eram vistos como portadores de espíritos malignos. Eram tratados com chacota, muito mais como mendigos do que doentes, tanto que andavam livremente e realizavam algumas atividades para a sociedade. As formas de tratamento destas épocas envolviam preces e formas para expulsar os demônios, como exorcismo, poções, apedrejamento e surras. As doenças mentais aqui eram ignoradas, sendo cuidadas como qualquer outra doença. Na Idade Média, o poder da Igreja já começava a separar, na época faziam com que deficientes físicos, doentes mentais e qualquer pessoa com comportamentos mal interpretados fossem acusados de pecado e bruxaria, assim eram queimados, torturados ou mortos. Esses períodos tinham uma filosofia baseada por ideais supersticiosos e preconceituosos que traziam ao senso comum essa visão rasa e desumana sobre as doenças da mente e anormalidade. (SILVA, 1979 e HOLMES, 2001)

A medicina usava formas de tratamentos que eram tiradas de hipóteses conforme a observação externa da doença. Na busca de explicações fisiológicas Hipócrates deu início e as formas de tratamento nesse caso seria drenar excesso de líquidos do corpo, alterar estilo de vida, dieta, exercícios, ingestão de álcool, por exemplo, indicações que serviriam para restaurar o equilíbrio dos humores. Foi importantíssimo para dar uma ordem racional para a patologia suas ideias deram leis físicas e empíricas à medicina, mas a falta de conhecimento científico e a

dependência de doutrinas filosóficas com interpretações hipotéticas distanciou a ênfase clínica. Na era medieval podemos citar São Tomás de Aquino como precursor de ideologias hipotéticas, misturadas as religiosas, interpretando a loucura como perda de alma espiritual e distanciamento de Deus. Devido a potência destes pensamentos muitas pessoas acreditavam que os comportamentos de doenças mentais e físicas fossem obra de seres demoníacos, que trazia tratamentos voltados a retirar demônios dos doentes ou matá-los. “O marco principal da concepção demonológica da loucura foi a publicação por Sprenger e Kramer, dois dominicanos, em 1486, do *Malleus maleficarum*, um autêntico manual de caça às bruxas.” (DA NARDI, SILVA e QUEVEDO, 2021, p. 4)

Os doentes mentais nos hospitais, nesta visão, deveriam ser confinados. Eles acabavam sendo acorrentados a bolas de ferro, paredes e camas; e por vezes tratados como forma de divertimento, onde eram vendidos ingressos para o público ver os pacientes. O século XVI traria modificações, onde começou o reconhecimento do adoecimento mental e da sua necessidade de atendimento, não de exorcismo ou condenação. (HOLMES, 2001)

As visões diferentes de médicos e pensadores influenciaram mudanças na forma de tratamento e visualização dos comportamentos e doenças em geral. A transição de filosofias medievais para as modernas se deu com pensadores humanistas. Dentro da literatura, artes plásticas, ética, filosofia e superficialmente na medicina e psiquiatria, o humanismo contribuiu para novos olhares. O humanismo preconiza a realidade do corpo interno e externo, onde os homens poderiam confiar em suas convicções e sentimentos com liberdade sem depender da palavra escrita de autoridades. Dentro dessa linha teórica, o renascimento pôde ajudar na visualização do corpo como real e deixar de lado a visão de corpo pecaminoso. (ALEXANDER e SELESNICK, 1980)

Amarante (2007), aponta que as guerras foram grandes modificantes de pensamentos sobre a intervenção na saúde e bem-estar das pessoas. Mudaram a visão da sociedade e deixaram reflexões, pois com olhares voltados aos hospitais psiquiátricos das épocas citadas, perceberam que as condições oferecidas aos pacientes psiquiátricos eram desumanas, sendo semelhantes aos campos de concentração. Dessa forma, vários grupos começaram a reivindicar melhorias na forma de tratar os doentes mentais, que seriam as reformas psiquiátricas: psicoterapia institucional, psiquiatria preventiva e a antipsiquiatria e psiquiatria democrática.

As reformas da psicoterapia institucional se iniciaram na Europa com a convicção de qualificar a psiquiatria para auxílio dos danos psicológicos pós-guerra, para recuperar os soldados para se tornarem trabalhadores. Implementaram mudanças nas instituições psiquiátricas buscando adaptar as mesmas para uma comunidade terapêutica trazendo o

trabalho como forma terapêutica. Utilizavam prioritariamente as ciências naturais para entendimento e tratamento biomédico. (AMARANTE, 2007)

Dentro desse contexto, inspiradas nas transformações sociais devido à revolução burguesa e desenvolvimento dos avanços científicos médicos, às instituições psiquiátricas surgem no final do século XVIII e início do XIX, separando prisioneiros de doentes mentais. Isso se deu para separar os doentes mentais do grupo que estava internado com eles que incluíam desocupados, prostitutas e vários outros grupos de “desadaptados sociais”. Todavia, a separação dos doentes mentais, seria muito além de buscar tratamento a doença da mente. (BOTEGA e DALGALARRONDO, 1997)

Contextualizando, Santos (1994) explica que quando as guerras, industrialização, busca de poder, capital e avanços na medicina se entrelaçaram os psiquiatras acabaram servindo como aparelho do estado. Usando a desculpa de que os indivíduos podiam ser “curados” e tornados novamente úteis para a sociedade e trabalho, quando a psiquiatria se torna mais científica e os “loucos” viram doentes mentais, o estado cria especializações e cada vez mais locais para o tratamento dos doentes mentais visando estudo e exclusão. Então, o que seria para auxiliar os doentes, por vezes, apenas seria uma nova forma de repressão e ganho.

As Unidades de Internação Psiquiátrica em Hospitais Gerais (UIPHG) se articulam na reforma psiquiátrica, como alternativa para evitar internações indevidas de hospícios, cronificação, perda de identidade e cidadania. Mas, receberam muita crítica, pois não fizeram exatamente o que propuseram. A violência e forma de tratamento utilizados eram mascarados diante a grande influência do médico. Isolamento, aprisionamento, desapropriação de direitos e bens, internações e uso de psicofármacos de forma involuntária, e restrições físicas, eram práticas frequentes. “(...) a história verifica um preconceito “antilouco” que identifica a doença mental à degradação e perversidade da espécie humana.” Realizaram o “tratamento moral”, que com isolamento social e educação corretiva traria a cura para alienação mental. (BOTEGA e DALGALARRONDO, 1997, p.39)

O que chama atenção é que na antiguidade a inaptidão para o trabalho não era determinante para normal e anormal, porque as pessoas trabalhavam para suas próprias necessidades. Isso trazia uma certa indiferença às questões anormais, “loucos” não atrapalhavam a forma de vida, apenas causavam estranhamento. Adiante, o contexto em que a psicoterapia institucional e psiquiatria preventiva se instalaram, fez do trabalho um regulador de comportamentos nas sociedades seguintes, onde a intervenção econômica, política e trabalhista se torna agravante pelo aumento das repressões e mudanças nas ideologias sociais. O que fez o trabalho ter essa função foi as mudanças na forma das sociedades. Antes a era

feudal tinha senhores escravizando agricultores para trabalharem e servirem suas extravagâncias e em seguida, viria a modernidade com a industrialização que necessitava de mão-de-obra produtiva e legislações trabalhistas, mas para enriquecer as indústrias também de certa forma escravizavam seus trabalhadores com aumento de horas trabalhadas e remunerações baixas. (OLIVEIRA e GENNARI, 2019; RESENDE, 2001)

Oliveira e Gennari (2019), citando o grande filósofo Sócrates, apontam a avareza e o gozo de bens privados dos ricos. A busca de se satisfazer traz um grande desperdício de dinheiro e a crítica aqui encontra-se com a desigualdade. Os detentores do poder, com suas extravagâncias, cobravam e em troca davam misérias aos trabalhadores. Dessa forma a grande desigualdade das classes trazia risco a estabilidade política e a liberdade.

Então a economia tem seu papel regulador, trazendo ideologias sociais de tirar da sociedade quem não é capaz de exercer as funções do trabalho. Dessa forma, o comportamento anormal e rebelde seria punido, mas os que por muito tempo eram presos e punidos com pena de morte, com medidas políticas e legislativas de repressão foram para os hospícios. Estes locais eram os mesmos lugares onde confinavam os doentes mentais e tinham a função de punir a ociosidade, educar para moral religiosa e prover trabalho aos desocupados. O trabalho então se torna motivo para colocar as pessoas na linha, onde precisam seguir padrões sociais e comportamentais em prol da ordem e do desenvolvimento econômico. (RESENDE, 2001)

Diante destas questões, Laing e Cooper, iniciadores da antipsiquiatria, começaram a aplicar a psicoterapia institucional e de comunidade nos hospitais que trabalhavam, mas visualizaram rapidamente que os internados eram oprimidos e violentados pelas instituições psiquiátricas e pela família e sociedade. Cooper, então seguiria para uma visão antipsiquiatria e ele mesmo deu essa denominação, que pareceu aos olhos dos avessos uma rebeldia. Mas, foram grandes influências para a luta contra a ideologia da loucura. Suas propostas “(...) compreendem que a experiência dita patológica ocorre não no indivíduo na condição de mente e corpo doente, mas nas relações estabelecidas entre ele e a sociedade. (AMARANTE, 2007, p. 52)

Franco Basaglia, psiquiatra italiano, começou a modificar sua psiquiatria para democrática em Trieste, Itália; depois de visualizar as violências psiquiátricas da mesma forma que Cooper. Mas, foi no Hospital psiquiátrico de Gorizia, na Itália, que ele pode visualizar o tratamento existente como errado. Ao contrário da saúde mental comunitária americana, Basaglia nos centros de Trieste não trazia o funcionamento em mão-dupla. Seus serviços:

“Não eram serviços que davam continuidade do tratamento após a alta hospitalar e que retornavam os pacientes no manicômio quando as situações eram consideradas graves e justificada a impossibilidade do tratamento em regime externo. (...) Passaram a assumir a integralidade das questões relativas ao cuidado no campo da Saúde Mental de cada território. (...) Atuando no território e reconstruindo as formas como as sociedades lidam com as pessoas com sofrimento mental, passariam a restabelecer o lugar social da loucura que tradicionalmente, desde Pinel, estava relacionada ao erro, a periculosidade, a insensatez, a incapacidade.” (AMARANTE, 2007, p. 57-58)

Somente após a década de 50, com surgimento de medicamentos antipsicóticos e antidepressivos, mudanças no sistema de saúde ocorreram na França, Inglaterra, Itália e Estado Unidos. Seria o começo da atenção à saúde mental da comunidade, onde além de psiquiatras a equipe de saúde mental passou a contar com psicólogos, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais e enfermeiros. A Organização Mundial da Saúde, na década de 50, por meio de uma resolução, pôde ajudar recomendando que os países investissem em saúde mental, para que a doença mental não atrapalhasse a produção e a economia. (FERRAZ, 2016 e RESENDE, 2001)

O sistema de saúde mental para a comunidade entraria para mudar o ambiente dos hospícios com as primeiras tentativas de prevenção e promoção de saúde, mas inicialmente entrelaçou-se com o modelo biomédico que vê o paciente como mero portador de um distúrbio, um insano e incapaz. Então estas formas de tratamento mental baseado na hospitalização com um modelo biomédico iniciadas com a psicoterapia institucional e a psiquiatria preventiva, trouxeram mudanças na visão de alguns e foi o que a antipsiquiatria e a psiquiatria democrática quiseram abolir. (AMARANTE, 2007)

Seguindo para o fim do século XIX, avanços na psicologia e grandes influências de clínicos psiquiátricos como Laing, Cooper e Basaglia, voltados a entender os processos não conscientes do cérebro humano, trouxeram para a psiquiatria a hipnose, que mais tarde seria investigada pela psicanálise. (ALEXANDER e SELESNICK, 1980)

Outra grande ideia de Freud, foi a hipótese para psicossomática que dava importância aos aspectos internos relacionados às doenças vistas no corpo. Ressaltando seus estudos com histeria, indicando o entendimento que aspectos internos e externos seriam responsáveis pelo adoecimento. Consequentemente, cada vez mais o olhar holístico tomava conta das discussões de mente e corpo. A psicologia então teria grandes influências. (CASTRO, ANDRADE e MULLER, 2006)

A problematização histórica diante a conceitos exclusivamente biológicos foi muito importante para a consciência de diversos motivos problemáticos que este pensamento traz. Estanislau e Brassan (2014, p. 14) Descrevem entre eles:

- O reducionismo, que leva a definições de processos psíquicos como “só transtorno” ou “só saúde”;
- Distorções, implementando “cura” onde isso não se aplica;
- Tardiedade, considerando atuação apenas as pessoas que já sofrem com a doença instalada;
- Custos mais caros, pois “aguardar a doença” que podem necessitar de tratamentos com despesas inevitáveis.

A influência das ciências naturais e as ideologias aceitando aspectos não conscientes, então, começaram a mudar o rumo do entendimento dos aspectos mentais e emocionais. A influência de Descartes é notável, em meados do século XV, sua teoria já apontava que diferentes aspectos governavam as ações do corpo e mente, quando este falava de diferenças entre ideias inatas e derivadas. Assim como Darwin, que considerado como precursor das pesquisas sobre emoções, trouxe a concepção inata e hereditária das expressões emocionais na sua teoria evolucionista dando contribuição à psicologia. Suas observações apontam que principalmente muitas das nossas expressões emocionais não foram aprendidas, sendo orgânicas. Entretanto, ele traz uma discussão de um possível caráter social das emoções. (HOTHERSALL, 2019 e FERREIRA, 2013)

Pensadores contemporâneos como Ekman e Damásio trazem continuidade aos pensamentos desses autores, dando importância às emoções e afirmando sua contribuição para a saúde e doença do corpo. Ekman, um psicólogo pioneiro que se dedicou às emoções através das expressões faciais. Em um de seus estudos mostrou a diferença de expressões faciais de japoneses e americanos e inicialmente sozinhos demonstraram expressões inatas, mas pôde observar a seguir o que denominou de “regras de exibição”, onde os pesquisados demonstraram expressões controladas em público, demonstrando que há o caráter universal, mas o aprendizado cultural tem seu impacto. Damásio, indica um mecanismo emocional valioso que influencia diretamente a tomada de decisão e análise de vantagens e desvantagens diante as situações vivenciadas. (FERREIRA, 2013 e OLIVA, 2006)

Sucessivamente, muitas ciências serviriam para melhoria de tratamentos para as doenças. Trazendo o foco para a psique, pode-se citar achados da neurociência. Achados contemporâneos em neurociência, apontam que o sistema imunológico assume um papel

importante na homeostasia do corpo, pois detecta mudanças e as leva para os sistemas nervoso e endócrino. (DARWICH, 2005)

Em vista disso, as emoções acabam entrando em um ciclo com os fenômenos biológicos e sociais, entrelaçando reações químicas, cognitivas e físicas para o desenvolvimento e homeostasia do corpo; buscando consciência para viver e se modificar conforme a necessidade. O corpo então é um conjunto de fatores, o biológico e cultural determinam o organismo juntos. Wallon, Bakhtin e Vygotsky, baseados no materialismo histórico e dialético, “(...) torna plausível uma hipótese para a compreensão desta passagem do biológico ao cultural, de modo que: o que o organismo produz o afeta, o transforma e o redimensiona.” (FONSECA, 2016 e MAGIOLINO, 2004, p.05).

Os autores então demonstram que o desenvolvimento humano é complexo e não pode ser reduzido a um único fator, as emoções, cultura, biológico e social nos faz humanos. A psicologia que antes era baseada no determinismo, com a influência de pensadores citados muda a história dos adoecimentos mentais para ideologias visando conhecimentos mistos. Então a psicologia só avançaria, novas teorias e ideologias seriam capazes de mudar os tratamentos e visão das doenças mentais. A loucura fica de fundo e uma abordagem interdisciplinar para entender o cérebro e fenômenos psicológicos está cada vez mais em cena. (HOTHERSALL, 2019)

A doença mental passou pela loucura, pela ciência psiquiátrica e sociedade opressora e exclusora, pela moralidade, pela psicologia determinista e encontrou seu lugar na psicologia contemporânea experimentando dignidade e empatia. A Psicologia traz uma contribuição enorme para as pessoas em sofrimento mental. Trazendo a compreensão da subjetividade humana em conjunto com sua história dando dignidade aos doentes. (BOCK, FURTADO E TEIXEIRA, 2021, p.10)

Todos os aspectos relacionados a saúde mental que foram negados em algum período, floresceram com trabalho de muitos pensadores, psiquiatras, médicos, psicólogos, entre outros que auxiliaram numa visão mais humana e multidisciplinar para a doença e saúde mental. Sendo assim, não há uma resposta definitiva para todos os questionamentos, mas um entendimento de que a saúde mental é complexa. (AMARANTE, 2007)

Não há, também, um fechamento definitivo da psicologia, mas sim, como qualquer ciência, um processo interminável de crescimento, onde os profissionais não podem se fechar a novas ideias. A psique humana envolve muitos fatores que, como visto na história, precisam ser estudados e compreendidos cada vez mais para evitar a ignorância e se adaptar ao ambiente em constante mudança, distanciando ideologias obsoletas. (SCHULTZ e SCHULTZ, 2019)

2.2.1 SAÚDE MENTAL NO BRASIL

No Brasil, no século XIX, não foi muito diferente da Europa na Idade Média, a política e exploração davam a sociedade a visão de como deveriam tratar quem colocasse a ordem em risco. A descendência brasileira dessa visão é notável na sociedade colonial de senhores e escravos. Havia os donos de terras, de escravos e de verdades, eles davam a sentença do certo e errado, do ajustado e desajustado. No trabalho não havia tolerância e quem não era capaz de realizá-lo era vadio e castigado pelos senhores. Dessa forma, os desajustados não serviam para as necessidades da economia e convívio social, então junto ao doente mental representavam desordem na sociedade, sendo torturados e escondidos por suas próprias famílias, casas de misericórdia, hospitais ou prisões. (RESENDE, 2001)

Tanto na Europa como no Brasil, era de consenso social excluir e punir pessoas que não se encaixavam na normalidade ditada. O poder dos ajustados ditava as regras e dizia onde cada um cabia dentro da sociedade. Em virtude dos acontecimentos da história da loucura, todos que não estavam na normalidade ocupavam o lugar da loucura. Assim como as pessoas com deficiência intelectual, obedientes tinham sua liberdade na história, no Brasil estas pessoas também tinham. O que fez esta visão modificar foi justamente a perturbação da paz, da ordem e impedimento do crescimento econômico da sociedade, que fez os “loucos” serem confinados e alienados. As casas de misericórdia, que tinham mendigos e órfãos, começaram a receber ociosos e escravos fugitivos da mesma forma na Europa. (RESENDE, 2001)

Consecutivamente, os hospícios se tornaram o lugar ideal para excluir, tratar e normalizar os “loucos”. A psiquiatria, universidades e decretos como ferramenta do Estado, que com a cura-normativa, eram apoiados tratando o desvio social como doença. Serviram para firmar esse tratamento como único conhecimento válido para a cura dos “loucos” e conseguiram a confiança do povo nas questões de doença mental, pois os doentes estariam nas mãos de quem tem os tratamentos metais e as ruas ficariam limpas sem desordem. O estado brasileiro inaugurou o Hospício de Pedro II no Rio de Janeiro, no século XVIII, sendo um marco para a psiquiatria brasileira e como caráter principal desse lugar o isolamento dos “loucos”. (SANTOS, 1994)

As instituições psiquiátricas no Brasil do século XIX realizaram o “tratamento moral” seguindo a psiquiatria clássica europeia de internação desnecessária e visadas para fins lucrativos com privatizações de serviços em saúde mental. Seriam muito criticadas pela forma

de tratamento repressivo e ideais de que os pacientes eram apenas “loucos”. (BOTEGA e DALGALARRONDO, 1997)

Devido à grande urbanização, desemprego causado pela crise de 29 e instabilidade econômica no país, o estado começa a modificar o tratamento aos trabalhadores, que antes não ligava para seu bem-estar e agora a saúde do trabalhador deveria ser levada em consideração para melhoria na mão-de-obra. Dessa forma, é através do trabalho que o estado enxerga as questões de políticas sociais. Surgiria então as unidades psiquiátricas de hospital geral (UPHG) no Brasil, sendo a primeira criada em 1954, Hospital das clínicas da Universidade da Bahia. Posteriormente, muitas outras seriam criadas para alternativa terapêutica ao hospital psiquiátrico tradicional, indo de encontro com a declaração da OMS e de pensamentos da década de 50. (RESENDE, 2001 e BOTEGA e DALGALARRONDO, 1997)

O golpe de 64, trouxe os militantes ao poder e buscando a aceleração de acúmulo de capital e modernização extinguiu sindicatos, estabilidade no trabalho, reduziram salários e criaram legislações com recursos arbitrários, como matar e trancar em hospitais psiquiátricos quem fosse da resistência contra o poder militar. Trazendo a psiquiatria como forma de validar internações de pessoas por “neuroses”, aumentando drasticamente as internações. (SANTOS, 1994)

A política aumentava a implementação de cada vez mais benefícios a seu capital e poder. Em uma ação que foi agravada em 67, a previdência social passou a financiar clínicas privadas e basicamente os internados em hospitais públicos eram basicamente pessoas de classes baixas, desempregados, filhos de subempregados, até deficientes físicos, entre outros.

Conforme TUNDIS e COSTA (2001, p. 178-179):

O segmento populacional alijado do processo produtivo, e que, por isso, não era contribuinte da Previdência, foi condenado ao atendimento nos asilos públicos, carentes de recursos e submetidos a uma progressiva desativação. Nas clínicas privadas, tal clientela (...) era constituída de trabalhadores rurais desadaptados à vida das cidades, empregados e desempregados do setor de construção civil, desempregados e subempregados das faixas menos qualificadas do setor terciário, trabalhadores e filhos de trabalhadores do setor industrial. (...) Aos trabalhadores de setores modernos da indústria, abria-se em parte a possibilidade de encaminhamento a clínicas aparentemente melhor aparelhadas, eis que remuneradas por via de convênios melhor pagos que os da previdência.

Visualiza-se que os pacientes preferidos do estado brasileiro seriam os que pudessem pagar melhor, com privatizações pela previdência puderam conseqüentemente aumentar seu capital e ainda dispor para a sociedade hospícios melhor aparelhados se pudessem pagar. O que torna inviável as classes pobres. Constata-se que as instituições do estado, sendo elas públicas ou privadas, serviam mais para exclusão social. O destino de quem precisava ir para os hospícios dependia de sua condição financeira e status social. Então tentam explicar as condições deploráveis dos hospícios públicos pela classe pobre ter maior incidência de distúrbios mentais dando grandes gastos ao estado, o que mira a ideais prepotentes e preconceituosas. A população acreditava que internar era a única opção para os problemas mentais, influenciados por políticos e donos de hospitais que ditavam a hospitalização como solução. Fato é que as pessoas não tinham conhecimento dos avanços ocorridos em outros países que se moviam para políticas públicas. (TUNDIS e COSTA, 2001 e FERRAZ, 2016)

O mesmo fator que auxiliou em mudanças positivas no tratamento de saúde mental seriam grandes fatores para aumentar a população internada nos hospícios. A má distribuição de renda e novos princípios da psiquiatria como preventiva e comunitária, em virtude da reforma de desinstitucionalização, traria o aumento das instituições psiquiátricas. Essa psiquiatria vê tudo como possível doença e instaura a “reformulação” do modelo existente, sendo que agora os psiquiatras nomearam a Saúde mental como seu alvo e não a doença. O discurso preventivo fala de ambulatórios fora dos hospícios que teriam papel de ajudar os doentes mentais para prevenção e intervenção anterior à internação, mas o equívoco aparece quando o número de ambulatórios no país é muito pequeno e os de hospitais psiquiátricos cada vez maior. Isso relembra que a psiquiatria seria um instrumento do estado, pois trabalharia como caçadora de suspeitos antes da aparição de sintomas mínimos. (SANTOS, 1994)

No final do ano de 1970 documentos oficiais demonstraram que os hospitais psiquiátricos precisavam diminuir as internações, pelo fato de incrivelmente a população internada ter crescido 213%. Foi isso que ajudou na grande crítica as UPHGs no Brasil, sendo uma que a reforma desinstitucionalizando os internados tiraram a responsabilidade dos serviços de saúde em tratar os doentes mentais mais crônicos e pobres, se tornando mais uma forma de economizar; e outra salientando que a desinstitucionalização trouxe equívoco no entendimento sobre doença e saúde mental. A maior evidência seria a ideia que profissionais das UPHGs saíram dizendo que a maioria dos que chegavam para internação são doentes em crise que não necessitam de cuidados prolongados, apenas por períodos limitados, sendo que, uma grande parcela de doentes mentais que necessitam de intervenção psiquiátrica, apresentam grande disfunção social, sendo dependentes. Então as críticas vinham ao encontro disso, da ajuda que

as unidades psiquiátricas teriam no tratamento psicoterápico, farmacológico e social para os doentes mentais e do acúmulo de pessoas internadas que estavam lá por uma visão preconceituosa. (BOTEGA e DALGALARRONDO, 1997)

Em vista disso, desospitalizar traria mais mandamentos psiquiátricos para normativas e princípios sociais. A separação em dois sistemas das UPHGs evidencia, mais uma vez, o desadaptado como foco para “intervenções terapêuticas”, não sendo o humano o foco para tratar, mas sim o desvio como uma pré-patologia. Daí vem a importância de novos paradigmas trazidos pela antipsiquiatria, que traz olhares para respeitar as experiências do paciente, onde o terapeuta auxilia na vivência e superação de seus sintomas. (AMARANTE, 2007)

A antipsiquiatria teve impacto na ideologia brasileira para a reforma psiquiátrica pelo Laing que trazia ideias liberais para o país imerso na ditadura. A década de 70 traria discussões de psiquiatras ligados a antipsiquiatria, influenciados por Laing, começava a surgir publicações sugerindo extinções de eletrochoques e determinadas medicações. Foi o foco na loucura como forma de lucro pelas instituições privadas e nas situações desumanas de hospícios públicos, que denúncias começaram a ser reportadas. Com pensamentos modificados, começaram a perceber que os tratamentos e visões dos doentes mentais estavam errados. O III Congresso Mineiro de psiquiatria (1979) seria um divisor de águas apontando a situação degradante do hospital-colônia de Barbacena público, onde Franco Basaglia o comparou com um campo de concentração. (FERRAZ, 2016 e TUNDIS e COSTA, ,2001)

Franco Basaglia, teve grande importância na reforma psiquiátrica brasileira. Como durante o congresso o Brasil estava em uma ditadura militar, as ideias vindas de Basaglia, pertencente a um ambiente democrático, foram importantes para o futuro da saúde mental no país. (FERRAZ, 2016). Via os doentes mentais de forma diferente e criticava assiduamente a psiquiatria institucional. Em suas palavras:

(...) O doente mental é “doente” sobretudo por ser um excluído, um abandonado por todos; porque é uma pessoa sem direitos (...). Tudo isso foi possível porque a ciência, sempre a serviço da classe dominante, decidira que o doente mental era um indivíduo incompreensível e, como tal, perigoso e imprevisível, impondo-lhe, como única alternativa, a morte civil. (BASAGLIA, 1985, p. 29)

Foi em 1986, na oitava Conferência nacional de saúde, o marco histórico para a nova organização da saúde no Brasil. Com o fim da ditadura em 1985, novos paradigmas puderam ser colocados em prática e neste congresso concluiu-se que o sistema de saúde deveria ser único

e separado da previdência. Nascia o SUS, com a promoção de saúde como direito. (FERRAZ, 2016)

A inserção dos psicólogos nos serviços de saúde no Brasil, se deu devido a política de desospitalização e extensão de serviços de saúde mental na rede pública. A antipsiquiatria e Basaglia serviram para essa mudança e para poder promover a saúde mental como direito. Entretanto, cabe lembrar que a garantia dos direitos dos cidadãos brasileiros passa pela visão política e ideológica de um estado que muitas vezes não considera as necessidades da população, o que por muitas vezes trouxe sofrimento e falta de políticas públicas necessárias. (SPINK, 2009 e BITTAR, 2014)

Durante todo esse contexto, a psicologia permeia as ideias da saúde mental e dos transtornos mentais. Como em todos os países, a ciência psicológica passou dos anormais para os normais. Durante o século XIX a psicologia engatinhava com a psicologia experimental, tendo o médico psiquiatra Juliano Moreira como influenciador, depois de visitar a Alemanha e França, ele trouxe a ideia de criar nos estabelecimentos de assistência a psicopatas laboratórios para pesquisar fisiologia e psicologia. Adiante, Moreira encomenda aparelhagem da Europa para o Rio de Janeiro que deu possibilidade para o começo dos experimentos. A partir daí se originaram diversos trabalhos e cursos voltados à psicologia experimental, começando como extensão universitária e crescendo para uma profissão, sendo regulamentada somente em 1962. Partindo para o final do século 60, a psicologia brasileira passa a ter influência de quatro perspectivas: psicanálise, comportamental, psicologia experimental e humanística. Ideias que permanecem até hoje, junto a novas ferramentas e teorias. (ANTUNES, 2004 e HADDAD Et al., 2006)

2.2.2 SAÚDE MENTAL E TRANSTORNOS MENTAIS

Devido a todo o contexto histórico, com a história da loucura junto a psiquiatria, psicologia e ciência, o conceito de saúde mental abrange muitos aspectos do ser humano. Segundo a Organização Mundial da Saúde, saúde mental é um estado de bem-estar, onde temos a capacidade de ser produtivo, ter resiliência e contribuir com a comunidade. Com maior aprofundamento, determinantes de saúde mental e transtornos mentais vão ao encontro de administrar as próprias emoções, pensamentos e comportamentos a lidar com fatores sociais, culturais, financeiros, políticos, condições de trabalho, condições de moradia e saúde básica.

Dessa forma, a saúde mental se mostra complexa, onde:

Os conceitos de saúde mental abrangem, entre outras coisas, o bem-estar subjetivo, a auto-eficácia percebida, a autonomia, a competência, a dependência intergeracional e a auto-realização do potencial intelectual e emocional da pessoa. Numa perspectiva transcultural, é quase impossível definir saúde mental de uma forma completa. De um modo geral, porém, concorda-se quanto ao facto de que a saúde mental é algo mais do que a ausência de perturbações mentais. (OMS, 2001, p. 31-32)

Antes trabalhar com a saúde mental era trabalhar com “loucos”, por vezes agressivos, em ambientes desumanos de isolamento, segregação e repressão. Hoje já se entende que saúde mental é bastante plural, pois envolve o estado mental dos sujeitos e das coletividades. Isto pode ser problemático na medida em que qualquer ação pode ter risco de um reducionismo e desmerecimento de determinados fenômenos, visões e reivindicações. A noção do comportamento anormal historicamente, possibilita a visualização disso, quando coloca doentes mentais, ociosos, mendigos, ladrões, entre outros, em uma mesma categoria, a loucura. Portanto, o que hoje em dia é visto como saúde mental embarca muitos conhecimentos e especialidades adquiridos pelas discussões durante as épocas. O que se nota é que saúde depende da forma como as pessoas enxergam o mundo e as pessoas. O que traz o adoecimento mental é como cada indivíduo lida principalmente com as questões sociais e de necessidade. (AMARANTE, 2007)

Spink (2009, p. 149), relaciona as categorias médicas, com relações sociais e sofrimento psíquico. Para a autora, o questionamento que ela encontra em suas orientações e trabalho como psicóloga é a “dicotomização entre o físico e o mental que pontua a expressão “saúde mental”. Dessa maneira, é importante buscar a especialidade das representações que definem as categorias médicas como problemas sociais e como isso se torna gerador de sofrimento individual. É aqui então que entra a atuação da psicologia.

No entendimento da psicologia, existem várias perspectivas para entender e tratar o comportamento e os transtornos mentais. Holmes (2001) cita: a perspectiva psicodinâmica, perspectiva da aprendizagem, a cognitiva, a fisiológica, e a humanista-existencial. Diante de todas as perspectivas, ocorreram conflitos, mas o que os profissionais precisam compreender é que elas não aparecem para duelar, mas sim para se complementar. Também mostra que elas têm um ponto em comum, todas envolvem o conceito de estresse. O estresse acaba causando

sobrecarga e precisa de adaptação do indivíduo, que muitas vezes não sabe como lidar e voltar ao seu estado de equilíbrio, pois os eventos estressores tem componentes psicológicos (como emoções) e componentes fisiológicos (como frequência cardíaca elevada e respiração ofegante) que causam comportamentos e ações que se a pessoa não tiver condições de controle e consciência do que fazer pode entrar em estado ansioso, depressivo, entre outros, que causam sofrimento psíquico e conseqüentemente afetam o corpo. Dessa forma, as várias perspectivas ajudam no estudo e diagnóstico do que causou e do que devem fazer para auxiliar o adoecido.

Conforme o DSM-V (2016, p.95), um transtorno mental pode ser definido como:

(...)uma síndrome caracterizada por perturbação clinicamente significativa na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de um indivíduo que reflete uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental. Transtornos mentais estão frequentemente associados a sofrimento ou incapacidade significativos que afetam atividades sociais, profissionais ou outras atividades importantes.

Os transtornos mentais decorrem de diversos fatores e a forma como cada pessoa reage a um evento estressor vai definir se isso causará ou não uma vulnerabilidade na saúde mental e física. Podem aparecer sem que existam traumas, podendo surgir quando a pessoa passa por uma tensão mental e adaptação difícil e, também, quando falhas ocorrem no desenvolvimento psicológico, social ou cognitivo prejudicando a capacidade adaptativa. Nesse sentido, atividades vistas inicialmente como fáceis e comuns podem ser desafios aos que sofrem mentalmente. Os transtornos mentais ocasionam falhas na adaptação de forma grave, levando a comportamentos incapacitantes duradouros, existindo exceções. Necessita de ajuda profissional e cuidado de pessoas próximas. (ESTANISLAU e BRASSAN, 2014)

Os tratamentos hoje se distanciam dos antigos, incorporando nos tratamentos atuais entendimentos mistos e mais bem sucedidos. A incorporação de promoção e prevenção de saúde mental veio para auxiliar os profissionais, levando as pessoas a terem maior autonomia e consciência sobre a saúde e a doença mental. Ajuda na consciência, disseminação de informações para o entendimento e tomada de decisão perante a adoecimentos mentais. Também na visualização de fatores de risco para o adoecimento. Na elaboração e ação dos programas de promoção e prevenção os profissionais precisam buscar coerência com valores, princípios e estratégias da política de saúde mental, respeitando a realidade do local onde serão inseridos para um funcionamento positivo e apropriado. (ESTANISLAU e BRASSAN, 2014 e MATEUS, 2013)

As formas de diagnóstico usadas hoje para os transtornos mentais incluem, observação, entrevista, testagem psicológica e muitas técnicas que envolvem um trabalho amplo e interdisciplinar. Existem dois manuais utilizados como métrica para diagnóstico, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM e a Classificação Internacional de Doenças - CID. Neles constam critérios e especificidades que servem para classificar as doenças mentais, sendo importantes para os profissionais terem uma base para poder entender onde o transtorno mental se encaixa e poder dar um diagnóstico correto. (HOLMES, 2001 e ESTANISLAU e BRASSAN, 2014)

Dalgalarondo (2019), traz a perspectiva do diagnóstico em saúde mental que enfrenta duas posições, um que afirma que diagnosticar é rotular e a outra posição que defende que o diagnóstico tem seu valor e é importante na prática. De modo geral, essa discussão precisa de uma compreensão realista, envolvendo uma pesquisa ampla e não focada em estigmatizar sem precedentes, deve compreender a pessoa.

Dentro deste contexto, os profissionais precisam ir ao encontro do respeito, cuidando para não confundir o paciente com seu diagnóstico. É importante ser empático, compreensivo e ouvinte do paciente, buscando uma linguagem sem adjetivos rotulantes. Utilizando o diagnóstico de forma respeitosa, os profissionais podem exercer o processo sem possibilidades de uma diminuição das pessoas. Para isso, precisam conscientizar a sociedade diante o uso indevido de estigmas sociais que podem causar sofrimento aos indivíduos e ter um impacto negativo para o tratamento das doenças mentais. (MATEUS, 2013)

2.3 SAÚDE MENTAL EM ACADÊMICOS

Bardagi e Hutz (2011), mostram que em sua pesquisa a presença de estresse nos alunos universitários eram iguais ou superiores a 40% das amostras pesquisadas. Mostram ainda que há uma correlação positiva entre estresse e depressão. Neste contexto, os autores entendem que estes fatores confirmam a complexidade e o desafio do ambiente universitário, que podem ser ansiogênicos e prejudicar a saúde mental dos acadêmicos.

Complementando essa visão, conforme a citação de Bonifácio Et al. (2011, p.16), Shah, Montoya e Al-Dabal apontam que existe “uma relação significativa entre eventos estressores acadêmicos e o surgimento de quadros de ansiedade e depressão.” Apontam que seus pesquisados consideraram potenciais estressores no ambiente acadêmico; a frequência de

avaliações, volume de temas de estudo, complexidade da matéria, alcançar expectativa dos pais e preocupação com o desempenho atual e do futuro. Bonifácio soma evidenciando em sua pesquisa vulnerabilidades em acadêmicos do quarto e quintos anos do curso de Psicologia ao desenvolvimento de estresse e resultados que apontam fatores que podem estar associados a serem potencialmente estressantes para os universitários como: “demandas de moradia em repúblicas, adaptação às contingências de ensino e aprendizagem, necessidade de organização do tempo e de atividades e estabelecimento de novas relações interpessoais.” Ainda, manifesta que é importante considerar as características individuais no processo do desenvolvimento do estresse.

As condições na vivência que causam mais adoecimento nos acadêmicos são os aspectos emocionais e pessoais. Nesse contexto, nota-se que ao estar em uma vulnerabilidade psicológica os alunos tendem a intensificar vivências negativas. Também, fatores importantes a serem apresentados são dificuldades de acompanhar o ritmo dos colegas, que podem levar ao entendimento de que são insuficientes, sentindo-se debilitados fisicamente e com sonolência; e ter dificuldade de concentração. Outros aspectos impactantes na saúde desta população são percepções negativas sobre a escolha do curso, competência pessoal para a carreira, onde a vocação e identidade perante a graduação estão relacionados a aumentar sintomas depressivos. (ARIÑO e BARDAGI, 2018)

Vários artigos recentes trazem uma perspectiva de como está a saúde mental no meio universitário. Silva Et al. (2021, p 8), visualizou que o ensino superior impõe desafios para os acadêmicos que muitas vezes não estão preparados. Aponta que essa situação pode gerar “desorientação, ansiedade, estresse, insônia, depressão, e tendências para o consumo de álcool e substâncias psicoativas”. Arinõ e Bardagi (2018), pode complementar na medida em que observa que consumo e abuso de álcool e drogas podem ser consequências de adoecimento que causam novas demandas para a saúde. Dessa forma os universitários acabam sendo grupo de risco para desenvolver vícios e os sintomas citados acima.

Paulo e Botega (2019), em sua pesquisa pôde citar como geradores de sofrimento psíquico relatados por estudantes de ensino superior adaptação da distância da família, novidade de um novo lugar para morar e estudar, dinheiro, demanda de estudo da graduação, pressão familiar e social e relação dentro de sala de aula. A relação professor-estudante pode causar uma problemática de postura docente que faz os alunos sentirem estar sendo deslegitimados diante de seus saberes ou não saberes. É algo que precisa ser cuidado nesta relação. Também achados na pesquisa de Souza, Caldas e De Antoni (2017, p. 112), mostra 14 estudos

apresentaram fatores de risco semelhantes, mesmo tendo formas e datas diversificadas, foram apontados:

(...) não possuir filhos (10, 16), menor idade (16, 20, 21, 11), insatisfação com o curso (16, 21), pensar em abandonar o curso (16, 17, 19, 21, 28, 29, 30, 31), desempenho ruim (17, 19, 30, 31), estar cursando os anos iniciais da graduação (17, 11), não praticar atividades de lazer (21, 27, 30, 31), estar cursando semestres mais avançados do curso (21, 22, 24, 29, 31), ser do sexo feminino (27, 30), tensão emocional (28, 29), consumo de medicações (em função dos estudos) (17, 19, 29, 30), falta de apoio emocional (29, 11, 30, 31), dificuldade para criar vínculos de amizade (11, 30, 31) e insatisfação com a escolha profissional (30, 31).

Estes autores também perceberam a presença de riscos de desenvolvimento de Síndrome de Burnout- SB e Transtornos Mentais Comuns - TMC. Gomes Et al. (2020) e , Perini, Delanogare e Souza (2019), também acharam porcentagem de TMC, sendo o primeiro autor achando no geral de sua amostra 39,9% dos participantes apresentaram o TMC e o segundo 40% dos pesquisados. O TMC entendido como sintomas de ansiedade e depressão que atrapalham as atividades diárias e que não possuem um diagnóstico formal. A SB é um processo que se inicia com excessos e constantes níveis de estresse e é dividido em exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. (TRIGO, TENG e HALLAK, 2007 e ZORZANELLI, VIEIRA e RUSSO, 2016)

É interessante observar que ansiedade e depressão são achados comuns nesta população. Medeiros e Bittencourt (2017) e Lelis Et al. (2020) apontam ansiedade e depressão em acadêmicos, demonstrando níveis de ansiedade de vários níveis e sintomas depressivos consideráveis. Fato que se associa aos achados dos transtornos mentais comuns, pois nele aparecem as duas categorias.

Artal et al.(2021) afirma em sua pesquisa, que a área da saúde, incluindo alunos de psicologia, demonstrou maior índice de problemas relacionados a transtornos mentais comuns e grande quantidade de alunos com depressão, por estes terem que lidar com sofrimentos de terceiros. Aponta ainda, que os universitários sentem-se pressionados para serem bons alunos e que os fatores acadêmicos trazem risco para saúde mental dos universitários devido a insegurança, exaustão mental e falta de vínculo. No final do curso as queixas mais frequentes são medo do mercado de trabalho, sentimento de incapacidade para atuação e insegurança financeira.

A pandemia pode aumentar aspectos estressores na vida de docentes e discentes. Os professores e alunos tiveram que desenvolver habilidades tecnológicas, de ensino a distância, como também no âmbito emocional. Neste sentido, as movimentações das instituições de ensino superior precisaram ir além de diferentes metodologias e ferramentas para o ensino, mas também nos aspectos socioemocionais porque a grande pressão, pelo acúmulo de atividades, isolamento e nova forma de aprender e ensinar acabaram por prejudicar estes aspectos. Levando a grandes níveis de estresse. Dados de um estudo realizado pelo "Global Student Survey" em 2021, declara que sete a cada dez universitários brasileiros (76%) declaram que a pandemia trouxe impacto na saúde mental. Para a maior parte (87%), houve aumento de estresse e ansiedade. (SILUS, FONSECA e JESUS, 2020)

Na evidência destas questões, Heringer (2018, p.250), denota a importância das instituições de ensino em disponibilizar apoio pedagógico e psicológico aos estudantes. Revela que está cada vez mais disseminada essa ideia no setor público e privado, com certas incertezas quanto à efetividade destes serviços. O que aparece com recorrência são aulas de reforço nas IES privadas, que acabam por não suprir as questões emocionais. O autor problematiza o modelo centrado na figura do professor, que pode estar presente em diversas instituições superiores, e que problematizam o aprendizado insuficiente do estudante e nunca atuação do professor.

Uma ação interdisciplinar voltada à saúde mental dos acadêmicos nas instituições de ensino superior, podem auxiliar para soluções mais saudáveis e assertivas. Em um contexto que pode acarretar transtornos mentais, abuso de substâncias psicoativas, depressão, ansiedade, etc. Se torna essencial um trabalho priorizando e responsabilizando os envolvidos para se ter um ganho individual, mas também coletivo com experiências. Dentro de um contexto onde os acadêmicos possam estar cuidados e seguros, a busca por estratégias assertivas para adoecimento mental se torna mais fácil. Neste sentido, o acadêmico tendo saúde mental pode se desenvolver e buscar um futuro profissional promissor. (OLIVEIRA ET AL., 2021 e FLORIANO ET AL., 2020)

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Neste tópico será apresentada a metodologia utilizada para responder os objetivos desta pesquisa, a modalidade da pesquisa, os procedimentos de coleta, a análise e a interpretação dos dados.

3.1 MODALIDADE DA PESQUISA

Neste trabalho de conclusão de curso foi utilizada a pesquisa bibliográfica. Realizando um levantamento bibliográfico sobre o tema escolhido, foram feitas leituras, usando literaturas existentes, com conhecimentos consolidados e veracidade dentro dos assuntos apresentados.

Segundo, Fachin (2006), a pesquisa bibliográfica é um conjunto de conhecimentos em diversos materiais. Se fundamenta em procedimentos envolvendo leitura, seleção, organização, resumo e arquivamento de texto. É elaborada com busca de materiais que já foram publicados. (GIL, 2022)

3.2 TIPOS DE PESQUISA

Para Gil (2022), a classificação dos tipos de pesquisa seguem alguns critérios, e uma forma de se classificá-las é de acordo com os seus objetivos gerais, que podem ser: exploratórias, descritivas e explicativas.

Foi utilizada a pesquisa exploratória, que segundo Dencker (1998, p. 124), se caracteriza por “[...] envolver em geral o levantamento bibliográfico [...].” Também em Prodanov e Freitas (2013) verificamos que pesquisa exploratória é quando a pesquisa se encontra na fase preliminar, tem como finalidade proporcionar mais informações sobre o assunto que vamos investigar, possibilitando sua definição e seu delineamento, isto é, facilitar a delimitação do tema da pesquisa; orientar a fixação dos objetivos e a formulação das hipóteses ou descobrir um novo tipo de enfoque para o assunto.

3.3 PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

A busca ocorreu nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google acadêmico e Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (LILACS), com artigos publicados entre 2015 e 2022.

A coleta de dados foi constituída de artigos científicos referentes aos descritores: “Saúde mental” e “Acadêmicos de psicologia”. Após a seleção e coleta de dados nas bases citadas, foram realizados fichamentos contendo informações para análise, onde está o nome do autor e do trabalho, ano da publicação, base de dados que aparece e resumo.

3.4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

As leituras dos artigos para a pesquisa bibliográfica seguiram os objetivos preconizados por Gil (2010, p.59), sendo eles: “a) Identificar as informações e os dados constantes do material [...]; b) Estabelecer relações das informações e dos dados obtidos com o problema proposto”. Ainda, o autor recomenda uma sequência, começando com a leitura exploratória, a leitura seletiva, a analítica e por último a interpretativa.

Quanto à análise e interpretação dos dados, baseou-se em Gil (2010), mas para esta pesquisa foram seguidos passos modificados para investigação. Entre eles estão: a definição de objetivos, busca de um quadro de referência, seleção de documentos a serem analisados; definição de unidades de análise, tratamento e interpretação de dados.

O material catalogado aconteceu a partir dos objetivos específicos. Primeiramente, o foco foi compreender a saúde mental de acadêmicos de psicologia e realizar a pesquisa em artigos respondendo três objetivos específicos: 1. Realizar levantamento bibliográfico para identificar os transtornos mentais identificados em acadêmicos do curso de psicologia, 2. Identificar quais são os fatores apontados nos artigos que podem prejudicar a saúde mental e ser considerados precipitantes para os transtornos mentais em acadêmicos de psicologia e 3. Verificar quais as estratégias buscadas pelos acadêmicos para lidar com o sofrimento psíquico;

3.5 DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS

Após a apresentação deste trabalho e sua avaliação e aprovação pela Banca Examinadora, o mesmo estará disponível nos arquivos da UNIDAVI – Centro Universitário para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí para acadêmicos, professores ou para pesquisa de profissionais da área.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste tópico, inicia-se a apresentação do levantamento do número de artigos encontrados nas bases de dados citadas, com os quais buscou-se responder os objetivos desta pesquisa. Foram encontrados 183 artigos, destes, foram pré-selecionados 31. A partir do item 4.1 deste trabalho serão explanados os resultados obtidos na literatura selecionada. Tais respostas também serão descritas em quadros, para fins de organização do material encontrado. Na sequência de cada quadro, será feita a discussão dos resultados.

Os fatores de exclusão para os artigos foram o ano de publicação que deveriam ser entre 2015 e 2022, o idioma (português), artigos citáveis e tipo de literatura, que deve ser apenas artigos científicos. Com base na leitura dos resumos dos artigos, foi possível identificar se seriam importantes para responder aos objetivos estabelecidos nesta pesquisa.

Quadro 1 - Levantamento do número de artigos encontrados nas bases de dados Google acadêmico, Lilacs e Scielo;

Descritores	Google acadêmico Encontrados	Google acadêmico Pré selecionados	Lilacs Encontrados	Lilacs Pré selecionados	Scielo Encontrados	Scielo Pré selecionados	Total encontrados	Total pré selecionados
“Saúde Mental” “acadêmicos de psicologia”	151	28	29	2	3	1	183	31

Fonte: Acervo da autora (2022).¹

4.1 Transtornos mentais identificados em acadêmicos de psicologia.

O primeiro objetivo específico desta pesquisa consiste em realizar levantamento bibliográfico para identificar os transtornos mentais identificados em acadêmicos do curso de psicologia, este dado aparece em 9 artigos selecionados. Utilizou-se os descritores “Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”.

¹ Artigos encontrados em duplicidade foram excluídos e mantidos em somente uma das bases de dados.

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
1	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Depressão, ansiedade e uso de medicamentos em acadêmicos de psicologia	Soares, Cachoeira e Matos	2021	Google acadêmico	O objetivo desta pesquisa foi avaliar a prevalência de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em acadêmicos de Psicologia. Trata-se de uma pesquisa de caráter quantitativo, corte transversal e comparativo. Participaram 33 acadêmicos da instituição privada de ensino superior da cidade de Montes Claros – MG.
2	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Transtornos mentais comuns e adaptação ao ensino remoto em acadêmicos de saúde na pandemia COVID-19	Pereira, Pereira, Dourado, Lopes, Neto, Costa e Dantas	2022	Google acadêmico	Objetivou avaliar a prevalência de transtornos mentais comuns em acadêmicos da área da saúde e os indicadores de adaptação ao ensino remoto durante a pandemia da COVID-19. Participaram 211 acadêmicos da área de saúde, onde 42,5% da amostra consistiu em estudantes de Psicologia.
3	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Sintomas depressivos, de ansiedade e de estresse em acadêmicos de psicologia	Chaves, Almeida, Oliveira e Wagner	2020	Google acadêmico	Este estudo tem como objetivo avaliar a prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em acadêmicos de Psicologia. Trata-se de um estudo quantitativo, transversal e descritivo, com participação de 106 acadêmicos de Psicologia da Instituição de Ensino Superior no Norte do Estado do Rio Grande do Sul.
4	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia	Castro-Silva, Maciel e Melo	2021	Google acadêmico	É uma pesquisa onde foi proposto identificar a presença de burnout e suas subescalas em estudantes de psicologia. A metodologia foi de um estudo descritivo transversal, conduzido em estudantes voluntários de um curso de Psicologia de universidade pública do interior do Nordeste, somando uma amostra de 135 participantes.

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
5	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Nível de burnout em discentes do 10º semestre do curso de psicologia de uma universidade do interior paulista	Lima e Santos	2022	Google acadêmico	O trabalho teve como objetivo investigar a Síndrome de Burnout em acadêmicos do 10º semestre de psicologia de uma universidade do interior paulista. Trata-se de uma pesquisa de campo quantitativa descritiva. Participaram 41 alunos.
6	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Fobia social: incidência em acadêmicos de psicologia	Meotti e Mahl	2015	Google acadêmico	O objetivo da pesquisa foi identificar a incidência da fobia social em alunos de um Curso de Psicologia, além de investigar a associação entre a fobia social e dados sociodemográficos. A pesquisa foi realizada em uma universidade no Extremo Oeste de Santa Catarina e contou com a participação de 132 acadêmicos e com valor quantitativo.
7	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Saúde Mental e Desempenho Acadêmico: um Estudo com Estudantes de Psicologia	Melo e Bromoche nkel	2021	Google acadêmico	O objetivo desta pesquisa foi objetivo analisar a saúde mental de estudantes do curso de psicologia, com participação de 52 alunos de uma instituição privada de um município no interior da Bahia. A metodologia foi de caráter descritivo, utilizando abordagem quali-quantitativa.
8	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários	Lúcio, Medeiros, Barros, Ferreira e Rivera	2019	Google acadêmico	O objetivo do trabalho foi verificar os níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários ingressantes e concluintes. É um estudo quantitativo, de amostragem não probabilística, realizado em uma instituição de ensino superior da Paraíba. A população foi composta por 74 estudantes, sendo 37 ingressantes e 37 concluintes do curso de Psicologia.
9	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Saúde mental do estudante de psicologia:	Guimarães , Moraes, Barboza e Mesquita	2020	Google acadêmico	O objetivo foi verificar se as vivências acadêmicas do estudante de Psicologia da Universidade Estácio de Sá, campus Nova

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
		possíveis implicações para sua atuação profissional				Iguaçu e como o sofrimento psíquico e conteúdos afetam a saúde mental destes. Participaram 37 alunos de psicologia do primeiro e décimo períodos do curso. Trata-se de uma pesquisa exploratório-descritiva, de abordagem quali-quantitativa.

Fonte: Acervo da autora (2022)

Nos artigos selecionados, apareceram alguns transtornos mentais associados a esta população, dentre eles estão depressão, ansiedade, fobia social e a síndrome de burnout. Três artigos evidenciam a prevalência de ansiedade. Lúcio Et al. (2019), teve resultados de 35,1% de níveis mínimos de ansiedade e 31,1% moderados, acompanhados de 25,7% sendo leves e 8,1% graves. Chaves Et al.(2020), apresentam 21,7% leves, 18,9% moderados e 10,4% graves, sendo 49,1% dentro da normalidade. Soares, Cachoeira e Matos (2021), tiveram uma porcentagem de 36,4% de níveis leves, 15,2 de moderados e 15,2 graves, acompanhados de 33,3% dos pesquisados relatando ausência de ansiedade.

Falando em depressão, Chaves (2020) teve resultados de níveis de sintomas depressivos com 24,5% leves, 15,1% moderados e 0,9% graves, acompanhados de 59,4% dentro da normalidade. Soares, Cachoeira e Matos (2021) apresentaram níveis de 21,2% leves, 18,2% moderados e 6,1% graves, com 54,5% dos pesquisados relatando ausência de depressão.

Na pesquisa feita por Pereira Et al. (2022), os autores investigaram a prevalência de Transtornos Mentais Comuns - TMC em acadêmicos da área da saúde e evidenciaram que entre todos os cursos de psicologia foi o curso com maior prevalência de TMC, com 45,9%. O curso que sucedeu a porcentagem de psicologia foi medicina com 15,8% e outros cursos como educação física, enfermagem e farmácia não tiveram grandes porcentagens comparados a psicologia e medicina.

Classificado pelo DSM-V os transtornos de ansiedade tem características de medo e ansiedade excessivos, o que causa comportamentos de cautela e esquivados. A ansiedade é um sentimento comum, mas quando se torna excessivo pode causar os transtornos de ansiedade, como por exemplo a ansiedade generalizada onde o indivíduo acaba tendo preocupações excessivas e que persistem por mais tempo, desencadeando sintomas físicos difíceis de controlar, como: dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular e perturbação do sono.

Rotta, Ohlweiler e Riesgo (2016), mostram que no processo neuropsicológico de aprender, a atenção, memória e as funções executivas têm um papel muito importante. A atenção é fundamental para o aprendizado adequado. Dessa forma, como visto no DSM, a concentração pode ser afetada pela ansiedade, o que pode acabar prejudicando a atenção e dificultando a aprendizagem, o que se torna preocupante devido a alta prevalência de sintomas ansiosos demonstrado nos artigos, pois apontam que a ansiedade pode afetar os aspectos da aprendizagem.

Nos transtornos depressivos ocorre a presença de tristeza, vazio e irritabilidade. Podem ocasionar aos indivíduos, “(...)alterações somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo.” (DSM-V, 2016, p. 293) Estes fatos, acabam incapacitando os acadêmicos afetados pelos sintomas depressivos e dificultando sua vida acadêmica.

Os transtornos mentais comuns são entendidos como sintomas de ansiedade e depressão que atrapalham as atividades diárias e que não possuem um diagnóstico formal. (GOMES Et al, 2020). Portanto, o TMC aparecendo em maior número nos acadêmicos de psicologia na pesquisa de Pereira e colaboradores, vão ao encontro dos achados de porcentagem altas para ansiedade e depressão das outras pesquisas. Essa associação mostra que independente do diagnóstico, a ansiedade e depressão estão intrinsecamente presentes no ensino superior e nos acadêmicos do curso de psicologia.

Acrescentando a isso, Melo e Bromochenkel (2021), analisaram a presença de transtornos mentais em estudantes de psicologia e dentro dos alunos pesquisados 10% relataram ser diagnosticados com algum tipo, sendo os mais comuns de ansiedade e depressão. Ainda, dentro de sua pesquisa puderam obter 46% de estudantes de psicologia afirmando que desenvolveram algum sofrimento psicológico durante a graduação.

Guimarães Et al. (2020), descobriu nas entrevistas, relatos de transtornos de: Episódio Depressivo Maior Atual e Anterior, Transtorno de Pânico ao longo da vida e Transtorno de Ansiedade Generalizada.

Quando Meotti e Mahl (2015), investigaram a fobia social em acadêmicos de psicologia, verificaram a prevalência de níveis de fobia social maiores em turmas dos períodos iniciais do curso de psicologia. Demonstrando, níveis moderados, médios e muito graves com porcentagens elevadas. Na primeira fase aparece 10% de níveis moderados e também médios, com 5% muito graves. Na quarta fase apresentam 13% moderados, 8,60% médios e 8,50% muito graves. Já a sexta fase tem 11,50% de níveis moderados, 11,50% médios e 3,80% graves.

A oitava fase e a última aparecem com porcentagens pequenas, mas na última fase aparecem níveis moderados em 17,60% na população pesquisada.

A fobia social encontra-se dentro dos transtornos de ansiedade. Os indivíduos associados a esse fenômeno sofrem com medo e ansiedade acentuados ou intensos em ocasiões que este sente-se avaliado pelos outros. Viver socialmente quase sempre provoca esta reação, onde aparece medo de ser avaliado negativamente, ser julgado e de transparecer a ansiedade. A problematização em relação aos acadêmicos vai ao encontro com o isolamento social que estes podem acabar tendo, podendo ocasionar também transtorno de depressão maior. Pode ter uma comorbidade com transtorno de bipolaridade, evitativo e uso de substâncias (causando abstinência ou intoxicação). (DSM-V, 2016)

A Síndrome de Burnout (SB) apareceu em dois estudos, onde demonstraram a presença dela e suas subescalas nesta população. As subescalas conforme Maslach, citada por Zorzaneli, Vieira e Russo (2016), são exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Na pesquisa de Castro-Silva, Maciel e Melo (2021), dividiram a frequência destas três subescalas em acadêmicos de psicologia primeiro a diferença entre os sexos e idades, que não demonstrou diferenças significativas. Depois apresentaram a relação com os períodos do curso. Nesse quesito, os autores verificaram que a exaustão emocional foi baixa no primeiro período, moderada nos períodos finais, sendo 41,7% no nono e alta no terceiro (48,7%) e no quinto período (62,2%). A descrença foi alta para todos os períodos e a eficácia profissional foi baixa para todos os períodos analisados, com maior ênfase no primeiro (93,9%), quinto (81,1%) e último período (75,0%). Lima e Santos (2022), acrescentando a SB em acadêmicos da última fase tiveram resultados com porcentagens de 61% de acadêmicos com exaustão emocional média, 88% com descrença alta e 61% alta no fator eficácia profissional.

O que os achados mostram é uma alta despersonalização, chamada também de descrença, em uma pesquisa em todos os estudantes pesquisados e outra em 88%, o que demonstra que essa população pode sofrer com perda de identificação e uma aversão diante a graduação. Verificando os dados da exaustão emocional, fica evidente que a partir da metade do curso em diante os estudantes tendem a ficar mais cansados e exaustos mentalmente. Este fenômeno acaba se relacionando a artigos atuais relatando isto na área da saúde. Marques e Casagrande (2021), chamam a atenção que a SB surge da falta de eficácia em combater o sofrimento que o ambiente impõe e pode aumentar pela pressão de uma profissão pela questão financeira deixando de lado as pessoas, mesmo em profissionais da saúde. Oliveira Et al. (2022, p. 7869), aponta em sua pesquisa que diante a todo o estresse vivido pelos acadêmicos da saúde, que precisam lidar com doenças e problemas de outras pessoas, alguns acabam por ter um

grande sofrimento psíquico para lidar com essas variáveis, podendo ter dores de cabeça, fadiga crônica, insônia e diversas manifestações no corpo. Ainda, “(...) sintomas depressivos, suicidas, esgotamento físico e mental, contato frio com pacientes, baixa autoestima, desmotivação e desejo de abandonar o curso. O conceito de Burnout está inteiramente ligado ao estresse e a exaustão é o núcleo desta doença. (ZORZANELLI, VIEIRA E RUSSO, 2016).

Aparentemente, a ansiedade e depressão podem ser agravados no ambiente de ensino superior, como demonstrado acima, há evidências de porcentagens significativas destes fenômenos em acadêmicos de psicologia, onde aparecem além da sua forma literal, também na fobia social, Burnout e TMCs. O estresse aparece como estopim para a aquisição e acaba causando reações negativas para os estudantes. Cabe lembrar, que como atentou Bonifácio Et al. (2011), a aquisição ou não de transtornos mentais perpassa as individualidades e diferentes percepções dos acontecidos. Então, é importante observar as evidências, mas cuidar para observar como os fenômenos afetam cada estudante.

4.2 Fatores prejudiciais à saúde mental e precipitantes para os transtornos mentais nos acadêmicos de psicologia.

O segundo objetivo específico desta pesquisa consiste em identificar fatores prejudiciais e precipitantes para os transtornos e adoecimento mental, este dado aparece em 13 artigos selecionados. Utilizou-se os descritores “Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”.

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
1	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia	Andrade, Antunes, Zanoto, Tiraboschi, Viana e Curilla	2016	Scielo	O artigo teve como objetivo o levantamento das vivências acadêmicas dos estudantes de Psicologia de uma universidade pública do interior paulista. Participaram 119 estudantes dos cinco anos de curso. Trata-se de uma pesquisa com análises quantitativa e qualitativa.
2	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	A percepção da saúde mental de uma estudante de psicologia: narrativa autobiográfica	Aquino, Daltro e Muniz	2020	Lilacs	O objetivo da pesquisa foi relatar a vivência acadêmica e seu impacto na saúde mental de uma estudante universitária, a partir de uma narrativa autobiográfica. A narrativa autobiográfica é uma técnica de construção de

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
						narrativa científica que a partir de um mergulho interior, relata um processo de elaboração da vivência que resulta numa teorização sobre uma experiência em estudo e realiza-se como prática transformar para conhecer.
3	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Vivências na graduação em Psicologia: discutindo a saúde mental dos universitários	Rozeira, Netto, Faria, Coelho e Vargas	2018	Lilacs	Esta pesquisa tem como objetivo identificar e discutir fatores relacionados à saúde mental de estudantes universitários. Foram realizados relatos de experiência, por acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Redentor.
4	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	A Relação entre o Ensino Superior e a Saúde Mental dos Estudantes: Uma Visão Analítico-Comportamental	Lima, Borino, Lopes e Silva	2020	Google acadêmico	O objetivo foi comparar as turmas do 1o ao 4o semestre matutino e noturno, com as turmas do 7o ao 10o semestre matutino e noturno nos quesitos: universidade, saúde e relacionamentos. A amostra contou com a participação de 294 estudantes de psicologia em uma universidade privada de Mato Grosso.
5	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Estresse e fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil	Vieira e Schermann	2015	Google acadêmico	Estudo transversal com objetivo de pesquisar a prevalência de estresse e os fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil. Participaram do estudo 196 alunos, do turno noturno.
6	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Nível de estresse em acadêmicos de psicologia em período de estágio	Vancin e Schnem	2017	Google acadêmico	O objetivo da pesquisa é discutir o estresse na vida acadêmica de estudantes concluintes de um Curso de Psicologia da região Sul do País. Metodologicamente, é uma pesquisa descritiva, com amostra composta por 27 acadêmicos do nono período do Curso de Psicologia.

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
7	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Características proteanas e afetos sobre carreira de estudantes de Psicologia	De andrade, Pissaia, Silva e Oliveira	2016	Google acadêmico	A pesquisa teve o objetivo de compreender os aspectos proteanos e afetivos relacionados ao projeto de carreira de estudantes universitários do curso de Psicologia, além de explorar como esse projeto pode ser influenciado pelas variáveis comportamento exploratório, personalidade e autoeficácia. O estudo foi realizado com 341 acadêmicos de Psicologia, sendo 156 de uma faculdade privada e 185 de uma universidade pública.
8	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Psicologia e saúde mental: um estudo das representações entre universitários de psicologia	Silva, Sousa, Albuquerque, Almeida e Araújo	2018	Google acadêmico	O objetivo da pesquisa foi observar e analisar, os campos de como estudantes universitários do curso de psicologia representam a saúde mental e ser universitário baseando-a na Teoria das Representações Sociais. Participaram 63 estudantes universitários.
9	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	A vivência de estresse na vida acadêmica de estudantes trabalhadores e não trabalhadores de um curso de psicologia, do sul de santa catarina: um estudo comparativo	Vargas, Souza e Rahim	2018	Google acadêmico	A pesquisa teve como objetivo geral descrever a vivência de estresse na vida acadêmica de estudantes de psicologia, trabalhadores e não trabalhadores, das diferentes fases de um curso de psicologia, do Sul de Santa Catarina. Participaram 32 alunos estudantes do primeiro ao oitavo semestre de um Curso de Psicologia. É uma pesquisa descritiva, qualitativa e quantitativa, feita em campo.
10	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Autoestima, autoimagem e constituição da identidade: um estudo com graduandos de psicologia	Vasconcelos	2017	Google acadêmico	Este trabalho teve o objetivo de identificar as possíveis transformações percebidas por estudantes de Psicologia ao longo do curso e o impacto destas na autoestima e na autoimagem. É um estudo transversal analítico, com aplicação de

Nº	Descritores	Título da obra	Autor(es)	Ano	Base de dados	Resumo
						questionários semiestruturados a 235 estudantes de psicologia de uma instituição sem fins lucrativos da Bahia, por e-mail.
11	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Estresse e enfrentamento religioso/espiritual entre os alunos de psicologia	Campos, Leite e Stoppiglia	2021	Google acadêmico	Esta pesquisa buscou identificar as estratégias de enfrentamento religioso/espiritual entre 35 alunos de psicologia numa abordagem quantitativa através da Escala de Atitude Religiosa, Escala de Coping Religioso-Espiritual e o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp. Realizada em Cuiabá na Universidade Federal de Mato Grosso.
12	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Estágio supervisionado: uma pesquisa com estudantes de psicologia	Guaragni e Chaves	2017	Google acadêmico	Este trabalho investigou as percepções dos estagiários do curso de Psicologia em uma instituição comunitária de ensino superior situada no interior do Rio Grande do Sul/BR, em relação ao processo de estágio. Participaram 59 estagiários e a metodologia da pesquisa se encaixa em qualitativa e exploratória, com análise dos dados utilizando análise do discurso.
13	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	NOMOFOBIA: os impactos psíquicos do uso abusivo das tecnologias digitais em jovens universitários	Teixeira, Silva, Silva e Sousa	2019	Google acadêmico	O estudo teve como objetivo geral investigar os impactos psicológicos, físicos e sociais gerados pela Nomofobia, em jovens acadêmicos de psicologia, do CEULP/ULBRA, de Palmas-TO, que foi realizado na Rede Social Facebook. Participaram 33 acadêmicos de psicologia. É uma pesquisa de campo e quantitativa.

Fonte: Acervo da autora (2022)

Neste subtítulo vários artigos foram selecionados a fim de visualizar fatores que possam prejudicar a saúde mental dos acadêmicos de psicologia. Conforme os achados, pode-se perceber que o contexto acadêmico pode possibilitar vários estressores e junto a problemas emocionais acabam por causar níveis altos de estresse.

Rozeira (2018), demonstrou em seu estudo que 24% dos entrevistados consideraram sua saúde mental como ruim e 42% regular. Destes, regulares e ruins, 59% consideraram que o ingresso na universidade foi fator negativo em sua saúde. Outro aspecto aparente nesta pesquisa foi que apenas 20,5% falaram sentir-se “normais” durante o período das avaliações. Houve relatos apontando estresse, humor depressivo, agitações, alterações alimentares, alterações no ciclo de sono, entre outros.

Andrade (2016), considerando as vivências acadêmicas relacionadas ao sofrimento psíquico de estudantes de psicologia, pode mostrar que ao perguntar aos pesquisados “Você considera que as atividades desenvolvidas pelos alunos deste curso podem desencadear algum tipo de sofrimento psíquico?”, 90% deles responderam sim e apenas 10% não. Mesmo os alunos inicialmente demonstrando uma percepção satisfatória referente ao curso, a pesquisa demonstra um alto número de alunos relatando que as atividades do curso podem desenvolver sofrimento psíquico. Ao identificar mais especificamente, os fatores apontados pelos pesquisados como maiores responsáveis por sofrimento foram a “carga excessiva de atividades do curso” e “natureza específica do estudo da Psicologia”. Depois aparece “exigência emocional durante os estágios que acontecem nos dois últimos anos do curso”, “exagero de demanda encontrada na cultura pelo desempenho acadêmico”, “Necessidades de um sistema de apoio ao aluno e sugestões específicas”, “Relacionamentos com professores específicos”, “Organização curricular” e “Especificidades estruturais do primeiro ano”. Algumas falas viabilizaram, “necessidades ou demandas estudantis não atendidas”, “avaliações sem sentido”, “dissociação teoria e prática”, “falta de didática”, “dificuldade de adaptação à vida universitária”, “dúvidas vocacionais”, “problemas de socialização e interação entre os alunos”, “relacionamento com os veteranos”, “falta de reconhecimento para as atividades extracurriculares” e “menção a evasão que aconteceu com colega por não ter recebido apoio institucional”.

Há também surgimento de sintomas psicossomáticos secundários apontados pelos acadêmicos que se relacionam com as circunstâncias vivenciadas no curso, a privação de sono, o estresse e angústias facilitadoras de desequilíbrios hormonais. Ainda, um aluno de cada ano acabou realizando trancamento do curso e seus motivos relatados foram “não identificação com a proposta das disciplinas”, “problemas de saúde com membro da família”, “carga horária

excessiva de comprometimento com atividades” e “motivos pessoais que impossibilitaram a conciliação com atividades do curso”. (Andrade, 2016)

Vieira e Schermann (2015), apontam prevalência de estresse em 63,3% da amostra estudada. Tendo prevalência desse fenômeno em estudantes de psicologia mulheres, não praticantes de atividades físicas, também uma relação com falta de prática religiosa e em quem trabalha por mais horas durante a semana. Na observação de presença de estresse por período, os autores encontraram nos acadêmicos do primeiro semestre (84,2%) e do décimo semestre (85,7%), quando analisados separadamente.

Lima (2020), comparando a saúde de universitários de psicologia dos períodos iniciais e finais do curso pode observar que os semestres finais matutinos relataram maior fragilidade. Os resultados de sua pesquisa também mostraram que a universidade pode ser geradora de maior sofrimento para alunos dos períodos do primeiro ao quarto período, pois comparando alunos do primeiro ao quarto com alunos do sétimo ao décimo, os iniciais tiveram maior pontuação. As pesquisadoras puderam notar durante o questionário que os mesmos alunos que pontuaram alto nas questões direcionadas a relacionamento interpessoais, também pontuaram alto nas de sofrimento na universidade. Quanto maior a pontuação, maior o sofrimento referente ao quesito na pesquisa. Assim, a relação entre essas questões precisa ser considerada.

O autor, citando também Vieira e Schermann (2015), refuta uma ideia estagnada de que a jornada de muitas horas de trabalho seja a principal e mais significativa causadora de sofrimento nos alunos de ensino superior. Isso é comprovado quando encontramos grande comprometimento na saúde mental de alunos no período matutino que não tem uma rotina de trabalho extensa ou nenhuma. E também à medida que observam as relações interpessoais como ponto alto em ter sofrimento psíquico.

Vargas, Souza e Rahim (2018), investigam a vivência do estresse destes estudantes relacionado a estudantes que trabalham e não trabalham. Apontam que o final do semestre aparece como período de maior presença de sintomas estressantes e também que os estudantes que trabalham têm maior vivência de estresse, mas a diferença entre os dois grupos é pequena (3,3 pontos). O que demonstra uma alta percepção de estresse para ambos, fazendo do fator trabalho não significativo por si só para aquisição do estresse. Uma importante percepção apontada pelos autores é que em comparação ao estresse entre os dois grupos de estudantes e trabalhadores brasileiros na mesma faixa etária, os estudantes aparecem com maior prevalência de estresse. Isso mostra que a vida acadêmica traz um aumento de sintomas de estresse, relacionado a outras coisas além de trabalho.

Vancin e Sehnem (2017) , tiveram em seus resultados 27 acadêmicos de psicologia, oito não apresentaram estresse e 19 apresentaram. Nenhum dos dois estudantes homens relatou sintomas de estresse. Entre as fases do estresse em que as acadêmicas se encontram estão 16 em resistência, 2 quase exaustão e 1 em exaustão e nenhuma em alerta. Na visualização dos sintomas de estresse 13 relataram terem sintomas psicológicos.

Já conforme o inventário de estresse utilizado em acadêmicos de psicologia pelos autores Campos, Leite e Stoppiglia (2021), 37% deles apresentam estresse. Sendo que 5,7% encaixam-se na fase de alerta, 28,6% na de resistência e 2,9% na de exaustão. Os estressores encontrados foram bem variados entre os alunos, sendo encontradas dificuldades pessoais, sofrimento em quadros depressivos e dificuldades financeiras. No geral, 75% apresentaram sintomas psicológicos de estresse como: sensibilidade emotiva excessiva, sensação de incompetência em todas as áreas, irritabilidade excessiva, dúvida quanto a si próprio e vontade de fugir de tudo. É relevante informar que a amostra é 63% composta de mulheres.

Medeiros e Bittencourt (2017), relatam prevalência de ansiedade em acadêmicas mulheres em pesquisa sobre acadêmicos em geral, fato que relaciona diretamente às mulheres a maior sofrimento psíquico em relação aos homens como as pesquisas acima.

Uma questão interessante levantada nos artigos de Vargas, Souza e Rahim (2018) e Silva Et al. (2018), foi como os universitários entendem o estresse e os significados de algumas palavras para eles relacionadas à graduação. Ao se tratar da concepção de estresse, metade dos estudantes avaliados (16 de 32) o entendem como: Fase de mudança na rotina devido ao acúmulo de tarefas a serem realizadas acompanhadas de um sentimento de incapacidade, causando esgotamento emocional, físico e mental que dificultam a vida diária. E 11 como: Situações desconfortáveis que resultam na mudança de humor, comportamento e padrão de sono (agressividade, impaciência, irritabilidade, ansiedade). (VARGAS, SOUZA E RAHIM, 2018). Dentro do estudo de Silva Et al. (2018), trabalharam com palavras estímulo e o peso semântico destas. Utilizando a palavra estímulo “Universitário”, o que mais aparece com peso significativo é o estudo e a dedicação a isto. No lado negativo é evidenciado as palavras cansaço e ansiedade na significação de universitário. Com a palavra “Psicologia”, a palavra “profissão” aparece com maior proximidade da representação deles diante desta palavra estímulo. Aqui liga-se a expectativa de conclusão e realização de ser psicólogo.

Dentro da perspectiva destes dois estudos a atenção fica nas palavras cansaço e ansiedade, que estão em 53% e 26,6% de respostas dos estudantes de psicologia respectivamente. O peso significativo que a palavra estímulo “estudo”, tem relacionado ao universitário, traz uma significação de empenho dos alunos para com a graduação e a busca de

um empenho alto pode acarretar problemas, como o cansaço, ansiedade e demais variáveis demonstradas acima pelos outros artigos. Trazendo Bonifácio Et. al (2011), pode-se entender que a sobrecarga de atividades vindas da graduação, cansaço físico e mental podem aparecer e levar a ansiedade. Resultado que se relaciona com os achados sobre alta prevalência de sintomas e transtornos ansiosos nesta população.

Incessantemente, os resultados sobre estresse adicionam mais evidências sobre problemas encontrados no ambiente de ensino superior. Na medida em que se entende que o estresse é uma mobilização de defesa do corpo, que envolve mecanismos bioquímicos adaptados no decorrer do processo evolutivo, que envolve as emoções, fenômenos sociais e cognitivos para o desenvolvimento e homeostasia do corpo, entende-se que esse fenômeno pode ajudar a espécie humana na adaptação de acontecimentos ameaçadores, mas, também causar problemas devido a alta complexidade do seu processo. Ele pode acabar por prejudicar os afazeres diários e neste caso fazer com que os acadêmicos acabem tendo sobrecarga e sintomas psicológicos incapacitantes. Fatores que podem causar sofrimento psíquico e culminar em transtornos mentais. (ARANTES e VIEIRA, 2002; FONSECA, 2016 e MARGIS Et al., 2003)

Baseando no artigo de Aquino, Daltro e Muniz (2020), estas evidências podem ser entendidas de acordo com a visão de uma experiência singular mostrada por eles de uma acadêmica que relatou como foi sua percepção e vivência na universidade. Falas ditas por ela apontam para as evidências como: “Estava decepcionada por não conseguir atender ao papel de estudante universitária.”, “Existia um misto de ansiedade, medo, dúvida, curiosidade e, principalmente, muita expectativa sobre esse novo lugar!” e “Me sentia oprimida, incapaz e culpada. Eu poderia ter estudado mais.”. Estas questões mostram muito do que pode passar pela cabeça dos estudantes na graduação e suas falas demonstram a angústia que pode ser vivenciada conforme os fenômenos que aparecem de expectativa, inseguranças e culpabilidade. A pesquisa trouxe dificuldades encontradas pela aluna como: Mudanças na dinâmica da vida, ansiedade, timidez, julgamento, cobrança, falas estigmatizadas de dificuldade do curso, exaustão, automaticidade e ansiedade.

Em consonância com os achados sobre expectativas, inseguranças e fenômenos incapacitantes para acadêmicos, existem fatores envolvidos para a visualização de um projeto de carreira positivo e negativo. De Andrade Et al. (2016), mostram que estudantes de psicologia que têm maiores níveis de afetos positivos de carreira sentem-se mais confiantes, tendo autoeficácia profissional, busca de informações sobre o mundo do trabalho e assumem autogerenciamento e responsabilidade do próprio sucesso profissional. Já os que apresentam afetos negativos de carreira, tendem a ter padrões emocionais instáveis, raiva, ansiedade e

depressão. Sinalizando que o pessimismo profissional com instabilidade emocional afeta a visualização de um futuro profissional planejado e possível.

Dentro do artigo de Vasconcelos (2017), a autoestima e autoimagem são importantes para a formação da identidade profissional. Neste contexto, os estudantes de psicologia participantes desta pesquisa relataram suas percepções de sua autoimagem e autoestima no decorrer do curso. O que ficou evidente é que os estudantes tiveram modificações nestes elementos, falando que antes do curso eram diferentes, que hoje se colocam e interagem com o mundo de uma nova forma, tiveram amadurecimento enquanto pessoa, entre outros. Percebe-se que além da busca de uma profissão, as pessoas se modificam e desenvolvem uma identidade profissional conforme as influências e experiências que obtiveram na graduação. Essa modificação na autoestima e autoimagem se torna importante para o acadêmico buscar se visualizar como profissional na sua área e agir como tal. Dificuldades nestes fatores podem acabar por prejudicar e fazerem pensar que não são capazes ou aptos para exercer a profissão.

A autoestima é uma percepção avaliativa sobre si mesmo que perpassa os acontecimentos sociais, emocionais e psicossomáticos. Essa percepção pode ser positiva ou negativa. Dessa forma, em uma visão positiva os acadêmicos podem ter segurança, confiança em si mesmo, reconhecer suas qualidades, admitir limitações, superar obstáculos, serem compreensivos e ter relações pessoais saudáveis. Já com baixa autoestima e autoimagem, tendem ao egoísmo, dependência, visão de incapacidade e grandes frustrações. (MOSQUERA ET AL., 2006)

Sucintamente, os artigos visualizados neste subtítulo apresentam que os alunos encontram-se em dificuldades que muitas vezes acaba incapacitando-os psicologicamente e fisicamente quando acabam por desenvolver estes fenômenos. Estes fenômenos trazem uma narrativa constante da alta problemática do estresse vivenciado pelos acadêmicos e se relacionam com o desenvolvimento dos transtornos evidenciados nesta população anteriormente. A responsabilidade de decidir e todo o conflito existente na busca de se tornar um profissional acaba por favorecer medos e dúvidas e por tudo isso, é de suma importância uma orientação sobre como os acadêmicos irão planejar suas ações futuras de carreira e uma atenção a como eles estão buscando e executando esse planejamento. Também auxilia no período final do curso, que pode ser gerador de ansiedade por essa busca de uma postura profissional, pressão de realizar as atividades da profissão e exigência dos estágios, podendo auxiliar o jovem a reconhecer o que lhe angustia e motiva. (DE ANDRADE, 2016 e GUARAGNI e CHAVES, 2017).

Finalizando, um fator que foi apresentado em um dos artigos analisados para as respostas desta pesquisa, foi a interferência da dependência tecnológica na aquisição de ansiedade. Conforme o estudo feito com estudantes de psicologia, puderam perceber que a frequência de utilização do celular é apontada por 97% dos estudantes como sempre, quase sempre e frequentemente. E ainda, 51,5% apontaram sentir ansiedade quando percebem estar sem o aparelho. Nos relatos sobre a utilização de redes sociais encontraram porcentagem de 81,9% de acadêmicos utilizarem sempre, quase sempre e frequentemente, onde 69,7% sentem necessidade de acessar o Facebook e\ou Instagram sempre ou quase sempre ou frequentemente. Os autores buscaram perceber se os acadêmicos estavam próximos de uma dependência e aquisição de nomofobia, um transtorno que causa ansiedade e um medo patológico da falta de contato com a tecnologia. E pessoas propícias a desenvolverem a nomofobia tem perfis dependentes, ansiosos e inseguros. Ademais, mesmo com a amostra pesquisada não apresentar grande dependência e desenvolvimento deste transtorno, o que este estudo mostra é que a visualização desta variável precisa chamar a atenção para o alto uso e sua relação com sintomas ansiosos e possível comprometimento da saúde mental dos acadêmicos. (TEIXEIRA Et al., 2019 e MAZIERO E OLIVEIRA, 2016)

4.3. Estratégias buscadas pelos acadêmicos de psicologia para lidar com sofrimento psíquico.

O último objetivo específico desta pesquisa consiste em verificar como os estudantes de psicologia lidam com seu sofrimento psíquico e quais os meios utilizados para alívio, este dado aparece em 5 artigos selecionados. Utilizou-se os descritores “Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”.

1	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Uso de Psicotrópicos entre alunos de graduação do Curso de Psicologia	Duarte, Pereira, Cavalcante, Silva, Pereira e Beltrão	2020	Google acadêmico	O objetivo dessa pesquisa foi investigar a prevalência do uso de psicotrópicos entre acadêmicos do curso de psicologia, identificar o perfil socioeconômico e os tipos de psicotrópicos mais utilizados e discutir os fatores que levam ao seu consumo. A pesquisa foi conduzida em uma Instituição de Ensino Superior localizada no município de Icó, Ceará. Participaram 52 acadêmicos.
---	---	---	---	------	------------------	---

2	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Uso de Álcool e outras Substâncias Psicoativas por Estudantes Universitários de Psicologia	Pires, Farinha, Pillon e Santos	2020	Google acadêmico	Este estudo tem como objetivo avaliar o padrão de uso de álcool e outras SPAs em estudantes universitários. A amostra foi composta por 180 graduandos de Psicologia. Trata-se de um estudo descritivo do tipo transversal e descritivo.
3	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	O uso do álcool e outras drogas como fator social entre os acadêmicos do curso de psicologia	Medeiros, Oliveira, Jones, Finelli e Soares	2017	Google acadêmico	O objetivo do artigo foi identificar a prevalência do consumo de álcool em acadêmicos de Psicologia de uma instituição de ensino superior da cidade de Montes Claros – MG. Classificado em um estudo descritivo, quantitativo e transversal. Participaram 295 alunos.
4	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	A Importância da Psicoterapia Durante a Graduação	Luque, Marchetto e Barreto	2021	Google acadêmico	Este estudo objetivou discutir a relação entre os acadêmicos de Psicologia e a Psicoterapia, assim como, a contribuição Psicoterapia para a preparação da prática profissional. Trata-se de um artigo baseado em um trabalho de conclusão de curso de ordem bibliográfica.
5	“Saúde mental” e “acadêmicos de psicologia”	Vivências na graduação em Psicologia: discutindo a saúde mental dos universitários	Rozeira, Netto, Faria, Coelho e Vargas	2018	Lilacs	Esta pesquisa tem como objetivo identificar e discutir fatores relacionados à saúde mental de estudantes universitários. Foram realizados relatos de experiência, por acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Redentor.

Fonte: Acervo da autora (2022)

Nos artigos aparentes relacionados à busca dos acadêmicos de psicologia para enfrentar seu sofrimento psíquico, foi observado que 4 deles apresentaram a busca destes em substâncias psicoativas e drogas.

Duarte Et al. (2020), aponta que dentre os 52 alunos pesquisados 9 relataram utilizar estas substâncias, sendo que 2 alunos utilizam antidepressivo, 2 maconha, 2 álcool e 3 ansiolíticos. Dentre os fatores determinados pelos acadêmicos para realizar o uso de

psicotrópicos estão: ansiedade, insônia, estresse, irritabilidade e responsabilidades acadêmicas. Já Medeiros Et al. (2017), demonstra que uma pequena porcentagem desses alunos apresentam tendência ao consumo abusivo de álcool, sendo 14,14% apresentando risco médio risco, 2,02% apresenta risco alto e 0,67% são dependentes do álcool. Nesse modo, 81,14% relataram uso ocasional e em média 18% uso abusivo. E por último, Pires Et al. (2020), no total da amostra foi identificado que o álcool fazia parte de 81,7% do consumo seguidos por 46,1% maconha e 45,6% tabaco. Associado ao álcool estão a maconha, tabaco, alucinógenos e os hipnóticos sedativos. O padrão de consumo de álcool chamado de binge drink aparece neste artigo com 55%.

Diante das evidências demonstradas percebe-se que esta população tende a buscar de forma reduzida estas substâncias para enfrentar suas dificuldades e estresse, grande parte pode estar associada à consciência deste grupo diante o prejuízo no uso de drogas e medicamentos em quantidades elevadas. Dentro do artigo de Duarte Et al. (2020), a maioria dos acadêmicos de psicologia falaram que o uso de psicotrópicos não podem devem estar dissociados da psicoterapia. Mesmo se tratando de uma pequena parcela desta população, o uso destas ferramentas precisa chamar a atenção, pois estão dentro dos fatores de risco para desenvolvimento de transtornos mentais. (GOMES ET AL., 2020)

O padrão binge drinking se remete ao uso excessivo de álcool, classificado entre cinco ou mais doses no mesmo momento. Há estudos sobre o uso deste padrão de consumo em relação ao “dirigir após beber, envolvimento em acidentes de trânsito, perder atividades na universidade, baixo desempenho escolar e envolvimento em brigas ou problemas com a lei”. A prática binge pode desencadear vários problemas e consequências negativas do consumo de álcool. (BEDENDO Et al., 2017, p. 2)

Rozeira Et al. (2018), demonstrou em sua pesquisa que há um nível significativo de medicalização nesta população e mesmo tendo um programa para dar suporte e acolher os alunos disponibilizado para qualquer aluno, apenas 1 aluno comentou sobre este serviço. Fica uma preocupação com a busca das estratégias dos acadêmicos de psicologia para enfrentar suas dificuldades e estressores, se apenas 1 aluno foi capaz de lembrar deste serviço, a busca de ajuda dentro da instituição parece ser quase nula. É essencial questionar se isso ocorre em outras instituições, mas por agora esta evidência única mostra que em pelo menos um lugar precisam atentar-se para a saúde mental e para como os acadêmicos buscam se acalmar e cuidar de suas dificuldades.

Dentro da pesquisa de estratégias buscadas por estudantes de psicologia, no artigo de Luque Et al. (2022), é possível averiguar que os acadêmicos notam a importância da

psicoterapia para complementação das teorias e experiências. Mas um fato a se destacar é que muitas vezes estes estudantes não possuem condições para realização deste quesito tão importante na formação e vida pessoal. Neste sentido, o artigo trouxe como empecilhos fatores socioeconômicos e falta de tempo, podendo ter relação com pessoas que estudam e trabalham. Os relatos diante da psicoterapia relatam esta ser grande aliada para a saúde mental e ajudar em habilidades sociais e autoconhecimento.

No aprendizado e na prática profissional futura de psicólogo os estudantes precisam estar conscientes e aptos para a responsabilidade de atender as demandas dos pacientes. Na medida em que ser psicoterapeuta é algo complexo e profundo, os alunos devem vivenciar a prática terapêutica do atendimento psicológico para cuidar da sua saúde mental e poder cuidar da saúde mental dos seus pacientes nos estágios e no futuro profissional. Quando o psicólogo atende seu paciente ele entra em interação com um sistema psíquico que pode ser igual ou diferente do seu, dessa forma ele precisa estar preparado para não colocar seus pressupostos como base limitadora para busca de soluções, pois precisam buscar o entendimento da individualidade e novas interpretações sobre o que é importante e saudável para a pessoa que está a sua frente. Impor pressupostos pode afastar da psicoterapia a busca de soluções para a vida do paciente em consonância com suas vontades e desejos. (MEIRA e NUNES, 2005 e JUNG, 1971)

Investigando como os acadêmicos de psicologia buscam formas para lidar com os fatores de sofrimento psíquico foi difícil encontrar artigos que remetem diretamente a este tema. Os achados foram mais tendenciosos para outros cursos, havendo poucos estudos ligados a acadêmicos de psicologia. Mas, o que ficou evidente na pesquisa em seu total é que a problematização do sofrimento psíquico desta população pode acarretar muitos problemas psíquicos que podem ser fatores de risco para desenvolvimento de transtornos e busca de soluções problemáticas para saúde mental. Tudo isso mostra a importância de um cuidado com estes estudantes na sua formação profissional e a necessidade de programas, informação e auxílio para a saúde mental destes.

Uma ação interdisciplinar voltada à saúde mental dos acadêmicos nas instituições de ensino superior, podem auxiliar para soluções mais saudáveis e assertivas. Em um contexto que pode acarretar transtornos mentais, abuso de substâncias psicoativas, depressão, ansiedade etc. Se torna essencial um trabalho priorizando e responsabilizando os envolvidos para se ter um ganho individual, mas também coletivo com experiências. Dentro de um contexto em que os acadêmicos possam estar cuidados e seguros, a busca por estratégias assertivas para adoecimento mental se torna mais fácil. As instituições necessitam de programas de apoio e

acolhimento das demandas de seus alunos, corpo docente e demais empregados. Esse precisa ser um espaço onde não se tem preconceitos e silêncio diante os adoecimentos mentais. (FLORIANO ET AL., 2020)

Neste sentido, dar valor ao desenvolvimento de ferramentas saudáveis para a vida pessoal e profissional é criar profissionais conscientes e com altos níveis de adaptação e habilidades socioemocionais. Quando o jovem é capaz de encontrar soluções para seus problemas se afasta de soluções prejudiciais. Aprendendo as habilidades sociais, tomam decisões criativas e responsáveis, melhorando as relações interpessoais desenvolvendo autopercepção e empatia, que criam vínculos, reduzindo estresse e comportamentos hostis. O comportamento é realizado devido todos os aspectos do ser humano em um ciclo com os fenômenos biológicos e sociais, entrelaçando reações químicas, cognitivas e físicas para o desenvolvimento e homeostasia do corpo. Então além do aprendizado teórico, é de suma importância proporcionar aprendizado através de experiências, socialização, acolhimento, escuta e busca de soluções saudáveis para os problemas, buscando saúde mental. (TECLA ET AL., 2014 e FONSECA, 2016).

5. CONCLUSÃO

No contexto universitário os alunos precisam lidar com cobranças, prazos, realizar trabalhos e avaliações complexas, participar de discussão de opiniões, estagiar etc. Muitos acadêmicos têm dificuldades na capacidade de lidar com todas essas exigências e, ao mesmo tempo, cuidar do trabalho, emocional, inseguranças e relacionamentos. Focando na Psicologia, ainda existe a preocupação em como agir e auxiliar outras pessoas psicologicamente da melhor forma para que estes possam se conhecer, lidar com problemas e reconhecer traumas, pensamentos e comportamentos que os impossibilitam de prosseguir.

Nessa perspectiva, esta pesquisa foi feita de forma bibliográfica analisando artigos acadêmicos para obter a resposta para três objetivos específicos: 1. Realizar levantamento bibliográfico para identificar os transtornos mentais identificados em acadêmicos do curso de psicologia; 2. Identificar quais são os fatores apontados nos artigos que podem prejudicar a saúde mental e ser considerados precipitantes para os transtornos mentais em acadêmicos de psicologia e 3. Verificar quais as estratégias buscadas pelos acadêmicos para lidar com o sofrimento psíquico. Buscando responder como está a saúde mental dos acadêmicos de psicologia.

A pesquisa demonstrou resultados significativos para as respostas de seus objetivos. Diante da visualização da saúde mental nos acadêmicos do curso de psicologia esta pesquisa pode trazer evidências sobre o comprometimento desta questão. Analisando os artigos selecionados foram encontrados diferentes transtornos relacionados aos acadêmicos de psicologia, sendo eles: depressão, ansiedade, fobia social e a síndrome de burnout. O adoecimento mental é vivenciado nesta população o que vai de encontro com as teorias que enfatizam que a saúde mental no ambiente universitário está debilitada.

Ficou aparente a alta prevalência de ansiedade e estresse vivenciados pelos acadêmicos com alta porcentagem e relatos positivos sobre aquisição de sofrimento psíquico. Fatores essenciais para a percepção de que estes possuem estressores potencialmente causadores de prejuízos na sua saúde mental.

Quando analisadas as soluções buscadas pelos estudantes de psicologia diante aos estressores e sofrimento psíquico o que pode ser visto é estratégias que podem aumentar o risco para aquisição de doenças mentais. Foi encontrado prevalência de uso de substâncias psicoativas, álcool e drogas. As porcentagens não foram altas como nas evidências dos subtítulos anteriores, mas demonstram uma parcela voltada a estas formas de soluções. A

psicoterapia aparece como grande auxílio na busca de autoconhecimento, experiência pessoal e profissional e busca de saúde mental. Este pode ser um belo enfrentamento diante o sofrimento psíquico neste contexto, mas dentro das possibilidades, muitos estudantes possuem dificuldades socioeconômicas para a realização.

Para finalizar, a pesquisa aponta diante os fatos encontrados que as instituições precisam buscar melhorar ou incrementar projetos e espaços de acolhimento, escuta e vivências voltadas aos acadêmicos. Dentro da psicologia, é muito importante todos os envolvidos entenderem que auxiliar estes alunos a terem experiências interdisciplinares, acolhimento, consciência, autoconhecimento, soluções assertivas e visualização do futuro profissional, possibilita melhora nos quadros de transtornos e sintomas incapacitantes, assim como na prática acadêmica e na busca de um futuro profissional preparado e ético.

Cabe indicar que novos estudos sejam realizados nesta população para que se possa observar diversos contextos, estados, cidades e acadêmicos para uma maior compreensão sobre como está a saúde mental dos acadêmicos do curso de psicologia em nosso país. Dentro das estratégias de enfrentamento é importante que façam mais estudos para que possamos ter evidências de como estes estudantes solucionam ou buscam resolver seu sofrimento psíquico e problemas universitários.

REFERÊNCIAS

- ALEXANDER, Franz G.. **História da psiquiatria: uma avaliação do pensamento e da prática psiquiátrica desde os tempos primitivos até o presente**. 2. ed. São Paulo: Ibrasa, 1980.
- AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. 4ª ed. RJ: Editora Fiocruz, 2007.
- ANASTASIOU, L.G.C. **Metodologia de ensino na universidade brasileira: elementos de uma trajetória**. in Temas e Textos da Educação Superior, Capinas, Ed. Papyrus, 2001.
- ANDRADE, Antonia S.; ANTUNES, Natália A.; ZANOTO, Pedro A.; TIRABOSCHI, Gabriel A.; VIANA, Paulo V. B. A. e CURILLA, Rafael T. **Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia**. Psicologia: Ciência e Profissão Out/Dez. 2016 v. 36 n°4, 831-846.
- ANTUNES, Mitsuko A. M.. **História da psicologia no Brasil: primeiros passos**. Rio de Janeiro: Ed. UERJ, 2004
- ARANTES, Maria A. A. C. e VIEIRA, Maria J. F. **Estresse**. 3ª ed. SP: casa do psicólogo, 2006.
- ARIÑO, Daniela O. e BARDAGI, Marúcia P. **Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários**. Psicol. Pesqui. | Juiz de Fora | 12(3) | 44-52 | Setembro-Dezembro de 2018.
- ARTAL, Ingrid I. B. et al. **Prevalência de transtornos mentais comuns em estudantes universitários**. UNIVAG, 2021.
<https://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/1443/0>
- (APA), American Psychiatric A. **DSM-5** . [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2016. E-book. ISBN 9788582711835.
Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582711835/>. Acesso em: 08 nov. 2022.
- AQUINO, Rebecca C. F.; DALTRO, Mônica R. e MUNIZ, Mayara . s. **A percepção da saúde mental de uma estudante de psicologia: narrativa autobiográfica**. Rev. Psicol. Divers. Saúde, Salvador, 2020 Dezembro;9(4):460-473.
- BARDAGI, Marucia P. e HUTZ, Claudio S. **Eventos Estressores no Contexto Acadêmico: Uma Breve Revisão da Literatura Brasileira**. Interação Psicol., 2011. 15(1), 111-119
- BASAGLIA, Franco. **A instituição negada: relato de um hospital psiquiátrico**. 3ª ed. RJ: Edições Graal, 1985.
- BRASIL. Câmara dos Deputados. **Decreto nº 11.530, de 18 de março de 1915**.
Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1910-1919/decreto-11530-18-marco-1915-522019-republicacao-97760-pe.html> Acesso em: 20 set. 2022.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). **Censo da Educação Superior 2020: notas estatísticas**. Brasília, DF: Inep, 2022.

BEBENDO, André; ANDRADE, André L. M.; OPALEYE, Emérita S. e NOTO, Ana Regina. **Binge drinking: padrão associado ao risco de problemas do uso de álcool entre universitários**. Rev. Latino-Am. Enfermagem 2017;25:e2925.

BORTOLANZA, Juarez. **Trajetória do ensino superior brasileiro – uma busca da origem até a atualidade**. XVII Colóquio internacional de gestão universitária, Argentina, 2017.

BITTAR, Carla B. **Educação e direitos humanos no Brasil**, 1ª edição.. [Digite o Local da Editora]: Editora Saraiva, 2014. E-book. ISBN 9788502213005. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788502213005/>. Acesso em: 17 set. 2022.

BOCH, Caroline; BRESCHILIARE, Fabiane C. T. e BARBOSA-RINALDI, Ieda P. **A expansão da educação superior no Brasil: notas sobre os desafios do trabalho docente**. Campinas; Sorocaba, SP, v. 25, n. 02, p. 257-274, jul. 2020

BOCK, Ana Mercês B.; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes T. **Bem-estar e Saúde Mental**. [Digite o Local da Editora]: Editora Saraiva, 2021. E-book. ISBN 9786587958255. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786587958255/>. Acesso em: 18 nov. 2022.

BONIFÁCIO, Shirlei P.; SILVA, Regina, C. B.; MONTESANO, Fábio T. e PADOVANI, Ricardo C. **Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de Psicologia**. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, 2011 • 7(1) • pp. 15-20.

BOTEGA, Neury J. e DALGALARRONDO, Paulo. **Saúde mental no hospital geral: espaço para o psíquico**. 2ª ed. SP: Editora Hucitec, 1997.

CAMPOS, Aline S.; LEITE, ErInete S. e STOPPIGLIA, Luiz F. **Estresse e enfrentamento religioso/espiritual entre os alunos de psicologia**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. São Paulo, v.7.n.2, fev. 2021. ISSN - 2675 – 3375.

CANGUILHEM, Georges. **O Normal e o Patológico**. [Digite o Local da Editora]: Grupo GEN, 2011. E-book. ISBN 9786559641475. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786559641475/>. Acesso em: 18 nov. 2022.

CASTRO, Maria G.; ANDRADEE, Tânia M. R. e MULLER, Marisa C. **Conceito mente e corpo através da história**. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 11, n. 1, p. 39-43, jan./abr. 2006.

CASTRO-SILVA, Igor L.; MACIEL, Jacques A. C. e MELO, Marcelo M. **Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia**. RJ: Rev. Sustinere. Vol. 9, n.1, p.5-22, jan-jun, 2021.

CHAVES, Cleuza; ALMEIDA, Ricardo M.; OLIVEIRA, Camila R. e WAGNER, Marcia F. **Sintomas depressivos, de ansiedade e de estresse em acadêmicos de psicologia**. Porto Alegre: IMED, 2020.

CUNHA, Luiz Antônio. Ensino Superior e universidade no Brasil. In: Elaine Marta Teixeira Lopes, Luciano Mendes Faria Filho e Cynthia Greive Veiga (orgs), **500 anos de educação no Brasil**. Belo Horizonte: Autêntica, 2000

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2019. E-book. ISBN 9788582715062. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715062/>. Acesso em: 18 nov. 2022.

DA NARDI, Antonio E.; SILVA, Antônio G; QUEVEDO, João. **Tratado de Psiquiatria da Associação Brasileira de Psiquiatria**. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2021. E-book. ISBN 9786558820345. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786558820345/>. Acesso em: 18 nov. 2022.

DARWICH, Rosângela Araújo. **Razão e emoção: uma leitura analítico-comportamental de avanços recentes nas neurociências**. Estud. psicol. (Natal) [online]. 2005, vol.10, n.2, pp.215-222.

DEL VECCHIO, Angelo e SANTOS, Eduardo. **Educação superior no Brasil: Modelos e missões institucionais**. São Paulo : Casa Flutuante, 2016.

DENCKER. Ada de Freitas M. **Métodos e técnicas de pesquisa em turismo**. São Paulo: Futura, 1998.

DE ANDRADE, Alexandro L. PISSAIA, Andressa T.; SILVA, Marcelo Z. e OLIVEIRA, Manoela Z. **Características proteanas e afetos sobre carreira de estudantes de Psicologia**. Estudos de Psicologia I Campinas I 33(4) I 677-688 I outubro - dezembro 2016.

DUARTE, Maria N. F.; PEREIRA, Thalita A.; CAVALCANTE, Vitória O.; SILVA, Micaelle S.; PEREIRA, Janaina B. e BELTRÃO, Santiago L. **Uso de Psicotrópicos entre alunos de graduação do Curso de Psicologia**. Rev. Mult. Psic. V.14, N. 49 p. 51-63, Fevereiro/2020.

ESTANISLAU, Gustavo M.; BRASSAN, Rodrigo A. **Saúde Mental na Escola**. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2014. E-book. ISBN 9788582711057. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582711057/>. Acesso em: 31 out. 2022.

FACHIN, Odília. **Fundamentos de metodologia**. 5ª ed. SP: Saraiva, 2006.

FERRAZ, Marcos P. de Toledo. **história da psiquiatria no brasil - Um pouco de São Paulo: estudo de caso**. SP: Leitura Médica, 1ª ed.,2016.

FERREIRA, Ludmilla D. P. de Melo. **Expressões emocionais de desprazer no primeiro ano de vida: manifestações e processos de transformação**. Ribeirão Preto, 2013. (Dissertação de Mestrado).

FLORIANO, Lara S. M.; MARTINS, Alessandra R.; BRABICOSKY, Caroline V. e RODRIGUES, Amanda M. S. **Programa "UEPG abraça": Uma perspectiva interdisciplinar sobre a saúde mental na universidade**. Vol. 16, Rev. Conexão UEPG, Paraná, 2020.

FONSECA, Vitor da,. **Importância das emoções na aprendizagem: uma abordagem neuropsicopedagógica**. Rev. Psicopedagogia 2016; 33(102): 365-84

GOMES, Carlos F. M. Et al. **Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades**. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2020 jan.-fev.;16(1):-8

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GIL, Antonio C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. [Digite o Local da Editora]: Grupo GEN, 2022. E-book. ISBN 9786559771653. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786559771653/>. Acesso em: 16 nov. 2022.

GUARAGNI, Cristiane e CHAVES, Alice G. C. R. **Estágio supervisionado: uma pesquisa com estudantes de psicologia**. Destaques Acadêmicos, Lajeado, v. 9, n. 3, p. 96-111, 2017.

GUIMARÃES, Cristiane C.; MORAES, Helen A. B.; BARBOZA, Marcia E. S. e MESQUITA, Ralph R. **Saúde mental do estudante de psicologia: possíveis implicações para sua atuação profissional**. Trab.En(Cena), Palmas-TO, Brasil, 2020, v5n1, pp. 269-284.

HADDAD, Ana Estela. **Trajetória dos cursos de graduação na saúde: 1991-2004**. Brasília: INEPE, 2006

HERINGER, Rosana. **Educação superior no Brasil contemporâneo: estudos sobre acesso, democratização e desigualdades**. Vol 1, RJ: Ed. Faculdade de Educação da UFRJ, 20218.

HOLMES, David S.. **Psicologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001

HOTHERSALL, David. **História da Psicologia**. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2019. E-book. ISBN 9788580556285. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788580556285/>. Acesso em: 18 nov. 2022.

JUNG, C. G. **A prática da psicoterapia**. Petrópolis: Editora Vozes, 1971. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=oNEbBAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=import%C3%A2ncia+da+psicoterapia&ots=AAvWbIPEqt&sig=7GO5PIH9ojehRO5PxW7Cz79w4sI#v=onepage&q=import%C3%A2ncia%20da%20psicoterapia&f=false>. Acesso em: 18/11/2022

LELIS, Karen de C.; BRITO, Rihuanda V.; PINHO, Sirlaine e PINHO, Lucinéia. **Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários**. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, No 23. JUN.,2020.

LIMA, Hithielly J. C. e SANTOS, Alexandre. **Nível de burnout em discentes do 10º semestre do curso de psicologia de uma universidade do interior paulista**. Unifunec Cient. Mult., v.11, n.13, jan./dez. 2022.

LIMA, Gabriela O.; BORINO, Louise, M.; LOPES Thays F. e SILVA, Ana clara A. **A Relação entre o Ensino Superior e a Saúde Mental dos Estudantes: Uma Visão Analítico-Comportamental**. 2020.

LÚCIO, Saislany S. R.; MEDEIROS, Lucilene G. S.; BARROS, Daniela R.; FERREIRA, Olívia D. L. e RIVERA, Giovani A. **Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários**. JP: Temas em saúde FIP, 2019.

LUQUE, Sandra O. D.; MARCHETTO, Danielle B e BARRETO, Daniela D. **A Importância da Psicoterapia Durante a Graduação**. Rev Enfermagem e Saúde Coletiva, Faculdade São Paulo – FSP, 2021.

MAGIOLINO, L. L. Salomão. **Emoções : uma discussão sobre modos de conceber e teorizar**. Campinas, 2004. (Dissertação de Mestrado).

MARQUES, Katia S. e CASAGRANDA, Yasmin G. **Incidência da síndrome de burnout: um estudo comparativo entre profissionais e acadêmicos da área da saúde**. Ciências Sociais Aplicadas em Revista, v. 21, n. 40, p. 1-26, semestral,janeiro-junho,2021.

MARGIS, Regina; PICON, Patrícia, COSNER, Annelise F. e SILVEIRA, Ricardo O. **Relação entre estressores, estresse e ansiedade**. R. Psiquiatr. RS, 25'(suplemento 1): 65-74, abril, 2003.

MATEUS, Mario D. **Políticas de saúde mental: baseado no curso Políticas públicas de saúde mental, do CAPS Luiz R. Cerqueira**. SP: Instituto de Saúde, 2013.

MAZIERO, Mari B. e OLIVEIRA, Lisandra A. **Nomofobia: Uma revisão bibliográfica**. Unoesc & Ciência - ACBS Joaçaba, v. 8, n. 1, p. 73-80, jul./dez. 2 ,2016

MEIRA, Cláudia H. M. G. e NUNES, Maria Lúcia T. **Psicologia clínica, psicoterapia e o estudante de psicologia**. RS: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Paidéia, 2005, 15(32), 339-343.

MELO, Kaio N. F. e BROMOCHENKEL, Cattiúscia B. **Saúde Mental e Desempenho Acadêmico: um Estudo com Estudantes de Psicologia**. Vol. 10, n. 1. PsicoFAE: Plur. em S. Mental, Curitiba, 2021 v. 10, n. 1, revistapsicofae-v10n1-6.

MEOTTI, Loridane e MAHL, Álvaro C. **Fobia social: incidência em acadêmicos de psicologia**. Unoesc & Ciência - ACBS Joaçaba, v. 6, n. 1, p. 73-80, jan./jun. 2015.

MEDEIROS, Palloma P. e BITTENCOURT, Felipe O. **Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular**. Id on Line Rev. Psic. V.10, N. 33, Janeiro/2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **“Saúde mental no trabalho” é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro**. Biblioteca virtual em saúde. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/> Acesso em: 18/11/2022

MOSQUERA, Juan J. M. e STOBÄUS, Claus D. **Auto-imagem, auto-estima e auto-realização: qualidade de vida na universidade**. PSICOLOGIA, SAÚDE & DOENÇAS, 2006, 7 (1), 83-88.

NASCIMENTO, Marcieli Borba; SANTANA, Lucas F.; ROSA, William F.; PARIS, Matheus da C. e GABRIEL, Katiúscia F. de O. **A importância das metodologias ativas no aprendizado do Ensino Superior**. Vol. 11, n.1, Research, Society and Development, 2022

NEVES, Clarissa Eckert Baeta e MARTINS, Carlos Benedito. Ensino superior no Brasil: uma visão abrangente In: Tom Dwyer [et al.] **Jovens universitários em um mundo em transformação : uma pesquisa sino-brasileira**. Brasília : Ipea; Pequim : SSAP, 2016.

OLIVEIRA, Elida. **Brasil tem maior índice de universitários que declaram ter saúde mental afetada na pandemia, diz pesquisa**. G1, 2021. Disponível em: <https://g1.globo.com/educacao/noticia/2021/02/26/brasil-tem-maior-indice-de-universitarios-que-declaram-ter-saude-mental-afetada-na-pandemia-diz-pesquisa.ghtml>. Acesso: 18/11/2022.

OLIVEIRA, Cibele G.; HOLANDA, Maria L. A.; NASCIMENTO, Tayrine H. S.; SANTOS, Jomábia C. G.; SILVA, Jander C. S. e ALENCAR, Andressa A. **Promoção em saúde mental na educação superior: uma sistematização de experiência do grupo “Acolhe”**. Vol. 7, Rev. Saúde em Redes, 2021.

OLIVEIRA, Roberson D.; GENNARI, Adilson M. **História do Pensamento Econômico - 2ED**. [Digite o Local da Editora]: Editora Saraiva, 2019. E-book. ISBN 9788571440166. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788571440166/>. Acesso em: 18 nov. 2022.

OLIVEIRA, Gabriel L. de; HAYAKAMA, Thamy M.; COUTINHO, Amanda D. B.; MECEDO, Ana Calra W.; SIQUEIRA, Mariana S. B. de; SALOMÃO, Maria Valentina L. **Síndrome de Burnout em profissionais e acadêmicos da saúde: uma revisão narrativa**. Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v. 5, n. 2, p 7862-7871- mar./apr., 2022.

OLIVEIRA, Rodrigo M.; ROSA, Carlos M. e NASCIMENTO, Ana C. P. **Os grupos psicoterapêuticos como ferramenta para a redução do sofrimento psíquico nas universidades**. Revista Humanidades e Inovação v.6, n.9 vol.2 - 2019.

OLIVA, Angela Donato et al. **Razão, emoção e ação em cena: a mente humana sob um olhar evolucionista**. Psic.: Teor. e Pesq. [online]. 2006, vol.22, n.1, pp.53-61.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Saúde mental: nova concepção, nova esperança**. Ministério da saúde, 2001.

PAULO, Adriana, A. e BOTEGA, Gisely P. **Experiências acadêmicas: um olhar à saúde mental de estudantes no ensino superior**. 2019

PEREIRA, Mara D.; PEREIRA, Míria Dantas; DOURADO, Mariana R. M.; LOPES, Gabriel P. G.; NETO, Horley S. B.; COSTA, Cleberson F. T. e DANTAS, Estélio H. M. **Transtornos mentais comuns e adaptação ao ensino remoto em acadêmicos de saúde na pandemia COVID-19**. Vol. 6. Rev. Educar mais. 2022, pág. 530 a 542.

PERINI, João P.; DELANOGARE, Eslen e SOUZA, Sabrina A. **Transtornos Mentais Comuns e aspectos psicossociais em universitários do sul do Brasil**. Vittalé – Revista de Ciências da Saúde v. 31, n. 1.,2019. 44-51.

PIRES, Isabella T. M.; FARINHA, Marciana G.; PILLON, Sandra C. e SANTOS, Manoel A. **Uso de Álcool e outras Substâncias Psicoativas por Estudantes Universitários de Psicologia.** v. 40, 1-14. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2020.

PRODANOV, Cleber C. e FREITAS, Ernani C. de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico.** 2ª ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

RESENDE, Heitor. Política de Saúde Mental no Brasil: uma visão histórica. In: TUNDIS, Silvério A. e COSTA, Nilson do R. **Cidadania e Loucura: políticas de saúde mental no Brasil.** 6 ed. Editora: Vozes, 2001

ROZEIRA, Carlos H. B.; NETTO, Adelino L. C.; FARIA, Alice L.; COELHO, Ewellyn B. e VARGAS, Annabelle F. M. **Vivências na graduação em Psicologia: discutindo a saúde mental dos universitários.** *Saúde em Redes.* 2018; 4(4):175-189.

ROTTA, Newra T.; OHLWEILER, Lygia; RIESGO, Rudimar dos S. **Transtornos da Aprendizagem.** [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2016. E-book. ISBN 9788582712658. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582712658/>. Acesso em: 08 nov. 2022.

SANTOS, Eduarda L.; KRYNSKI, Jaine J. D. P.; BARETA, Thaísa A. D. S. e BOMBARDA, Luana V. **Saúde mental no contexto universitário: uma revisão narrativa com ênfase em estudantes de psicologia.** *Revista Ciências da FAP*, v.1, n.5, agosto, 2022.

SANTOS, Nelson Garcia. **Do hospício à comunidade: políticas públicas de saúde mental.** Florianópolis: Letras Contemporâneas, c1994.

SILUS, Alan; FONSECA, Angelita Leal de Castro; DE JESUS, Djanires Lageano Neto. **Desafios do ensino superior brasileiro em tempos de pandemia da COVID-19: repensando a prática docente.** *Liinc em Revista: Rio de Janeiro*, v. 16, n. 2, e5336, dezembro 2020.

SILVA, Valmir Adamor da. **A História da loucura: em busca da saúde mental.** Rio de Janeiro: Tecnoprint, 1979.

SILVA, Maria Eduarda Alves da; SANTOS, Rayza Rodrigues dos; MEDEIROS, Roberta Vanyhellen de Jesus; SOUZA, Sandiely Lorrainy de Carvalho; SOUZA, Dagmar Fonseca e FERREIRA, Deuzilene Pereira Vieira. **Saúde mental dos estudantes universitários** Vol. 9, *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, 2021.

SCHROEDER, Orlando Borges. **Renovação do ensino superior.** Florianópolis: UFSC, 1969.

SCHWARTZMAN, Simon. **Brasil: Oportunidade e crise no ensino superior.** Publicado originalmente como "Brazil: Opportunity and Crisis in Higher Education", *Higher Education* 17, 1, 1988.

SCHULTZ, Duane P.; SCHULTZ, Sydney E. **História da Psicologia Moderna** – Tradução da 11ª edição norte-americana. [Digite o Local da Editora]: Cengage Learning Brasil, 2019. E-book. ISBN 9788522127962. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788522127962/>. Acesso em: 17 set. 2022.

SOARES, Wellington D.; CACHOEIRA, Bárbara T. e MATOS, Hellen C. G. **Depressão, ansiedade e uso de medicamentos em acadêmicos de psicologia.** UNINGÁ Review Journal, v. 36, eURJ3608, 2021.

SOUZA, Marcella R.; Caldas Thuanny C. G. e DE ANTONI, Clarissa. **Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde: uma revisão sistemática.** Rev. Psicol Saúde e Debate. Jan., 2017:3(1):99-126.

SILVA, Claudiana P.; SOUZA, Fabiane A.; ALBUQUERQUE, Francisca D. N.; ALMEIDA, Thaynara A. e ARAÚJO, Ludgleydson F. **Psicologia e saúde mental: um estudo das representações entre universitários de psicologia.** SALUD & SOCIEDAD, v. 9 , n. 3, pp. 210 – 220, setembro-dezembro, 2018.

SPINK, Mary Jane P. **Psicologia social e saúde;** práticas, saberes e sentidos. 6ª ed. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2009.

TECLA, Cristiane; NORGREN, Maria B. P.; FERREIRA, Leandra S. P.; ESTANISLAU, Gustavo M. e FÓZ, Adriana. Aprendizagem socioemocional na escola. In. ESTANISLAU, Gustavo M.; BRASSAN, Rodrigo A. **Saúde Mental na Escola.** [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2014. E-book. ISBN 9788582711057. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582711057/>. Acesso em: 31 out. 2022.

TEIXEIRA, Irenides; SILVA, Paula C. SOUZA, Sonielson L. e SILVA, Valdirene C. **NOMOFOBIA: os impactos psíquicos do uso abusivo das tecnologias digitais em jovens universitários.** Revista Observatório, Palmas, v. 5, n. 5, p. 209-240, ago. 2019.

TRIGO, Telma R.; TENG, Chei T. e HALLAK. **Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos.** Rev. Psiq. Clín 34 (5); 223-233, 2007.

TUNDIS, Silvério A. e COSTA, Nilson do R. **Cidadania e Loucura: políticas de saúde mental no brasil.** 6 ed. Editora: Vozes, 2001;

VASCONCELOS, Helena S. **Autoestima, autoimagem e constituição da identidade: um estudo com graduandos de psicologia.** Revista Psicologia, Diversidade e Saúde. 2017 Agosto;6(3):195-206.

VANCIN, Julian e SEHNEM,, Scheila B. **Nível de estresse em acadêmicos de psicologia em período de estágio.** Pesquisa em Psicologia | Anais Eletrônicos. 2017.

VAHL, Teodoro Rogério. **A privatização do ensino superior no Brasil.** Florianópolis: UFSC, 1980.

VARGAS, Beatriz O.; SOUZA, Valdirene B. e RAHIM, Sâmia T. **A vivência de estresse na vida acadêmica de estudantes trabalhadores e não trabalhadores de um curso de psicologia, do sul de santa catarina: um estudo comparativo.** 2018.

VIEIRA, Lidiani e SCHERMANN, Lígia B. **Estresse e fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil.** Aletheia 46, p.120-130, jan./abr. 2015.

ZORZANELLI, R.; VIEIRA, I.; RUSSO, J. A. **Diversos nomes para o cansaço: categorias emergentes e sua relação com o mundo do trabalho.** Interface (Botucatu), Botucatu, v.20, n.56, p.77-88, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0240>>. Acesso em: 09 de novembro de. 2022.