

(Sobre)vivendo a Universidade: estudo de caso sobre a saúde mental dos acadêmicos de uma universidade pública

Edir Vilmar Henig¹

Ana Katarina Brandão Barros²

Resumo

A saúde mental no contexto universitário tem se mostrado uma questão crítica, frequentemente associada às demandas e pressões características dessa fase de transição. Este estudo tem como objetivo investigar as condições de saúde mental dos estudantes do curso de Administração da Universidade Estadual de Roraima (UERR) e seu impacto no desenvolvimento acadêmico. Trata-se de um estudo de caso, de natureza quantitativa, que utilizou um questionário online aplicado a uma amostra de 33 alunos, selecionados a partir de um universo de 92 acadêmicos matriculados nos 2º, 4º, 5º e 8º semestres. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva com o auxílio do software JAMOVI. Os resultados revelam uma prevalência significativa de sintomas de ansiedade (média 3,45) e cansaço extremo (média 3,45) entre os discentes. A maioria dos entrevistados (97%) considera que a universidade afeta negativamente sua saúde mental e aponta a necessidade de a instituição oferecer mais apoio, como ampliação do atendimento psicológico e promoção de ações de conscientização. Conclui-se que há uma interferência direta do estado de saúde mental no desempenho acadêmico, sendo urgente a implementação de políticas institucionais voltadas para o bem-estar estudantil.

Palavras-Chave: Saúde Mental. Saúde Mental dos Universitários. Administração.

1. Introdução

A saúde mental no ambiente universitário tem ganhado crescente relevância no debate acadêmico, configurando-se como uma preocupação central para as instituições de ensino superior. O ingresso na universidade representa um período de significativas transformações, marcado pela necessidade de adaptação a novas demandas acadêmicas, relacionamentos interpessoais e, frequentemente, à conquista de autonomia. Essa transição, quando não adequadamente acompanhada, pode gerar ou agravar condições de sofrimento psíquico entre os estudantes (Ferreira, 2014; Padovani et al., 2014).

Na Universidade Estadual de Roraima (UERR), observações preliminares e relatos informais indicavam a prevalência de sintomas como ansiedade, estresse e desmotivação entre os discentes do curso de Administração. Partindo dessa problemática, esta pesquisa estabeleceu a seguinte questão norteadora: Como estão as condições de saúde mental dos alunos do curso de

¹ Doutor em Território, Risco e Políticas Públicas pela Universidade de Coimbra (Portugal), contato: edirhenig@hotmail.com

² Graduanda em Administração-Universidade Estadual de Roraima, contato: anakatarinabrandao@gmail.com

Administração da UERR e de que forma este fator interfere no seu desenvolvimento acadêmico?

O objetivo geral consistiu em investigar a saúde mental dos acadêmicos de Administração da UERR e seu impacto no desempenho acadêmico e bem-estar. Como objetivos específicos, procurou-se: a) identificar os principais transtornos relatados pelos acadêmicos; b) apontar fatores internos e externos que influenciam sua saúde mental; c) verificar a existência de comprometimento no desempenho acadêmico sob a perspectiva discente; e d) pesquisar as possíveis limitações de acesso a serviços de saúde mental.

Metodologicamente, o estudo caracteriza-se como uma pesquisa de campo, com abordagem quantitativa e delineamento descritivo. O universo da pesquisa compreendeu os 1.701 estudantes de graduação da UERR, com foco no curso de Administração. A amostra, não probabilística e por acessibilidade, foi composta por 33 discentes efetivamente participantes, todos maiores de 18 anos e devidamente matriculados no curso. A coleta de dados foi realizada de forma virtual, por meio de um questionário aplicado via *Google Forms*, e os resultados foram analisados mediante estatística descritiva com o suporte do software *JAMOVI*.

A presente pesquisa passou pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob CAAE n. 70738923.5.0000.5621 o que garante que o estudo seja conduzido com os padrões éticos e legais necessários. Isso promove a confiabilidade dos resultados da pesquisa e ajuda a manter a confiabilidade do público na pesquisa científica. O comitê de ética garante que os participantes da pesquisa sejam tratados com dignidade e respeito. Isso inclui a proteção contra danos físicos, emocionais ou psicológicos decorrentes da pesquisa. Ele avalia também se a pesquisa tem potencial para contribuir para o bem-estar da sociedade, avançar o conhecimento científico ou beneficiar os participantes de alguma forma.

A presente investigação justifica-se pela necessidade de produzir evidências científicas que subsidiem a implementação de políticas de saúde mental no contexto específico da UERR, visando à promoção do bem-estar e à melhoria da qualidade da experiência universitária.

2 Saúde mental

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental é definida como um estado de bem-estar no qual um indivíduo é capaz de utilizar suas próprias habilidades, lidar com as tensões normais da vida, trabalhar de forma produtiva e frutífera, e contribuir para a sua comunidade. A saúde mental é um estado de bem-estar emocional,

psicológico e social, no qual um indivíduo tem a capacidade de lidar com as pressões e desafios da vida cotidiana, mantendo um senso de equilíbrio e resiliência. Neste sentido, não se trata apenas da inexistência de doenças mentais, mas também de uma série de fatores que promovem o bem-estar psicológico e emocional.

Boeira *et al.* (2021) afirma que a saúde mental não é apenas individual e dependente de fatores biológicos e psíquicos, mas sim o resultado da complexa interação entre esses aspectos individuais e as condições de vida das pessoas, que incluem as relações sociais, o ambiente de crescimento e desenvolvimento, a inclusão produtiva e o acesso a bens materiais e culturais, abrangendo também as possibilidades de participação ativa na vida comunitária. Sendo assim, podemos observar que existe diversos fatores que influenciam no desenvolvimento de mazelas psíquicas das pessoas.

Conforme destacado acima a saúde mental é o resultado das interações entre as relações e o ambiente de convívio, sendo assim, é influenciada por vários fatores, incluindo o ambiente social, econômico e cultural em que o indivíduo vive, bem como a sua genética e experiências pessoais. Traumas, estresse crônico, discriminação e exclusão social, por exemplo, também podem se apresentar como circunstâncias que afetam negativamente a saúde mental.

A partir da discussão apresentada, os estudantes de ensino superior podem enfrentar desafios emocionais de natureza individual, social ou ambiental. Os fatores individuais associam-se aos fatores sociais e ambientais o agravando os desafios que os estudantes têm que enfrentar.

A desigualdade socioeconômica está gerando um ambiente de exclusão e privação, levando ao estresse crônico e à falta de recursos básicos, como alimentação adequada, moradia digna e acesso a serviços de saúde. Essas condições podem causar sofrimento psicológico, como ansiedade e depressão, que podem, por sua vez, afetar a saúde física.

Dentro do contexto social, os transtornos mentais têm ultrapassado as taxas de ocorrência na sociedade. Visto que a saúde mental em diversos âmbitos tem sido negligenciada, em modo individual, social e político. E os altos níveis de prevalência de transtorno mentais entre os indivíduos vêm provocando prejuízos ao sujeito, família, comunidade e sistema de saúde (OMS, 2008).

Situações de violência, abuso físico, sexual ou emocional, ou exposição a eventos traumáticos, podem causar danos psicológicos profundos. O estresse pós-traumático, a depressão e outros transtornos mentais relacionados ao trauma podem ter efeitos negativos na saúde física, aumentando o risco de doenças e até a morte. Dentre as motivações individuais destacamos o histórico de saúde mental, dado que pessoas com antecedentes de problemas de

saúde mental apresentam maior risco de desenvolverem novos distúrbios. Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), a saúde mental de jovens adultos pode ser arriscada quando envolve alguns elementos, tais como: ter casos de transtornos mentais na família, experienciar traumas durante a vida e ter problemas de saúde física.

O apoio social é um dos fatores que influenciam na saúde, indivíduos que têm uma rede de apoio estruturada apresentam menor risco de desenvolverem problemas de saúde mental. Um estudo realizado com estudantes universitários brasileiros verificou que a presença de apoio social pode reduzir a incidência de depressão em universitários (Furlanetto et al., 2006).

É um momento de grandes mudanças, pois o aluno está se inserindo em um universo completamente diferente do que estava habituado na educação básica. Ademais, a sincronização deste momento com a transição da adolescência para a vida adulta, constitui agravante para a situação ora apresentada (Braga et. al., 2017, p. 49).

Conforme descreve a Unicef (2019), a saúde mental dos adolescentes está relacionada a uma transição saudável para a idade adulta, com implicações no bem-estar geral, crescimento e desenvolvimento, autoestima, resultados positivos na educação, coesão social e resiliência diante de futuras mudanças na saúde e na vida. A adolescência que é compreendida entre os 10 e os 19 anos de idade, em que o sujeito está desenvolvendo suas ordenações de pensamentos e percebendo como se encaixa socialmente no mundo, é um processo complexo em que os indivíduos se veem mais vulneráveis, o que implica diretamente nos dados relacionados a suicídio nessa fase da vida (OMS, 2014).

Estudos de 2016 realizados pela OPAS e a OMS trazem dados alarmantes quanto a incidência de mortes por suicídios entre adolescentes. Em alguns países do continente americano, o suicídio é a terceira causa de morte entre sujeitos com idades entre 10 e 19 anos, ao passo que em nível mundial se torna a segunda causa. Esses números demonstram a urgência de ter tratamento psicológico na mais tenra idade, ademais se deve ter mais debates e estudos sobre o tema saúde mental.

Contudo, o que se percebe nas abordagens clínicas psicológicas, sobretudo no Brasil, é a falta de diálogo com a realidade social que aquele adolescente está inserido, ainda predominando a indicação de medicamentos e internações, portanto o que se tem são “[...] práticas de atenção à crise predominantemente medicalizantes e hospitalocêntricas que utilizam, inclusive, contenções físicas, mantidas durante longo tempo, e altos níveis de medicação” (Pereira, 2013, p. 161).

Apesar de se ter uma pré-disposição para se imaginar que a saúde mental de adolescentes é um problema individual, na verdade é uma problemática que envolve diversas motivações

como já foi citado anteriormente. Dentre os principais fatores de risco para a saúde mental de adolescentes temos a forma como as relações familiares são tidas. Para Dekovic (1999), relações familiares conturbadas despertam nos adolescentes gatilhos que os levam a contextos de envolvimento com drogas, ações delinquentes e os tornam mais agressivos, sendo assim, a família quando bem estruturada atua como um importante instrumento para a promoção da saúde mental desse público.

A falta de suporte emocional e psicológico é um problema que afeta a saúde mental dos estudantes brasileiros. A falta de recursos e políticas adequadas para lidar com a saúde mental dos estudantes pode levar a um desempenho acadêmico inferior e à evasão escolar (Campos, 2019). No Brasil, assim como em outros lugares, ainda há um estigma significante em relação à saúde mental. Isso pode conduzir à minimização ou negação dos problemas emocionais e psicológicos pelos estudantes, impedindo-os de buscar ajuda e suporte adequados.

Há vários conceitos de estigma, porém Goffman, em 1988, o sintetizou como sendo um processo depreciativo usado para o afastamento de uma pessoa ou conjunto de pessoas com peculiaridades que divergem de um grupo dominante; estes diferem da norma, são discriminados e sofrem exclusão em muitas áreas da sociedade (Nascimento & Leão, 2019). Apesar da alta prevalência e do elevado impacto social, econômico e sanitário que tais patologias ocasionam, a psicofobia – preconceito contra as pessoas que apresentam transtornos e/ou deficiências mentais – é uma das formas de discriminação mais enraizadas e comuns na sociedade (Rocha et al., 2015).

O estigma da doença mental influencia muito na busca de ajuda profissional. Conforme Clement et al. (2015) demonstraram, o medo de ser associado a uma imagem de uma pessoa perigosa e violenta dificulta que, primeiro, o indivíduo aceite sua condição e, posteriormente, que busque assistência. Isso facilita com o que haja uma enorme quantidade de casos de subnotificação de transtornos psiquiátricos assim como a piora do quadro do paciente, devido ao não tratamento. O isolamento social pode ser ocasionado também pelo estigma, pois os estudantes acabam se afastando de suas redes de apoio devido o preconceito o que pode acabar piorando a situação e levando a morte.

Em todo o mundo há uma grande lacuna de tratamento para transtornos mentais, seja devido às baixas taxas de detecção ou à priorização dada a estes. Mesmo em países de alta renda. Segundo a OMS, quase 50% das pessoas com depressão não recebem tratamento e apenas uma em cada cinco receberam tratamento minimamente adequado para transtorno depressivo maior. Para países de baixa e média renda, apenas uma em cada 27 pessoas receberam tratamento minimamente adequado (OMS, 2018a).

O círculo vicioso apontado pelos autores se organiza da seguinte maneira: a pobreza gera privação socioeconômica e má qualidade de vida, o que acaba gerando transtornos mentais pelo acúmulo de dificuldades que o sujeito passa, os TMC geram aumento com gastos em saúde, podendo até levar ao desemprego por ser doenças incapacitantes. Por fim, as despesas com saúde e o desemprego levam ao marco inicial de se ter mais pobreza (Silva; Santana, 2012).

Um estudo realizado por Abreu e Macedo (2021) com estudantes do curso de Psicologia de uma universidade pública brasileira, traz informações que vão ao encontro da pesquisa elaborada por Silva e Santana (2012). Por meio desse estudo Abreu e Macedo (2021) apontam não só a pobreza, mas diversas condições socioeconômicas como determinantes para o desenvolvimento de TMC, dentre os geradores podemos elencar: desemprego e condições de trabalho degradantes, baixo nível de escolaridade, discriminação racial, social e sexual, violência de gênero, condições de moradia, urbanização, interações familiares, dentre outros.

Portanto, o que depreendemos sobre a ligação entre saúde mental e pobreza é que quanto mais vulnerável socioeconomicamente mais suscetível o indivíduo é a TMC. Logo, pessoas com baixo poder aquisitivo precisam de mais apoio psicológico, bem como distribuição de renda e promoção de igualdade socioeconômica a fim de evitar os níveis altos de sofrimento psíquico (Santos, 2011). Em muitos países, o acesso aos serviços de saúde mental de melhor qualidade está altamente ligado a questões financeiras, pessoas nos quais possuem recursos financeiros limitados tem dificuldades de ter acesso ao tratamento adequado, como as consultas e medicamentos. A percepção de falta de oportunidade e de acesso desigual a recursos pode acabar causando alienação e frustração.

Existem alguns programas em determinadas Universidades que tem como objetivo promover a saúde mental dos estudantes, como exemplo temos o Programa de Saúde e Bem-Estar Estudantil que é oferecido aos estudantes de graduação e de pós-graduação da UFRGS instituído por meio da Portaria 7715/2022 assinada pelo reitor Carlos André Bulhões. Denominado Saber Viver, o programa abrange um conjunto de diferentes políticas, serviços e ações desenvolvidas pela Universidade, visando à promoção da saúde e do bem-estar estudantil, de forma que os alunos tenham as melhores condições para o desenvolvimento das atividades acadêmicas e a consequente conclusão de sua formação integral.

A pró-reitora de Assuntos Estudantis, da UFRGS, Ludymila Barroso (UFRGS, 2022), explica que o programa não tem a atribuição de realizar tratamento em saúde, independente da especialidade. Ela acrescenta que o objetivo é a promoção de um ambiente saudável na Universidade para que o estudante possa desenvolver suas atividades e concluir sua formação.

Podemos observar que os programas não visam tratar a saúde ou até mesmo os

transtornos, mas apenas promoverem um bem-estar nas instituições. Uma pesquisa realizada pela vice-reitora da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), Maria de Jesus Dutra Reis, no segundo semestre de 2019, com alunos, discentes da pós-graduação, docentes, técnicos administrativos, mostra que 45% o universo de pesquisados afirmaram estar precisando de cuidados de saúde mental e, destes, 57% afirmaram não estar recebendo nenhum cuidado ou acompanhamento ou tratamento (ANDIFES, 2022).

Neste sentido, a Universidade tem o papel central na promoção da saúde mental e na construção coletiva de um espaço saudável, não apenas para os estudantes, mas para toda a comunidade acadêmica. Campanhas de conscientização, abertura para o diálogo e para o debate da questão mental é fulcral nos tempos hodiernos.

3 Transtornos Mentais

A saúde mental dos estudantes é uma questão importante para o sistema educacional brasileiro. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2019, 24,7% dos estudantes do ensino médio apresentaram sintomas de depressão. Além disso, 12,7% dos estudantes relataram ter pensado em suicídio nos últimos 30 dias (IBGE, 2019).

Os transtornos mentais são condições clínicas que afetam a saúde mental das pessoas, causando alterações em seu pensamento, comportamento, emoções e/ou percepções da realidade. Eles podem ser decorrentes de fatores biológicos, psicológicos e sociais, e se manifestam de diversas formas, podendo comprometer significativamente a qualidade de vida das pessoas (Amaral; Ferreira, 2018, p. 50).

Existem diferentes tipos de transtornos, um deles é os transtornos mentais graves e comuns: os transtornos mentais graves são geralmente duradouros e causam significativa incapacidade, com destaque para esquizofrenia, transtorno bipolar e depressão moderada e grave (OMS, 2017a). Os transtornos mentais considerados comuns são aqueles altamente prevalentes na população, que impactam o humor ou sentimento das pessoas, com sintomas leves a graves e duração de meses a anos, com destaque para transtornos de depressão e ansiedade (OMS, 2017b).

O recorte realizado por esta pesquisa leva em consideração apenas os transtornos de ansiedade, depressão e desmotivação no âmbito acadêmico, pois devido a vivência acadêmica é o que mais são apresentados nas queixas dos demais acadêmicos.

A predominância dos problemas de saúde mental em âmbito mundial é elevada, com altos índices de incapacidade e mortalidade, se correlacionando com doenças físicas. Os

transtornos mentais comuns designam um conjunto de sintomas relacionados com quadros de ansiedade, depressão e estresse, que afetam grande parte da população, sendo visto como um dos maiores problemas de saúde pública mundial (Murcho, Pacheco, & Jesus, 2016).

Em meio ao ambiente universitário, nos transtornos como a depressão e ansiedade, ocorre uma diminuição no rendimento acadêmico, baixa autoestima e insegurança, acarretando prejuízos na aprendizagem, o que pode resultar no abandono do curso e até em suicídio (Vasconcelos et al., 2015). Esse é um tema que está relacionado com o momento atual em que vivemos, quando o assunto saúde mental é cada vez mais difundido em nossa sociedade. Grande parte da população vem sendo gradativamente afetada por problemas de transtornos psíquicos, muitos deles relacionados a sintomas de ansiedade, depressão e estresse, logo, essa passa a ser um dos maiores problemas de saúde mundial (Bergamaschi, 2019, p. 5).

Um transtorno mental é um padrão psicológico de significação clínica que costuma estar associado a um mal-estar ou a uma incapacidade. Neste sentido, convém destacar que uma doença mental é uma alteração dos processos cognitivos e afetivos do desenvolvimento que se traduz em perturbações no nível do raciocínio, do comportamento, da compreensão da realidade e da adaptação às condições da vida (Sadock, 2016, p. 1490).

Em cenários de saúde em que uma pessoa manifesta sinais de depressão e/ou ansiedade em grau que afete suas atividades comuns do dia a dia, mas ainda sem que tenha um diagnóstico formal, é denominado como transtorno psicológico comum.

3.1 Depressão

No meio universitário, crises de ansiedade, desmotivação, são os sintomas mais evidentes e vistos como gatilhos para a depressão. Segundo Barros (2020, p. 18), entre os estudantes universitários, a depressão é um dos problemas de saúde mental mais comuns, atingindo cerca de 1/3 dos estudantes, valor bem acima dos estimados pela OMS na população em geral. Possui sintomas que afetam o desempenho acadêmico, as relações afetivas e aumentam o risco de ideação suicida e tentativa de suicídio. Sendo assim, se faz necessário esclarecer o conceito de depressão.

Comumente pessoas que não são da área de Psicologia associam tristeza e depressão, como sem ambas fossem sinônimos. Contudo, o que temos em modelos técnicos e clínicos, é uma diferença importante entre os dois estados, uma vez que tristeza é uma resposta natural do ser humano a adversidades da vida, logo é um estado afetivo normal, podendo ser acompanhado de choro ou não.

Já a depressão é definida como alterações no humor que são acompanhadas de outros elementos, como alterações no cognitivo, psicomotoras e no comportamento, este último podendo ser incluídas a falta ou excesso de sono e apetite. Ademais, geralmente a depressão é acompanhado de outras doenças psicológicas/psiquiátricas, tais como: esquizofrenia, ansiedade generalizada, fobia social, alcoolismo, dentre outros (Rozenthal; Laks; Engelhardt, 2004).

Quemel *et al* (2021) vai ao encontro dos autores acima, mas completa o estudo afirmando que a depressão só pode ser caracterizada quando a tristeza associada aos sintomas, anteriormente citados, compromete a qualidade de vida do sujeito acometido, isto é, quando a capacidade de interação social é comprometida significativamente.

Por muitas vezes o paciente depressivo apresenta desequilíbrios nos neurotransmissores o que implica diretamente em sintomas psíquicos, como: sensação de tristeza, sentimento de culpa, falta de prazer na execução de atividades do cotidiano, fadiga e diminuição da capacidade de discernimento (Del Porto, 1999).

Enquanto sintoma, a depressão pode surgir nos mais variados quadros clínicos, entre os quais: transtorno de estresse pós-traumático, demência, esquizofrenia, alcoolismo, doenças clínicas, etc. Pode ainda ocorrer como resposta a situações estressantes, ou a circunstâncias sociais e econômicas adversas.

Enquanto síndrome, a depressão inclui não apenas alterações do humor (tristeza, irritabilidade, falta da capacidade de sentir prazer, apatia), mas também uma gama de outros aspectos, incluindo alterações cognitivas, psicomotoras e vegetativas (sono, apetite). Finalmente, enquanto doença, a depressão tem sido classificada de várias formas, na dependência do período histórico, da preferência dos autores e do ponto de vista adotado. Entre os quadros mencionados na literatura atual encontram-se: transtorno depressivo maior, melancolia, distimia, depressão integrante do transtorno bipolar tipos I e II, depressão como parte da ciclotimia, etc.

Segundo a OMS, a depressão é um transtorno mental no qual o indivíduo mostra “uma tristeza permanente e uma perda de interesse pelas atividades, acompanhadas da incapacidade de executar tarefas cotidianas, durante duas semanas ou mais”. Ainda segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) estima-se que haja mais de 300 milhões de pessoas que sofrem de depressão no mundo e esse número tende a aumentar. Além do mais, a depressão está entre as patologias com maior carga de doença, causando incapacitação nos indivíduos, sendo assim responsável por inúmeros prejuízos financeiros e sociais (OMS, 2018).

Sendo assim, a depressão é classificada de acordo com o quantitativo somatório dos sintomas nos pacientes, podendo ser: leve, moderada e grave. No primeiro caso o indivíduo

ainda é capaz de desenvolver suas atividades cotidianas, mas com o sentimento de apatia e tristeza sempre presentes. No segundo estágio (moderada) o sujeito apresenta mais dificuldade em realizar as tarefas do dia a dia, com episódios de ausência da vontade de viver; no último caso temos a depressão grave que é marcada pelas ideações suicidas, que podem levar ao óbito, além de alto grau de dificuldade em fazer atividades básicas do cotidiano, como tomar banho, escovar os dentes ou levantar da cama (Silva *et al.*, 2020).

Entretanto, vale a pena ressaltar que em qualquer caso de depressão o adequado é buscar ajuda psicológica e psiquiátrica, para que o profissional avalie qual a melhor forma de tratamento para o paciente. Com relação ao tratamento ele pode ser feito por meio de fármacos ou com terapias cognitivas-comportamentais, também evidenciamos que a realização de atividades físicas, bem como a alimentação saudável e lazer são ótimos aliados ao tratamento, sendo indicados por profissionais da área (Quemel *et al.*, 2021).

Na maioria dos casos de depressão que estão no estágio leve ou moderado não é aconselhável o uso de medicamentos, pois ao passo que são aliados na promoção de saúde mental também podem ocasionar dependência química, dependendo da quantidade administrada, bem como o tempo de uso (Farias *et al.*, 2016).

Embora a depressão possa afetar pessoas de todas as idades, o risco de ficar deprimido é aumentado pela pobreza, desemprego, eventos da vida como a morte de um ente querido ou um rompimento de relacionamento, doenças físicas e problemas causados pelo uso prejudicial de álcool e outras drogas (OMS, 2017b).

Principalmente no início do curso os sentimentos de medo e insegurança costumam ser frequentes nos estudantes, diminuindo gradativamente à medida que o curso avança. Alguns estudantes, porém, não conseguem se adaptar às situações vivenciadas na universidade e os sintomas acabam evoluindo para ansiedade ou depressão graves. Dentre os principais estressores, presentes na universidade, podemos citar a elevada carga horária e o grande volume de disciplinas, insegurança em relação ao ingresso no mercado de trabalho, cobrança da sociedade e da instituição de ensino, além da autocobrança (González *et al.*, 2009; Murph *et al.*, 2019).

A prevalência de depressão e ansiedade em estudantes de graduação têm apresentado caráter crescente no Brasil e no mundo (Penha *et al.*, 2020). Portanto, se faz necessário mais pesquisas que abordem o tema, bem como a promoção de políticas públicas que envolvam a saúde mental, principalmente para a população mais vulnerável socioeconomicamente.

3.2 Ansiedade

Outro problema de saúde mental comumente investigado entre estudantes universitários é a ansiedade. A ansiedade é um estado emocional que pode se manifestar como uma reação normal a situações estressantes, mas também pode se tornar patológica quando excessiva e desproporcional aos eventos desencadeadores, gerando sofrimento e prejuízos na vida do indivíduo (Souza & Pereira, 2019).

A ansiedade pode ser compreendida como uma reação natural ante aos desafios e mudanças, entretanto, quando em níveis altos, pode trazer prejuízos ao indivíduo, principalmente quando desencadeia síndromes ansiosas (Barros, 2021, p. 21).

Contudo, desde a década de 1990 o que se tem na área de Psicologia que trata da Análise Comportamental é o aprofundamento dos estudos e novos entendimentos sobre o conceito de ansiedade, em que por diversas vezes é tido como um conceito incerto ou impreciso. Entretanto, as teorias fundamentadas

[...] definem a ansiedade em seus diferentes graus de complexidade é a sinalização de um evento com função reforçadora negativa ou positiva, que pode adquirir uma função aversiva. O evento sinalizador é, por isso, chamado de estímulo pré-aversivo (embora possa ser pré-reforço positivo). Além disso, o estímulo pré-aversivo elicia condições fisiológicas específicas e reduz a taxa de respostas mantida por reforço positivo. Essa condição fisiológica pode ter uma função estabelecadora, “imobilizando” o indivíduo e afetando assim sua responsividade a contingências ambientais. Entretanto, o efeito paralisante da sinalização de um evento aversivo (redução da taxa de resposta) pode ser maior do que o de um evento reforçador positivo, daí apenas o primeiro dar origem à queixa clínica (Coelho; Tourinho, 2008, p. 176).

Isto é, para a Análise Comportamental a ansiedade pode ser entendida através dos aspectos negativos ou positivos que desencadeiam aquele quadro psicológico, em que o reforço positivo é mais fácil de ser controlado, ao passo que o reforço negativo é difícil de ser contido. A ansiedade assim como a tristeza é um sentimento inerente ao ser humano, isto é, todo sem algum momento de sua vida irão sentir. A ansiedade pode até ser entendida, quando não se trata de patologia, como uma condição normal e que preserva a vida humana, isto é, pode ser concebida como uma maneira de defesa ou mecanismo de autopreservação desenvolvido ao longo da evolução humana.

Contudo, a ansiedade pode se tornar patológica quando o sujeito não consegue controlar o processo criativo quanto a existência de perigos e catástrofes em seu futuro, bem como a sensação de perigo constante, fazendo com que a pessoa experimente um processo de ansiedade. Portanto, nesses casos a possibilidade de experimentar coisas novas se torna uma

ameaça, dado que o indivíduo convive com constante receio, a falta de vontade de enfrentar as novidades faz com que os sintomas sejam manifestados sintomaticamente no corpo, como: boca seca, dormência nos membros, enjoo, vômito, diarreia, dificuldade para respirar, taquicardia, dentre outros sintomas (Pinto, 2021).

Desse modo, a ansiedade se apresenta como um conjunto complexo de emoções que requer tratamento adequado, uma vez que se trata de um sintoma primário, isto é, não requer outras doenças psicológicas para se manifestar. A ansiedade generalizada pode ser tratada por meio farmacológico e não-farmacológico, quando o profissional opta por não indicar medicamentos, o que se busca é um tratamento múltiplo que envolva a orientação ao paciente, com técnicas para o controle da ansiedade, assim reduzindo crises, bem como terapia cognitivo-comportamental, psicoterapia e intervenções na família quando se trata de crianças e adolescentes. Salientamos ainda que a ansiedade quando não tratada ou não acompanhada por profissionais pode gerar outros quadros clínicos, como depressão (Pinto, 2021).

A trajetória acadêmica é composta por muitas circunstâncias novas, precisão de desenvolvimento de atitudes mais independentes, com grande quantidade e diversidade de avaliações, o que naturalmente pode provocar ansiedade nos estudantes. Os sintomas psicológicos da ansiedade entre os estudantes incluem sentimentos de nervosismo antes de uma aula, pânico, esquecimento durante uma avaliação de aprendizagem, impotência ao fazer trabalhos acadêmicos, ou a falta de interesse em uma matéria difícil (Carvalho et al., 2015, p. 1290). Esses sintomas podem apresentar níveis normais de ansiedade.

A ansiedade neste contexto em que aparece é benéfica, considerada um sinal de alerta, determinada pela presença de um conflito interno, cuja função é avisar sobre um perigo iminente e tomar medidas para lidar com esta ameaça. No entanto, a presença de estressores, tais como o “excesso de tarefas acadêmicas, a falta de motivação para os estudos e a carreira escolhida, a existência de conflitos com colegas e professores, a apresentação de trabalhos, dificuldades na aquisição de materiais e livros” (BRANDTNER E BARDAGI, 2009, p. 81) podem gerar uma situação de ansiedade maléfica.

Observa-se que em muitos casos a ansiedade ultrapassa os níveis normais e acaba se configurando como uma patologia (Almeida, 2015; Lameu, 2014). A ansiedade patológica geralmente provoca uma série de sintomas que muitas vezes afeta as relações interpessoais, a aprendizagem, a atenção e a memória (Cabrera & Sponholz, 2002), funções importantes na adaptação e desenvolvimento acadêmico dos estudantes.

As características principais do transtorno de ansiedade generalizada são ansiedade e preocupação persistentes e excessivas acerca de vários domínios, incluindo desempenho no

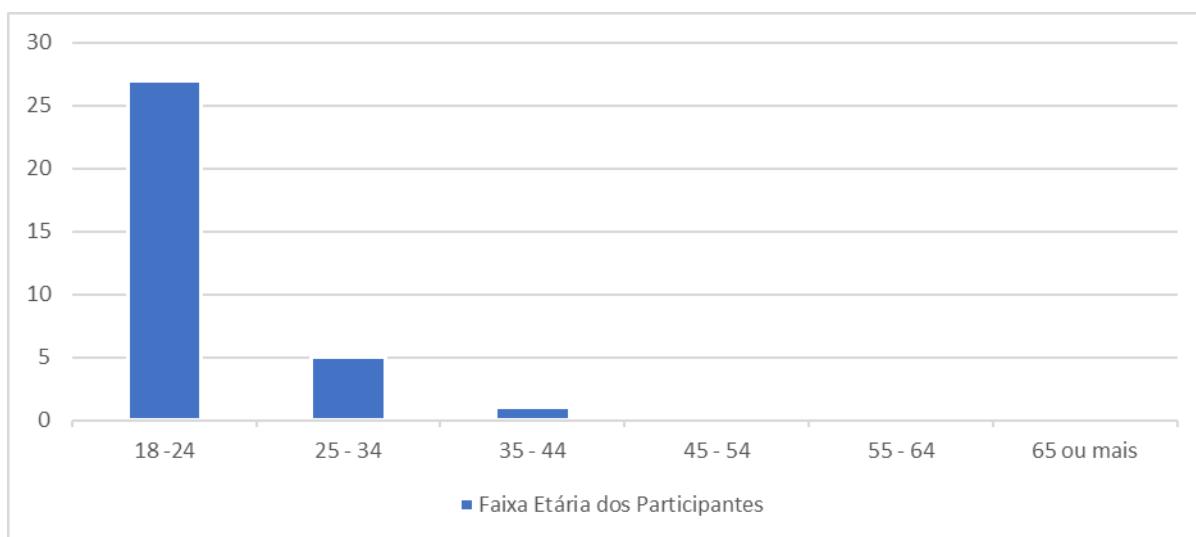
trabalho e escolar, que o indivíduo encontra dificuldade em controlar. Além disso, são experimentados sintomas físicos, incluindo inquietação ou sensação de “nervos à flor da pele”; fatigabilidade; dificuldade de concentração ou “ter brancos”; irritabilidade; tensão muscular; e perturbação do sono. (DSM-5, p. 190)

Portanto, a ansiedade segundo Cardozo et. al.(2016), é comum entre os estudantes universitários, pois está relacionada com diversos elementos ambientais e psicológicos, sendo responsável por preparar o indivíduo para situações de ameaça e perigo, mas que juntamente com o medo, envolvem fatores cognitivos, comportamentais, afetivos, fisiológicos e neurológicos que modulam a percepção do indivíduo ao ambiente, provocando respostas específicas e direcionando a algum tipo de ação.

4 Análise de Dados

Dos 92 potenciais participantes, 33 acadêmicos do curso de Administração da UERR atenderam aos critérios de inclusão, constituindo a amostra efetiva desta pesquisa. A caracterização sociodemográfica revela um perfil majoritariamente jovem, com 82% dos respondentes (27 estudantes) situando-se na faixa etária de 18 a 24 anos, corroborando dados nacionais que apontam para uma média de idade de 24,4 anos entre universitários de instituições públicas (Alvarenga, 2019).

Gráfico 1 - Faixa etária dos acadêmicos de Administração UERR (2023)



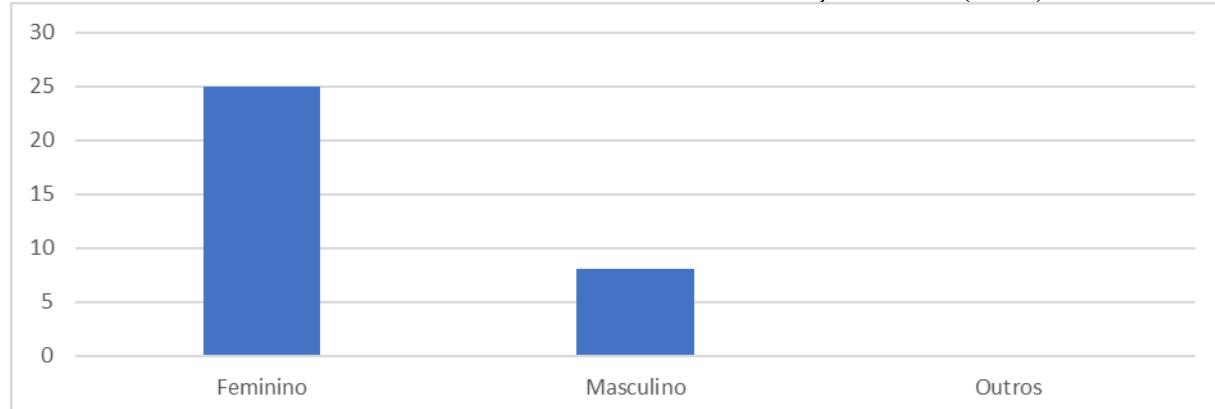
Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A distribuição de gênero apresenta predominância feminina (76%, correspondente a 25 estudantes), alinhando-se às tendências nacionais de feminização do ensino superior (ANDIFES, 2019). Quanto ao estado civil, 88% (29 estudantes) declararam-se solteiros, percentual que se

mostra consistente com pesquisas realizadas em outras instituições (Maia et al., 2022).

No gráfico 2 temos a demonstração do sexo dos entrevistados que revelam uma maioria feminina no curso:

Gráfico 2 - Gênero dos estudantes de Administração UERR (2023)

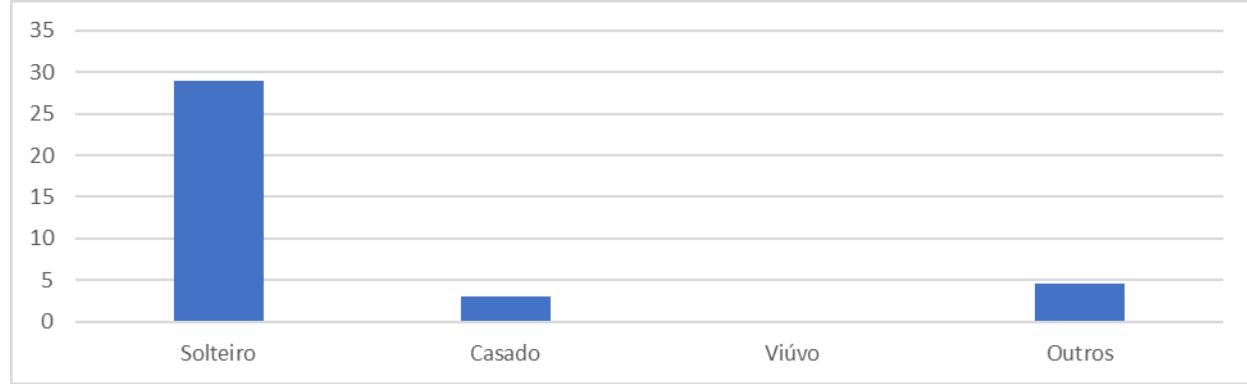


Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Dos 33 entrevistados 25 são mulheres e 8 são homens, esses dados também estão em consonância com os relatórios nacionais realizados nos últimos anos que demonstram uma crescente no número de mulheres no ensino superior, como demonstra a pesquisa da Andifes (2019) apontando que em 2018, pessoas do sexo feminino representavam 54,6% dos acadêmicos e 45,1% do sexo masculino, 0,3 não declararam.

Quanto ao estado civil dos entrevistados temos uma maioria de solteiros, seguido por casados, conforme exemplificado no gráfico abaixo:

Gráfico 3 - Estado Civil dos acadêmicos de Administração da UERR (2023).

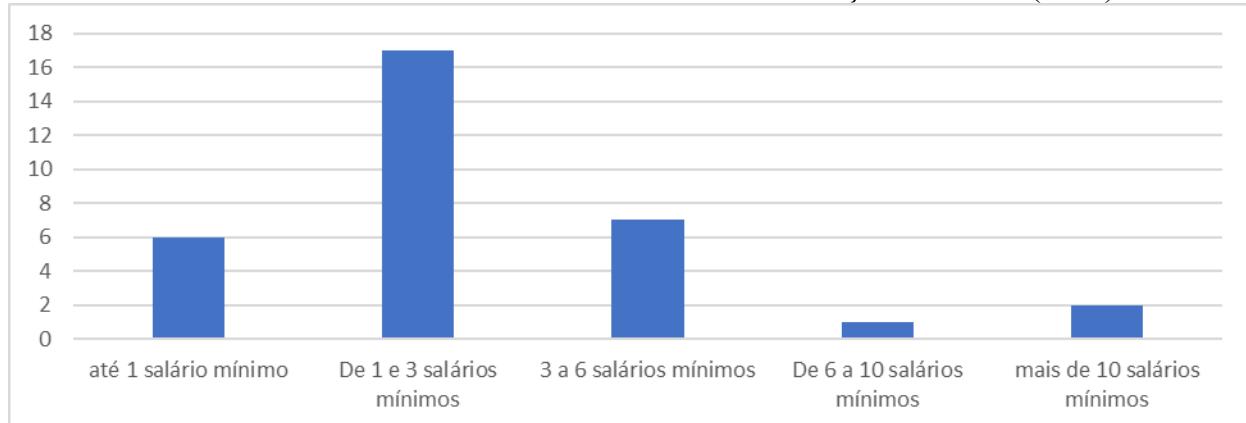


Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A análise da renda familiar revela que 52% dos entrevistados pertencem a famílias com rendimento de 1 a 3 salários mínimos, configurando um perfil socioeconomicamente vulnerável. Este dado diverge parcialmente dos levantamentos nacionais, que indicam que aproxima-

damente 70% dos estudantes de universidades públicas possuem renda familiar de até 1,5 salário mínimo (ANDIFES, 2019), sugerindo particularidades regionais no recorte de Roraima.

Gráfico 4 - Renda familiar dos acadêmicos de Administração da UERR (2023).



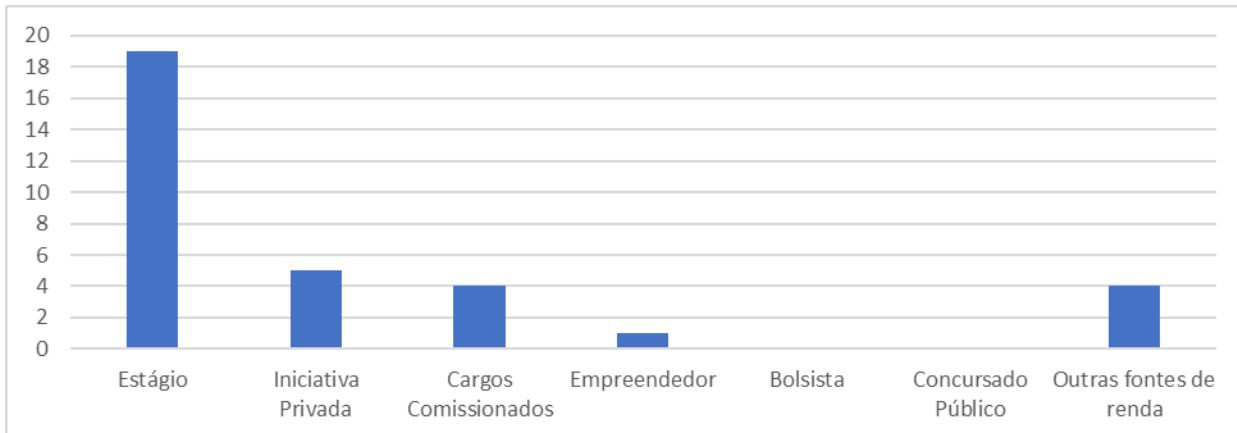
Fonte: Elaborado pela autora (2023).

O gráfico acima nos mostra a renda familiar dos alunos entrevistados, demonstrando que cerca de 52% tem uma renda média de até R\$ 3.960,00, seguido por uma renda de até R\$ 7.920,00, em seguida temos renda familiar de até R\$ 1.320,00, posteriormente, temos 2 pessoas que recebem acima de R\$ 13.200,00 e uma pessoa que recebem entre R\$ 7.921,00 até R\$ 13.200,00. Isto é, o público de acadêmicos do curso de Administração da UERR é composto, em sua maioria, por jovens de classe social baixa.

O gráfico 4 mostra que os acadêmicos da UERR estão na contramão do que ocorre no restante do país, uma vez que segundo dados da Andifes (2019) revelam que mais de 70% dos estudantes brasileiros de universidades públicas têm uma renda familiar de até 1,5 salário mínimo.

Ainda foi perguntado aos acadêmicos sobre exercerem alguma atividade remunerada, em que todos afirmaram exercer algum tipo de trabalho, tendo maior prevalência em funções relacionadas a estágios, bem como na iniciativa privada, como verificado no gráfico 5.

Gráfico 5 - Atividades remuneradas exercidas por estudantes de Administração da UERR (2023)



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

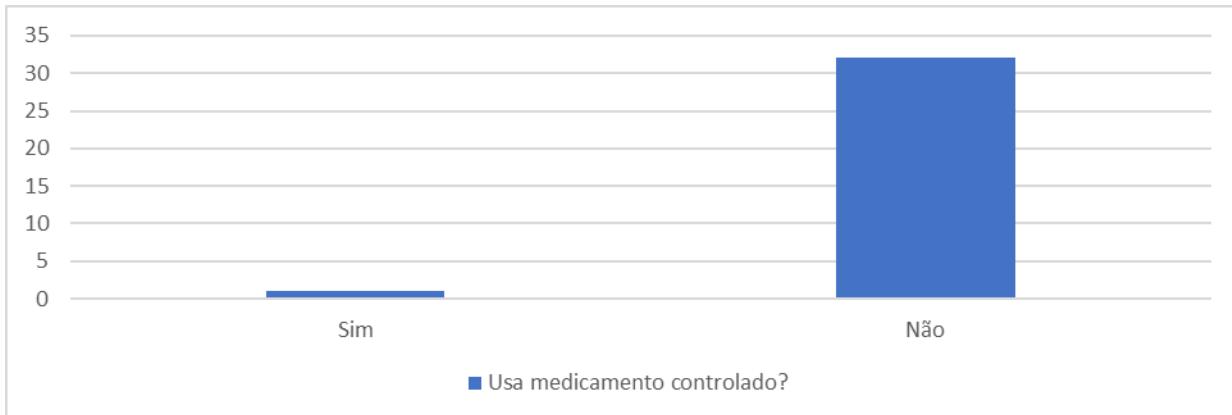
Agora que já sabemos do perfil socioeconômico dos estudantes de Administração da UERR iremos explanar os apontamentos dos dados coletados a respeito da saúde mental dos estudantes e como eles consideram o curso quanto a motivação em que eles sentem para seguir com a carreira acadêmica.

Um dado significativo emerge na questão sobre atividades remuneradas: 100% dos entrevistados exercem algum tipo de trabalho, predominantemente em estágios (39%) e na iniciativa privada (30%). Esta universalidade da dupla jornada acadêmico-profissional constitui um fator crítico para a compreensão dos padrões de saúde mental identificados.

Sobre a saúde mental, identifica-se um paradoxo significativo: enquanto 73% dos entrevistados conhecem o serviço de psicologia da UERR, apenas 3% (1 estudante) utilizam efetivamente este recurso. Esta disparidade pode ser interpretada à luz de múltiplos fatores. Praticamente, o estigma associado aos cuidados em saúde mental, amplamente documentado na literatura (Clement et al., 2015; Rocha et al., 2015), atua como barreira significativa. Adicionalmente, aspectos operacionais como limitações na divulgação, acessibilidade ou qualidade do serviço podem contribuir para este cenário.

A quase universalidade da não busca por ajuda psiquiátrica (97%) reforça a complexidade deste fenômeno. Como observa Schiavon (2021), barreiras financeiras e resistências culturais interagem para dificultar o acesso a especialistas, particularmente em contextos de menor desenvolvimento socioeconômico.

Gráfico 6 - Uso de medicamentos controlados por acadêmicos de Administração da UERR(2023)



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Os respondentes demonstraram notável discernimento clínico ao diferenciar tristeza (média 2,55) de depressão (média 2,27), corroborando a literatura especializada que enfatiza a natureza multidimensional dos transtornos depressivos (Del Porto, 1999; QuemeL et al., 2021). Esta distinção qualifica positivamente as autoavaliações realizadas, conferindo maior validade aos dados coletados.

A combinação entre altos níveis de ansiedade, dificuldade de concentração e perda de interesse (média 3,19) configura um quadro compatível com a síndrome de esgotamento, frequentemente associada à sobrecarga acadêmica e profissional (González et al., 2009). Estes achados alinham-se às observações de Vasconcelos et al. (2015) sobre o impacto do ambiente universitário no bem-estar psicológico.

Tabela 1 - Média estatística sobre a saúde mental dos acadêmicos.

Questões	N	Omissos	Média
De um nível de 1 a 5 quanto você sente desmotivado?	33	0	2,76
De um nível de 1 a 5 quanto você sente triste?	33	0	2,55
De um nível de 1 a 5 quanto você sente ansioso?	33	0	3,45
De um nível de 1 a 5 quanto você sente depressivo?	33	0	2,27
De um nível de 1 a 5 quanto você tem sentido dificuldade para manter o foco nos estudos?	33	0	3,52
De um nível de 1 a 5 já teve a ideia de acabar com a sua vida?	31	2	1,90
De um nível de 1 a 5 quanto você sente cansado(a) o tempo todo?	33	0	3,45
De um nível de 1 a 5 quanto você tem perdido o interesse pelas coisas	32	1	3,19
De um nível de 1 a 5 quanto a universidade afeta a sua saúde mental?	32	1	3,34
De um nível de 1 a 5 quanto os professores afetam a sua saúde mental?	33	0	3,00
De um nível de 1 a 5 quanto você acha sente pressionado pelos professores?	33	0	3,06
De um nível de 1 a 5 quanto você acha que a universidade se importa com sua saúde mental?	33	0	2,30
De um nível de 1 a 5 quanto você acha que a universidade deveria dar apoio e mais atenção à saúde mental dos alunos?	33	0	4,82
De um nível de 1 a 5 quanto você sente que os professores se preocupam com a saúde mental dos alunos?	33	0	2,82

Fonte: JAMOVI. Elaborado pela autora (2023).

A quase unanimidade (97%) na avaliação de que a universidade deveria dar mais atenção

à saúde mental dos alunos, associada à elevada média de 4,82 nesta questão, configura um claro apelo por intervenções institucionais. Os dados sugerem que os estudantes não buscam apenas serviços clínicos individuais, mas engajamento coletivo na construção de um ambiente acadêmico mais saudável.

Esta demanda por ações concretas - incluindo ampliação de atendimento psicológico, palestras e oficinas - ressoa com as recomendações de Barros (2020) sobre a necessidade de abordagens multifacetadas na promoção de saúde mental universitária. A percepção de desprestígio institucional identificada entre os respondentes indica a urgência de iniciativas que restauram a confiança no suporte oferecido pela universidade.

A triangulação entre os dados coletados, os instrumentos aplicados e a literatura especializada permite concluir que os desafios de saúde mental identificados entre os discentes de Administração da UERR não representam meras particularidades individuais, mas refletem complexas interações entre condições socioeconômicas, organização institucional e acesso a serviços de apoio.

Os padrões de sintomatologia ansiosa e esgotamento, associados às condições de dupla jornada e percepção de desamparo institucional, demandam respostas igualmente complexas e multifacetadas da administração universitária, alinhadas com as melhores práticas documentadas na literatura sobre saúde mental no ensino superior.

5 Considerações Finais

Por meio do questionário aplicado aos acadêmicos do Curso de Administração da Universidade Estadual de Roraima, foi possível visualizar como está a saúde mental dos alunos e como isso está impactando no seu desenvolvimento acadêmico e no seu bem-estar. Neste sentido, o objetivo principal desta pesquisa foi investigar a saúde mental dos acadêmicos do curso de Administração na Universidade Estadual de Roraima e seu impacto no desempenho acadêmico e bem-estar dos estudantes.

Foi observado que o estigma associado às questões de saúde mental também é uma preocupação crucial. Muitos estudantes relutam em buscar ajuda devido ao medo do estigma social e ao receio de serem rotulados como fracos ou incapazes de lidar com as pressões da vida universitária. Esse estigma pode levar à negação dos problemas de saúde mental, impedindo os acadêmicos de receberem o apoio necessário.

A partir do problema de pesquisa, como estão as condições no que diz respeito a saúde mental dos alunos do curso de Administração da Universidade Estadual de Roraima e de que

forma este fator interfere no desenvolvimento acadêmico?. Podemos estar observando que os alunos demanda ajuda, precisam de atenção quanto ao quesito saúde mental por parte da universidade que necessita se mobilizar criar condições que auxiliem os acadêmicos no que diz respeito a saúde mentar, pois esta interfere diretamente o desempenho acadêmico e profissional dos estudantes, causando sofrimento e produzindo sequelas que podem estar presente na vida desta pessoas para sempre.

É imperativo que a Universidade Estadual como um todo reconheça a importância da saúde mental dos acadêmicos e implementem medidas eficazes para oferecer suporte adequado. Primeiramente, como sugestão, é essencial reduzir o estigma associado às questões de saúde mental, promovendo uma cultura de compreensão e aceitação. Esta ação se dá por meio de campanhas de conscientização de que a saúde mental é tão importante quanto a saúde física, inclusive incide em patologias físicas. As campanhas de conscientização podem se dar por meio de palestras educativas, seminários, rodas de conversa e atividades que destaquem a importância da saúde mental e incentivem os estudantes a buscar ajuda quando necessário.

É crucial aumentar o acesso a serviços de saúde mental nas instituições de ensino superior. Atualmente a UERR disponiliza aos estudantes apenas uma profissional que deve atender a demanda de toda a universidade, é humanamente impossível que apenas um profissional atenta com qualidade toda a demanda exigida pelos estudantes. Para isso é importante disponibilizar mais psicólogos, bem como linhas de ajuda de emergência para os acadêmicos que estão passando por crises emocionais.

É importante que os serviços profissionais sigam os padrões ético da psicologia garantindo que sejam confidenciais, acessíveis e sensíveis às necessidades culturais e individuais dos estudantes. Uma das respostas do questionário aponta que “O atendimento da universidade, é um atendimento que não suporta a quantidade de alunos que precisa.”

Em conclusão, a saúde mental dos acadêmicos é uma questão complexa e multifacetada que exige uma abordagem abrangente e colaborativa. A UERR, os estudantes, as famílias, principalmente os professores e a sociedade como um todo têm um papel a desempenhar na promoção de um ambiente que valorize e apoie a saúde mental dos acadêmicos.

Referências

ABP. Associação Brasileira de Psiquiatria. *Transtornos mentais em jovens adultos: como identificar e prevenir*, 2019.

ABREU, Mariana Marinho de; MACEDO, João Paulo. Saúde mental em estudantes de Psicologia de uma instituição pública: prevalência de transtornos e fatores associados. *Rev.*

SBPH, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 91-103, jun. 2021.

ALMEIDA, A. M., CHAVES, S. S., & COTTA, R. M. Fatores associados ao desempenho acadêmico e à saúde mental dos estudantes de uma universidade pública brasileira. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26, 297-306, 2021.

ALMEIDA, J. S. P. D. *A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: estudo de prevalência e correlação*. Tese de Doutorado em Ciências da Vida. Apresentado a Faculdade de Ciências Médicos da Universidade Nova de Lisboa. Lisboa – Portugal, 2015.

ALVARENGA, Cristiano. *Pesquisa revela perfil do estudante universitário brasileiro*. UFU. 2019. Disponível em: <<https://comunica.ufu.br/noticias/2019/05/pesquisa-revela-perfil-do-estudante-universitario-brasileiro#:~:text=A%20idade%20m%C3%A9dia%20do%20estudante,ensino%20m%C3%A9dia%20em%20escolas%20p%C3%A1blicas>>. Acesso em: 22 de outubro de 2023.

AMARAL, M. A.; FERREIRA, M. L. Transtornos mentais e qualidade de vida: uma revisão integrativa da literatura. In: FERREIRA, M. L.; LOPES, R. A. (Orgs.). *Saúde mental na atenção básica: práticas e reflexões*. São Paulo: Atheneu, 2018. p. 49-63.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (5a ed.). Porto Alegre: Artmed.

ANDIFES; FASUBRA; UNE; ANPG. *Saúde Mental dos Estudantes das Universidades Federais*. Brasília: Andifes, 2019.

ANDIFES. *Andifes debate saúde nas universidades federais*. Brasília: Andifes, 2022.

BARROS, Rebeca Neri de. *Saúde Mental de Estudantes Universitários: o que está acontecendo nas universidades?* Dissertação de Mestrado apresentado ao Programa de Pós Graduação em Psicologia. Disponível em:<https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/33236>. Acesso em: outubro de 2023.

BERGAMASCHI, Raquel. *A saúde mental dos estudantes universitários através do olhar dos gestores*. Universidade do vale do Taquari – UNIVATES, Lajeado, 2019.

BOEIRA, Laura, VAHDAT, Vahid, CARVALHO, Marcel, CAPRISTANO, Adélia. *Caminhos em saúde*. Instituto Cactos. p. 1-299, 2021

BRAGA et. al. ALS. Promoção à saúde mental dos estudantes universitários. *Revista Pró-UniverSUS*. 2017 Jan./Jun.; 08 (1): 48-54.

BRANDTNER, M; BARDAGI, M. Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia*, Uberlândia-MG, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. 2017. Acesso em: Outubro de 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. *Programa Nacional de Assistência Estudantil (Pnaes)*. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2023. Acesso em: outubro de 2023.

CABRERA, A. P. R., & SPONHOLZ, L. J. Ansiedade e desempenho acadêmico: uma revisão de literatura. *Psicologia em Estudo*, 7(2), 2002. P. 45-52.

CARDOZO, M. Q.; GOMES, K. M.; FAN, L. G.; SORATTO, M. T. Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina. *Revista Saúde e Pesquisa*, v. 9, n. 2, 2016.

CARVALHO, E. A.; BERTOLINI, S. M. M. G.; MILANI, R. G.; MARTINS, M. C. Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 2015; 14(3), 1290-1298.

COELHO, Nilzabeth Leite; TOURINHO, Emmanuel Zagury. O Conceito de Ansiedade na Análise do Comportamento. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(2), 2008, p. 171-178.

CLEMENTE, S., et. al. What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychological Medicine*, 45(1), 2015. P. 11-27. <https://doi.org/10.1017/S0033291714000129>

DA SILVA, V. D.; RAMOS, A. L.; CUNHA, P. J. Sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários brasileiros: um estudo multicêntrico. *J. Bras. Psiquiatria*. 2019. 68(2):87-93.

DEKOVIC, M. Risk and protective factors in the development of problem behavior during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28 (6), 1999, p. 293-306.

DEL PORTO, José Alberto. Conceito e Diagnóstico. *Braz. J. Psychiatry*, 21 (suppl 1), maio, 1999.

FARIAS, M. et al. Uso de psicotrópicos no Brasil: uma revisão da literatura. *Revista de Biologia & Farmácia e Gestão Agrícola*, v. 12, n. 4, pág. 6-10, 2016.

FERREIRA, E. S. D. *Ansiedade aos exames em estudantes universitários: relação com stress e desempenho acadêmico, estratégias de coping e satisfação acadêmica*. Dissertação de Mestrado a Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Lisboa, 2014.

FURLANETTO, L. M., SERAFIM, A. P. M., & DELL'AGLIO, D. D. Suporte social e depressão em universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(3), 2006. P. 447-454.

GIL, A. C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GONZÁLEZ, R. M. T. et al. Relación entre la depresión, la ansiedad y los síntomas psicosomáticos en una muestra de estudiantes universitarios del norte de México. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 25(2), 2009. P. 141–145.

GUIMARÃES, E.R. *A Síndrome de Burnout em estudantes de ciências contábeis: pesquisa na cidade de São Paulo*. 2014. 103 f. Dissertação apresentada ao Mestrado do Centro de Ciências Contábeis, Fundação Escola de Comércio Álvaro Penteado, São Paulo, 2014. 103 f.

IBGE. (2019). *Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar*. Rio de Janeiro, 2019.

LAMEU, J. N. (2014). *Estresse no ambiente acadêmico: revisão sistemática e estudo transversal com estudantes universitários*. Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa

de Pós-Graduação em Psicologia do Instituto de Educação, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica.

MAIA, Juliana Monteiro *et al.* Quem são os alunos matriculados em uma universidade pública federal? *Society and Development*, v. 11, n. 1, e1211124169, 2022.

MILLER, T. E. Student persistence and degree attainment. Em T. E. Miller, B. E. Bender, & J. H. Schuh (Eds.), *Promoting reasonable expectations: aligning student and institutional views of the college experience*. São Francisco: Jossey-Bass, 2005. P. 122-139.

MURCHO, N.; PACHECO, E.; JESUS, S. N. Transtornos mentais comuns nos Cuidados de Saúde Primários: Um estudo de revisão. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental (Porto)*, (15), 30-36, Porto, 2016..

MURPH, J. J. et al.. What Psychosocial Factors Determine the Physical Activity Patterns of University Students? *J. Phys Act Health*, 16(5), 2019. P. 325-332.

NASCIMENTO, L. A.; LEÃO, A. Estigma social e estigma internalizado: A voz das pessoas com transtorno mental e os enfrentamentos necessários. *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*, 26(1), 2019. P. 103-121. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-59702019000100007>

OMS. Organização Mundial da Saúde. *Saúde para os adolescentes do mundo: uma segunda chance na segunda década*. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2014.

OMS. Organização Mundial de Saúde de Família. *Integração da saúde mental nos cuidados de saúde primários: uma perspectiva global*. 2008

PADOVANI, R. C.; GOMES, A. R. R.; LOUREIRO, S. R. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 76-85, 2014.

PADOVANI, Ricardo da Costa *et al.* *Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário*. Isso. braster. cogn., Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 02-10, jun. 2014.

PENHA, J. R. L.; OLIVEIRA, C. C.; MENDES, A. V. S. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. *J Health NPEPS*. 2020; 5(1):369-395.

PEREIRA, M. O. *Um olhar sobre a atenção psicossocial a partir do itinerário terapêutico de adolescentes em crise*. Dissertação de Mestrado apresentado à Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz; 2013.

PINTO, Énio Brito. *Dialogar com a ansiedade: uma vereda para o cuidado*. São Paulo: Summus, 2021.

QUEMEL, G. K. C. et. al.. Revisão integrativa da literatura sobre o aumento no consumo de psicotrópicos em transtornos mentais como a depressão / Revisão integrativa da literatura sobre o aumento do consumo de psicotrópicos em transtornos mentais como a depressão. *Revista Brasileira de Ciência Aplicada*, [S. l.], v. 3, 2021. P. 1384–1403.

RIBEIRO, M. A. P.; RIBEIRO, L. T. F. *Stresse: conhecer para superar*. Petrópolis: Vozes, 2005.

ROCHA, F. L.; et. al. Doença mental e estigma. *Revista Médica de Minas Gerais*, 25(4), 2015.

P. 590-596.

ROZENTHAL, Marcia; LAKS, Jerson; ENGELHARDT, Eliasz. Aspectos neuropsicológicos da depressão. *Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul.* 26 (2), Ago., 2004.

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A.; RUIZ, P. *Compêndio de Psiquiatria: Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica*. Porto Alegre, RS: Artmed; 2016. 1490 p.

SANTOS, Maria Luisa Rita Reis. *Saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários*. Tese de doutorado apresentada a Universidade de Aveiro, Portugal, 2011.

SHIVAPPA Nrt JR, et al. A Pro-Inflammatory Diet Is Associated With na Increased Odds of Depression Symptoms Among Iranian Female Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Front Psychiatry*. Australia, v. 29 n. 9, p. 400, 2018. Doi: 10.3389/fpsyg.2018.00400.

SILVA, D. F.; SANTANA, P. R. DE S. Transtornos mentais e pobreza no Brasil: uma revisão sistemática. *Tempus – Actas de Saúde Coletiva*, v. 6, n. 4, p. Pág. 175-185, 31 dez. 2012.

SILVA, V. P. O et al. Escala de depressão geriátrica como instrumento assistencial do enfermeiro no rastreio de sintomas depressivos em idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Desenvolvimento*. v. 6, n. 3, pág. 12166-12177, 2020.

SOUZA, M.; CALDAS, T.; ANTONI, C. Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde: uma revisão sistemática. *Psicologia e Saúde em Debate*, 3(1), 2017. P. 99-126.

UFRGS, Prorect. *Lançado Programa de Saúde e Bem-Estar Estudantil*. Porto Alegre. 2022.

VASCONCELOS, T. C., et. al. (2015). Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39(1), 135-142.

VIZZOTTO, M. M.; JESUS, S. N. D.; MARTINS, A. C. Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, 9(1), 2017. P. 59-73.

Survive the University: case study on the mental health of academics at a public university

Abstract

The mental suffering of university students seems to be related to a series of demands that are characteristic of the context of entering university. In this sense, the objective of this work is based on understanding the mental health situation of students on the Administration Course at the State University of Roraima. This research was motivated by constant complaints from students about symptoms that may be associated with mental health. To this end, a questionnaire was developed that sought to dialogue with existing literature to understand the mental health of this group of students at this university. The research problem presents itself with the following question: How are the conditions regarding the mental health of students on the Administration course at the State University of Roraima and how does this factor interfere with academic development? With the results presented, the aim is to provoke the academic community about this illness that causes emotional suffering and which requires care so that more serious problems are avoided.

Keywords: Mental Health. Mental Health of University Students. Administration.

(Sobre)vivir la Universidad:

estudio de caso sobre la salud mental de académicos de una universidad pública

Resumen

El sufrimiento mental de los estudiantes universitarios parece estar relacionado con una serie de exigencias propias del contexto de ingreso a la universidad. En este sentido, el objetivo de este trabajo se basa en comprender la situación de salud mental de los estudiantes del Curso de Administración de la Universidad Estadual de Roraima. Esta investigación fue motivada por las constantes quejas de los estudiantes sobre síntomas que pueden estar asociados con la salud mental. Para ello se desarrolló un cuestionario que buscó dialogar con la literatura existente para comprender la salud mental de este grupo de estudiantes de esta universidad. El problema de investigación se presenta con la siguiente pregunta: ¿Cómo son las condiciones de salud mental de los estudiantes de la carrera de Administración de la Universidad Estadual de Roraima y cómo este factor interfiere en el desarrollo académico? Con los resultados presentados se pretende provocar a la comunidad académica sobre esta enfermedad que provoca sufrimiento emocional y que requiere cuidados para evitar problemas más graves.

Palabras clave: Salud Mental. Salud Mental de Estudiantes Universitarios. Administración.

(À propos) de vivre l'Université : étude de cas sur la santé mentale des universitaires d'une université publique

Résumé

La souffrance mentale des étudiants universitaires semble être liée à une série d'exigences caractéristiques du contexte d'entrée à l'université. En ce sens, l'objectif de ce travail repose sur la compréhension de la situation de santé mentale des étudiants du cours d'administration de l'Université d'État de Roraima. Cette recherche a été motivée par les plaintes constantes des étudiants concernant les symptômes pouvant être associés à la santé mentale. À cette fin, un questionnaire a été élaboré qui cherchait à dialoguer avec la littérature existante pour comprendre la santé mentale de ce groupe d'étudiants de cette université. Le problème de recherche se pose avec la question suivante : Quelles sont les conditions concernant la santé mentale des étudiants du cours d'administration de l'Université d'État de Roraima et comment ce facteur interfère-t-il avec le développement académique ? Avec les résultats présentés, l'objectif est de provoquer la communauté académique sur cette maladie qui provoque des souffrances émotionnelles et qui nécessite des soins pour éviter des problèmes plus graves.

Mots-clés: Santé mentale. Santé mentale des étudiants universitaires. Administration.