

O PAPEL DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR NO CUIDADO COM A SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS

THE ROLE OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN CARE FOR THE MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS

CURVO, Heloisy Caroline Castro¹
MIRANDA, Ygor Barros da Costa²
OLIVEIRA, Rayssa Grazyelly Dias de³
RODRIGUES, Tammy C. Meireles Mattos⁴
SANTOS, Caio Proença Hasimoto⁵

RESUMO

As Instituições de Ensino Superior têm como principal papel formar tecnicamente seus estudantes e prepará-los para o mercado de trabalho. Durante a formação, os universitários podem enfrentar impactos significativos na saúde mental, afetando de forma expressiva o desempenho acadêmico e trazendo prejuízos a sua saúde. Este estudo tem por objetivo identificar na literatura o que as instituições de ensino superior têm oferecido como estratégias para o cuidado com a saúde mental do público universitário durante a passagem destes pela graduação e qual o seu papel diante das demandas de saúde mental que os universitários podem apresentar durante esse processo. Esta pesquisa se constitui em um estudo bibliográfico de caráter exploratório e de abordagem qualitativa. Para o levantamento de dados deste estudo bibliográfico foram utilizados as plataformas Pepsic (Periódicos Eletrônicos em Psicologia), Scielo (Scientific Electronic Library Online) e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). A partir do levantamento realizado, foi possível perceber o que as instituições de ensino têm oferecido, programas e estratégias de promoção de saúde voltadas ao cuidado da saúde mental dos universitários e que a construção do seu papel diante desse cenário tem sido moldada a partir das demandas que foram surgindo, indo além daquilo que inicialmente era seu papel original enquanto instituição. Diante disso, nota-se que são encontrados mais programas de cuidado à saúde mental dos universitários, posterior a ocorrência de algum prejuízo à saúde mental destes, o que demonstra que não existem programas de prevenção.

Palavras-Chave: Universitários. Saúde mental. Programas de prevenção.

ABSTRACT

Higher Education Institutions have as main role to technically train their students and prepare them for the labor market. During graduation, university students may face significant impacts on mental health, significantly affecting academic performance and harming their health. This study aims to identify in the literature what higher education institutions have offered as strategies for mental health care of the university public during their passage through graduation and what their role is in view of the mental health demands that university students can present during this process. This research is an exploratory bibliographic study with a qualitative approach. Pepsic (Electronic Journals in Psychology), Scielo (Scientific Electronic Library Online) and VHL (Virtual Health Library) platforms were used to collect

¹ Graduanda do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG, e-mail: heloisyccurvo@gmail.com

² Graduando do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG, e-mail: ygorbcmiranda@gmail.com

³ Graduanda do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG, e-mail: raygzys@gmail.com

⁴ Mestra em Psicologia. Especialista em Terapia Cognitiva. Orientadora do Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG, e-mail: tammy.rodrigues@univag.edu.br

⁵ Graduando do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG, e-mail: caiohasimoto@gmail.com

data from this bibliographic study. From the survey conducted, it was possible to perceive what educational institutions have offered, programs and strategies for health promotion aimed at the mental health care of university students and that the construction of their role in this scenario has been shaped from the demands that have been emerging, going beyond what was initially their original role as an institution. Therefore, it is noted that more mental health care programs of the university students are found, after the occurrence of some damage to their mental health, which demonstrates that there are no prevention programs.

Keywords: University students. Mental health. Prevention programs.

1 INTRODUÇÃO

As Instituições de Ensino Superior podem ser denominadas como espaços que proporcionam diversos saberes, sendo base para formação técnica e profissional do sujeito, além de ampliar os limites do conhecimento, através de ações de pesquisa, ensino e extensão, no sentido de integrar os saberes científicos indissociados do compromisso com a realidade social, visando a transformação de diversos setores da sociedade (FERNANDES et al., 2012). Fazem parte da composição dessas instituições, os estudantes de graduação, sendo o público que as buscam para atuar em áreas específicas e constituir uma carreira profissional.

Para os estudantes, a entrada na universidade é carregada de fatores estressores distintos, como sentir-se aceito por um grupo, a preocupação com o mercado de trabalho, a formação de sua identidade e estar distante da família, que podem ocorrer simultaneamente, trazendo incertezas para o universitário, fazendo com que o mesmo questione seu potencial de lidar com esses eventos que estão lhe causando sofrimento (VAZ e VAZ, 2019). Assim como destacam Silva e Azevedo (2018), a pressão que os universitários sofrem, desde a escolha do curso, a adaptação a novos meios de ensino e rotina, a expectativa gerada no universitário por parte da família, a criação de novos vínculos com outros colegas, e em alguns casos, mudança de cidade, acarretam inúmeros sentimentos no sujeito, podendo levar ao adoecimento.

Quando falamos sobre saúde mental, o senso comum nos remete a ausência de doença, mas a saúde mental vai muito além disso. Saúde mental é um estado psíquico de bem-estar no sujeito, e esta condição não depende somente do indivíduo, mas também das condições do ambiente em que ele está inserido, dos fatores sociais, econômicos. Esse estado o permite viver

com condições para enfrentar as situações adversas da vida, exercer seu trabalho de forma produtiva, ter sua vida social de forma eficaz, e principalmente, se perceber como um ser competente (SANTOS, 2019).

Se tratando de saúde mental, existem duas condições que estão intimamente relacionadas, o fator de risco e o fator de proteção. O primeiro diz respeito a toda e qualquer situação que cause estresse no sujeito, e a presença dessas situações agravam e aumentam a probabilidade de o sujeito desenvolver problemas emocionais, físicos e sociais. Já os fatores de proteção dizem respeito às condições que confortam o sujeito, que dão suporte para essas pessoas lidarem com as situações estressoras do dia a dia, age como uma forma de prevenção e mediação. O excesso de fator de risco e a falta de fator de proteção aumentam a probabilidade de o sujeito ficar vulnerável, com a saúde mental enfraquecida, podendo então, desenvolver transtornos mentais (SANTOS, 2019).

Conforme Padovani et al. (2014), a universidade pode se tornar um ambiente estressor, quando não há a presença de normas e condições concordantes para estabelecimento das relações interpessoais entre os membros daquela instituição, como alunos e professores, a família e a própria sociedade. Nesse contexto, os autores citados anteriormente afirmam que, para superar as dificuldades estressoras advindas do processo de graduação, o suporte social se faz necessário, pois no momento em que o universitário se depara com eventos aversivos, e estiver amparado a uma rede de suporte social, as consequências negativas que geram sofrimento psíquico poderão ser reduzidas.

Conforme Vaz e Vaz (2019), a instituição universitária busca alinhar bons resultados e o alto desempenho de profissionais, visando preparar o universitário para o mercado de trabalho, contudo isso acarreta um grande peso aos estudantes, pois acaba construindo barreiras que impedem aquele que está em aprendizado de errar, e conseqüentemente, esse passa a buscar por altas expectativas por temer o fracasso. O ingresso na universidade mobiliza o repertório psicossocial e emocional do indivíduo, pois o mesmo enfrenta novas vivências que afetam tanto a si mesmo quanto o meio em que está inserido. Nesse sentido, Padovani et al. (2014), trazem que a partir do momento que o universitário entra na universidade, ele precisa ampliar o seu repertório comportamental para lidar com as exigências desse novo ambiente. Sobretudo, passar

por essa iniciação para a vida adulta durante um momento em que o psicológico ainda está sendo desenvolvido gera instabilidades (VAZ e VAZ, 2019).

Por conta disso, Padovani et al. (2014), afirmam que o espaço universitário precisa fornecer um suporte de acolhimento e prevenção desde o momento em que o estudante ingressa na universidade, pois ao analisar a saúde mental dos universitários é possível identificar que os anos iniciais da graduação possuem altos índices de prevalência de sintomas ansiosos e depressivos. Nesse sentido, Vaz e Vaz (2019), reforçam que as universidades devem reconhecer a importância de criar espaços de escuta e mecanismos que promovam a saúde mental dos estudantes, para que os universitários possam se sentir mais acolhidos e que seja estabelecida uma rede de apoio facilitadora. Diante disso, levanta-se o seguinte questionamento: o que as Instituições de Ensino Superior têm oferecido de cuidados e programas com a saúde mental do público universitário e qual é o seu papel diante das demandas apresentadas pelos universitários nesse cenário?

Se tem como hipótese que a partir da análise dos materiais publicados, que possivelmente existam poucos estudos que abordem estratégias e programas propostos pelas instituições de ensino superior em relação aos cuidados em saúde mental dos universitários. Além disso, acredita-se que as propostas de promoção e prevenção feitas pelas universidades, talvez careçam de modelos que possam contemplar as condições de saúde mental de maneira integral durante o processo da graduação.

Este estudo tem por objetivo identificar na literatura o que as instituições de ensino superior têm oferecido como estratégias para o cuidado com a saúde mental do público universitário durante a passagem destes pela graduação e qual tem sido o seu papel enquanto instituição frente aos impactos na saúde mental apresentado pelos universitários. Para isso será feito um estudo bibliográfico de caráter exploratório de abordagem qualitativa, fazendo uma análise de materiais já publicados sobre o assunto.

3 METODOLOGIA

Esta pesquisa se constitui em um estudo bibliográfico de caráter exploratório, e de abordagem qualitativa, que procurou identificar na literatura o que as instituições de ensino superior têm oferecido como estratégias para o cuidado com a saúde mental do público universitário durante a passagem destes pela graduação e qual o seu papel. O desenvolvimento da escrita de uma pesquisa bibliográfica baseia-se exclusivamente em materiais previamente publicados e de critério científico. Já uma pesquisa exploratória objetiva um maior aprofundamento do problema, desse modo é uma pesquisa mais flexível utilizando recursos documentais, estudos de casos, entrevistas não padronizadas e levantamento bibliográfico. (GIL, 2008)

Os dados foram coletados em setembro de 2021, e para o levantamento de dados desse estudo bibliográfico foram utilizados materiais publicados, como artigos científicos, periódicos e revistas eletrônicas, por meio das plataformas Pepsic (Periódicos Eletrônicos em Psicologia), Scielo (Scientific Electronic Library Online) e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Para isso, utilizou-se as seguintes palavras-chaves: “promoção de saúde AND universitários”, “promoção de saúde AND universidades”, “universitários AND programas de prevenção” e “saúde mental AND universitários”.

Os critérios de inclusão adotados para essa pesquisa foram: artigos publicados entre o período de 2015 a 2020, essa escolha se deu pois acredita-se que tendo esse corte temporal seriam encontrados pesquisas e estudos recentes, sendo assim, demandas mais atuais. Publicações do Pepsic, Scielo e BVS, produções publicadas em território nacional e produções de outros países, com tradução para língua portuguesa. Os critérios de exclusão utilizados para esse estudo foram: artigos publicados antes de 2015, produções em outras bases de dados que não fossem Scielo BVS e Pepsic e artigos de outras línguas.

4 RESULTADOS

Na busca inicial, foram encontrados 523 artigos. A partir disso, foram utilizados os critérios de inclusão e exclusão mencionados anteriormente, assim, selecionando 32 estudos pertinentes à pesquisa. Após a organização dos 32 artigos, foi realizada a leitura dos resumos de cada artigo, com fins de selecionar os estudos que contemplavam os objetivos do presente trabalho e descartar artigos que estavam repetidos, ou estavam discrepantes ao foco da pesquisa. Portanto, foram selecionados 16 artigos correspondentes ao tema investigado, considerando os critérios de inclusão e de exclusão, conforme pode ser observado no Anexo A ao fim do presente artigo.

Em relação à faixa etária dos estudantes universitários, dos 16 artigos usados para a realização deste trabalho, 8 artigos apontam que a idade média que tem mais procura de atendimentos é de 22 anos, os denominados adultos jovens.

No que diz respeito à região, o Nordeste é a que mais tem produções dessa temática, com 7 artigos, seguido pelo Sudeste, com 5. Quanto aos anos de publicação, a maior quantidade de artigos publicados foi em 2019 com 5 estudos, seguidos de 2020 com 4 estudos, 2018 com 3 estudos, e por fim, 2016 e 2017 com 2 artigos publicados. Se tratando do sexo, foi observado a maior prevalência no sexo feminino, no qual 7 artigos evidenciaram a procura por atendimento psicológico.

Ademais, acerca dos tipos de técnicas de análise de dados adotados pelos artigos, foram contabilizados 10 estudos de caráter qualitativo, 6 como quantitativo e finalizando com 3 como quali-quantitativo.

Já em relação aos métodos de pesquisa, foram identificados 8 artigos com abordagem descritiva e outros 8 que seguiam outros tipos de metodologia (sendo documental, transversal, revisão bibliográfica, exploratório e relato de experiência) ou não foi especificado. Se tratando das áreas de conhecimento dos estudos, foi constatado que 4 artigos não especificaram o curso de graduação, sendo então considerados como cursos gerais, enquanto outros 11 estudos são da área da saúde, dentre eles, 2 são específicos do curso de graduação em Psicologia e, outros 4 são específicos do curso de Enfermagem e, além disso, um único artigo da área de humanas.

5 DISCUSSÃO

1. O impacto na saúde mental na passagem dos universitários na graduação

A partir da leitura dos artigos selecionados, no que diz respeito ao impacto da saúde mental dos universitários durante a graduação, observa-se que a entrada na universidade é carregada de dificuldades, pois os universitários precisam se adaptar a situações novas, como mudança de cidade e moradia, o distanciamento da família e a criação de novos laços sociais e afetivos. Todas essas dificuldades que o universitário enfrenta são considerados fatores estressores que interferem nas atividades acadêmicas do mesmo (MALAJOVICH et al., 2017).

Além disso, outra questão debatida pela Anversa (2018) em sua obra, é relacionada a Qualidade de Vida, que é essencial para a saúde mental dos universitários durante o seu percurso no meio acadêmico. Nesse sentido, Anversa (2018, p. 627), define Qualidade de Vida como “a percepção do sujeito sobre sua vida, seu contexto cultural e social, seus padrões e valores, levando em consideração seus objetivos, expectativas e preocupações”, além de considerar, também, o caráter subjetivo e multidimensional como características primordiais para a compreensão do conceito de QV. Por outro lado, na pesquisa de Guerardi-Donato et al. (2020), é abordado os fatores que podem desencadear em uma diminuição da QV dos estudantes e como isso pode afetar diretamente em seu cotidiano, sendo compostos pela sobrecarga de atividades, o curto prazo para entrega de trabalhos, carga horária de aulas de período integral, desgaste físico e mental, irritações, dores e desinteresses. Ademais, ainda é reforçado, as consequências negativas que influenciam diretamente na vida dos universitários devido a ocorrência desta diminuição da qualidade de vida, como um agravamento do seu desempenho e no processo de ensino-aprendizagem, sendo ocasionados pelo baixo nível de atenção sobre os deveres, diminuição da carga horária de sono e de energia.

De acordo com os estudos realizados até os dias de hoje, são os estudantes da área da saúde que mais procuram por atendimento psicológico e psiquiátrico em relação aos estudantes de outros cursos. Segundo Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005 apud Bleicher e Oliveira 2016),

os universitários representam a maior parte da população que possuem transtornos mentais menores se comparado com o restante da sociedade. Dito isso, existem alguns fatores que estão ligados a essa situação, como por exemplo, a quantidade de atividades acadêmicas, que na maioria das vezes atrapalham no sono e descanso desses estudantes podendo levar a episódios de insônia e conseqüentemente, situações de ansiedade com mais frequência (ALMONDES e ARAÚJO, 2003 apud BLEICHER e OLIVEIRA 2016). Entretanto, as autoras Fernandes et al. (2020) e Belasco, Passinho e Vieira (2019), também compartilham em suas obras, que a rotina excessiva de estudos dos acadêmicos podem impactar negativamente na vida do estudante, como ansiedade e insônia, citado anteriormente, assim como, também, a depressão e o suicídio.

Scorsolini-Comin e Gabriel (2019), relatam que além do jovem universitário realizar sua transição do ensino médio para a universidade, ele também passa pela transição da adolescência para a vida adulta, implicando no surgimento de novos desafios e novas necessidades para a sua realidade. Nesse sentido, Malajovich et al. (2017), trazem uma perspectiva Freudiana, em que a universidade deve oferecer, de maneira contínua, um apoio nesse processo de transição.

2. O papel das instituições de ensino superior

Em relação ao papel das instituições de ensino, Oliveira e Oliveira (2019), defendem a importância do papel da universidade enquanto ator promotor de condições para melhor qualidade de vida de todos os membros da comunidade universitária, assim como tem a compreensão da responsabilidade enquanto instituição ao propor ações contínuas na atenção e cuidado dos estudantes.

Em contrapartida, para Bleicher e Oliveira (2016), o papel das instituições de ensino devem ter sua atuação de maneira a proporcionar ambientes saudáveis e prevenir agravos na saúde dos estudantes a partir da realidade específica destes, partindo da compreensão da existência da rede pública de saúde, esta rede local poderia ser acionada mediante a necessidade.

Machado et al. (2020) e Siqueira et al. (2017), compreendem a ideia de cuidados em saúde mental para os universitários, em que focam a disponibilização dos serviços direcionados

a alunos que recebem bolsa estudantil, pautados em iniciativas que possam minimizar as desigualdades sociais e evitar a evasão acadêmica.

Scorsolini-Comin e Gabriel (2019), destacam o compromisso da Universidade no processo de formação dos universitários, pensando estratégias de acolhimento que visem a promoção de saúde e bem-estar, os membros da instituição ao promover essas ações em que consideram a preocupação com os estudantes, também está atuando no cuidado para com esses alunos. Além disso, Murakami (2018), ressalta a ideia das instituições de ensino necessitam compreender a sua realidade para propor ações institucionais que formem os alunos de maneira integral.

3. Tipos de programas/intervenções desenvolvidos pelas instituições de ensino superior em relação ao cuidado da saúde mental dos universitários

Pensando os fatores que influenciam para o adoecimento dos universitários, Pinho (2016), Machado (2020) e Malajovich et al. (2017) propõe em seus estudos, ações de programas de atendimento psicológicos voltados para o público universitário, em que possuem objetivos de intervir com estratégias de cuidado em saúde mental a partir das necessidades do acadêmico, além de contribuir e auxiliar outras instituições de ensino, como modelo, para formação integral do universitário.

De acordo com Fernandes et al. (2020), o projeto Ser, saber, ouvir e viver foi criado com o intuito de promover ações voltadas para a prevenção de suicídio nos universitários. Durante esse projeto foram feitas algumas atividades como roda de conversa, palestras, oficinas, escuta individualizada, entre outros. O objetivo desse projeto é proporcionar um espaço de acolhimento, sem julgamentos, para promover discussões e reflexões acerca da temática. Segundo Siqueira et al. (2017), o núcleo de apoio ao estudante funciona inicialmente com um acolhimento, uma triagem, para posteriormente fazer o encaminhamento para o profissional que atenda a demanda daquele aluno. Nesse serviço é proporcionado um ambiente de acolhimento a fim de ajudar o estudante a entender o que ele está passando e posteriormente, resolver esse

problema. Dito isso, é possível notar a semelhança no objetivo desses dois autores que é realizar ações com foco em promover espaços de acolhimento e auxiliar na resolução dessas demandas.

Gherardi-Donato et al. (2020) e Ramos et al. (2018), discorrem em seus estudos a proposta de programas de intervenção e oficinas para redução do estresse causado pela rotina acadêmica, ajudando esses estudantes a desenvolver estratégias para enfrentamento, uma vez que a partir das intervenções é possível promover maior qualidade de vida durante o processo da graduação

Scorsolini-Comin e Gabriel (2019), propõem a criação de uma Liga Acadêmica de Acolhimento Estudantil, para a promoção de ações de acolhimento entre os universitários e a coordenação docente, como psicoeducação sobre saúde mental, manejo de ferramentas úteis, estratégias que visam ampliar o acolhimento estudantil e o trabalho com o processo de transição para a universidade. Os autores reforçam que essas ações devem possibilitar diferentes sentidos dentro do ambiente acadêmico, ou seja, o acolhimento não deve se limitar ao encaminhamento para os serviços de saúde, mas deve ser ampliado para as atividades acadêmicas, auxiliando o universitário a se organizar com seu calendário acadêmico, a pensar em atividades que reforcem também o lazer e a entrada do mesmo em atléticas, ligas acadêmicas e projetos esportivos e culturais. Sendo assim, o acolhimento deverá ser um componente curricular, considerando o perfil dos universitários e as necessidades que os mesmos apresentam.

Além disso, Oliveira (2019), relata a criação da Liga Interdisciplinar em Saúde Mental (LISAM) no Nordeste do país, que trabalha com atividades de ensino, pesquisa e extensão, com foco nas relações interpessoais, promoção e prevenção de saúde mental, nas dimensões biopsicossociais. Através da LISAM, foi possível criar um projeto direcionado aos estudantes universitários, com foco em cuidados da saúde mental, possibilitando espaços de fala, escuta e interação através de atividades de autocuidado, de integração e de acolhimento ao sofrimento psíquico mental. E também o projeto Corpo em Movimento - Atividade Física e Saúde Mental com o foco na integração de docentes, discentes e funcionários da UVA e de outras instituições de ensino superior, através de atividades físicas que promovam a melhora do bem estar físico e mental desse público-alvo.

Além dos programas e das intervenções relatadas anteriormente, ao analisar os artigos selecionados, nota-se que também são presentes ações/movimentos promovidos pelos próprios universitários. Nesse sentido, Borges et al. (2020), relatam uma ação de estudantes do curso de Medicina que objetivam pela promoção da representatividade LGBTQ+ junto a criação de uma rede de apoio e cuidado direcionada para esse público. Dessa maneira, o movimento procurou trabalhar temas como o reconhecimento da diversidade de gênero e sexual, validar a representatividade nos espaços universitários classificados como conservadores, a importância de dar visibilidade aos estudantes em vulnerabilidade no curso de Medicina, e as possíveis estratégias para firmarem uma rede de apoio, considerando o contexto de isolamento social da COVID-19.

Outro movimento estudantil que também se volta para o público LGBTQ+ é o Coletivo Bee, tendo seu surgimento na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL) no ano de 2016. O movimento é direcionado para a discussão do preconceito de gênero e de orientação sexual, através de ações que visam o empoderamento do público LGBTQ+. Dessa forma, os universitários realizaram reuniões para discutir temas, organizar eventos, protestos, ações ativistas na internet, e participações de regulamentações que validam o uso do nome social, além disso, o movimento também fazia reflexões acerca a saúde do público LGBTQ+ e de cidadania, visando a integração dos mesmos na sociedade e a busca constante pelos direitos aos serviços de saúde, exaltando a Política Nacional de Saúde Integral LBTT no espaço acadêmico. Além dos universitários, o movimento também reforçava a integração de discentes que também faziam parte do movimento LBTT e de simpatizantes, objetivando a quebra de paradigmas e de tabus entre todos os membros da instituição (JÚNIOR et al., 2019).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível notar que existem vários fatores ligados aos impactos na saúde mental que os universitários passam no decorrer da graduação, como mudança de cidade, questões de adaptação, excesso de atividades acadêmicas entre outros.

No início deste estudo, levantou-se como hipótese que não seriam encontrados muitos materiais que trouxessem diferentes programas de cuidado à saúde mental de universitários, desenvolvidos pelas instituições de ensino superior, porém, como ilustrado anteriormente, foram encontrados mais artigos que o esperado, o que mostra que talvez as universidades têm reconhecido e se reinventado quanto ao seu papel original, indo além apenas da formação técnica dos indivíduos, compreendendo que o bem estar psicológico do universitário influencia durante toda a graduação.

Em contrapartida, por mais que tenham programas e estratégias que visem o cuidado com a saúde mental do universitário, ainda é pouco se comparado a tantas universidades, considerando o território nacional. Nota-se também que os programas descritos nos estudos encontrados, são destinados em sua maioria ao cuidado à saúde mental dos universitários, posterior a ocorrência de algum prejuízo emocional a eles, o que demonstra que não existem tantas ações que visam a prevenção. A criação de estratégias de prevenção poderia orientar, preparar e até mesmo reduzir as chances de agravamento e comprometimento da saúde mental dos universitários durante a graduação. A implementação de programas de acolhimento sendo realizados logo na entrada dos universitários a graduação, poderia servir para prepará-los sobre os desafios que talvez encontrem na graduação, explicando sobre os tipos de estresse que podem vivenciar e afetá-los psicologicamente, instruindo-os aos locais corretos que poderiam procurar dentro da instituição logo no início de possíveis sinais de estresse e comprometimento mental, antes do agravamento destes.

De acordo com Fernandes et al. (2020), esse é um problema que vem crescendo com o passar dos anos e é de extrema importância que as universidades adotem estratégias que são fáceis de realizar, que tendem a ter uma maior aceitação, que não precisem de altos recursos financeiros, mas que principalmente, cumpram com o objetivo de auxiliar e dar apoio aos universitários durante a passagem pela graduação.

Apesar da existência de programas e a compreensão do papel da universidade enquanto instituição formadora acerca dos cuidados em saúde mental, destacamos a necessidade de continuar a discussão e produção de estudos sobre a problemática, já que as instituições de

ensino superior continuam cheias e formando tecnicamente os cidadãos em diferentes áreas do conhecimento.

Nós, enquanto estudantes universitários, durante a realização deste trabalho, passamos por diversas dificuldades, inclusive, os fatores relacionados aos impactos na saúde mental identificados na pesquisa, como o desamparo, a insegurança, a sobrecarga etc. Como pertencentes do grupo alvo desta pesquisa, percebemos que, se algumas normas das instituições de ensino superior fossem modificadas, causariam menos prejuízos para os estudantes, como por exemplo, em relação ao tempo e a carga excessiva de atividades exigidas pela instituição. Obtivemos dificuldades no desenvolvimento da escrita científica, visto que não temos experiência na elaboração de artigos científicos, também em relação a reunir com todos os integrantes do grupo para elaborar o presente artigo, devido ao excesso de atividades exigidas pela instituição de ensino, contribui até para um possível adoecimento e/ou desânimo do universitário, o sentimento de frustração e o pensamento de que se as orientações fossem realizadas desde o começo, provavelmente isso não aconteceria.

Por fim, observa-se que as instituições de ensino superior parecem estar modificando o papel que possuem, uma vez que as mudanças que acontecem nesses espaços de formação, foi exigindo mesmo que indiretamente as instituições em busca de ocupar um outro lugar além da formação.

As mudanças culturais vividas na sociedade, impactam diretamente na posição ocupada pelas instituições de ensino, já que nos dias atuais o olhar e cuidado para a saúde mental tem cada vez mais ganhado destaque e feito com que a população cobrem destas instituições uma postura diferente daquela que elas ocupam originalmente. Com certeza, no evoluir da sociedade, muitas mudanças ainda ocorrerão nestes espaços e pode ser que a maneira como ofertam o cuidado com a saúde mental dos universitários sejam também modificadas com o passar do surgimento de diferentes necessidades do público universitário que compõem estas instituições.

REFERÊNCIAS

ANVERSA, Andreisi Carbone et al. Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. **Cad. Bras. Ter. Ocup.** São Carlos, v. 26, n. 3, p. 626-631, 2018.

BELASCO, I. C; PASSINHO, R. S; VIEIRA, V. A. Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v.71, n.1, p.103-111, 2019.

BLEICHER, T; OLIVEIRA, R.C.N. Políticas de assistência estudantil em saúde nos institutos e universidades federais. **Rev. Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 20, n. 3, p. 543-549, 2016.

BORGES, Isabela Souza Cruvinel et al. Representatividade LGBTQ+ na Educação Médica e Covid-19: Construindo Redes de Cuidado e Solidariedade. **Rev. Bras. Educ. Med**, Uberlândia, v. 44, suppl.1, p. 2-6, out. 2020.

FERNANDES, M. C. et al. Universidade e a extensão universitária: a visão dos moradores das comunidades circunvizinhas. **Educação em Revista**, v. 28, n. 4, p. 169-194. dez. 2012.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevenção ao suicídio: vivências de estudantes universitários. **Rev Cuid**, Bucaramanga, v. 11, n. 2, e791, ago. 2020.

GHERARDI-DONATO, Edilaine Cristina da Silva et al. Efetividade de uma intervenção baseada em Mindfulness para redução de estresse e melhora da qualidade de vida em estudantes de enfermagem: Effects on stress and quality of life. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 3, p. 33-43, set. 2020.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

JÚNIOR, Santos et al. Coletivo Bee, luta LGBTQ+ e saúde integral: diversidade sexual e de gênero no ambiente universitário. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, Alagoas, v.13, n.3, p. 634-46, set. 2019.

MACHADO, Rayni Pereira et al . Fatores de risco para ideação suicida entre universitários atendidos por um serviço de assistência de saúde estudantil. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto , v. 16, n. 4, p. 23-31, dez. 2020.

MALAJOVICH, Nuria. et al. A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes. **Mental**, Barbacena, v. 11, n. 21, p. 356-377, dez. 2017.

MURAKAMI, K. et al . Atuações de um centro educacional e psicológico junto a estudantes universitários. **Rev. bras. orientac. prof**, Florianópolis, v. 19, n. 1, p. 109-119, jun. 2018.

OLIVEIRA, E. N; et al. Liga interdisciplinar em saúde mental: trilhando caminhos para a promoção em saúde. **Saúde em Redes**. Ceará, v.5, n.3, p.317-327, out. 2019.

OLIVEIRA, L. S. et al. A música como estratégia de promoção de saúde mental entre estudantes universitários. **Saúde em Redes**. Ceará, v.5, n.3, p.329-341, out. 2019.

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

PINHO, R. Caracterização da clientela de um programa de atendimento psicológico a estudantes universitários. **Psicol. Conoc. Soc.**, Montevideo, v. 6, n. 1, p. 114-130, maio 2016.

RAMOS, F. P. et al. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. **Rev. bras. orientac. prof**, Florianópolis, v. 19, n. 2, p. 221-232, dez. 2018.

SANTOS, C. V. M. Sofrimento Psíquico e Risco de Suicídio: Diálogo sobre saúde mental na universidade. **Revista Nufen: Phenom. Interd.** 2019.

SILVA, M. V. M. AZEVEDO, A. K. S. Um olhar sobre o Suicídio: vivências e experiências de estudantes universitários. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, 2018.

SCORSOLINI-COMIN, F.; GABRIEL, C. S. O que pode ser considerado inovador no Ensino superior contemporâneo?: Considerações sobre o acolhimento estudantil. **Rev. SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 20, n. 2, p. 1-5, 2019.

SIQUEIRA, L.D.E.; BASTOS, M.F.G.; SANTOS, A. do N.; DA SILVA, M.P.M. Perfil de estudantes acolhidos em um serviço de saúde na Universidade. **Rev. Bras. Promoç. Saúde**: Fortaleza, v. 30 (3), jul. - set., 2017.

VAZ, R. A.; VAZ, W. M. O processo de individuação dos estudantes universitários como manejo do comportamento suicida. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei , v. 14, n. 4, p. 1-12, dez. 2019.

ANEXOS

ANEXO A - QUADRO DE ARTIGOS SELECIONADOS

Quadro 1 - Pesquisa bibliográfica 2021.

Periódico	Título do artigo	Objetivos do estudo e metodologia	Público alvo da pesquisa	Ano e local de estudo
Pepsic	A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes	Estudo descritivo, de abordagem qualitativa, que relata a construção de um serviço de atenção em saúde mental direcionado aos universitários	Universitários em geral	2017 Sudeste
Pepsic	O que pode ser considerado inovador no Ensino Superior contemporâneo? Considerações sobre o acolhimento estudantil	Estudo descritivo de abordagem qualitativa que busca analisar o que as instituições de ensino superior oferecem como inovação em relação ao ensino-aprendizagem na contemporaneidade.	Universitários do curso de enfermagem	2019 Nordeste
BVS	Perfil de Estudantes Acolhidos em um Serviço de Saúde na Universidade	Estudo descritivo e retrospectivo que busca caracterizar o perfil de estudantes universitários acolhidos em um serviço de saúde na universidade.	Universitários dos cursos de Letras, Pedagogia, História, Filosofia e Ciências Sociais	2017 Sudeste
SCIELO	Prevenção ao suicídio: vivências de estudantes universitários	Estudo qualitativo, descritivo-exploratório, que discorre sobre a vivência de estudantes universitários de um projeto de prevenção ao suicídio.	Universitários do curso de Enfermagem	2020 Nordeste

SCIELO	Caracterização da clientela de um programa de atendimento psicológico a estudantes universitários	Pesquisa documental, abordagem quali-quantitativa, tem por objetivo apresentar a queixa da clientela de um programa de atendimento psicológico para universitários em Santa Catarina.	Inicialmente universitários do curso de medicina, depois foi aberto a todos os cursos da universidade.	2016 Sul
BVS	Fatores de risco para ideação suicida entre universitários atendidos por um serviço de assistência de saúde estudantil	Pesquisa transversal, abordagem quantitativa, cujo objetivo é apontar os fatores de risco para a ideação suicida nos universitários atendidos por um serviço de assistência à saúde estudantil em uma faculdade federal de Minas Gerais, visando planejar ações de prevenção.	Universitários do curso de Medicina	2020 Centro-Oeste
BVS	Liga interdisciplinar em saúde mental: trilhando caminhos para a promoção em saúde	Estudo descritivo, relato de experiência. Tem por objetivo descrever a experiência da liga interdisciplinar em saúde mental em todos os contextos em que esta atua.	Universitários do curso de Enfermagem	2019 Nordeste
BVS	A música como estratégia de promoção de saúde mental entre estudantes universitários	Pesquisa descritiva, qualitativa. Tem por objetivo utilizar a música como estratégia de promoção da saúde mental a partir de atividades coletivas realizadas com estudantes universitários.	Universitários do curso de Enfermagem	2019 Nordeste
BVS	Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário	Pesquisa descritiva, qualitativa. Tem por objetivo mostrar um trabalho que realiza atendimentos aos estudantes da universidade federal do sul da Bahia visando auxiliá-los neste período de adaptação e consequentemente diminuir os efeitos nesse período.	Universitários do curso de Psicologia	2019 Nordeste
BVS	Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante	Pesquisa qualitativa e quantitativa. Cujo objetivo é descrever as propostas de intervenção realizadas com os universitários em relação a sua carreira, hábitos de estudo e promoção de saúde mental em uma universidade pública brasileira.	Universitários do curso de Psicologia	2018 Sudeste

BVS	Representatividade LGBTQ+ na Educação Médica e Covid-19: Construindo Redes de Cuidado e Solidariedade	Relato de experiência que visa analisar criticamente uma ação de universitários do curso de Medicina que buscam promover uma rede de apoio entre estudantes LGBTQ+ no contexto da pandemia	Universitários do curso de Medicina	2020 Centro-Oeste
BVS	Coletivo Bee, luta LGBTQTT e saúde integral: diversidade sexual e de gênero no ambiente universitário	Estudo descritivo sobre um movimento estudantil que levantava discussões em torno do preconceito de gênero e de orientação sexual e também ações de empoderamento da comunidade LGBTQ.	Universitários em geral, Docentes e Técnicos da instituição	2019 Nordeste
PEPSIC	Efetividade de uma intervenção baseada em Mindfulness para redução de estresse e melhora da qualidade de vida em estudantes de enfermagem.	Pesquisa qualitativa. Cujo objetivo é analisar os efeitos de uma intervenção baseada em Mindfulness em relação a estresse percebido, atenção plena e qualidade de vida em estudantes de graduação e pós graduação em enfermagem.	Universitários do curso de Enfermagem	2020 Sudeste
SCIELO	Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária.	Pesquisa transversal descritiva, abordagem quantitativa. Tem por objetivo comparar a qualidade de vida de universitários que estão no começo da graduação e aqueles que estão no final e refletir acerca do resultado encontrado.	Terapia Ocupacional, Fonoaudiologia e Fisioterapia	2018 Sul
BVS	Políticas de assistência estudantil em saúde nos institutos e universidades federais	Pesquisa documental e revisão bibliográfica, qualitativa. Tem por objetivo avaliar as políticas públicas de saúde estudantil das entidades federais de ensino técnico e superior, resultando na necessidade da criação de um modelo de serviço tendo como base a pesquisa e que tenha o acesso universal. Além de, também, o desenvolvimento de ações preventivas e de promoção à saúde do aluno.	Universitários em geral	2016 Nordeste

BVS	Atuações de um centro educacional e psicológico junto a estudantes universitários	Pesquisa qualitativa, relato de experiência. Tem por objetivo especificar os serviços realizados por um Centro de Apoio Educacional e Psicológico que ajudem os universitários durante o processo acadêmico.	Universitários do curso de Medicina	2018 Sudeste
-----	---	--	-------------------------------------	-----------------

Fonte: autoria própria.