

A VULNERABILIDADE PSICOSSOCIAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS À SAÚDE MENTAL

Mayane de Sousa Basto¹
George Moraes De Luiz²

RESUMO

Este ensaio teórico problematiza vulnerabilidades que interferem diretamente na saúde mental de estudantes em formação acadêmica. Utilizando como referencial teórico o conceito analítico de vulnerabilidade, que considera o indivíduo enquanto coletivo e a sua dinâmica recíproca de relações com o meio observou-se que as exposições a determinadas situações podem acarretar certa fragilização nos âmbitos sociais, físicos e psicológicos. Neste sentido, a relevância em estudar o bem-estar mental, físico e social, é de perceber aspectos que por inúmeras vezes, passam de maneira despercebida e quando percebida se encontra em estado já crítico em jovens que estão vulneráveis e prestes a entrar em uma carreira profissional em que mais uma vez devem se esforçar para atingir seus objetivos.

PALAVRAS-CHAVE: Vulnerabilidade Psicossocial; Estudantes Universitários; Saúde Mental.

RESUMÉN

Este ensayo teórico problematiza vulnerabilidades que interfieren directamente en la salud mental de los estudiantes en formación académica. Utilizando como referencial teórico el concepto analítico de vulnerabilidad, que considera al individuo como colectivo y su dinámica recíproca de relaciones con el medio se observó que la exposición a determinadas situaciones puede acarrear cierta fragilización en los ámbitos sociales, físicos y psicológicos. En este sentido, la relevancia en estudiar el bienestar mental, físico y social, es de percibir, aspectos que por innumerables veces pasan de manera desapercibida y cuando percibida se encuentra en estado ya crítico en jóvenes que están vulnerables y a punto de entrar en una carrera profesional en la que una vez más deben esforzarse para alcanzar sus objetivos.

PALABRAS-CLAVE: Vulnerabilidad psicosocial; Estudiantes Universitarios; Salud Mental.

¹Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande. E-mail: mayanesousabasto@gmail.com

² Professor Titular do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande; Doutor em Psicologia Social pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. E-mail: george.luiz@univag.edu.br

INTRODUÇÃO

Neste ensaio problematizaremos vulnerabilidades sociais, físicas e psicológicas que interferem diretamente na formação acadêmica. Observando algumas situações vulneráveis, poderemos analisar possíveis impactos que podem ser gerados à saúde mental dos estudantes.

A construção deste tema leva em conta os aspectos que tornam a saúde mental e física de um acadêmico vulnerável e de que forma eles veem relacionados às suas atividades. O levantamento de tais pontos leva a uma construção de conhecimento junto aos mesmos, que após a conscientização será possível pensar em estratégias para um melhor cuidado acerca da saúde deste futuro profissional.

Mediante levantamento de dados acerca de alguns aspectos que contribuem para a vulnerabilidade psicológica, podemos observar que vários fatores podem abalar a saúde mental dos estudantes. Apesar de existir um número significativo de ocorrências do mesmo, ainda é pouco conhecido por grande parte da população, o que torna em muitos casos serem encontradas justificativas para esta vulnerabilidade como sendo uma etapa existente ao longo do processo de formação.

Este trabalho traz questões referentes à saúde destes universitários, bem como questões mais específicas sobre a maneira de ensino adotado em universidades. O resultado esperado é tentar descobrir não somente os aspectos que expõe esses acadêmicos a certa vulnerabilidade, mas entender os vários aspectos que rodeiam e perpassam este sujeito como seus prazeres e sofrimentos, alegrias e tristezas que são geradas principalmente pelo seu estudo e trabalho, subjetivo a cada um.

Pode-se observar com base nos estudos encontrados, que a exposição a tais situações que geram certa vulnerabilidade física e psicológica pode afetar diretamente a saúde mental dos estudantes, tornando relevante o estudo que tematize o bem-estar mental, procurando investigar além da vulnerabilidade que o estudante se encontra, pois, pode também fomentar novas posições a respeito da maneira de como as instituições veem o estudante, acarretando uma mudança com o cuidado físico e também mental do acadêmico, considerando os atravessamentos que os perpassam.

Assim, se o conhecimento adquirido for utilizado e propagado, poderá ser pensado em inúmeras maneiras para prevenir e não apenas deixar de lado este fenômeno crescente. O que leva a pensar como compreendemos a saúde mental dos estudantes, e

como a mesma se encontra em suas vidas, qual a incidência e potência que esta vulnerabilidade ocorre, e de que maneira pode ser trabalhada e repensada.

A origem do termo “vulnerabilidade” vem da área jurídica internacional através dos Direitos Universais do Homem, que caracterizam um determinado indivíduo ou grupo fragilizado, politicamente ou juridicamente com relação a proteção ou garantia de seus direitos enquanto cidadãos (ALVES, 2004 *apud* AYRES e COL., 2009).

De acordo com Ayres e Col. (2009), o conceito de vulnerabilidade foi eficazmente aplicado à saúde mediante o movimento dos direitos humanos e o ativismo da epidemia AIDS (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida), onde ganhou novas particularidades. Os estudos elaborados por Ayres e outros autores contribuintes, colaboraram de forma grandiosa para a elaboração do conceito de vulnerabilidade, que devem considerar três componentes interligados (MALAGÓN-OVIEDO e CZERESNIA, 2015).

Individual - referido a conhecimentos e informações sobre problemas específicos e a atitudes para se assumirem condutas ou práticas protetoras, dando destaque ao viés comportamental e racional, ancorado em relacionamentos intersubjetivos; Social ou coletivo - diz respeito ao repertório de temas vinculados a aspectos contextuais, tais como: relações econômicas, de gênero, étnico/raciais, crenças religiosas, exclusão social etc.; Programático ou Institucional - relacionado aos serviços de saúde e à forma como estes lidam para reduzir contextos de vulnerabilidade, dando destaque ao saber acumulado nas políticas e nas instituições para interatuar com outros setores/atores, como: a educação, justiça, cultura, bem-estar social etc (AYRES e COL., 2009, p. 123).

Comentado [Lt1]: Citação sem página. OK

A definição destes componentes se origina na tentativa de considerar o indivíduo enquanto coletivo, indicando que a vulnerabilidade emerge como uma configuração particular do vínculo entre os âmbitos supracitados, e não de inadequação ou desequilíbrio do sujeito. A vulnerabilidade surge em uma dinâmica recíproca dos âmbitos biológicos, sociais e psicológicos, cujo atingem as relações gerando fragilizações dos mesmos (MALAGÓN-OVIEDO e CZERESNIA, 2015).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) citado por Amarante (2007), saúde mental é “o estado de completo bem-estar físico, mental e social”, e não apenas a ausência de doenças. Ainda segundo o autor, esta definição é um grande avanço, mas ainda pode-se esperar mais, principalmente quando a emblemática parece se referir a um círculo vicioso.

Amarante (2007) também discorre sobre esse tema. Segundo ele,

Saúde mental é um campo bastante polissêmico, e plural na medida em que diz respeito do estado mental dos sujeitos e das coletividades que, do mesmo modo, são condições altamente complexas. Qualquer espécie de

categorização é acompanhada do risco de um reducionismo e de um achatamento das possibilidades da existência humana (AMARANTE, (2007) p.19).

Comentado [Lt2]: P. ou invés de Pág.
OK

Osse e Costa (2011) enfatizam que o ingresso no ensino superior é um dos acontecimentos de maior significado na vida dos jovens que, tradicionalmente, coincide com um período do desenvolvimento psicossocial marcado por mudanças importantes. Ainda segundo eles, este é o período de explorações de si e do mundo, definido como a idade das experimentações, sendo pautada por instabilidades e reconhecida a fase de desenvolvimento mais auto-focada: o jovem se encontra em um processo de transição complexo.

Além dos fatores recorrentes a essa admissão às universidades, também há uma esperança por parte destes estudantes na mudança de vida após a inserção na faculdade. Alguns autores citam que essa esperança pode acarretar ansiedade (BONIFÁCIO e col., 2011) angústia (CARDOSO e SAMPAIO, 1994) e medo (CUNHA e CARRILHO, 2005). Leva-se em consideração que haverá uma mudança significativa na rotina deste universitário, tanto no percurso da nova vida acadêmica quanto posteriormente no mercado de trabalho. O objetivo da melhora de vida, e desafios que o atravessam devem ser considerados (BONIFÁCIO e col., 2011; CARDOSO e SAMPAIO, 1994; CUNHA e CARRILHO, 2005).

1. Formação Universitária

Segundo Fávero (2006), as universidades demoraram a serem criadas, primeiro por que a criação da mesma era apenas de interesse da minoria existente na época; e segundo, por conta da influência que Portugal tinha para com a colônia (BRASIL). As tentativas sem êxito durante todo período colonial até o final do primeiro reinado só puderam ser alcançadas de maneira ainda insatisfatória no período da Monarquia, sendo assim apenas o funcionamento como escolas superiores de caráter profissionalizantes.

Ainda de acordo com a autora, a primeira universidade oficial foi criada no ano de 1920 como resultante da justaposição de três escolas tradicionais, sendo elas de caráter profissional, assegurando autonomia didática e administrativa.

Paro e Bittencourt (2013) relatam que desde a década de 1980, a qualidade de vida do estudante universitário tem merecido atenção no cenário acadêmico

internacional, mas só recentemente começam a surgir pesquisas sobre o assunto no Brasil.

Assim, as universidades necessitam de uma nova organização englobando e resignificando a maneira da sociedade produzir, criando e difundindo seus valores de forma a promover a melhoria da condição humana em suas múltiplas dimensões. (CARDOSO, 2004 citado por CUNHA e CARRILO, 2005).

No processo de inserção no mundo acadêmico, o estudante abandona a realidade antes vivenciada e o contexto familiar para compartilhar e experienciar outros contextos, onde existem regras que necessitam de certos esforços para a adaptação do estudante universitário (MONDARDO e PEDON, 2005).

Acerca do ingresso na universidade Teixeira *et al.*, (2008) dizem:

[...] o ingresso na universidade é, ao menos potencialmente, uma experiência estressora para os jovens estudantes. Por ser hoje o ingresso na universidade uma tarefa de desenvolvimento típica da transição para a vida adulta (ao menos nas camadas sociais mais favorecidas), faz-se necessário ampliar nosso conhecimento a respeito do modo como os jovens vêm vivendo esse momento, as dificuldades enfrentadas e as repercussões dessa experiência em seu desenvolvimento psicológico (TEIXEIRA *et al.*, 2008, p. 187).

Comentado [Lt3]: Citação sem página.
OK

Necessita-se na formação acadêmica olhares voltados não somente para a melhoria na educação, mas sim, para o sujeito complexo, cheio de potencialidades a serem desenvolvidas, para seu interior, considerando seus variados contextos de inserção sociocultural.

2. Vulnerabilidades Sociais, Físicas e Psicológicas

Podemos dizer que tanto a área da saúde como as ciências humanas situam-no como um fator psicossocial que eleva a probabilidade de indivíduos e grupos apresentarem problemas de saúde em virtude de suas experiências psicológicas e sociais (FARO, 2014).

De acordo com Cunha e Carrilo (2005),

Precisamos olhar o estudante de forma diferenciada e acolhedora, principalmente no momento do seu ingresso no curso superior, por ser o primeiro ano de graduação um período crítico para o seu desenvolvimento e o seu ajustamento acadêmico. Nesta fase, o estudante experiencia vários desafios provenientes das tarefas psicológicas normativas inerentes à transição da adolescência para a vida adulta que quando confrontadas com as exigências da vida universitária constitui-se um desafio a ser vencido (CUNHA e CARRILO, 2005, p. 216).

Comentado [Lt4]: Citação sem página.
OK

As experiências dos estudantes vão para além de alguns momentos da vida acadêmica. Igue, Bariani e Milanesi (2008) apontam que existem variações na vida acadêmica com relação ao tempo, sendo elas: 1) o ano em que o aluno se encontra, sendo ele no início ou final de seu curso; 2) as expectativas dos mesmos no ano inicial, quanto às vivências que terão ao longo da formação; e 3) das expectativas que os discentes do ano final tinham ao ingressarem no primeiro ano de seu curso.

A preocupação referente a saúde mental pode ser entrelaçada as inquietações acerca da Qualidade de Vida dos universitários que se encontra subjetiva, porém, alcançada por vulnerabilidades recorrentes ao longo do percurso acadêmico.

O conceito de Qualidade de Vida surgiu de uma necessidade de uma avaliação que deveria olhar para a saúde e o cuidado que se deve ter com a mesma. Segundo a Organização Mundial da Saúde, a qualidade de vida é a percepção subjetiva da posição de vida dentro do contexto cultural e dos sistemas de valores que vivenciados, relacionando aos seus objetivos, expectativas, padrões e percepções (CERCHIARI, 2004). Este conceito, portanto, é multidimensional por englobar tanto a saúde individual, física, psicológica, relação social, quanto outras variáveis sócio demográficas e processos da ensino-aprendizagem (FLECK, LOUZADA, XAVIER e col., 1999).

2.1. Vulnerabilidade Social

Com a inserção neste novo espaço, elenca-se a relação do estudo e trabalho, que atualmente já não são mais atividades excludentes; pelo contrário, o estudante que trabalha é uma realidade cada vez mais presente nas instituições de ensino superior no Brasil. A própria condição de ser estudante e seus atravessamentos com relação à organização de seus horários e atividades, o trabalho se torna uma dimensão importante acabando com as distinções entre trabalhar e estudar (CARDOSO e SAMPAIO, 1994; TERRIBILI FILHO, 2004).

Segundo Silva (2000), a palavra trabalho origina-se do latim “*tripalium*”, que significa instrumento de tortura, eram punições onde aqueles que perdiam o direito à liberdade eram submetidos. Ao considerarmos que o acadêmico, trabalha e estuda, pode-se observar outro aspecto estressor que ocorre no período em que ele não está estudando, mas sim, trabalhando.

Ainda de acordo com a autora, o trabalho foi ganhando novas significações com o passar do tempo, o trabalho se tornou formador de identidade, em que o indivíduo se torna a sua profissão. Neste conceito, o trabalho atribui qualidades à identidade do trabalhador, uma vez que lhe fornece oportunidades de crescimento. Considerando que, do ponto de vista psicológico o trabalho gera motivação e satisfação, assim como pode ocasionar dor e sofrimento.

A necessidade de estudar e manter os estudos em dia requer do aluno um planejamento de tempo, sendo que este precisa estabelecer planos de estudos para os dias, semanas, ou ano letivo, conciliando com o seu período de trabalho (MOREIRA, LIMA e SILVA, 2011),

Dentre este contexto de estudo e trabalho, Terribili Filho (2004, 2007, 2008) cita as diferenças entre estudante, estudante-trabalhador e trabalhador-estudante. O estudante é aquele que tem apenas o estudo como principal atividade, o estudante-trabalhador é o sujeito que estuda em um período e trabalha em outro, mas não depende disso para o seu sustento, e, por fim, o trabalhador-estudante que vê nos estudos possibilidades de melhorias em sua carreira e/ou vida pessoal.

Com relação a estes trabalhadores-estudantes Terribili Filho (2008, p. 62) diz que,

As articulações educação-trabalho que se mostraram diferenciadas ao longo do tempo, estão se caracterizando neste início de século como de subordinação do sistema formativo aos sistemas produtivos (economia). Não é a educação que gera empregos, mas sim, a economia, através da elaboração de eficazes políticas públicas pelos governos, que incentivem o desenvolvimento econômico e a criação de novos postos de trabalho.

Tendo em vista tais argumentações torna-se imprescindível focalizar o estudante/trabalhador em contextos como sua maneira de se organizar perante seus afazeres.

Sobre as divisões pensadas por Terribili Filho (2004), Guimarães (2006) salienta que os trabalhadores-estudantes não conseguem reconhecer os atravessamentos que agem sobre sua história de vida, sendo assim consideradas vítimas passivas. Segundo Guimarães (2006), estes sujeitos que trabalham e estudam procuram no ensino superior uma qualificação profissional para desenvolver habilidades que possam garantir maiores chances de conquistar empregos regulares e mais estáveis, buscando ocupar um lugar mais bem posicionado dentro da classe trabalhadora.

O dizer dos trabalhadores-estudantes, mais do que crença reflete um desejo, uma vontade de transformar a própria realidade. Palavras como realização

pessoal, valorização, autoestima e capacidade, confirmam que a luta pelo conhecimento se identifica como a luta pela cidadania (GUIMARÃES, 2006, p.119).

A busca do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante ou apenas do estudante é sobre qualidade de vida, realizações que possam garanti-las no futuro. A qualidade de vida é um termo que vem sendo cada vez mais utilizado na avaliação das condições de vida urbana e para se referir à saúde, conforto e bens materiais de uma dada população (RUIZ e CATUNDA, 2008).

As exigências encontradas no ambiente de trabalho são uma ameaça ao trabalhador, gerando riscos de sofrimento que são comparadas a doenças contagiosas. As relações estabelecidas no trabalho, dentro das organizações e/ou instituições, excluem o sujeito frequentemente, tornando-o vítima de seu trabalho e consequentemente ignorando sua subjetividade (DEJOURS citado por RODRIGUES *et al.*, 2006).

Embora a grande maioria dos nossos estudantes precisem trabalhar as políticas públicas e a legislação brasileira não contemplam a particularidade dessa condição, dificultando a permanência do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na universidade (VARGAS e PAULA, 2013).

As jornadas de trabalho no Brasil já são extensas e combinadas ao “horário extra” obtido na inserção em uma faculdade não é vista em países de primeiro mundo, o que no país tem constante crescimento (TOMBOLATO, 2005).

A partir das dificuldades apresentadas, Yamamoto, Falcão e Seixas (2011) fazem uma distinção fundamental relatando acerca do percurso de estudantes perante o ensino elitizado e não elitizados, acarretando uma dependência da instituição ao qual o estudante procura sua formação.

Alguns dos fatores que podem estimular ou desestimular a frequência do aluno do ensino superior, considerando os aspectos indiretamente associados ao ensino em si, estão no entorno educacional que pode ser contextualizado, sobretudo pelos meios de transporte, trânsito e segurança urbana, e também, pelas condições de infraestrutura da instituição de ensino e pelo relacionamento social no ambiente educacional. (TERRIBILI FILHO, 2004).

As condições urbanas, sobretudo das grandes cidades brasileiras, que se mostram adversas aos estudantes, causando-lhe atrasos na chegada à instituição de

ensino, perda de aulas e provas, ocasionando a interrupção na construção de seus saberes (BARREIRO e TERRIBILI FILHO, 2007).

2.2. Vulnerabilidade Física

Pode-se considerar que a função de estudar também pode gerar cansaço e fadiga. Alguns estudos acerca deste tema levantam algumas vulnerabilidades à saúde mental sendo elas decorrentes da própria iniciativa de entrada em uma universidade, a necessidade de dividir seus horários entre trabalhar e estudar, ao *stress* e a ansiedade no cotidiano acadêmico (MILSTED, AMORIM e SANTOS, 2009).

O *stress* neste momento pode aparecer de maneira completamente exposta, pois, estudar também pode gerar *stress*. O *stress* é uma reação do organismo, que engloba componentes físicos e psicológicos, onde são causados por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando uma pessoa enfrente uma situação que gere medo, confusão ou até mesmo felicidade (MILSTED, AMORIM e SANTOS, 2009).

Mondardo e Pedon (2005) citam que o estudante na universidade é cobrado por atividades que exigem um alto desempenho, e um grande esforço de concentração. Um fator gerador de *stress* aos estudantes é a rotina se tornando cada vez mais cansativa, considerando também que a vida dentro de uma universidade potencializa a competitividade e a ansiedade.

De acordo com Lipp (1999), quando este organismo não consegue encontrar soluções para a eliminação do *stress*, ocorrem reações físicas e psicológicas, pois o sujeito se enfraquece e sofre com a situação enfrentada.

Os trabalhos encontrados trazem questões referentes ao principalmente acerca do *stress*, mas também citam a ansiedade, o desgaste profissional, psicológico, porém, nenhum deles cita o modelo de trabalho visto no século XXI que só espera resultados, ou então que a constante exposição a esse *stress* afeta negativamente a sua produtividade acadêmica, ou então sobre questões atravessadas como a vida pessoal que um acadêmico que além de estudar, deve trabalhar e manter uma vida minimamente social e um bom relacionamento com a família (BONIFÁCIO *et al.*, 2011).

Este *stress* vivenciado no cotidiano dos acadêmicos implica um impacto negativo no desenvolvimento das atividades propostas (MONTEIRO, FREITAS e RIBEIRO, 2007).

Comentado [Lt5]: Acrescentar vírgula.
OK

Um aspecto interessante a ser observado é a presença de baixos níveis ou a completa inexistência de atividades físicas entre os acadêmicos, opção esta que deveria descentralizar o stress e a pressão sofrida no âmbito estudantil transformando em momento de lazer. O estímulo para a iniciação de projetos nas universidades pode reverter de forma significativa a adesão a essas novas práticas que ajudam a fortalecer os aspectos físicos dos universitários (DE SOUSA, 2011).

A privação de sono torna o acadêmico vulnerável e suscetível a baixa produtividade tanto nos estudos, pode acarretar algum tipo de déficit cognitivo, aumentar a desmotivação, promover desordens psiquiátricas, enfim, prejuízos a saúde física e psicológica (FIEDLER, 2008).

Ressaltamos também o demasiado uso de substâncias entre os jovens universitários. Embora o ambiente universitário não dê o pontapé inicial para o consumo, consideramos que o uso dessas substâncias pode ser intensificado neste determinado ambiente, ou até mesmo estimulado, devido aos processos de mudanças vivenciados durante essa fase da vida. Podemos citar alguns fatores como o distanciamento da família, a entrada em novos grupos, sobrecargas de atividades e permissividade de condutas são primordiais para a adesão ou intensificação do consumo (GONÇALVES, 2016).

2.3. Vulnerabilidade Psicológica

Algumas mudanças significativas marcam a entrada dos jovens na universidade, pois, essa etapa traz desafios acerca da adaptação de novos saberes, uma exigência de autonomia, responsabilidade pela sua própria formação, além de gerar inúmeras expectativas acerca do mercado de trabalho. Quando os jovens ingressam na universidade, afastam-se muitas vezes do seu círculo de relacionamentos familiares e sociais, o que pode desencadear situações de crise (BONIFÁCIO *et al.*, 2011; RUIZ, 2011).

Acerca da saúde mental dos estudantes universitários, é possível observar a correlação do sofrimento psíquico com os cursos que tenham como objeto de estudo a subjetividade e a complexidade do homem e seu modo de ser. Em alguns estudos obtidos, foram elencadas como vulnerabilidades psicológicas, a ausência de saúde mental, o estresse psíquico, desejos de morte, desconfiança no desempenho, distúrbios do sono e distúrbios psicossomáticos (CERCHIARI, 2004).

Tarnowski e Calotto (2007) apontam as dificuldades e os contrapontos entre estudantes ingressantes e concluintes dizendo:

A partir da realidade e dos estressores presentes em início e final de curso. Pode-se pensar que no final de curso o desgaste é maior devido ao acúmulo de tarefas: realização de estágios e relatórios, definição e elaboração de trabalho de conclusão de curso, expectativas pelas últimas avaliações e aprovações nas disciplinas, participação em reuniões e preparativos da formatura (TARNOWSKI e CARLOTTO, 2007, p. 177).

Comentado [Lt6]: Citação sem página.
OK

Com relação ao ano de ingresso na universidade em que ocorre a adaptação ao mundo universitário, nos anos iniciais, sendo eles compreendidos como primeiro e segundo ano, o universitário estaria mais suscetível a perturbações emocionais. Os próximos anos, principalmente o terceiro, podem surgir problemas de saúde mental tal como estresse psíquico, a falta de confiança em seu próprio desempenho, distúrbios do sono e psicossomáticos (CERCHIARI, 2004).

Torna-se também relevante perceber quais as necessidades sentidas pelos universitários e o seu grau de satisfação com os serviços de saúde mental (SILVEIRA *et al.*, 2011). É possível empreender programas de prevenção a fim de garantir que a vida acadêmica seja, de fato, um período não de só informação, mas também de formação de indivíduos (MONDARDO e PEDON, 2005).

Um fator presente nas vulnerabilidades psicológicas é o risco das tentativas e dos acometimentos dos suicídios que tem sido apontado em estudos realizados no Brasil. Os possíveis fatores desencadeadores podem ser a transição de vida que os universitários passam ao deixar a casa dos pais, podendo gerar dificuldades psicológicas. Este fator é relacionado também com índices de depressão e angústia, que são presentes no ambiente estranho ao qual o sujeito se insere (DUTRA, 2012).

3. Entrelaçamentos entre Vulnerabilidade Social, Física e Psicológica.

É possível observar a interligação dos atravessamentos existentes acerca do sujeito e sua relação estabelecida nos âmbitos sociais, físicos e psicológicos. Os entrelaçamentos das vulnerabilidades psicossociais estão presentes nos estudantes universitários, porém, assim como existe o problema de estabelecer e de se reconhecer enquanto vulnerável, existe a dificuldade de perceber que todos podem estar correlacionados.

Podemos considerar estes enlaces a partir da ideia de psicossomática, estudo que busca um entendimento da relação mente e corpo e os processos do adoecimento. Parte

de observações de distúrbios físicos e perturbações psicológicas, as quais podem aumentar o risco de desenvolver ou agravar determinada doença (CAPITÃO e CARVALHO, 2006).

Consideramos que após a inserção na vida acadêmica, o estudante universitário passa a ter que atingir metas estabelecidas pela instituição, as aulas, os trabalhos, as horas extras curriculares, não se esquecendo dos sujeitos que tem filhos pequenos e trabalham para se sustentar.

Nota-se que o organismo possui três vias de resposta para descarga das excitações: a orgânica, a ação e o pensamento, sendo esta última a mais evoluída delas. Diante de uma perturbação em seu funcionamento o indivíduo pode, segundo as características de seu desenvolvimento e do seu momento de vida, ser acometido por patologias “psíquicas” ou “somáticas” (CAPITÃO E CARVALHO, 2006, p.28).

Comentado [Lt7]: Citação sem página.
OK

A correria do dia a dia, não dá espaço para que o sujeito se olhe. Algumas medidas a serem adotadas seriam de políticas internas de assistência à saúde, acompanhamento psicológico, concluindo, cuidados.

A segmentação dos âmbitos psicossociais se faz necessária para fins didáticos, mas a prática se dá de forma emaranhada com a subjetividade de cada um. Aquilo que pode aparecer como um sintoma isolado pode dizer de muitos outros fatores que estão em desorganização.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Retomamos aqui os objetivos e os pressupostos teóricos que conduziram este ensaio teórico, as discussões realizadas, a forma como trabalhamos as informações seguindo o referencial teórico, as contribuições da discussão e os principais temas que sugerimos para futuras investigações.

Quais são as vulnerabilidades psicossociais de estudantes universitários à sua saúde mental? Essa foi a questão norteadora da investigação. Partimos da hipótese de que os estudantes ficam vulneráveis nesta fase da vida por haver mudanças no seu contexto social e cultural, em seus comportamentos e relações, sendo assim nos permitindo pensar em hipóteses que possam atravessar o sujeito nesta vivência de vida e a pensar em estratégias para um melhor cuidado acerca da saúde deste futuro profissional.

No que se refere ao percurso da elaboração do projeto e da construção destes escritos, mudamos de temas algumas vezes. No primeiro momento, o foco da pesquisa se estendia por pensar estratégias de combate às vulnerabilidades que cercavam o universitário acadêmico, sendo substituídos mais tarde por levantar quais são, como são e de que forma estas vulnerabilidades estão para o universitário em questão.

Durante o levantamento foi observado que a maior parte dos trabalhos realizados acerca da temática é publicada pelas revistas de teorias cognitivas e comportamentais, onde relatam sobre os sintomas que se apresentam no acadêmico ou na área da educação, por se também tratarem de assuntos referentes à área de aprendizagem e docência.

Os estudos nos anos de 1960 a 1990 são escassos, e poucos dos estudos atuais remetem a forma de como os estudantes eram cuidados referente a sua saúde na época, além disto, estes poucos estudos são voltados para a forma de ensino e suas reformulações ao longo dos anos, a prevalência de estudos encontrados variam entre os anos de 2004 a 2013.

Além da preocupação com os estudantes, a preocupação com a docência também é um fato importante a ser apontado é a formação dos professores e o contexto em que o estudante está inserido, estes fatores também contribuem para que cada vez mais os acadêmicos estejam sobrecarregados.

Referente à problemática das vulnerabilidades do estudante no ensino superior à saúde mental, podemos nos referir a um processo que deve ser iniciado de atenção aos acadêmicos, um olhar diferenciado que perpassa todos os vieses da formação acadêmica. Este ensaio teórico pretendeu destacar algumas das vulnerabilidades psíquicas, físicas e sociais que possam ser encontradas ao longo da jornada que um universitário possa sofrer e se estas os deixam mais suscetíveis a comprometimentos em sua saúde mental.

Com base nos textos levantados, elenca-se variadas vulnerabilidades desde o ingresso, o seu percurso ao longo do curso e também próximo ao seu término. Destaco um assunto recorrente em muitos textos, sendo ele o *stress*, tido como um forte fator por conta da sobrecarga psíquica que conseqüentemente reflete em seu corpo físico afetando também as esferas sociais.

Pode-se perceber que cada etapa corresponde a um tipo específico de atravessamentos que o estudante enfrenta, considerando que podem também afetar de maneira conjunta. As vulnerabilidades sociais oriundas da cultura e da própria

sociedade têm amplitude e peso equivalente às vulnerabilidades psíquicas. Além de uma reformulação no método, nas vias de acesso das universidades, um ponto primordial é realizar a escuta destes sujeitos, que quando calados ficam vulneráveis nos quesitos físicos, somáticos.

Não esgotamos aqui as inúmeras possibilidades de se pensar nas vulnerabilidades psicossociais que podem interferir nos estudantes universitários, buscamos aqui exibir a importância da preocupação para com os mesmos. Ao longo do texto não foi aprofundado determinados aspectos que permeiam as relações, ou a vida cotidiana e subjetiva a cada sujeito. Esperamos que estas questões, somadas às discussões realizadas nesta tese, abram novas possibilidades de investigações, entre as quais destacamos a relação dos estudantes universitários para com a universidade e seus representantes, a enorme questão social que permeia a dificuldade de acesso a uma universidade, levando em consideração a diversidade de questões que interferem subjetivamente, socialmente, politicamente.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, Paulo. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. Rio de Janeiro. Editora Fiocruz, 2007, cap. 1 e 2.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita; FRANÇA JUNIOR, Ivan; CALAZANS, Junqueira Gabriela; SALETTI FILHO, Heraldo César. O conceito de vulnerabilidade e as práticas em Saúde. Novas perspectivas e desafios. In: Czeresnia D, Machado C, organizadores. **Promoção da Saúde: conceitos, reflexões, tendências**. 2a ed. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2009. p. 121-143.

BONIFÁCIO, Shirlei de Paula; SILVA, Regina Cláudia Barbosa; MONTESANO, Fábio Tadeu; PADOVANI, Ricardo da Costa. Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de psicologia. **Revista brasileira em terapia cognitiva**, vol 7. Rio de Janeiro, 2011.

CAPITÃO, Cláudio Garcia; CARVALHO, Érica Bonfá. Psicossomática: duas abordagens de um mesmo problema. **Psic.**, São Paulo, v.7, n.2, p.21-29, dez. 2006.

CARDOSO, Ruth CL; SAMPAIO, Helena. Estudantes universitários e o trabalho. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 26, n. 9, p. 30-50, 1994.

CATUNDA, Maria AP; RUIZ, Valdete M. Qualidade de vida de universitários. **Pensamento plural**, v. 2, n. 1, p. 22-31, 2008.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes. Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários. **Tese (Doutorado) Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Ciências Médicas.** Campinas, SP: [s.n.], 2004.

CUNHA, Simone Miguez; CARRILHO, Denise Madruga. O processo de adaptação ao ensino superior e o rendimento acadêmico. **Psicol. esc. educ.**, Campinas, v. 9, n. 2, p. 215-224, dez. 2005.

DE PAULA, Maria Fátima Costa; VARGAS, Hustana Maria. A inclusão do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na educação superior: desafio público a ser enfrentado. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, v. 18, n. 2, 2013.

DE SOUSA, Thiago Ferreira. Inatividade física em universitários brasileiros: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, ano 9, nº 29, jul/set 2011.

DUTRA, Elza. Suicídio de universitários: o vazio existencial de jovens na contemporaneidade. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 3, p. 924-937, 2012.

FARO, André. Determinantes psicossociais da capacidade adaptativa: um modelo teórico para o estresse. **Psicol. rev. (Belo Horizonte)**, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 205-207, 2014.

FÁVERO, Maria de Lourdes Albuquerque. **A universidade no Brasil: das origens a Reforma Universitária de 1968.** Educar, Curitiba, n. 28, p. 17-36, 2006. Editora UFPR. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/er/n28/a03n28.pdf>. Acessado em: 07 de Abril de 2017.

FLECK, M.P.A.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E.; VIEIRA, &; SANTOS, L.; PIZON, V. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). **Revista Brasileira de Psiquiatria**, dez, 21(1): 19-28, 1999a.

FIEDLER, Patrícia Tempski Avaliação da qualidade de vida do estudante de medicina e da influência exercida pela formação acadêmica. São Paulo, 2008. **Tese (doutorado) -- Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.**

GONÇALVES, Jamila Souza. Significado do uso de álcool e/ou drogas entre universitárias. 2016. 74 f. **Dissertação (Mestrado em Enfermagem)** - Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG, 2016.

GUIMARAES, Maria Gertrudes Gonçalves de Souza. **Trabalhadores-estudantes: um olhar para o contexto da relação entre o trabalho e o ensino superior noturno**, 2006.

IGUE, Érica Aparecida; BARIANI, Isabel Cristina Dib; MILANESI, Pedro Vítor Barnabé. Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingressantes e concluintes. **PsicoUSF**, Itatiba, v. 13, n. 2, p. 155-164, dez. 2008.

LIPP, Marilda Novaes. **O stress está dentro de você**. São Paulo: Contexto, 1999.

MALAGÓN-OVIEDO, Rafael Antônio; CZERESNIA, Dina; O conceito de vulnerabilidade e seu caráter biossocial. **Interface (Botucatu)**. 2015; 19 (53): 237-49.

MILSTED, Jader Gabriel; AMORIM, Cloves; SANTOS, Mauro. Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. **IX Congresso Nacional de Educação**, Paraná, 2009.

MONDARDO, Anelise Hauschid; PEDON, Elisangela Aparecida. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários, 2005. **Revista de Ciências Humanas**, Ano VI, n. 6.

MONTEIRO, Claudete Ferreira de Souza; FREITAS, Jairo Francisco de Medeiros; Ribeiro, Artur Assunção Pereira. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da universidade federal do Piauí. **Revista de Enfermagem do Piauí**. Edição março, 2007.

MOREIRA, Cristina Alves; LIMA, Fernanda Moreira; DA SILVA, Priscilla Nicácio. A DIFÍCIL TAREFA DE ACADEMICOS DE CURSO NOTURNO EM CONCILIAR TRABALHO E ESTUDO. **Revista Eletrônica Interdisciplinar**, v. 2, n. 6, 2011.

OSSE, Cleuser Maria Campos; COSTA, Ileno Izídio de. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da universidade de Brasília. **Estudos de Psicologia, Campinas**, 2011. Pág. 115-122.

PADOVANI, Ricardo da Costa; NEUFELD, Carmem Beatriz; MALTONI, Juliana; BARBOSA, Leopoldo Nelson Fernandes; SOUZA, Wanderson Fernandes; CAVALCANTI, Helton Alessandro Firmino; LAMEU, Joelma do Nascimento. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista brasileira em terapia cognitiva**, Rio de Janeiro, 2014.

PARO, César Augusto; BITTENCOURT, Zélia Zilda Lourenço de Camargo. Qualidade de vida de graduandos da área da saúde. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 3, p. 365-375, Sept. 2013.

RUIZ, Valdete Maria. Saúde Mental em estudantes do ensino superior. **Centro Hospitalar São João**, 2011.

SILVA, Flávia Pietá Paulo. Burnout: um desafio à saúde do trabalhador. **Revista de Psicologia Social de Institucional da Universidade de Londrina**. Vol. 2 – Número 1 – Janeiro -2000.

SILVEIRA, Celeste; NORTON, Andreia; BRANDÃO, Isabel; ROMA-TORRES, Antônio. Saúde Mental em estudantes do ensino superior. **Experiência da consulta de psiquiatria do centro Hospitalar São João**. Acta. Med. Pot. 2011; 24 (S2): 247-256.

SOUZA, Luciana Karine de; LOURENÇO, Erika; SANTOS, Mariana Rúbia Gonçalves dos. Adaptação à universidade em estudantes ingressantes na graduação em psicologia. **Psicologia da Educação**, n. 42. 2016.

TARNOWSKI, Marelaine; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. **Temas em Psicologia**, v. 15, n. 2, p. 173-180, 2007.
SÃO JOÃO, Centro Hospitalar. Saúde mental em estudantes do ensino superior. **Acta Med Port**, v. 24, n. S2, p. 247-256, 2011.

TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira et al. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia escolar e educacional**, v. 12, n. 1, p. 185-202, 2008.

TERRIBILI FILHO, Armando. Ensino superior noturno no Brasil: as dificuldades do entorno educacional e a importância do relacionamento social no ambiente educacional. **Educação (UFSM)**, v. 29, n. 1, p. 21-36, 2004.

TERRIBILI FILHO, Armando. Educação superior no período noturno: impacto do entorno educacional no cotidiano do estudante, 2007.

TERRIBILI FILHO, Armando. Ensino Superior Noturno no Brasil: Estudar para Trabalhar ou Trabalhar para Estudar?. **Pensamento & Realidade. Revista do Programa de Estudos Pós-Graduados em Administração-FEA. ISSN 2237-4418**, v. 22, 2008.

TERRIBILI FILHO, Armando; NERY, Ana Clara Bortoleto. Ensino superior noturno no Brasil: história, atores e políticas. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação-Periódico científico editado pela ANPAE**, v. 25, n. 1, 2009.

TOMBOLATO, Maria Claudia Roberta. **Qualidade de vida e sintomas psicopatológicos do estudante universitário trabalhador**. 2005.

VARGAS, Hustana Maria. PAULA, Maria Fátima Costa de. **A inclusão do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na educação superior: desafio público a ser enfrentado**, 2013.

YAMAMOTO, Oswaldo Hajime; DA ROCHA FALCÃO, Jorge Tarcísio; DE SOUSA SEIXAS, Pablo. Quem é o estudante de psicologia do Brasil?. **Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment**, v. 10, n. 3, p. 209-232, 2011.