

Os desafios da vida acadêmica e o sofrimento psíquico dos estudantes universitários

The challenges of academic life and the psychic suffering of college students

Los desafíos de la vida académica y el sufrimiento psíquico de los estudiantes universitarios

Recebido: 14/11/2019 | Revisado: 15/11/2019 | Aceito: 18/11/2019 | Publicado: 21/11/2019

Janaína Pereira Pretto Carlesso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8488-1906>

Universidade Franciscana, Brasil

E-mail: janapcarlesso@yahoo.com.br

Resumo

Os estudantes universitários e, principalmente, os alunos dos cursos da área da saúde têm sido alvo de muitos estudos científicos sobre a manifestação de problemas psíquicos durante a graduação acadêmica. O objetivo do presente estudo foi verificar na literatura científica as repercussões dos desafios da vida acadêmica e a manifestação de problemas psíquicos em estudantes universitários da área da saúde. A pesquisa realizada é do tipo bibliográfica de abordagem qualitativa. Os materiais bibliográficos foram obtidos por meio de livros, artigos científicos nacionais e internacionais buscados nas seguintes bases eletrônicas de dados: *Google acadêmico*, *Bireme* e *Scielo*. A pesquisa apontou que diversos estudos realizados revelam que os estudantes da área da saúde, especialmente os acadêmicos do curso de Medicina, são altamente suscetíveis ao aparecimento de quadros depressivos, sendo que a fase de admissão acadêmica é quando há a maior pré-disposição de Transtornos Menores Comuns (TMC). Conclui-se que a sobrecarga de novas experiências e responsabilidades da vida adulta, durante a fase de transição do indivíduo da adolescência para a vida adulta, poderá haver grandes possibilidades de sobrevir inúmeros conflitos de ordem psíquica, levando os estudantes ao adoecimento mental, e o desencadeamento dos Transtornos Menores Comuns (TCM).

Palavras-chave: Sofrimento psíquico; Estudantes universitários; Transtornos menores comuns.

Abstract

University students and especially students of health courses have been the target of many scientific studies on the manifestation of psychic problems during undergraduate studies. The aim of the present study was to verify in the scientific literature the repercussions of the challenges of academic life and the manifestation of psychic problems in health university students. The research is of the bibliographic type of qualitative approach. The bibliographic materials were obtained through books, national and international scientific articles searched in the following electronic databases: Google Scholar, Bireme and Scielo. The research pointed out that several studies show that health students, especially medical students, are highly susceptible to the onset of depressive conditions, and the phase of academic admission is when there is the highest disposition of Disorders. Common Minors (TMC). It is concluded that the overload of new experiences and responsibilities of adulthood, during the transition phase of the adolescent to adulthood, there may be great possibilities of numerous psychic conflicts, leading students to mental illness, and the Triggering of Common Minor Disorders (TCM).

Keywords: Psychic suffering; University students; Common minor disorders.

Resumen

Los estudiantes universitarios y especialmente los estudiantes de cursos de salud han sido objeto de numerosos estudios científicos sobre la manifestación de problemas psíquicos durante los estudios universitarios. El objetivo del presente estudio fue verificar en la literatura científica las repercusiones de los desafíos de la vida académica y la manifestación de problemas psíquicos en estudiantes universitarios de salud. La investigación es del tipo bibliográfico de enfoque cualitativo. Los materiales bibliográficos se obtuvieron a través de libros, artículos científicos nacionales e internacionales buscados en las siguientes bases de datos electrónicas: Google Scholar, Bireme y Scielo. La investigación señaló que varios estudios muestran que los estudiantes de salud, especialmente los estudiantes de medicina, son altamente susceptibles a la aparición de condiciones depresivas, y la fase de admisión académica es cuando existe la mayor disposición de los trastornos. Menores comunes (TMC). Se concluye que la sobrecarga de nuevas experiencias y responsabilidades de la edad adulta, durante la fase de transición del adolescente a la edad adulta, puede haber grandes posibilidades de numerosos conflictos psíquicos, lo que lleva a los estudiantes a enfermedades mentales, y Disparo de trastornos menores comunes (TCM).

Palabras clave: Sufrimiento psíquico; Estudiantes universitarios; Trastornos menores comunes.

Introdução

Os estudantes universitários e, principalmente, os alunos dos cursos da área da saúde têm sido alvo de muitos estudos científicos sobre a manifestação de problemas psíquicos durante a graduação acadêmica. As alterações no comportamento dos universitários podem causar influências negativas, prejudicando o aprendizado e rendimento acadêmico (Bramness et al., 1991; Rocha & Soto, 1995).

A preocupação com a saúde mental do estudante universitário surgiu nos Estados Unidos no início do século XX, a partir do reconhecimento de que os universitários passam por uma fase naturalmente vulnerável, do ponto de vista psicológico, e de que a responsabilidade em ajudá-los, nesse momento, é da instituição em que estão inseridos (Cerchiari *et al.*, 2005). Estudos realizados com alunos de Medicina apontam: 40% deles com depressão, 35% com reações de ajustamento e 14% com desajustes interpessoais. Além disso, outros estudos mostram que o índice de abuso de drogas e álcool aumenta entre os universitários (Hays et al., 1986). Os resultados do estudo de Hahn & Ferraz (1998) apontam que os fatores que desencadeiam situações de crise são a procedência geográfica, as condições de habitação e os três primeiros meses do curso; nesses casos, os universitários apresentaram quadros de depressão, de ansiedade e de reações de ajustamento.

Os estudantes da área da saúde enfrentam, diariamente, forte pressão, ocasionada por um alto nível de cobrança por parte da sociedade e do próprio curso, e pelo fato de estar em contato próximo com pacientes doentes, com prognósticos ruins e/ou deprimidos. Some-se a isso a carga horária excessiva de estudos e o trabalho que os torna vulneráveis ao desenvolvimento de episódios depressivos. No meio acadêmico, o aparecimento dos primeiros sinais de sofrimento psíquico pode ser constatado logo que o aluno ingressa na universidade, sendo muito mais frequente nos estudantes ligados à área da saúde, já que eles têm que aprender a lidar diariamente com o sofrimento e com a dor. São queixas frequentes, relacionadas a Transtornos Menores Comuns (TMC), manifestações físicas de desgaste emocional nos locais de trabalho, e esses sintomas são agravantes nos problemas de relações interpessoais. Por isso, o diagnóstico precoce destes transtornos em estudantes visa um melhor desempenho pessoal e profissional (Fiorotti et al., 2010). A partir de tais considerações, diante dessa problemática tão relevante, o tema escolhido para o estudo advém do desejo de pensar formas de promover e intervir por meio de ações preventivas benefícios e bem-estar à saúde mental dos estudantes universitários. Acerca disso, cabe ressaltar que a saúde mental tem relacionamento direto com a qualidade de vida e deve ser amplamente

estudada quando os acadêmicos vivenciam situações de dificuldade experienciadas por seus pacientes. O pior nível de qualidade de vida está associado aos alunos que apresentam depressão, pois esta, mesmo sendo uma importante causadora da incapacitação, nem sempre é detectada ou adequadamente tratada e orientada (Furegato et al., 2010). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a depressão é uma doença que se caracteriza por afetar o estado de humor do indivíduo, em uma combinação de tristeza, perda de interesse e diminuição de energia.

O objetivo do presente estudo foi verificar na literatura científica as repercussões dos desafios da vida acadêmica e a manifestação de problemas psíquicos em estudantes universitários da área da saúde. Especificamente os objetivos foram investigar a prevalência dos Transtornos Menores Comuns (TMC) em estudantes universitários de uma instituição privada de ensino; identificar em quais etapas do processo de formação de estudantes universitários há maior manifestação de sofrimento psíquico e examinar a ocorrência de prejuízos no desempenho acadêmico e nos relacionamentos sociais.

Metodologia

A pesquisa realizada é bibliográfica de abordagem qualitativa. A pesquisa bibliográfica segundo Gil (2008) é aquela que é desenvolvida utilizando-se exclusivamente materiais já publicados como livros, artigos, dissertações e teses, buscando-se realizar uma análise crítica sobre determinado problema. A pesquisa bibliográfica abrange uma quantidade maior de informações que não seria possível de obter em uma pesquisa diretamente. Os materiais bibliográficos foram obtidos por meio de livros, artigos científicos nacionais e internacionais buscados nas seguintes bases eletrônicas de dados: Google acadêmico, Bireme (Biblioteca Virtual de Saúde) e Scielo. Os descritores utilizados na pesquisa foram: sofrimento psíquico, estudantes universitários, transtornos menores comuns.

O método utilizado para a análise dos dados coletados foi às etapas da análise de conteúdo (Bardin, 2006). A análise de conteúdo é um conjunto de técnicas de análise das comunicações que se utiliza de variados instrumentos e procedimentos para a descrição de conteúdos de determinadas mensagens. Ela consiste em 3 etapas: 1) a pré análise 2) exploração do material para a pesquisa 3) tratamento do resultados, inferência e interpretação. A pré-análise é o processo de organização do material a ser utilizada na análise, de forma sistemática e operacionalizada.

A segunda etapa de exploração do material consiste em um processo de descrição analítica utilizando-se como base as hipóteses do estudo e o referencial teórico. A terceira e

última etapa é a fase do estudo no qual acontece a condensação e análise crítica e reflexiva sobre os conteúdos coletados, neste momento acontece a interpretação e inferência de resultados da pesquisa.

Resultados e Discussões

A pesquisa realizada apontou diversos estudos realizados revelam que os estudantes da área da saúde, especialmente os acadêmicos do curso de Medicina, são altamente suscetíveis ao aparecimento de quadros depressivos (Clark, 1988; Baldassin, 2007). Alguns estudos demonstraram a existência de diferentes agentes estressores ao longo do curso universitário e que estes dependem do nível em que o aluno se encontra (início, meio ou final de curso) (Hahn, 1998; Moro, 2005). Essa maior predisposição parece estar relacionada a diferentes fatores estressores ao longo do curso, como perda da liberdade pessoal, alto nível de exigência do curso, sentimento de desumanização, falta de tempo para o lazer, forte competição existente entre os colegas e o próprio contato com pacientes (Moro, 2005; Montoya, 2010).

O período de maior sofrimento psíquico vivenciado pelos estudantes corresponde àquele em que entram em contato com pacientes gravemente enfermos; em que a partir do quarto semestre, além das exigências acadêmicas, os alunos começam a sua formação clínica, que é um novo e importante fator estressante, havendo um aumento significativo de sintomas depressivos também no quarto ano, o que provavelmente se deve ao fato de que os alunos precisam fazer escolhas quanto ao seu internato (Clark, 1988; Mosley, 1994). A depressão, além de causar grande sofrimento psíquico, pode levar a prejuízos no desempenho acadêmico e nos relacionamentos sociais (Rodrigues, 2006).

No contexto brasileiro, um estudo realizado Schmidt et al. (2011) apontou que as prevalências de Transtornos Menores Comuns (TMC) em estudantes universitários foram superiores ao identificado na população geral. A respeito disso, Papalia & Feldman (2010) ressaltam que o ingresso na Universidade é marcado por mudanças complexas na forma como o estudante vivencia diversas áreas de suas vidas.

No estudo de Cavestro & Rocha (2006) junto à Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG) com 342 acadêmicos dos cursos de Medicina, Fisioterapia e Terapia Ocupacional para identificar a prevalência de transtornos depressivos e risco de suicídio, os resultados apontaram para maior prevalência entre os alunos de Terapia Ocupacional com (28,2%) seguido dos alunos da Medicina, com (8,9%) e, por último, os da Fisioterapia, com (6,7%). Acerca disso, cabe apontar que vários estudos epidemiológicos têm revelado que as perturbações mentais têm maior hipótese de surgir pela primeira vez no início da vida adulta,

principalmente no período universitário (Silveira et al. 2011).

O início de curso segundo dados do estudo de Silva e Costa (2012) foi quando apareceu maior pré-disposição, (43%). Essa pesquisa mostra que a fase de admissão acadêmica é quando há a maior pré-disposição de Transtornos Menores Comuns (TMC), e que na etapa de meio e final de curso mantém mesma prevalência (28%).

No estudo de Fiorotti et al. (2010) com acadêmicos de Medicina, as maiores frequências foram encontradas no segundo (52,6%) e no quarto (53,8%) anos de faculdade, chamado de curso básico, que relatam ser o momento de transição, sendo maior o risco de desenvolver algum transtorno mental. Os autores Silva e Silva (2008) corroboram tal informação, afirmando que um grande fator associado está na brusca mudança ambiental relevante à transição do ensino médio para o nível superior, pois muitos alunos, nesse ingresso universitário, não estão habituados a leituras teóricas em grande proporção e no aprofundamento em questões epistemológicas relacionadas às áreas de atuação, em especial as da saúde.

A quantidade e a gravidade de estresse vivido por estudantes de Medicina podem variar de acordo com as definições da escola médica, do currículo, da avaliação do sistema, etc. Estudos prévios realizados em escolas médicas em diferentes países têm relatado diferentes níveis de estresse associados a tais características pedagógicas (Millan, 1995).

Em relação às principais demandas que levam o estudante a procurar ajuda psicológica, destacam-se as dificuldades de relacionamento amoroso (mais presentes entre os alunos quando dizem respeito especialmente à vida sexual) e dificuldade de relacionamento familiar (mais presente entre os alunos quando envolve conflitos com o papel de autoridade dos pais e mais presente entre as alunas quando diz respeito às dificuldades de separação e distância da família) (Bellodi, 2007).

Esquecimento, dificuldade de concentração e de tomar decisões, fadiga, insônia e irritabilidade estão entre os sintomas mais frequentes dos TMC, incluindo também queixas somáticas. Independente da falta de diagnóstico psiquiátrico formal, esses transtornos acarretam sofrimento psíquico, impacto nos relacionamentos e na qualidade de vida, assim, comprometendo o desempenho nas atividades diárias (Fiorotti et al., 2010).

Alguns estudos (Herrera et al., 2010; Souza & Menezes, 2005; Amaral et al., 2008) apontam que há uma associação de sofrimento com características, como sexo feminino, ser mais jovem, ter baixa renda, baixo apoio social, dificuldade para fazer amigos, avaliar seu desempenho acadêmico como ruim e pensar em abandonar o curso. Em relação ao gênero feminino, cabe apontar que há possibilidade que jovens mulheres tenham maior facilidade de

identificar e relatar sintomas, buscando ajuda ou apoio social, enquanto homens busquem alívio para o sofrimento através do uso de substâncias, como o álcool (Carlotto, Amazarray, Chinazzo & Taborda, 2011).

Diante das ideias dos autores apresentados nessa secção ressalta-se que há uma grande prevalência de estudantes universitários no contexto contemporâneo em sofrimento psíquico, observa-se uma fragilização dos acadêmicos principalmente dos cursos da área da saúde, diante as demandas da universidade, tais como: várias disciplinas, trabalhos acadêmicos, práticas de estágio, tempo para leitura e as responsabilizações da vida adulta. Tal situação apontada caracteriza risco aumentado para o desencadeamento de transtornos mentais nessa fase da vida, e cabe ressaltar que é necessário que as universidades discutam e promovam ações de manejo do sofrimento dos estudantes com profissionais da área da Psicologia, proporcionando dispositivos de atenção à saúde mental do acadêmico e ao bem-estar no ambiente universitário.

Considerações Finais

No presente estudo realizado buscou-se compreender por meio de uma pesquisa bibliográfica, verificar as repercussões dos desafios da vida acadêmica e a manifestação de problemas psíquicos em estudantes universitários da área da saúde. Acerca dessa problemática, observou-se na análise de vários estudos apresentados e discutidos nesse estudo, foi verificado que o sofrimento psíquico dos estudantes universitários pode estar relacionado às atividades acadêmicas, além de outros fatores tais como: o distanciamento do núcleo familiar, conflitos e escolhas que serão decididas no seu futuro, gerando nos estudantes universitários demandas de responsabilização e sociabilidade, mobilizando preocupações que até determinado momento de suas vidas não eram demandadas por esses jovens.

A sobrecarga de novas experiências e responsabilidades da vida adulta, durante a fase de transição do indivíduo da adolescência para a adultez, pode haver grandes possibilidades de sobrevir inúmeros conflitos de ordem psíquica, levando os estudantes ao adoecimento mental, e o desencadeamento dos Transtornos Menores Comuns (TCM) expressados por meio de estresse, ansiedade, depressão, transtornos alimentares, o contato e o abuso de substâncias psicoativas, medicamentos e álcool.

Portanto aponta-se a necessidade de programas de atenção à saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde nas universidades brasileiras, que promovam ações

preventivas de acolhimento, grupoterapia e intervenção clínica aos alunos dos cursos de graduação que apresentaram indícios de sofrimento psíquico.

Sugere-se novas pesquisas sobre tal temática com enfoque na área da Psicologia, pois é uma problemática de grande relevância social que tem necessidade de ser discutida no contexto contemporâneo, para poder pensar em ações que tornem o ambiente universitário acolhedor e que possibilitam experiências subjetivas positivas durante processo formativo dos estudantes.

Referências:

Amaral, G.A, Gomide, N.M.P, Batista, M.P.B, Píccolo, P.P, Teles, T.B.G, Oliveira, P.M & Pereira, A.D. (2008). Sintomas depressivos em acadêmicos de Medicina da Universidade Federal de Goiás: um estudo de prevalência. *Rev Psiquiatria do Rio Grande Sul*, 30(2): 124-130.

Baldassin, S. (2007). O desgaste no internato: o nascimento do *coping* de um médico. In: Guimarães, K. B. S. (Ed.). *Saúde mental do médico e do estudante de Medicina*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Bardin, L. (2006). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Bellodi, P. L. (2007). Retaguarda Emocional para o Aluno de Medicina da Santa Casa de São Paulo (Repam): Realizações e Reflexões. *Revista Brasileira De Educação Médica*, 31(1), pp. 5-14.

Bramness, J. G. et al. (1991). Effect of medical school stress on the mental health of medical students in early and late clinical curriculum. *Acta Psychiatr. Scand.*, Copenhagen, 84(4), pp. 340-345.

Carlotto, M.S; Amazarray, M.R; Chinazzo, I; Taborda, L. (2011). Transtornos mentais comuns e fatores associados em trabalhadores: uma análise na perspectiva de gênero. *Cad Saúde Coletiva*, 19(2):172-178.

Cavestro, J. de M.; Rocha, F. L. (2006). Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *J. bras. psiquiatr.*, Rio de Janeiro, 55(4).

Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., & Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 10 (3), pp.413-420.

Clark, D. C.; Zeldow, P. B. (1988). Vicissitudes of depressed mood during four years of medical school. *JAMA*, 260, pp. 2521-2528.

Fiorotti, K. P. et al. (2010). Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *J. bras. psiquiatr.*, 59 (1).

Furegato, A. R. F.; Santos, J. L. F.; Silva, E. C. da. (2010). Depressão ia entre estudantes de dois cursos de enfermagem: autoavaliação da saúde e fatores associados. *Rev. bras. enferm.*, Brasília, 63(4).

Gil, A.C. (2008). *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4 ed. São Paulo: Atlas.

Hahn, M. S.; Ferraz, M. P. T. (1998). Características da clientela de um programa de saúde mental para estudantes universitários brasileiros. *Rev. ABP-APAL*, São Paulo, 20 (2): 45-53.

Hays, L. R. et al. (1986). Treating psychiatric problems in Medical students. *Am. J. Psychiatr.*, Washington, DC, 143 (11): 1428-1431.

Herrera, C., Pacheco, J, Rosso, F., Cisterna, C., Aichele, D., Becker, S, Padilla, O. & Riquelme, A. (2010). Evaluación del ambiente educacional pre-clínico en seis Escuelas de Medicina. *Rev Med Chile*, 138: 677-684.

Millan, L. R. & Barbedo, M. F. (1988). Assistência psicológica ao aluno de medicina: o início de uma experiência. *Rev Bras Educ Méd*, 12 (1): 1-40.

Moro, A., Valle, J. B. & Lima, L. P. (2005). Sintomas depressivos nos estudantes de medicina da Universidade da Região de Joinville (SC). *Rev Bras Educ Méd*, 29(2): 97-102.

Montoya, L. M. et al. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación com el estrés académico. *Rev CES Med*, 24(1): 7-17.

Mosley, T. H, JR.; Perrin, S. G.; Neral, S. M. et al. (1994). Stress, coping, and well-being among third-year medical students. *Acad Med*, 69(9): 765-7.

Organização Mundial da Saúde. Mental Health Home. Disponível em: http://www.who.int/mental_health/management/depression/definition/en/. Acesso em: novembro 2019.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Desenvolvimento humano*. 10ed. Porto Alegre: Artmed.

Pepitone-Arreola-Rockwell, F., Rockwell, D. & Core, N. (1981). Fifty-two medical student suicides. *Am J Psychiatry*, 138(2): 198-201.

Rodrigues, R. S. et al. (2006). Depressão em alunos de medicina. *Acta Médica*, 27, pp. 374-380.

Rocha, H.M. & Soto, H.A.O. (1995). La depresión en lós estudiantes universitarios de la Escuela Nacional de Estudios Profesionales Plantel Aragón. *Salud. Ment.*, México, 18(2): 31-34.

Schimidt, M.I, Duncan, B.B, Silva, G.A, Menezes, A.M, Monteiro, C.A, Barreto, S.M, Chor, D. & Menezes, P.R.(2011). Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais. *Lancet*, 9(1): 61-74.

Silva, R.S. & Costa, L.A. (2012). Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. *Encontro Revista de Psicologia*, 15(23): 1-8.

Silva, E. & Silva, G. (2008). Incidência de distúrbios psiquiátricos menores em estudantes de enfermagem na cidade de Palmitos e sua associação com níveis de estresse nos anos de 2008 - um enfoque na depressão no ano de 2007. Trabalho de Conclusão de Curso; (Graduação em Enfermagem) - Universidade do Estado de Santa Catarina.

Souza, F.G.M. & Menezes, M.G.C. (2005). Estresse nos estudantes de Medicina da Universidade Federal do Ceará. *Rev Bras Edu Méd*, 29(2): 91-96.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Janaína Pereira Pretto Carlesso – 100%