SAÚDE MENTAL DOS DISCENTES DOS CURSOS DE GRADUAÇÃO DA FACULDADE CIDADE DE COROMANDEL

Dayane Cristina da Silva Maia*

Larissa Isaura Gomes**

RESUMO

A saúde mental dos universitários constitui um problema de saúde pública haja vista o significativo índice de adoecimento entre os discentes das instituições de ensino superior. Objetivou-se compreender a saúde mental dos discentes da instituição privada de ensino denominada Faculdade Cidade de Coromandel (FCC) a partir do reconhecimento dos fatores protetores e desgastantes da saúde mental destes. De natureza qualitativa, esta pesquisa foi constituída a partir da permanente interlocução entre a pesquisa bibliográfica e a pesquisa de campo, a partir dos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Os resultados alcançados apontam que a compreensão da saúde mental dos discentes da FCC encontra-se atrelada à dinâmica da vida em geral, à relação estabelecida com o trabalho e à existência de sentimentos e perspectivas favoráveis para o futuro. Experiências de cansaço e fadiga coexistem com a inserção dos alunos na vida e no trabalho. Os desafios vivenciados pelos alunos na vida em geral os fortalecem para o enfrentamento da vida acadêmica. Ainda que existam fatores desgastantes correlacionados a rotina universitária, predominam os sentimentos assertivos, o que potencializa o ensino superior como um instrumento que conecta o aluno com o futuro na medida em que desencadeiam sentimentos e perspectivas positivas. Todos esses resultados alcançados alicerçarão estratégias e intervenções do Setor Psicopedagógico da FCC. A Psicologia, enquanto ciência e profissão, possui esse compromisso com a vida humana dos alunos. A promoção da saúde assume papel relevante neste âmbito.

Palavras-chave: Saúde mental. Discentes. Setor psicopedagógico. Promoção da saúde. Psicologia da saúde.

ABSTRACT

The mental health of university students is a public health problem once there's a significant rate of illness among students in higher education institutions.The purpose was to understand the mental health of students at a private educational institution called Faculdade Cidade de Coromandel (FCC) based on the recognition of the protective and stressing factors of students' mental health. In a qualitative nature, this research was constituted from the permanent dialogue between bibliographic research and field research, based on the inclusion and exclusion criteria previously defined.

* Graduanda em Psicologia pela Faculdade Cidade de Coromandel (FCC). dayanecsilvamaia@outlook.com

** Mestre em Saúde pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Coordenadora e Docente do Curso de Graduação em Psicologia na FCC. psicologa.larissa.isaura@hotmail.com

The results obtained indicate that the understanding of the mental health of FCC students is connected to the dynamics of life in general, the relationship established with work and the existence of favorable feelings and perspectives for the future. Experiences of tiredness and weariness coexist with the insertion of students in life and work. The challenges experienced by students in life in general invigorate them to face the academic life. Although there are stressful factors correlated to the university routine, assertive feelings predominate, which enhances higher education as an instrument that connects the student with the future as it triggers off positive feelings and perspectives. All these results reached will consolidate strategies and interventions by the FCC's Psychopedagogical Sector. Psychology, as a science and profession, has this commitment to the human life of the students. Health promotion plays an important role in this scope.

Keywords: Mental health. Students. Psychopedagogical sector. Health promotion. Health psychology.

1 INTRODUÇÃO

Para Silva e Heleno (2012), o conceito de saúde é mais amplo do que considerar a simples ausência de doença, patologia ou morbidade, devendo ser considerado também o bem estar psíquico, físico e social da pessoa, bem como informações sobre sua qualidade de vida, família, lazer, trabalho, nível de escolaridade, atividade física, hábitos alimentares, entre outros.

Rios et al. (2019) consideram que sofrimento mental é um estado emocional que aparece em diferentes níveis de depressão, pânico, ansiedade, sintomas somáticos como dor de cabeça, dor nas costas e problemas do sono. Estes podem ter efeitos sobre a saúde do indivíduo afetando diversos aspectos da vida, interferindo significativamente em seus relacionamentos com outras pessoas e no seu prazer de viver.

Com o advento da sociedade moderna é possível perceber um aumento dos problemas psicológicos e entre esses, o adoecimento psíquico. Essa sociedade atual é considerada adoecedora, o que corrobora para que os estudantes cheguem ao ambiente acadêmico com fragilidades e sofrimentos diversos. Dessa forma, a universidade não é a única responsável pelo adoecimento no espaço universitário (PADOVANI et al., 2014). A causalidade do adoecimento é múltipla e contempla a intersecção de variáveis que ora se aproximam, ora se distanciam, tornando o processo saúde-doença eminentemente complexo e multicausal.

A vida acadêmica juntamente com a obtenção de novos conhecimentos,

proporciona ao universitário o contato com novas crenças e valores, experiências acadêmicas e sociais que visam propiciar aos estudantes um amadurecimento pessoal que repercutirá sobre a profissão escolhida e a constituição individual dos estudantes. Há nesse sentido, uma relação de mutualidade: na mesma medida em que o universitário afeta o ambiente da universidade, acaba sendo também por ele afetado.

O lócus da Instituição de Ensino Superior (IES) pode representar para os discentes tanto um local promotor de saúde, quanto um espaço limitante com probabilidade de estresse negativo. Por configurar um local onde o estudante permanece boa parte do seu tempo, durante vários anos, convivendo com uma diversidade de pessoas e realidades, é um local que acaba levando-os a construir estratégias criativas para lidar com as situações da forma mais saudável possível. A adaptação à vida universitária não configura um processo fácil e as repercussões deste processo muitas vezes podem levar ao insucesso acadêmico (CARLETO et al., 2018), o que evidencia a necessidade da Faculdade Cidade de Coromandel (FCC) de acolher e realizar intervenções neste campo. [1]

A preocupação relacionada à saúde psíquica dos universitários é considerada um problema de saúde pública emergente, tornando essencial o conhecimento dos fatores de risco e dos fatores protetores, para que possam ser adotadas estratégias institucionais capazes de intervir no sofrimento encontrado, bem como no desenvolvimento de ações que melhorem a qualidade de vida dos discentes, auxiliando na formação profissional (LIMA; DOMINGUES; CERQUEIRA, 2006).

Entre os diversos estressores que ameaçam a saúde psíquica dos universitários, os mais comuns são: conciliar trabalho e vida acadêmica, preocupações financeiras, carga horária excessiva de estudo, adaptação ao ambiente, problemas interpessoais, privação do sono, problemas com o público-alvo de suas ações, excesso de informação, ambiente de aprendizagem desfavorável e a dificuldade na escolha do caminho profissional (RIOS et al., 2019). Fatores estressantes podem levar a diferentes problemas, como ansiedade, baixo desempenho acadêmico, depressão, erros nas práticas de ensino e estágios acadêmicos, dificuldades interpessoais com os docentes e colegas de sala

[1] A Faculdade Cidade de Coromandel (FCC) disponibiliza aos seus alunos atendimentos diários no Setor Psicopedagógico, correlacionando vida, processo de ensino-aprendizagem e saúde.

(GONÇALVES et al., 2015).

Entre os fatores protetores para o não adoecimento e sofrimento psíquico estão o equilíbrio entre estudo e lazer, os cuidados com a saúde, alimentação e o sono, a organização do tempo, a prática de atividade física, a valorização dos relacionamentos interpessoais, o apoio familiar, a religiosidade e a procura por assistência psicológica (BARDAGI; HUTZ, 2011).

Segundo Graner e Cerqueira (2019), os universitários mais engajados nas atividades do curso se sentem menos pressionados e tem melhores resultados em sua vida mental. A percepção dos alunos a respeito da sua vivência acadêmica pode influenciar na sua sensação de bem estar. Já os universitários com pensamentos de abandono do curso, percebem como fontes de estresse: desconforto, insatisfação com o curso e baixas expectativas com o futuro profissional, o que mostra elevado índice de sofrimento psíquico.

Diante do exposto, fica evidenciado o quão necessário se torna compreender e discutir a temática da saúde mental dos discentes da FCC em tempos de eminência de uma sociedade adoecida. A Psicologia, enquanto ciência e profissão, possui este compromisso ético profissional com o ser humano, com as instituições e com a sociedade.

Este estudo tem como objetivo compreender a saúde mental dos discentes da instituição privada de ensino - Faculdade Cidade de Coromandel (FCC), a partir do reconhecimento dos fatores protetores e desgastantes da saúde mental dos discentes.

Torna-se relevante compreender a saúde mental dos discentes da FCC, conforme evidenciado nos quantitativos de atendimentos do Setor Psicopedagógico da referida instituição, que apontam para quadros de adoecimento mental. Acrescido a este fator, há registros de que a maior procura ao Setor Psicopedagógico coincide com o período de finalização de cada bimestre, marcadamente atravessado por provas, trabalhos e projetos em geral. A relevância desta discussão dar-se-á em três dimensões, a saber: a) individual, com a compreensão da saúde mental de cada discente; b) institucional, com a caracterização da saúde mental do corpo discente da instituição; c) social, com as ações voltadas para promoção da saúde mental dos discentes que atuarão no mercado de trabalho.

3 MATERIAIS E MÉTODOS

De natureza qualitativa, segundo os pressupostos teóricos de Minayo (2001), a construção deste estudo deu-se pela permanente interlocução entre a pesquisa bibliográfica e a pesquisa de campo, conforme os preceitos do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com Seres Humanos da Faculdade de Patos de Minas (FPM), tendo o respectivo certificado de apresentação para apreciação ética, com a aprovação por meio do parecer de número 3769.200 do Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) de número 26132819.3.0000.8078 (ANEXO A).

A pesquisa bibliográfica foi constituída pela realização de um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicos apresentados a seguir: Scientific Eletronic Library Online - SciELO, Centro Latino Americano e do Caribe de Informações em Ciências da Saúde - Bireme, Biblioteca Virtual da Saúde - BVS, Portal Domínio Público, Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde - Lilacs, Medical Literature Analysis and Retrieval System - MEDLINE. Alguns sites de periódicos da área de universidades federais e da biblioteca virtual da FCC também foram consultados, a partir dos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos.

Os critérios de inclusão foram: a) conter no título e/ou nas palavras-chave pelo menos um dos seguintes descritores: “saúde mental dos discentes”, “fatores psicológicos dos universitários”, “vida de universitários de instituições privadas”, “o adoecimento psíquico dos discentes de instituições privadas de ensino superior”; b) ter sido produzido na última década, isto é, ser datado no período entre 2011 e 2020; c) estar em língua portuguesa e/ou em língua inglesa. De modo análogo, constituíram-se os critérios de exclusão: a) não conter no título e/ou nas palavras-chave pelo menos um dos seguintes descritores: “saúde mental dos discentes”, “fatores psicológicos dos universitários”, “vida de universitários de instituições privadas”; “o adoecimento psíquico dos discentes de instituições privadas de ensino superior”; b) ter sido produzido em período diferente ao aqui recortado: 2011-2020; c) não estar em língua portuguesa e/ou em língua inglesa. Os artigos e as obras selecionadas pelo levantamento bibliográfico foram submetidos ao crivo da análise do resumo a fim de avaliar a compatibilidade entre os objetivos e os resultados alcançados pelos autores e aqueles propostos por esta pesquisa. Feito isso, realizou-se então a leitura na íntegra dos artigos e obras com a produção concomitante de fichamentos, resenhas

e mapas conceituais.

A pesquisa de campo se alicerçou nas seguintes etapas: envio e aplicação do formulário e de questionários por meio do aplicativo WhatsApp, em função do contexto mundial da pandemia de COVID-19. Cumpre destacar e reafirmar que conforme preceitos éticos da Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que aborda as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas envolvendo Seres Humanos, o início da pesquisa de campo apenas se deu, conforme aqui explicitado, após a aprovação no CEP e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos participantes da pesquisa. Uma vez esclarecidos quanto à mesma, os participantes estavam livres para declinar e decidir pela não participação a todo e qualquer momento, em qualquer etapa da pesquisa. O TCLE foi apresentado aos discentes por meio de tecnologias remotas e as pesquisadoras encontravam-se disponíveis para todos os esclarecimentos quanto às dúvidas advindas e possíveis orientações de tal processo. Cada aluno assinou eletronicamente o TCLE denotando ciência quanto ao que fora apresentado. Uma cópia eletrônica do referido termo encontra-se a disposição de todos os alunos para conferência a todo e qualquer momento.

Quanto aos questionários elaborados pelas pesquisadoras, possuíam 12 questões de múltipla escolha com a finalidade de caracterizar a saúde mental dos discentes. No que se refere à aplicação desses compete esclarecer que os alunos de todos os cursos da IES foram convidados a participar da pesquisa através do envio do link: https://docs.google.com/forms/d/1QF9bGJezcKuIdlujO6irldK93T_pskWIU4jbQMH51Y/edit, pelo aplicativo WhatsApp. Foram realizados todos os esclarecimentos e orientações atinentes à pesquisa e as pesquisadoras estiveram integralmente disponíveis para a abordagem dos participantes.

Os questionários foram respondidos através do acesso ao link enviado. Os alunos disponíveis e interessados em participar da pesquisa responderam ao mesmo no momento de sua preferência e disponibilidade, considerando o prazo de 10 dias concedido para a emissão e o envio da resposta. A discente e a pesquisadora responsável pelo estudo ficaram disponíveis de modo remoto para sanar e esclarecer as dúvidas dos participantes antes, durante e após a participação na pesquisa. Em momento algum, os participantes da pesquisa tiveram ou terão as suas identidades

reveladas. O consolidado das respostas foi feito por curso de graduação e não por nome individualizado. Foi assegurado o anonimato pela participação na pesquisa.

Os dados levantados nos questionários foram analisados a partir dos preceitos da análise temática do conteúdo, fundamentada em Bardin (1987). Após a compilação dos resultados, fora realizada uma devolutiva coletiva para os sujeitos participantes dos questionários.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Caracterização da amostra

A amostra foi constituída por 53 alunos dos 08 cursos de graduação da Faculdade Cidade de Coromandel (FCC), sendo consideradas as seguintes variáveis: período do curso, idade, tempo de graduação na instituição, composição familiar no mesmo domicílio, quantidade de pessoas com que moram e renda familiar, conforme Tabela 1.

Tabela 1 - Caracterização do perfil socioeconômico, acadêmico e familiar dos discentes da FCC

COMPOSIÇÃO DA AMOSTRA, POR CURSO DE GRADUAÇÃO	NÚMERO	PORCENTAGEM
ADMINISTRAÇÃO	5	10%
AGRONOMIA	7	13%
ANÁLISE E DESENVOLVIMENTO DE SISTEMAS	1	2%
CIÊNCIAS CONTABEIS	1	2%
EDUCAÇÃO FÍSICA	6	11%
MEDICINA VETERINARIA	8	15%
PEDAGOGIA	6	11%
PSICOLOGIA	19	36%
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**
PERÍODO QUE ESTÁ CURSANDO	**NÚMERO**	**PORCENTAGEM**
PRIMEIRO	3	6%
SEGUNDO	1	2%
TERCEIRO	2	4%
QUARTO	3	6%
QUINTO	1	2%
SEXTO	8	15%
SETIMO	2	4%
OITAVO	13	25%
NONO	10	18%
DECIMO	10	18%
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**

IDADE DOS ESTUDANTES	NÚMERO	PORCENTAGEM
MENOR DE 20 ANOS	2	4%
DE 20 À 30 ANOS	38	72%
DE 31 A 40 ANOS	9	16%
MAIORES DE 40 ANOS	4	8%
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**
TEMPO QUE OS DISCENTES ESTÃO NA INSTITUIÇÃO	**NÚMERO**	**PORCENTAGEM**
01 SEMESTRE	4	8%
DE 02 A 04 SEMESTRES	2	4%
DE 05 A 06 SEMESTRES	13	25%
DE 07 A 10 SEMESTRES	34	63%
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**
COMPOSIÇÃO FAMÍLIAR NO MESMO DOMICÍLIO	**NÚMERO**	**PORCENTAGEM**
PAIS	26	48%
CONJUGE OU NAMORADO (A)	21	40%
IRMÃO OU IRMÃ	2	4%
TIO E TIA	1	2%
FILHOS (AS)	3	6%
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**
QUANTIDADE DE PESSOAS COM QUEM OS DISCENTES MORAM	**NÚMERO**	**PORCENTAGEM**
UMA PESSOA	9	18%
DUAS PESSOAS	14	26%
TRÊS PESSOAS	16	30%
MAIS DE TRÊS PESSOAS	**14**	**26%**
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**
RENDA FAMILIAR	**NÚMERO**	**PORCENTAGEM**
MENOS DE R$1.000,00	4	8%
DE R$1000 À R$1999,99	19	36%
DE R$2000,00 À R$2999,99	14	26%
R$3000,00 OU MAIS	16	30%
TOTAL DA AMOSTRA	**53**	**100%**

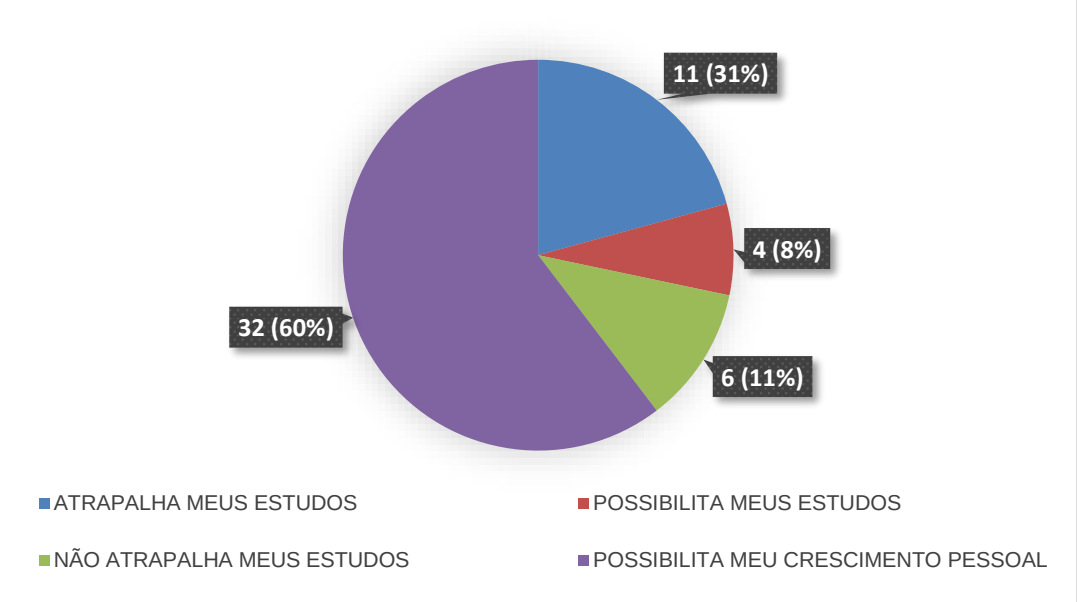
Fonte: As autoras, 2020.

4.2 Saúde mental dos discentes

A saúde mental dos discentes foi avaliada a partir dos seguintes indicadores: a) trabalho e vida acadêmica; b) sentimentos e perspectivas para o futuro; c) desafios da vida; d) aspectos da saúde dos discentes; e) cansaço e fadiga dos discentes; f) interesse em participar da segunda etapa da pesquisa. Tais categorias temáticas foram elencadas a partir dos achados na pesquisa bibliográfica.

Os discentes participantes da pesquisa conciliam trabalho e vida acadêmica. A maioria dos alunos trabalha no comércio local durante oito horas diárias e não possuem flexibilidade para ausentar-se do trabalho para cumprir as atividades acadêmicas.

Gráfico 1 - Vida acadêmica e trabalho



Fonte: As autoras, 2020.

Em relação à unidade Estudo e Trabalho, os discentes assim se posicionaram: 11 deles mencionaram que conciliar estudo e trabalho atrapalha seus estudos (21%); 04 discentes acreditam que o fato de ter que conciliar estudo e trabalho possibilita seus estudos (8%); 06 discentes mencionam que o trabalho não atrapalha seus estudos (11%) e 32 discentes apontam o fato de ter que conciliar estudo e trabalho como um fator que possibilita o seu crescimento pessoal (60%).

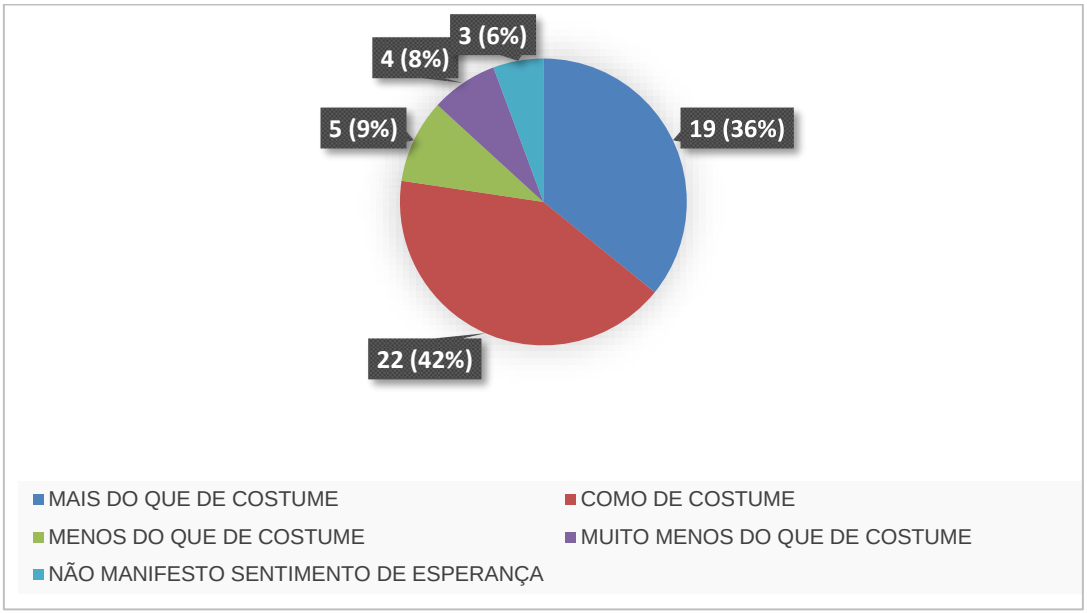
O perfil dos alunos da FCC remete a existência de uma dupla jornada, isto é: são alunos trabalhadores. Trabalham durante o dia e cursam o ensino superior à noite. Silva et al. (2015, p. 42) apresentam um estudo que trata da relação entre desempenho acadêmico e atividade laboral. Contrariamente aos resultados da presente pesquisa, o referido estudo aponta influências desfavoráveis do trabalho no desempenho acadêmico dos alunos. Por mais que o trabalho seja considerado uma necessidade para custear os estudos, os universitários entendem que o mesmo influencia negativamente a vida acadêmica. Realidade distinta da apresentada pelos discentes da FCC que veem o trabalho como fonte de crescimento pessoal e conexão com a teoria vista em sala de aula.

Conciliar vida acadêmica e trabalho se torna para os alunos um desafio suportável e necessário. A maioria dos discentes entende o trabalho como uma fonte de crescimento pessoal, o que pode ser canalizado para o processo de ensino-

aprendizagem como um fator de conexão entre a teoria, a prática e a formação humana. O trabalho é ainda visto com sentimento de gratidão, uma vez que o mesmo possibilita o custeio da mensalidade dos alunos. Para os estudantes que compreendem o trabalho como uma influência desfavorável à vida acadêmica, emerge uma possível intervenção para o Setor Psicopedagógico da instituição: o desenvolvimento de atividades individuais e coletivas com ênfase na realidade apresentada pelos alunos.

O ingresso no Ensino Superior encontra-se quase sempre associado a projetos de vida e perspectivas positivas para o futuro. Quanto a esse respeito, os discentes assim se posicionaram:

Gráfico 2 - Ensino superior e futuro: sentidos e perspectivas positivas



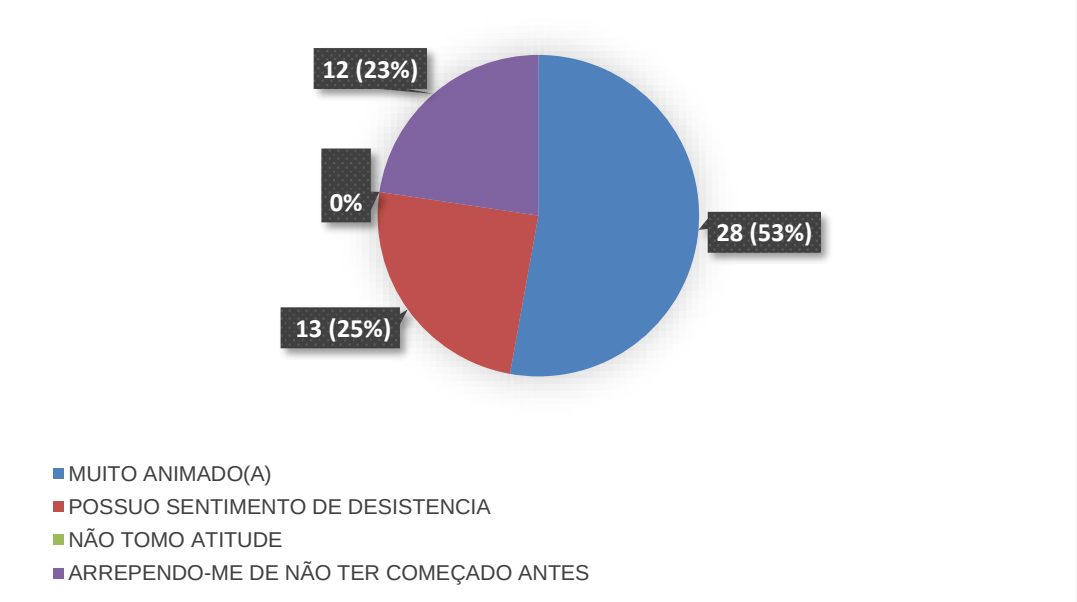
Fonte: As autoras, 2020.

Em relação ao futuro, 19 discentes mencionaram se sentir mais esperançosos do que de costume (36%), 22 discentes estão se sentindo esperançosos como de costume (42%), 05 discentes se sentem menos esperançosos do que de costume (9%), 04 se sentem muito menos esperançosos do que de costume (8%) e 03 discentes não manifestam sentimento de esperança em relação ao seu futuro (6%).

Diante do que foi expresso pela maioria dos alunos, pode-se aferir que o ingresso no Ensino Superior desperta, potencializa ou mantém os sentidos e perspectivas positivas para o futuro. Isso aloca o ensino superior como uma estratégia favorável para a construção de projetos de vida saudáveis.

No tocante aos desafios da vida (Gráfico 3), os discentes manifestam sentimentos de ânimo, desistência, conformismo e arrependimento. Todos os discursos dos alunos constituem indicadores para o desenvolvimento de estratégias pelo Setor Psicopedagógico da FCC. O próprio processo de ensino-aprendizagem configura-se em um desafio a ser cotidianamente vencido pelos alunos.

Gráfico 3 - Desafios da vida: sentimentos dos discentes



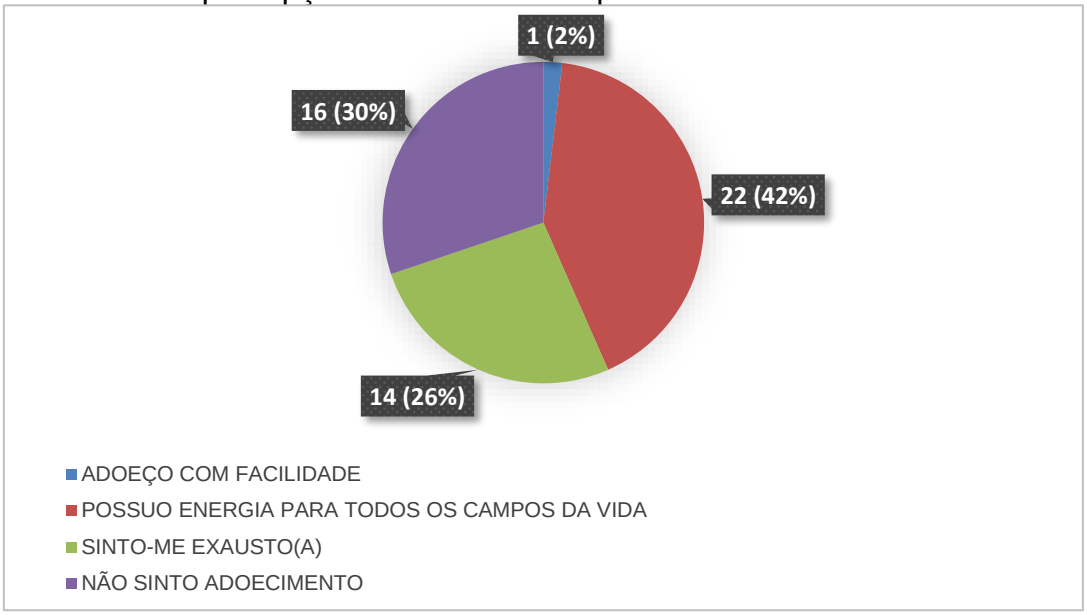
Fonte: As autoras, 2020.

Diante dos desafios da vida, 28 discentes dos cursos de graduação da Faculdade Cidade de Coromandel têm se sentido muito animado (totalizando 53%); 13 discentes afirmam possuir sentimentos de desistência (25%); e 12 discentes arrependem-se por não terem começado antes (23%). Todos os sentimentos expressos pelos alunos evidenciam o modo com que os desafios da vida os mobilizam psiquicamente, o que pode ser transposto para a compreensão do engajamento quando o desafio é o processo de ensino-aprendizagem.

A saúde dos discentes da FCC constitui a centralidade dessa pesquisa. Para o tema Saúde, a maioria dos discentes possui energia para todos os campos da vida, constituindo um fator protetivo para lidar com as mazelas da vida em geral. Os estudantes não se sentem adoecidos, embora se sintam exaustos. Ações voltadas para a saúde dos discentes tornam-se relevantes e podem contribuir para a minimização dos processos desgastantes que permeiam a vida acadêmica e que

influenciam no processo saúde-doença dos discentes. O gráfico a seguir contempla as verbalizações dos discentes.

Gráfico 4 - A percepção do adoecimento pelos discentes

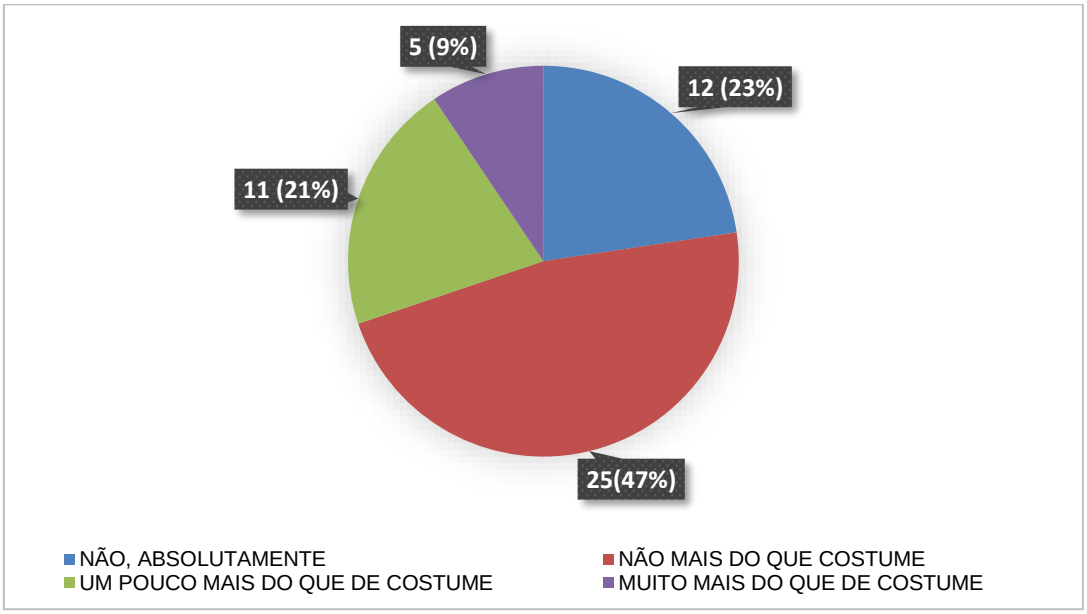


Fonte: As autoras, 2020.

A fadiga é entendida por Mota e Pimenta (2006) como "[...] uma sensação física desagradável, com comportamentos cognitivos e emocionais, descrita como cansaço que não alivia com estratégias usuais de restauração de energia." Trata-se de um fenômeno universal, vivenciado por pessoas saudáveis ou doentes. Amaducci et al (2010, p. 1053) esclarecem que a fadiga pode constituir-se em um fator limitante do processo de ensino-aprendizagem.

A experiência de cansaço e fadiga entre os universitários no momento da pesquisa não está tão destoante daquela vivenciada cotidianamente. Os discentes parecem-se acostumados com a rotina de vida em que conciliam trabalho e ensino superior. O gráfico a seguir apresenta essa realidade:

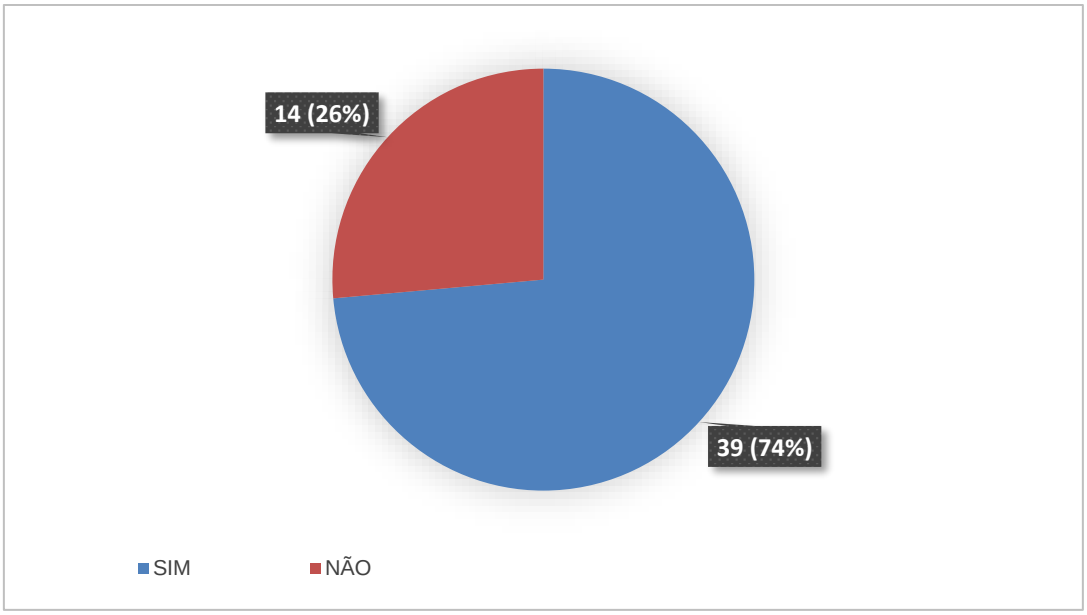
Gráfico 5 - O cansaço e a fadiga nos discentes



Fonte: As autoras, 2020.

A segunda etapa desta pesquisa será realizada no período pós-pandemia da COVID-19, quando os discentes que manifestaram interesse poderão ser entrevistados presencialmente. A maioria dos participantes da primeira etapa sinalizou interesse pela continuidade da pesquisa, o que constitui um elemento fomentador do estudo na instituição de ensino superior em questão.

Gráfico 6 - Interesse em participar da segunda etapa da pesquisa



Fonte: As autoras, 2020.

Diante do exposto, pode-se considerar que a saúde mental dos discentes dos cursos de graduação da FCC encontra-se dentro dos parâmetros favoráveis para a vida humana. Embora haja fatores desgastantes, esses não se sobrepõem às vivências positivas tidas durante, a partir e para além da vida acadêmica. Os alunos conciliam trabalho e vida acadêmica, reconhecem o trabalho como fonte de crescimento pessoal e como uma forma de custeio das mensalidades do curso em que se encontram matriculados, manifestam sentimentos e perspectivas positivas para o futuro. O curso de graduação é uma oportunidade diretamente relacionada à construção de um projeto de vida promissor e diferenciado. Os discentes sentem-se animados e possuem energia para todos os campos da vida. O cansaço e a fadiga são vivenciados pelos alunos, mas não são esses os sentimentos predominantes. O ânimo e a energia para todos os campos da vida estão entre as respostas mais recorrentes dos alunos.

O interesse dos estudantes em participar da segunda etapa da pesquisa evidencia o quanto o diálogo acerca deste assunto é desejado por eles. Tal fator aponta para a necessidade de espaços de diálogo e de debate serem fomentados dentro e fora da instituição, configurando em mais uma possível intervenção para o Setor Psicopedagógico. Fomentar canais de comunicação que possibilitem a emergência desses discursos discentes cruzados com a elaboração de estratégias coletivas pautadas na promoção da saúde constituem caminhos a serem trilhados pelas instituições de ensino.

O Setor Psicopedagógico da FCC realiza o atendimento semanal de alunos, professores e demais funcionários com ênfase nas dificuldades de aprendizagem. Ainda que a queixa inicial seja essa, o desdobramento dos diálogos maximiza a compreensão da vida acadêmica para além dos espaços institucionais, o que possibilita a interconexão entre a vida, o trabalho e a saúde. O referido setor constitui uma estratégia de cuidado para a saúde mental dos discentes, pois realiza o acolhimento e o atendimento dos mesmos, dando voz e vez aos seus discursos.

Mediante a necessidade de atendimento na modalidade clínica, os alunos, professores e funcionários contam com a Clínica Escola de Psicologia que presta atendimentos gratuitos, o que constitui outra estratégia de cuidados com a saúde mental defendida pela FCC. A oferta desses atendimentos oportuniza a todos a

possibilidade de psicoterapia, e através dela, um processo focado na promoção da saúde individual e coletiva.

5 CONCLUSÃO

A saúde mental dos discentes da FCC é complexa, plural e multideterminada. A vida acadêmica é um dos pilares que alicerça a construção da saúde mental pelos alunos, sendo ao mesmo tempo, influenciada pela condição psíquica e emocional desses. Ainda que existam fatores desgastantes como cansaço e fadiga dos alunos, os fatores protetivos da saúde mental superam a incidência desses primeiros. De modo geral, impera a existência de energia para todos os campos da vida, sendo o trabalho uma oportunidade para o crescimento pessoal e uma forma de custear os gastos decorrentes do curso superior.

Pode-se concluir que a vida acadêmica não adoece os alunos, pois os discursos discentes evidenciaram ausência de nexo de causalidade. Assim, em contradição a essa ideia, ela constitui um investimento que potencializa o futuro dos estudantes, expresso pelo sentimento de esperança. Fomentar espaços de escuta qualificada, debate e diálogo acerca da saúde mental são ótimas estratégias para fortalecer e valorizar a promoção da saúde na instituição, o que repercute nos indivíduos, na organização e na sociedade como um todo.

REFERÊNCIAS

AMADUCCI, C. M.; et al. Fadiga entre estudantes de graduação em enfermagem. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 44, n. 4, p. 1052-1058, dez. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000400028&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 07 dez. 2020.

BARDAGI, M. P.; HUTZ, C. S. Eventos estressores no contexto acadêmico: uma breve revisão da literatura brasileira. **Interação em psicologia**, Curitiba, v. 15, n. 1, p. 111-119, out. 2011. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/17085>. Acesso em: 29 nov. 2019.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1987.

CARLETO, C. T. et al. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista eletrônica de enfermagem**, Uberaba, v. 20, p.

01-11, 17 abr. 2018. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/43888>. Acesso em: 29 nov. 2019.

GONÇALVES, D. V. C. et al. Percepção sobre o adoecimento entre estudantes de cursos da área da saúde. **Revista brasileira de educação médica**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. 102-111, mar. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022015000100102&lng=pt&tlng=pt>. Acesso em: 29 nov. 2019.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, maio 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-81232019000401327&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 29 nov. 2019.

LIMA, M. C. P.; DOMINGUES, M. S.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina. **Revista de saúde pública**, São Paulo, v. 40, n. 6, p. 1035-1041, dez. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102006000700011>. Acesso em: 29 nov. 2019.

MINAYO, M. C. S. (org.). **Pesquisa social.** Teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOTA, D. D. C. F; PIMENTA, C. Self-report instruments for fatigue assessment: a systematic review. **Res Theory Nurs Pract.** 2006, p. 49-78.

PADOVANI, R. C. et al. Vulnerability and psychological well-being of college student. **Revista brasileira de terapias cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 2-10, jun. 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 29 nov. 2019.

RIOS, M. G. V. et al. Adoecimento e Sofrimento Psíquico entre Universitários: estado da arte. **Humanidade & inovação**, Palmas, v. 6, n. 8, p. 23-31, maio 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1259>. Acesso em: 29 nov. 2019.

SILVA, E. C.; HELENO, M. G. V. Qualidade de Vida e bem-estar subjetivo de estudantes universitários. **Revista psicologia e saúde**, Campo Grande, v. 4, n. 1, p. 69-76, jun. 2012. Disponível em: <https://www.unifesp.br/reitoria/prae/publicacoes/publi/producao-cientifica-assistencia-estudantil/artigos?download=255:qualidade-vida>. Acesso em: 29 nov. 2019.

SILVA, H. M. et al. Influência das atividades laborais no rendimento quantitativo acadêmico universitário: um estudo de caso na faculdade patos de minas. **Acta cientifica**, Patos de Minas, v. 7, n. 1, p. 37-51, jan. 2015. Trimestral.