

SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE DE PSICOLOGIA: POSSÍVEIS IMPLICAÇÕES PARA SUA ATUAÇÃO PROFISSIONAL

Mental health of the psychologist student: possible implications for their professional activities

Santé mentale de l'étudiant psychologue: implications possibles pour leurs activités professionnelles

Salud mental del estudiante de psicología: posibles implicaciones para su actuación profesional

Cristiane de Carvalho Guimarães¹©

Universidade Estácio de Sá, Departamento de Psicologia, Rio de Janeiro, RJ, Brasil²

Helen Alice Bezerra Moraes³©

Universidade Estácio de Sá, Departamento de Psicologia, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

Marcia Emilia Silva Barboza⁴©

Universidade Estácio de Sá, Departamento de Psicologia, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

Ralph Ribeiro Mesquita⁵©

Universidade Estácio de Sá, Departamento de Psicologia, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

Resumo

O artigo apresenta o resultado da pesquisa “Saúde mental do estudante de Psicologia: possíveis implicações para sua atuação profissional”, que foi apoiada pelo Programa Pesquisa Produtividade, da Universidade Estácio de Sá. O objetivo foi verificar se as vivências acadêmicas do estudante de Psicologia da Universidade Estácio de Sá, campus Nova Iguaçu, que está em contato com o sofrimento psíquico e conteúdos acadêmicos relacionados a subjetividade humana, afetam sua saúde mental gerando transtornos mentais menores; e como isso pode, potencialmente, trazer implicações para a prática profissional do psicólogo. Trinta e sete estudantes do curso de Psicologia (1º e 10º períodos) foram submetidos à Entrevista Clínica Estruturada para os Transtornos do DSM-5 (SCID-5) para verificação do objetivo. A conclusão indica que os estudantes de primeiro período referem como maior dificuldade associada à graduação, o manejo de tempo para as demandas do curso e outras demandas pessoais, como trabalho e vida social. Já nos estudantes de décimo período são recorrentes as falas de cansaço e a preocupação com o mercado de trabalho. Os resultados sugerem que há um impacto da rotina da faculdade na vida dos estudantes. Não foi possível correlacionar se há influência específica do contato com o sofrimento e a subjetividade humana no adoecimento dos estudantes. Desta forma tornam-se necessárias mais pesquisas sobre o tema.

Palavras-chave: Saúde mental; Estudante de Psicologia; Transtornos Mentais Menores.

¹ cris.cguima@gmail.com

² Rua do Bispo, 83 Rio Comprido/RJ

³ helenalice.moraes@gmail.com

⁴ mesemilia123@gmail.com

⁵ rmesqt@gmail.com

Abstract

The article presents the result of the research “Psychology student mental health: possible implications for their professional performance”, which was supported by the Productivity Research Program, from Estácio de Sá University. The aim was to examine if the academic experiences of the Psychology student at Estácio de Sá University, Nova Iguaçú campus, which is in contact with psychological distress and academic contents related to human subjectivity, affect their mental health generating minor mental disorders; and how this can potentially have implications for the psychologist's professional practice. Thirty-seven Psychology students (1st and 10th periods) underwent the Structured Clinical Interview for DSM-5 Disorders (SCID-5) to verify the objective. The conclusion indicates that first-year students report the greatest difficulty associated with graduation, time management for the demands of the course and other personal demands, such as work and social life. In the tenth period students, there are recurrent tiredness and concern about the job market. The results suggest that there is an impact of college routine on students' lives. It was not possible to correlate whether there is a specific influence of contact with suffering and human subjectivity in the illness of students. Thus, more research on the topic is necessary.

Keywords: Mental health; Psychology student; Minor Mental Disorders.

Résumé

L'article présente le résultat de la recherche «Santé mentale des étudiants en psychologie: implications possibles pour leur performance professionnelle», soutenue par le programme de recherche sur la productivité de l'Université Estácio de Sá. L'objectif était de vérifier si les expériences académiques de l'étudiant en psychologie de l'Université Estácio de Sá, sur le campus de Nova Iguaçú, en contact avec la détresse psychologique et les contenus académiques liés à la subjectivité humaine avaient une incidence sur leur santé mentale, générant des troubles mentaux mineurs; et comment cela peut potentiellement avoir des implications pour la pratique professionnelle du psychologue. Trente-sept étudiants en psychologie (1ère et 10ème périodes) ont subi un entretien clinique structuré pour les troubles du DSM-5 (SCID-5) afin de vérifier l'objectif. La conclusion indique que les étudiants de première année signalent la plus grande difficulté associée à l'obtention du diplôme, à la gestion du temps imputable aux exigences du cours et à d'autres exigences personnelles, telles que le travail et la vie sociale. Dans la dixième période, les étudiants sont fatigués et préoccupés par le marché du travail. Les résultats suggèrent que la routine des collègues a un impact sur la vie des étudiants. Il n'a pas été possible de corrélérer s'il existe une influence spécifique du contact avec la souffrance et la subjectivité humaine dans la maladie des étudiants. Ainsi, davantage de recherches sur le sujet sont nécessaires.

Mots-clés: Santé mentale; Étudiant en psychologie; Troubles mentaux mineurs.

Resumen

El artículo presenta el resultado de la investigación “Salud mental de los estudiantes de psicología: posibles implicaciones para su desempeño profesional”, que fue apoyada por el Programa de Investigación de Productividad, de la Universidad Estácio de Sá. El objetivo fue verificar si las experiencias académicas del estudiante de Psicología en la Universidad Estácio de Sá, en el campus de Nova Iguaçú, que está en contacto con la angustia psicológica y los contenidos académicos relacionados con la subjetividad humana, afectan su salud mental generando trastornos mentales menores; y cómo esto puede potencialmente tener implicaciones para la práctica profesional del psicólogo. Treinta y siete estudiantes de psicología (1º y 10º períodos) se sometieron a la entrevista clínica estructurada para trastornos del DSM-5 (SCID-5) para verificar el objetivo. La conclusión indica que los estudiantes de primer año informan la mayor dificultad asociada con la graduación, la administración del tiempo para las demandas del curso y otras demandas personales, como el trabajo y la vida social. En el décimo período, los estudiantes experimentan un cansancio y una preocupación recurrentes por el mercado laboral. Los resultados sugieren que hay un impacto de la rutina universitaria en la vida de los estudiantes. No fue posible correlacionar si existe una influencia específica del contacto con el sufrimiento y la subjetividad humana en la enfermedad de los estudiantes. Por lo tanto, se necesita más investigación sobre el tema.

Palabras clave: Salud mental; Estudiante de psicología; Trastornos Mentales Menores.

Introdução

O ingresso na universidade é marcado por mudanças significativas e muitos desafios para todos os sujeitos. Alguns desses desafios dizem respeito à adaptação a novos saberes, à responsabilização no processo de construção do conhecimento e as expectativas quanto à inserção no mercado de trabalho, já nos últimos anos da graduação. Este momento coincide ainda, para muitos, com a transição da adolescência para a vida adulta. Ou, em muitos casos, com a volta aos bancos escolares depois de anos longe deles, como é o caso de diversos alunos da rede privada de ensino (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira [INEP], 2016). Para uma parcela significativa de estudantes, as dificuldades financeiras podem também estar presentes ao longo do processo de formação.

Alguns estudos envolvendo estudantes universitários e as questões referentes a esta etapa chamam a atenção para a vulnerabilidade experimentada neste período por eles e como isso pode afetar sua saúde e sua atuação profissional (Castro, 2017).

Segundo Tarnowski e Carlotto (2007), durante sua formação na área da saúde o estudante vive o encontro de fragilidades entre o racional e o emocional. Segundo os referidos autores, o cotidiano destes estudantes pode ser marcado por sentimentos de dúvida, decepção, ansiedade, medo, tristeza, raiva e angústia. O contato direto dos estudantes com outros seres humanos coloca-os diante de sua própria vida, sua própria saúde ou doença, seus próprios conflitos e frustrações. Ainda assim, como informam Andrade et al. (2016), a vivência estudantil na universidade é uma questão pouco investigada e discutida, em especial, a vivência do estudante do curso de graduação em psicologia. Mas já há estudos, como a pesquisa de Gastaud (2006), que indicam que este contato pode induzir sofrimento no estudante e, possíveis implicações para sua prática profissional. E é possível e desejável, a partir dos dados apresentados nas pesquisas citadas, refletir sobre as normas que orientam o curso de Psicologia.

No Brasil a legislação que apresenta as Diretrizes sobre os cursos de formação em Psicologia e a profissão de psicólogo não contempla a singularidade das vivências acadêmicas do estudante de Psicologia, que está em contato com o sofrimento psíquico de outras pessoas e com conteúdos acadêmicos diretamente relacionados com a subjetividade humana. Sequer sugerem que o estudante, de alguma forma, possa ser afetado por estas vivências ou indicam a necessidade de acompanhamento psicoterapêutico. Da mesma forma, o Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2017) também não sugere em suas resoluções nada que diga respeito à necessidade ou importância do acompanhamento psicológico para estudantes em formação.

A presente pesquisa teve como objetivo verificar se as vivências acadêmicas, o processo de formação do estudante de Psicologia, que está em contato com o sofrimento psíquico de outras pessoas e com conteúdos acadêmicos relacionados à subjetividade humana, afeta sua saúde mental gerando transtornos mentais menores.

A questão que se colocou então foi: como a vivência na universidade, o processo de formação, pode resultar em algum transtorno mental e como isso pode, potencialmente, trazer implicações para a prática profissional do psicólogo?

A pesquisa foi apoiada pelo Programa Pesquisa Produtividade da Universidade Estácio de Sá e foram observadas as normas ético-científicas para a realização de pesquisa com seres humanos seguindo a Resolução nº196 de 10 de outubro de 1996 do Conselho Nacional de Saúde, tendo o projeto sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa desta mesma Universidade (Número do Parecer: 2.425.083).

Compreender como tem sido a vivência dos estudantes de psicologia diante de sua formação pode ser considerado um passo importante para refletir como esse estudante poderá se tornar um profissional, priorizando ou não a qualidade de sua saúde mental, foco da psicologia, e um indicativo de que as Universidades, formadoras desses profissionais, precisam direcionar seu olhar para esse fato, preocupando-se em contribuir com algum suporte ou apoio.

Para averiguar a hipótese de sofrimento psíquico nos estudantes de psicologia foi investigada a existência de transtornos mentais menores (TMM). Sendo estes definidos por Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005) como conjuntos de manifestações de mal-estar psíquico, de caráter inespecífico, com repercussões fisiológicas e psicológicas que podem gerar limitações. Eles estão associados a quadros menos graves e mais constantes de transtorno mental. Entre os sintomas mais comuns estão: esquecimento, dificuldade na concentração e tomada de decisões, insônia, irritabilidade, fadiga e queixas somáticas.

Os mesmos autores apontam que na população mundial, em geral, os índices de prevalência destes transtornos variam entre 7% e 26%, enquanto na população brasileira são de 8% a 23%. Os autores indicam que os estudos de epidemiologia psiquiátrica na população ocidental têm como resultado que 90% da morbidade psiquiátrica encontrada referem-se a distúrbios não-psicóticos. Mas que, devido às várias questões conceituais e metodológicas envolvidas no diagnóstico dos distúrbios não-psicóticos, alguns estudos têm utilizado categorias diagnósticas mais amplas, designando-as por morbidade psiquiátrica menor (MPM); transtornos mentais comuns (TMC) e problemas psiquiátricos menores (PPM). Neste estudo adotamos a terminologia de Transtornos Mentais Menores (TMM) (Coutinho, 1995; Benvegnú,

Deitos, & Copette, 1996; Facundes, 2002; Facundes & Ludermir, 2005 como citado em Cerchiari et al., 2005).

Gastaud et al. (2006) apresentaram um estudo no qual investigaram a prevalência de TMM em estudantes de psicologia. Os autores compararam o resultado com uma pesquisa similar realizada anteriormente por Volcan, Sousa, Mari e Horta (2003) na mesma universidade na qual foram encontrados os seguintes resultados 17,5% para os alunos de Direito e 20% para os alunos de Medicina. A pesquisa de Gastaud et al. (2006) encontrou a prevalência de TMM em 21,1% dos estudantes de psicologia. Os autores concluíram que o contato com o sofrimento psíquico de outras pessoas ou os conteúdos acadêmicos mais diretamente relacionados com a subjetividade humana pode elevar as probabilidades do desenvolvimento de algum transtorno mental menor.

Embora existam estudos apontando essa evidência dos TMM, a existência dos serviços de apoio a estudantes é escassa. As pesquisas de Cerchiari et al. (2005) apontam que esse tipo de serviço surgiu nos Estados Unidos na década de 1950 com a compreensão das Universidades de possuírem responsabilidade em ajudar seus estudantes. No Brasil, Figueiredo e Oliveira (1995) falam da tentativa de criar um serviço como esse na Universidade Federal de São Carlos. Esses autores também apontam que outras tentativas desse tipo foram investigadas, no entanto percebe-se apontam que a disponibilidade desse dispositivo não comporta a demanda para esse tipo de atendimento.

Métodos

Trata-se de uma pesquisa exploratório-descritiva, de abordagem quali-quantitativa. Foi utilizada a aplicação da Entrevista Clínica Estruturada para os Transtornos do DSM-5 (SCID-5) que é um guia de entrevista para a realização dos principais diagnósticos do DSM-5 (anteriormente diagnosticados no Eixo I). Em relação aos procedimentos do instrumento utilizado destaca-se que a primeira parte da entrevista SCID-5 é uma visão geral, onde se pergunta a idade, em que tipo de lugar mora, com quem vive, se trabalha atualmente, se possui algum problema da saúde, e por fim um breve histórico de transtornos psiquiátricos. Após essas perguntas foram selecionados os módulos que constituíam o foco da pesquisa. Foram investigados os módulos que contém um repertório de perguntas estruturadas específicas sobre cada um dos seguintes transtornos: episódios de humor, que incluía os transtornos depressivos e maníacos, transtorno por uso de substâncias, considerando o hábito de bebidas no período de 12 meses, transtornos de ansiedade, que incluía transtorno de pânico ao longo da vida,

agorafobia atual, transtorno de ansiedade social, transtorno de ansiedade generalizada, Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade em adultos. Esses módulos foram selecionados tendo em vista serem estes transtornos os mais mencionados na literatura sobre o adoecimento dos estudantes.

Os participantes da pesquisa foram 16 estudantes do 1º período e 21 estudantes do 10º período, turnos diurno e noturno, do curso de graduação em Psicologia, da Universidade Estácio de Sá, Campus Nova Iguaçu. A escolha desses períodos se deu com o objetivo de investigar alguma mudança nos possíveis sintomas, ou o surgimento deles, com o decorrer dos semestres. Todos os estudantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, onde liam os objetivos e implicações da pesquisa e também sobre seu risco mínimo, deixando claro que, na medida de qualquer desconforto de sua parte, as perguntas da entrevista seriam interrompidas sem qualquer prejuízo para o participante. Os critérios de inclusão foram estar regularmente matriculados no curso e aceitação voluntária. Para a seleção dos participantes adotou-se o método da amostra probabilística. As entrevistas SCID-5 foram realizadas individualmente em salas de atendimento clínico no Serviço de Psicologia Aplicada do campus, em horário escolhido pelos participantes e com sigilo e conforto necessários, no período de fevereiro a novembro/2018. A realização da entrevista SCID-5 durou, em média, 1 hora com cada participante. Todos os estudantes responderam a perguntas dos módulos selecionados para a pesquisa. As respostas dos participantes as entrevistas SCID-5 foram transcritas e analisadas.

A análise dos dados foi realizada a partir do preenchimento de critérios do material utilizado, o SCID-5. Em cada módulo há uma indicação de quantas respostas precisam ser positivas para o diagnóstico do transtorno investigado. Após essa etapa foram destacados os principais transtornos identificados em cada período da graduação.

Resultados e discussão

Do total de 37 participantes apenas três do primeiro período e quatro do décimo período são do sexo masculino. Ou seja, há uma prevalência de mulheres nesta amostra, assim como há uma prevalência de mulheres no curso de Psicologia (Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística [IBOPE], 2004). Outro dado importante se refere ao INEP que divulgou em 2017 que o número de pessoas que ingressam nas Universidades é majoritariamente feminino. Segundo a investigação 70,6% dos ingressantes nas Universidades são do sexo feminino. Nesta pesquisa também foi possível observar essa prevalência, 81,1% dos participantes são mulheres.

Em relação ao primeiro período, dos 16 estudantes participantes é possível identificar que as idades variam de 17 a 59 anos.

Com os dados levantados da entrevista estruturada, SCID-5, verificou-se a prevalência do preenchimento de critérios para quadros de depressão e transtorno de pânico. Cinco estudantes apresentam quadro de Depressão Atual, nove apresentaram episódio depressivo anterior, sete estudantes já apresentaram Transtorno de pânico ao longo da vida, seis apresentam Transtornos de ansiedade generalizada. 50% dos participantes apresentam pelo menos dois desses quadros diagnósticos.

Podem-se notar nos relatos dos participantes, alterações de sono ou preocupação com a nova rotina da faculdade, dificuldade em conciliar a faculdade com o trabalho. Destaca-se ainda que em períodos de provas ocorra uma intensificação dessas alterações no sono. Outros destacam maior irritabilidade nesse período, e comportamentos como isolamento social.

Nota-se que os estudantes de primeiro período referem como maior dificuldade associada à graduação o manejo de tempo para as demandas da faculdade e outras demandas pessoais, como trabalho, vida social. O fato de iniciar o curso superior, no entanto, constitui uma realização pessoal, o que em alguns casos desencadeia também alguns sintomas maníacos, característicos de estado de alta motivação.

Os dados encontrados no primeiro período revelam sintomas listados do TMM.

Analisando os resultados dos estudantes do 10º período observa-se que as idades variam de 22 a 41 anos. Dos 21 participantes, dez apresentaram episódios de Transtorno de pânico ao longo da vida e cinco estudantes apresentam transtorno de ansiedade generalizada. A preocupação com o final da graduação e com o mercado de trabalho é recorrente nas falas dos estudantes. Em relação à rotina da faculdade, repete-se a fala que menciona o aumento de estresse em períodos de provas e com o sistema da Universidade especialmente a montagem da grade acadêmica, que se refere ao período de matrícula nas disciplinas do semestre. Os estudantes do décimo período também se mostram fadigados, pouco motivados e ansiosos quanto à carreira.

Os transtornos mais recorrentes nas entrevistas foram: Episódio Depressivo Maior Atual e Anterior, Transtorno de Pânico ao longo da vida e Transtorno de Ansiedade Generalizada. 51% dos participantes apresentaram mais de transtorno. Indicado no gráfico a seguir.

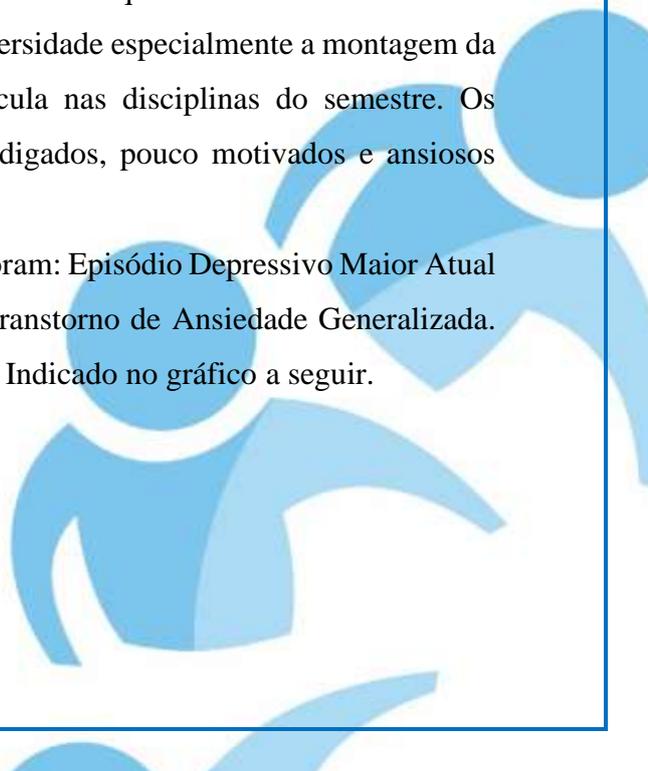
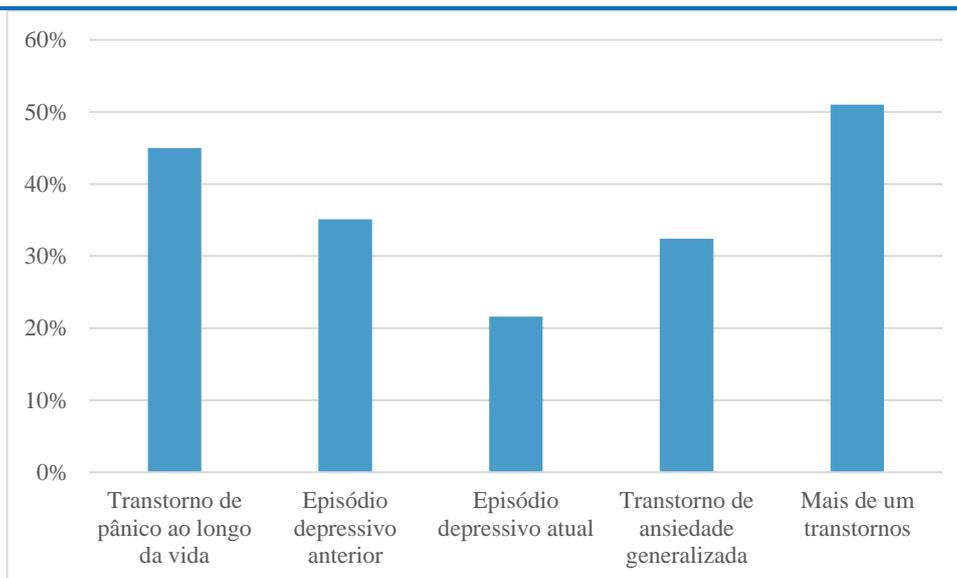


Figura 01: Transtornos mentais identificados com maior recorrência.

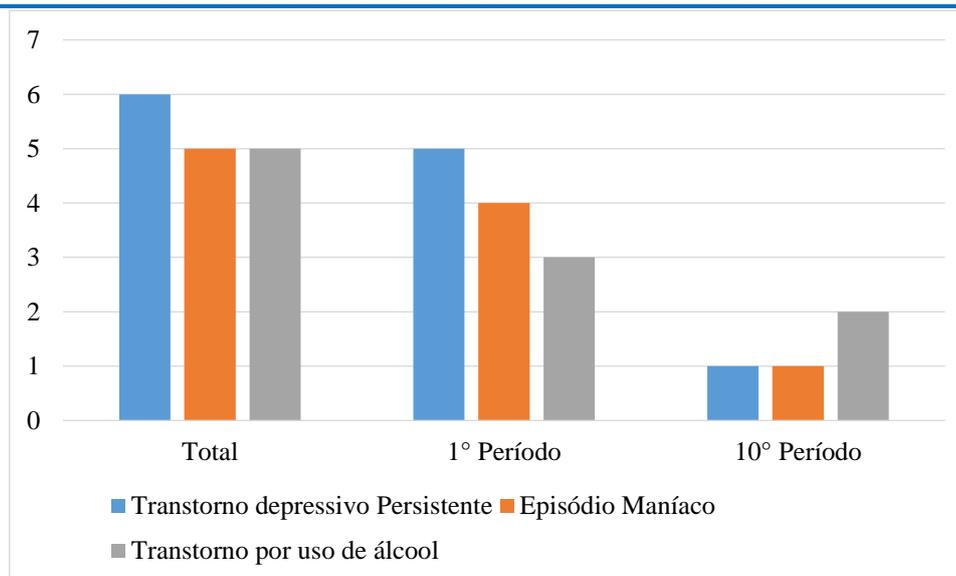
Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

O transtorno de pânico ao longo da vida, segundo a entrevista SCID-5, foi identificado a partir da pergunta: “Você já teve um pico intenso, ou aquilo que se pode chamar de “ataque de pânico”, em que se sentiu subitamente muito amedrontado ou ansioso, ou desenvolveu subitamente muitos sintomas físicos?” As perguntas seguintes trataram-se dos sintomas físicos como coração acelerado, suor, tremores, falta de ar, entre outros sinais de um ataque de pânico. Esse transtorno foi observado em 17 dos 37 estudantes.

O transtorno de ansiedade generalizada atual foi identificado em doze estudantes. A pergunta introdutória era: “Nos últimos seis meses, você tem andado muito ansioso e preocupado durante grande parte do tempo?”. Nos estudantes do décimo período que preencheram os critérios para esse transtorno, a preocupação estava ligada a reta final da faculdade, ao mercado de trabalho e ao trabalho de conclusão de curso. Nos estudantes do primeiro período, dos sete que preencheram os critérios, seis atribuíram à preocupação a faculdade e ao período de provas: essa ansiedade está relacionada ao desejo de alcançarem um resultado satisfatório na Universidade. Os estudantes que já apresentavam esse quadro antes do ingresso na Universidade afirmam que perceberam o agravo desse quadro, especialmente com as primeiras provas.

Sobre os Transtornos depressivos, foi investigada a presença de episódios depressivos anteriores, em algum momento da vida do estudante, e na vida atual.

Outros três transtornos apareceram em proporção menor, sendo eles: Episódio Maníaco, Transtorno por uso de álcool e Transtorno Depressivo Persistente.

Figura 02: Transtornos mentais identificados com menor recorrência.

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

O Episódio maníaco surge nas categorias atual e anterior. Quatro participantes do primeiro período e um do décimo preenchem os critérios. A pergunta introdutória deste módulo se refere a sensação de grande empolgação dentro do período de um mês. Os estudantes atribuíam essa empolgação a Universidade, três destes possuíam mais de 37 anos, sendo eles do primeiro período o que indica que o retorno para bancos escolares é visto com empolgação e como realização pessoal.

O transtorno por uso de álcool no instrumento utilizado na pesquisa possui as categorias: leve, moderado e grave. Três participantes do primeiro período e dois do décimo preencheram os critérios. As perguntas desse módulo referiam-se aos hábitos e frequência de uso de bebidas alcoólicas. Um participante do décimo período apresentou esse transtorno em categoria grave, um participante não preencheu o período descrito no módulo para configurar o transtorno, no entanto relatou que por um período após seu ingresso na universidade fazia uso de bebida alcoólica compulsivamente.

Transtorno depressivo persistente foi considerado em 6 entrevistas SCID-5 sendo cinco nos estudantes do primeiro período. A investigação desse transtorno indagava a presença de humor deprimido na maior parte do dia na maioria dos dias no período de dois anos.

Dentre os participantes, somente dois não apresentam sintomas que podem estar relacionados ao TMM: uma delas mencionando, especificamente, que a universidade fez com que a ansiedade fosse controlada. Os demais apresentam transtornos de pânico, quadros depressivos, inapetência, fadiga, alterações do sono, ansiedade generalizada.

Considerando o que a literatura apresenta como sintomas dos TMMs - esquecimento, dificuldade na concentração e tomada de decisões, insônia, irritabilidade, fadiga e queixas somáticas - podemos considerar que os estudantes universitários abordados apresentam todos os citados. A literatura aponta para a questão da adaptação com a rotina da faculdade, o que é perceptível nos resultados coletados. A preocupação com compreender e acompanhar os conteúdos é presente na fala dos participantes e muitos atribuem alterações de sono em período de provas. Esse indicativo também é destacado nos estudantes do décimo período.

A literatura cita o contato do estudante com o sofrimento psíquico, no entanto talvez não tenham sido ressaltadas as próprias vivências do estudante antes de ser estudante de psicologia. Dos 37 participantes, 22 já apresentaram episódio depressivo anterior ou transtorno de pânico ao longo da vida (nomeações do SCID-5). Este resultado está de acordo com os dados que encontramos na sociedade em geral, onde se observam altos números de quadros depressivos e ansiosos. Em 2017, a Organização Mundial de Saúde (OMS) divulgou um relatório no qual aponta que a depressão atinge uma parcela de 5,8% da população brasileira, o que em números são aproximadamente 11.548.577. Em relação aos transtornos de ansiedade afetam 9,3% (18.657.943).

Cabe ressaltar que apenas três dos 37 participantes estão em processo de terapia, sendo esses estudantes do primeiro período. Alguns participantes embora tivessem passado por um transtorno depressivo não realizaram, e no momento da participação na entrevista também não estavam em processo psicoterápico. No décimo período um estudante relatou que interrompeu o processo terapêutico e não retornou apesar de suas respostas a entrevista SCID-5 demonstrar a existência de sofrimento psíquico assim como também comportamentos compulsivos. Esse dado aponta o não reconhecimento dos futuros profissionais da necessidade do cuidado com a saúde mental. O que levanta o questionamento do por que esses estudantes que fazem um curso que enfatiza a importância de cuidar da saúde mental não buscarem realizar esse acompanhamento. Dessa forma percebe-se a necessidade de uma diretriz mais específica no sentido de conscientizar sobre a importância do estudante realizar a psicoterapia.

Considerando que o curso de psicologia abrange as questões sobre adoecimento psíquico, pode ocorrer uma associação de que esses estudantes possuem conhecimentos para reconhecer com maior facilidade seu próprio sofrimento, e assim buscar meios com o objetivo de melhorar a qualidade de sua saúde mental. As questões observadas nos estudantes de psicologia também podem ser estendidas a outros cursos, no entanto, o que cabe ressaltar é que os estudantes de psicologia lidam diretamente com conteúdos sobre o sofrimento psíquico e os dados dessa pesquisa mostram a falta de manejo com a sua própria saúde mental.

A preocupação com o mercado também é algo exposto na literatura, e é evidente nos estudantes do décimo período. Nas falas dos mesmos surgem questões de compulsão alimentar devido a ansiedade com provas ou preocupação com o início da profissão. Os estudantes do décimo período que preencheram os critérios para Transtorno de Ansiedade Generalizada relacionavam a preocupação com o fim da graduação e mercado de trabalho.

Mercuri e Polydoro (2004) citam que o ingresso na universidade é um marco na vida do sujeito, e com isso podem ocorrer idealizações, ansiedade e angústias. Destacam que esse processo é permeado por aspectos psicológicos. Alguns estudantes citam sentimento de culpa em situações que não cumprem as atividades das disciplinas. Esse dado pode ser associado ao que foi dito anteriormente, o não cumprimento de tarefas pode provocar uma frustração nas idealizações criadas surgindo assim o sentimento de culpa.

A questão do retorno aos estudos também é destacada nas respostas à entrevista SCID-5 sendo possível notar que os estudantes que estão ingressando possuem uma variação maior de idade do que os estão terminando. As idades dos estudantes do décimo período variam de 22 a 41, e a do primeiro período de 17 a 59 anos. O jornal Folha de São Paulo (2018) divulgou um censo realizado pelo Quero Bolsa, uma plataforma de bolsas de estudo, que apontou que entre os anos de 2010 a 2017 o número de pessoas ingressando em universidades após os 50 anos de idade aumentou. Em 2017, 73.048 estudantes com 50 ou mais ingressaram na Universidade.

A questão da preocupação com o mercado de trabalho traz uma reflexão importante sobre o papel do trabalho na sociedade. Castro (2017) aponta que no atual cenário da sociedade, o trabalho possui um lugar central na vida dos sujeitos, dessa forma a identidade profissional é um ponto principal do processo identitário, ou seja, o trabalho também é algo que constitui o eu. Isto significa que a preocupação e ansiedade com o início da carreira evidenciada nos resultados desta pesquisa pode estar ligada a própria identidade do eu, tornando uma necessidade básica. As transformações da sociedade colocaram o trabalho no centro da rotina dos indivíduos, e cada vez mais há a compreensão da necessidade de qualificação, de profissionalização. Ter um trabalho, ser um profissional faz parte do processo de exercer a subjetividade de cada um.

O ingresso na universidade é visto pelos estudantes como uma possibilidade de melhora de vida. Percebe-se nas falas dos participantes o cansaço com a rotina dupla, estudar e trabalhar.

Um ponto a ser enfatizado é sobre a realidade social do contexto da pesquisa. A mesma foi realizada no município Nova Iguaçu. A cidade de Nova Iguaçu abriga aproximadamente 800 mil habitantes, quase 10% da população da Região Metropolitana do Estado do Rio de

Janeiro e constitui um dos maiores polos comerciais e industriais brasileiros (Secretaria Municipal de Saúde de Nova Iguaçu, 2010). Localiza-se na região conhecida como Baixada Fluminense, periférica à capital do Estado do Rio de Janeiro, conhecida como área formada por “cidades dormitório”, dado o movimento pendular realizado por seus moradores, que não encontram suficientes ofertas de emprego nas cidades em que residem (Instituto de Pesquisa e Planejamento Urbano e Regional [IPPUR] da Universidade Federal do Rio de Janeiro [UFRJ], 2007). Alguns de seus municípios ocupam os últimos lugares nos indicadores socioeconômicos, têm alguns dos piores resultados em educação, renda e mesmo em serviços de saúde do Estado do Rio de Janeiro (Centro Estadual de Estatísticas Pesquisas e Formação de Servidores Públicos do Rio de Janeiro [CEPERJ], 2017).

A Baixada Fluminense possui uma população de aproximadamente quatro milhões de habitantes e é composta por 13 municípios: Belford Roxo, Duque de Caxias, Nova Iguaçu, Guapimirim, Itaguaí, Japeri, Magé, Mesquita, Nilópolis, Paracambi, São João de Meriti, Queimados e Seropédica. Outro aspecto importante que merece ser enfatizado refere-se à sua realidade social, marcada por baixos índices de desenvolvimento humano (IDH), evasão escolar e outros problemas comuns às grandes metrópoles brasileiras, como falta de saneamento básico, precariedade do transporte público e violência urbana (Pletsch, 2008, p. 34).

Medeiros (2017) apontou em sua pesquisa que houve um aumento no desenvolvimento social da baixada. No entanto destaca que existe vulnerabilidade social nessa região. O autor define vulnerabilidade como a necessidade da população em acessar a recursos, o que sugere que seu padrão de vida é baixo, configurando assim a não observância de direitos sociais. Esta carência de recursos é um impeditivo a melhorias nas condições de vida. O autor aponta ainda que essa vulnerabilidade também é um obstáculo às chances de ingresso no mercado de trabalho.

Correlacionando os dados de pesquisa com os dados citados acima é possível associar preocupação sobre o mercado de trabalho, o cansaço intensificando com a rotina de trabalho e estudo são recorrentes no dia a dia dos estudantes, com o contexto social desses estudantes. Essas informações foram percebidas e repetidas nas falas dos estudantes.

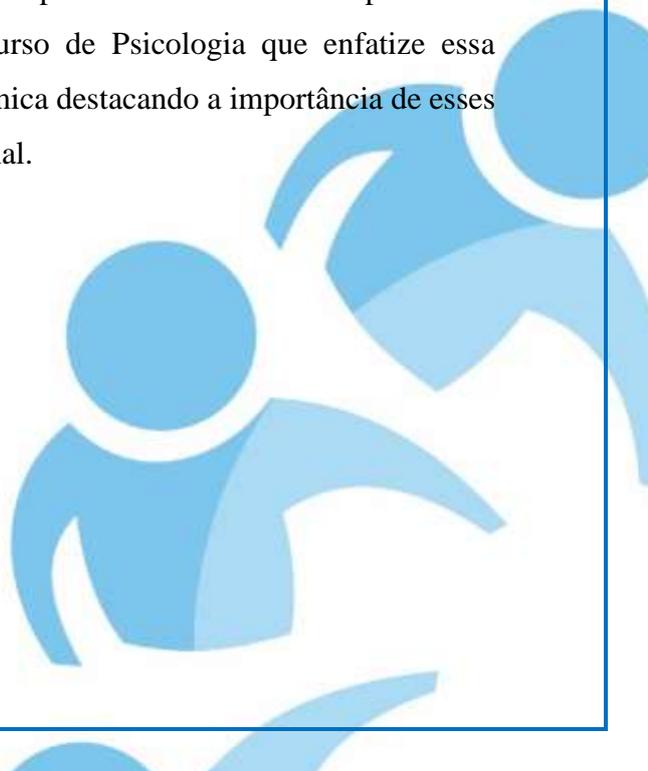
Os dados da pesquisa apontam a prevalência de adoecimento ou sofrimento psíquico nos estudantes: apenas 5% dos participantes não preencheram critérios para transtornos. Foi observado que o início da graduação, os períodos das avaliações e a reta final da graduação afetam o bem estar dos estudantes. No entanto não foi possível correlacionar se há influência específica do contato com o sofrimento e a subjetividade humana no adoecimento dos estudantes. Desta forma tornam-se necessárias mais pesquisas sobre o tema.

Considerações finais

Psicólogos são profissionais de saúde mental. É importante que seja direcionado uma atenção também para a saúde mental dos mesmos, tendo em vista que seus transtornos podem atingir, diretamente, seu trabalho. Na Universidade estão os futuros profissionais que precisam também estar bem emocionalmente para desenvolverem suas atividades. No resultado desta pesquisa foram encontradas pessoas com diversos transtornos, alguns mais graves, como aqueles relacionados a bebidas alcoólicas e também a maus tratos com o próprio corpo.

Cabe destacar a realidade da Baixada Fluminense, onde a pesquisa foi realizada, é uma região carente de recursos onde muitos estão tentando alcançar uma melhor qualidade de vida. Percebe-se esse ponto quando se observa que muitos trabalham e estudam, e que muitos não moram em uma região próxima à Universidade.

Pode se observar também a necessidade de mais pesquisas sobre o impacto dos conteúdos sobre sofrimento e adoecimento psíquico diretamente na saúde mental dos estudantes. Conclui-se que os estudantes estão vulneráveis pelas suas vivências e seu contexto social. Seu ingresso na Universidade é permeado por outros desafios e o curso de Psicologia, por tratar de estudar o sofrimento psíquico humano, pode ter como consequência o surgimento ou agravamento de transtornos nesses estudantes, nos futuros profissionais de saúde mental, e isso pode implicar diretamente na sua atuação. Compreende-se que há um impacto da rotina da faculdade na vida dos estudantes de psicologia, pelos resultados apontados neste estudo, dentre os transtornos mentais identificados como de maior recorrência, estão: transtorno de pânico, transtorno de ansiedade generalizada e episódios depressivos persistentes, o que indica a necessidade de apoio e a ênfase na importância da psicoterapia. Por isso é necessário pensar em uma orientação das Diretrizes Curriculares para o curso de Psicologia que enfatize essa evidência do sofrimento psíquico atrelado a vida acadêmica destacando a importância de esses estudantes terem algum tipo de serviço e apoio emocional.



REFERÊNCIAS

- Andrade, A. S., Tiraboschi, G. A., Antunes, N. A., Viana, P. V. B. A., Zanoto, P. A., & Curilla, R. T. (2016). Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(4), 831-846. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-3703004142015>
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. <https://docplayer.com.br/64988169-Reflexoes-sobre-a-saude-mental-do-estudante-universitario-estudo-empirico-com-estudantes-de-uma-instituicao-publica-de-ensino-superior.html>
- Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 10(3), 413-420. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2005000300010
- Conselho Federal de Psicologia. (n.d.). Legislação. *Resoluções*. <https://site.cfp.org.br/legislacao/leis-e-normas/>
- Figueiredo, R. M., & Oliveira, M. A. P. (1995). Necessidades de estudantes universitários para implantação de um serviço de orientação e educação em saúde mental. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 3(1), 05-14. <https://dx.doi.org/10.1590/S0104-11691995000100002>
- First, M. B., Spitzer, R. L., Karg, R. S., Janet, B. (2015). Entrevista Clínica Estruturada para os Transtornos do DSM-5: SCID-5-CV. (ed. Versão Clínica). Artmed.
- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. (2011). Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior. <http://www.andifes.org.br/relatorio-do-perfil-socioeconomico-e-cultural-dos-estudantes-de-graduacao-das-universidades-federais-brasileiras/>
- Fundação Centro de Estatísticas, Estudos e Pesquisas e formação de servidores públicos do Estado do Rio de Janeiro. (n.d.). <http://www.ceperj.rj.gov>
- Gastaud, M.B., Souza, L. D. M., Braga, L., Horta, C.L., Oliveira, F. M., Sousa, P. L. R., Silva, R.A. (2006). Bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores em estudantes de Psicologia: estudo transversal. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 28(1),12-18. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082006000100003>
- Granconato, E. (2018). Faculdades do país recebem cada vez mais alunos acima dos 50 anos. *Jornal Folha de São Paulo*. <https://www1.folha.uol.com.br/educacao/201/11/faculdades-do-pais-recebem-cada-vez-mais-alunos-acima-dos-50-anos.shtml>
- Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística. (2004). Pesquisa de opinião com psicólogos inscritos no Conselho Federal de Psicologia. <https://site.cfp.org.br/publicacao/pesquisa-de-opinio-ibo-pe-psicologo-brasileiro/>

- Instituto de Pesquisa e Planejamento Urbano e Regional da Universidade Federal do Rio de Janeiro. (2007). Publicação semestral do Instituto de Pesquisa e Planejamento Urbano e Regional da Universidade Federal do Rio de Janeiro. <http://www.ippur.efrj.br/>
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2016). Sinopse Estatística da Educação Superior 2015. Brasília. <http://inep.gov.br/censo-da-educacao-superior>
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2017). MEC e Inep divulgam dados do Censo da Educação Superior 2016. http://portal.inep.gov.br/artigo//asset_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/mec-e-inep-divulgam-dados-do-censo-da-educacao-superior-2016/21206
- Junior, M. H. (2017). Desenvolvimento econômico, social e vulnerabilidade na região metropolitana do Rio de Janeiro. Territórios em Números: insumos para políticas públicas a partir da análise do IDHM e do IVS de municípios e Unidades da Federação brasileira. <http://repositorio.ipe.gov.br/bitstream/11058/8436/1/Desenvolvimento%20econ%C3%B4mico%20social%20e%20vulnerabilidade%20na%20Regi%C3%A3o%20Metropolitana%20do%20Rio%20de%20Janeiro>
- Lei n. 4.119, de 27 de agosto de 1962. Dispõe sobre cursos de formação em Psicologia e regulamenta a profissão de psicólogo. Brasília: Presidência da República; Casa Civil; Subchefia para Assuntos Jurídicos, 2007. http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/1950-1969/L4119.htm
- Mercuri, E. & Polydoro, S. A. J. (Org.). (2004). Estudante universitário: características e experiências de formação. Taubaté: Cabral Editora e Livraria Universitária.
- Ministério da Educação. (n.d.). Diretrizes Curriculares Cursos de Graduação. <http://portal.mec.gov.br/conselho-nacional-de-educacao/atos-normativos--sumulas- pareceres-e-resolucoes>
- Organização Pan-Americana de Saúde. (2018). Organização Mundial da Saúde divulga novas estatísticas mundiais de saúde. https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5676:organizacao-mundial-da-saude-divulga-novas-estatisticas-mundiais-de-saude&Itemid=843
- Pletsch, M. D. (2012). Educação Especial e Inclusão Escolar: uma radiografia do atendimento educacional especializado nas redes de ensino da Baixada Fluminense /RJ. *Ciências humanas e sociais em revista*, 34(1), 31-48. <http://doi.editoracubo.com.br/10.4322/chsr.2014.003>
- Secretaria Municipal de Saúde de Nova Iguaçu. (2010). Caderno de Organização da Atenção básica e saúde mental de Nova Iguaçu. <http://brasil.campusvirtualsp.org/taxonomy/term/16507>
- Tarnowski, M., & Carlotto, M. S. (2007). Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. *Temas em Psicologia*, 15(2), 173-180. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2007000200004&lng=pt&tlng=pt

Tenente, L. (2017). 'É pesado emocionalmente': alunas do início e do fim do curso de psicologia contam impressões da graduação. Educação. Guia de Carreiras. R <https://g1.globo.com/educacao/guia-de-carreiras/noticia/e-pesado-emocionalmente-alunas-do-inicio-e-do-fim-do-curso-de-psicologia-contam-impressoes-da-graduacao.ghtml>

Volcan, S. M.A., Sousa, P. L. R., Mari, J. J., Horta. B. L. (2003). Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. *Revista de Saúde Pública*, 37(4), 440-445. <https://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102003000400008>

