

NÚCLEO DE APOIO PEDAGÓGICO E PSICOSSOCIAL AO ESTUDANTE: UMA EXPERIÊNCIA PIONEIRA DE APOIO AO SOFRIMENTO ESTUDANTIL UNIVERSITÁRIO NO MUNICÍPIO DE EUNÁPOLIS - BAHIA

*Marília Martins de Araújo Reis*¹

Universidade Federal do Sul da Bahia

Mestranda em Estado e Sociedade - PPGES – UFSB

Docente. Psicóloga clínica - UNEB – *Campus XVIII*, Brasil.

E-mail: mariliaamarilis@hotmail.com

Resumo: Trata-se de um relato de experiência pioneiro de cuidado psicossocial com estudantes da Universidade Estadual da Bahia no município de Eunápolis-Ba, promovida pelo Núcleo de Apoio Pedagógico e Psicossocial ao Estudante (NAPE), no período de 2016 a 2018. A vida universitária representa uma oportunidade de ascensão social, aliada a aspectos subjetivos de realização pessoal e profissional, no contexto cultural do Brasil. Porém, desde seu ingresso e durante o seu percurso, o estudante universitário se defronta com desafios de diversas modalidades, que podem tornar o decorrer do seu trajeto prazeroso, mas conflitivo e desgastante, culminando em muitos casos no sofrimento psíquico e por vezes, no adoecimento físico e mental. Estudos científicos demonstraram que o sofrimento psíquico entre estudantes universitários é um fator preocupante. Frente a este contexto, realizou-se como alternativa de cuidado para os discentes da UNEB, em nível de prevenção e promoção da saúde psicossocial, atendimentos clínicos psicológicos e ações terapêuticas em grupo, através da Terapia Comunitária integrativa (TCI), a fim de ampliar este cuidado à demanda crescente de atendimentos, na tentativa de trazer oportunidades de alívio para sofrimento psíquico. Observou-se que a percepção da vida acadêmica na universidade, os aspectos da vida acadêmica são potenciais fatores de risco para sofrimento psíquico, podendo influenciar na condição biopsicossocial e relacional do estudante, bem como em sua expectativa frente ao futuro profissional. Após as intervenções, evidenciou-se o alívio de tensões ocasionadas pelo cotidiano acadêmico, sugerindo-se melhor adaptação dos estudantes a este contexto.

Palavras chave: Prevenção e promoção à saúde mental. Sofrimento estudantil. Terapia Comunitária Integrativa.

1 Introdução

A vida universitária representa uma oportunidade de ascensão social, aliada a aspectos subjetivos de realização pessoal e profissional, no contexto cultural do Brasil. Desde seu ingresso e durante o seu percurso, o estudante universitário se defronta com desafios de diversas modalidades, que podem tornar o decorrer do seu trajeto prazeroso, mas conflitivo e desgastante,

culminando em muitos casos no sofrimento psíquico e por vezes, no adoecimento mental. Estudos científicos demonstraram que o sofrimento psíquico entre estudantes universitários é um fator preocupante.

A percepção da vida acadêmica na universidade, os aspectos da vida acadêmica são potenciais fatores de risco para sofrimento psíquico, podendo influenciar, segundo Graner *et ali* (2017) na sensação de bem estar, ou culminar no desejo de abandonar o curso, visto percebê-lo como fonte de estresse, desconforto em especial, durante as avaliações, discriminação e dificuldades socioeconômicas, raciais, insatisfação com o curso e baixas expectativas com o futuro profissional. Em concordância, Nogueira (2017) ressalta em sua Tese de Doutorado que aborda a saúde mental em estudantes do Ensino Superior, desenvolvida em Lisboa – Portugal, que problemas de saúde mental além de interferir no percurso acadêmico, reduzem o rendimento escolar e elevam a taxa de evasão, denotando que este sofrimento é comum a estudantes de diferentes nações. Deste modo, fatores acadêmicos são mais percebidos como estressores na vida dos estudantes. Problemas como estados mistos de depressão e ansiedade, com a presença de insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas, dentre outros, podem levar a condições agravantes como a queda na qualidade de vida e desejos suicidas, sendo que a deterioração da qualidade de vida se apresenta de forma distinta para cada indivíduo (LIESENFELD, 2018). Em trabalho que aborda os indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários, Lacerda (2015) afirma que:

A Universidade como espaço institucional, além de produzir conhecimento, produz também sofrimento, angústia e muitas agruras que se manifestam mediante diferentes sintomas como, estresse, depressão, ansiedade, melancolia, fobias, isolamento, dependência química. E a rigor, o quadro se amplia a partir de um olhar mais acurado acerca do cotidiano universitário em sala de aula, nos corredores, na universidade como um todo. (LACERDA, 2015, p.20)

Em consonância às afirmações de Liesenfeld (2018) relativas ao suicídio, as redes sociais e a mídia na atualidade também evidenciam casos extremos, onde tal comportamento e o homicídio no contexto estudantil sugerem provável dificuldade em lidar com as tensões cotidianas neste universo, que apresenta desafios intrapessoais, interpessoais, intelectuais e interdisciplinares. Nogueira (2017) reporta-se à ACHA- NCHA-II: *Reference Group Executive Summary Spring 2012*, cujo estudo estatístico que revelou que 7 % dos estudantes pensaram seriamente em suicídio, inferindo que esta percentagem tende a aumentar. Resultados de pesquisa realizada por Lacerda (2015) também apontaram para maior nível de depressão e sofrimento ocorrer em

mulheres, bem como segundo Calais (2003, *apud* LACERDA, 2015, p. 40), ao constatar que as mulheres são mais suscetíveis ao estresse do que os homens tanto por sua condição biológica, quanto pela imposição de papéis sociais. Esta análise revelou a existência significativa de estresse entre os estudantes, dos quais, a maioria da amostragem com sintomas foi do gênero feminino, verbalizados em seus relatos a exemplo de insônia, boca seca, dor de estomago, taquicardia, dentre outros.

É significativo citar que o estudante universitário atravessa principalmente nos primeiros anos acadêmicos, situações novas que exigem maior responsabilidade e autonomia, muitas vezes acompanhadas pelo distanciamento – por questões de tempo ou mesmo geográficas - da família e de pessoas significativas de sua vida privada. O mesmo ocorre quando em conclusão do semestre letivo ou do curso de graduação, sob as pressões de prazos de trabalhos finais - o “TCC” (Trabalho de Conclusão de Curso) - o estudante lida com a ansiedade contínua que muitas vezes levam-no à insônia e bloqueios no raciocínio, dificultando a produção acadêmica. Tais aspectos coadunam com afirmações de trabalho sobre a saúde mental em estudantes do ensino superior (EES), no qual Nogueira (2017) analisa os fatores protetores e fatores de vulnerabilidade, observando que:

A ansiedade patológica desencadeia uma reação fisiológica e comportamental nefasta, intensa e disfuncional, com prejuízo no funcionamento global, predispondo a pessoa a maior vulnerabilidade física e psíquica, conduzindo a elevado nível de sofrimento. Deteriora as relações interpessoais, a autoestima, podendo mesmo bloquear as competências intelectuais (Yuan Wang, Gorenstein, Andrade, Oliveira, & Andrade, 2009), designadamente a cognição, a memória e a capacidade de aprendizagem, com os prejuízos inerentes no desempenho acadêmico, no caso dos EES. (NOGUEIRA, 2017, p. 36)

Andrade (2016) realizou pesquisa com estudantes onde questões abertas referentes às vivências e ao sofrimento psíquico apresentaram indicadores explícitos de mal-estar universitário, ressaltando que ao indagar sobre a vivência de sofrimento psíquico, 107 dos 119 estudantes participantes da pesquisa responderam afirmativamente. A partir destes dados, se discute dentre outros pontos, a necessidade urgente de ações dos gestores universitários para tal aspecto que remete à necessidade de humanização dos espaços de Ensino Superior.

Diante do exposto e em contato cotidiano com esta realidade estudantil na Universidade Estadual da Bahia (UNEB) – *Campus XVIII*, profissionais do Núcleo de Apoio Pedagógico e Psicossocial ao Estudante (NAPE) realizaram no período de 2016-2018, ações de cuidado para

com os estudantes, em nível de prevenção e promoção da saúde psicossocial, na tentativa de trazer ao corpo discente oportunidades de alívio para este sofrimento. O NAPE é um órgão da gestão departamental de apoio acadêmico e psicossocial ao estudante que busca contribuir com a permanência do estudante na universidade, bem como potencializar e subsidiar a política de Assistência Estudantil na UNEB. O referido *Campus* dispõe atualmente dos cursos de graduação em Administração, Turismo, História e Letras, havendo demandas para atendimento em todos. Foram então desenvolvidos atendimentos psicológicos individuais, bem como aplicada a técnica terapêutica grupal da Terapia Comunitária Integrativa (TCI), a fim de ampliar este cuidado à demanda crescente de atendimentos, tanto em quantidade, como na complexidade dos conteúdos subjetivos do alunado.

A eficiência da Psicoterapia Individual para alívio do sofrimento psíquico já é reconhecida mundialmente, a exemplo das abordagens de base psicanalítica, da Teoria Cognitivo Comportamental, da Gestalterapia, da abordagem Existencial Fenomenológica Centrada na Pessoa (Rogeriana), dentre outras consideradas pela ciência psicológica. Assevera-se, porém, a necessidade do processo psicoterapêutico ser administrado por psicólogos devidamente formados por instituições de ensino reconhecidas pelo Ministério da Educação (MEC) e registrados no Conselho Regional de Psicologia de sua Região, garantindo assim o cuidado ético e adequado para com a clientela assistida.

A TCI consiste em uma “prática terapêutica coletiva que envolve os membros da comunidade numa atividade de construção de redes sociais solidárias para promoção da vida e mobilização dos recursos e competências dos indivíduos, famílias e comunidades” (BRASIL, 2018, p.121). Esta técnica foi criada na década de 1990 pelo psiquiatra, antropólogo e professor universitário Adalberto Barreto, sendo de origem integralmente brasileira, a qual valoriza os aspectos da cultura como instrumento curativo na coletividade, a qual reconhece que a sociedade tem seus problemas, mas possui, também, recursos para solucioná-los, valorizando o comunitário, a cultura, ao invés do unitário, socializando-se o tratamento e atuando como recurso de prevenção. Costa (2010) relata que a Terapia Comunitária tem demonstrado ser um modelo eficiente, cujos resultados inferem ser uma estratégia de intervenção nas comunidades com alta resolubilidade e custo pouco oneroso, inclusive inserindo-se com eficiência às estratégias de intervenção em Saúde Mental a Nível Básico de Atenção. Barreto (2008), Freire *et ali* (2013) e Brasil (2018) afirmam que a TCI tem afinidade com os princípios e práticas da Saúde Mental a partir do referencial da Reforma Psiquiátrica no Brasil, com metodologia adequada aos objetivos

do desenvolvimento da autonomia e da cidadania das pessoas com sofrimentos psíquicos do cotidiano, o que foi demonstrado em experiências diversas, no Brasil e na França, nos quais pessoas cuidadas e os cuidadores processam uma reflexão filosófica sobre o encontro.

Destarte, a TCI foi reconhecida recentemente pelo Sistema Único de Saúde (SUS) como Prática Integrativa Complementar (PIC) em 2017, pelo Ministério da Saúde, através da publicação da Portaria GM/MS nº 849/2017 (BRASIL, 2018). Suas bases teóricas compreendem a Teoria Geral dos Sistemas, a Teoria da Comunicação, a Antropologia Cultural, a Pedagogia de Paulo Freire e o conceito de Resiliência. Atualmente esta estratégia de cuidado tem cruzado fronteiras internacionais, estando presentes em países da América, Europa e África. A TCI é uma técnica patenteada, divulgada nacionalmente pela Associação Brasileira de Terapia Comunitária (ABRATECOM), havendo cursos de formação autorizados para formar terapeutas comunitários, localizados em diversos estados brasileiros (ABRATECOM, 2019). Ressalta-se que as ações de cuidado apresentadas neste relato de experiência prosseguem sendo desenvolvidas pelo NAPE, relevando que o cuidado psicossocial necessita ser continuado para que sejam obtidos resultados factíveis e duradouros.

2 Desenvolvimento

O NAPE local foi desenhado a partir das demandas advindas dos discentes da UNEB *Campus XVIII*, onde observou-se a necessidade de organizar agenda para atendimento psicológico individual semanal na instituição, em sala reservada e com hora marcada previamente. Ele é composto atualmente por uma psicóloga (trabalho voluntário), uma auxiliar administrativa e coordenador (docente da instituição), havendo contado para a divulgação e participação nas rodas de TCI com o apoio de alunos monitores voluntários, participantes de Projeto de extensão Universitária nesta temática. A intensificação dos atendimentos direcionou para a adição destas técnicas coletivas, no caso a Terapia Comunitária Integrativa como estratégia de prevenção e promoção à saúde mental de estudantes universitários. Tal possibilidade ampliou o alcance de mais estudantes e consequentemente, o cuidado preventivo e promotor da saúde.

Observou-se que a procura pelos atendimentos psicológicos duplicou de 2016 para 2017, aumentando gradativamente em 2018, sendo 78,3% composto por pessoas do gênero feminino e 21,7%, masculino, o que sugere convergência para afirmação de Lacerda (2015) sobre estudantes mulheres serem mais vulneráveis ao sofrimento psíquico. Por faixa etária dos estudantes, tem-se 17 a 24 anos – 52,95%, 26 a 35 anos – 35, 15% e 37 a 54 anos – 11,90% dos atendimentos. Por semestre cursado, 68,41% são alunos do 1º ao 5º semestres e 31,59% são alunos do 6º ao 11º semestres. Em relação aos atendimentos psicológicos individuais, pode-se observar que a demanda por cursos de graduação demonstrou que 85% cursavam Letras, 33,33% - História, 15,80% - Turismo e 7,02% - Administração.

As rodas de TCI foram implementadas no ano de 2018, uma vez por mês, no espaço físico da referida Universidade, tendo sido recebida com facilidade pelos alunos, em vista de ser espaço aberto de cuidado, bem como dos seus aspectos lúdicos que envolvem a cultura. Relatos de ansiedade, insônia, dificuldade de concentração, estresse, sobrecarga e dificuldades de adaptação à rotina e pressões da vida universitária, bem como conflitos pessoais e relacionais, dificuldades com a instituição e de ordem socioeconômica, dentre outros, foram evidenciados nas referidas rodas, convergindo para o que afirmam Lacerda (2015), Nogueira (2017), Liesenfield (2018) e Graner *et ali* (2017), inspirando cuidados continuados pelo serviço de atendimento. Após o início da TCI e atendimentos individuais, observou-se relatos ao longo dos atendimentos sobre alívio de tensões ocasionadas pelo cotidiano acadêmico, sugerindo-se a ocorrência de melhor adaptação dos estudantes a este contexto, do que se infere a possível redução da ansiedade.

3 Conclusão

O relato de experiência converge com as referências apresentadas, demonstrando que a realidade acadêmica universitária é cercada por desafios e pressões cotidianas que se estendem dos conflitos intrapessoais, desafios de autonomia e sucesso profissional, às dificuldades de caráter socioeconômico, gerando sofrimento para os estudantes não somente no Brasil, mas em outras nações e continentes. Sugere-se, diante do exposto, a emergência da ampliação de ações de cuidado psicossocial para com o público estudantil em

instituições de Ensino Superior de modo geral, tendo em vistas a atenção e a prevenção de agravos em saúde de ordem biopsicossocial conforme apontado pelos autores aqui referenciados.

Sugere-se que este trabalho remete a reflexões acerca da importância da gestão e docentes de instituições universitárias em sensibilizar-se e apurar ainda mais o olhar direcionado ao seu corpo discente, no sentido de facilitar o desenvolvimento de ações de cuidado individual e coletivo, empenhando-se para a manutenção deste cuidado continuado para garantir ao alunado condições humanizadas de adaptação ao ritmo acadêmico, evitando assim evasão e o adoecimento do mesmo. A criação de órgãos como o NAPE quando em auxílio efetivo e contínuo na instituição, proporciona oportunidades de atendimento psicossocial, que por sua vez suprem parcialmente a dificuldade de acesso e a escassez de serviços que são oferecidos pelo sistema público de atenção psicossocial e policlínica do município. Infere-se ainda a importância de elaborar/ pensar políticas públicas voltadas para o bem estar de estudantes do Ensino Superior, de modo a qualificar ainda mais sua formação profissional.

Neste contexto, observou-se a importância da adoção de técnicas de âmbito grupal/ coletivo, bem como de baixo custo como a TCI, através da qual se obteve resultados positivos para os estudantes participantes, visando garantir a ampliação e a continuidade do cuidado, na medida em que as instituições públicas de Ensino Superior passam por situação de crise na atualidade, que podem vir a refletir na qualidade de vida estudantil, bem como na qualidade do suporte oferecido. Sugere-se que manter a articulação com a rede Intersetorial do município faz-se necessário para atender aos aspectos sociais, bem como compartilhar o cuidado com outras instâncias, visto a assistência social, assim como a saúde pública, ser direito de todo cidadão brasileiro.

Deste modo, este relato de experiência destaca a relevância da situação cotidiana de sofrimento estudantil, apontando para a necessidade de novos estudos que possam convergir para a construção de caminhos de cuidado psicossocial pelas instituições de Ensino Superior, na expectativa de melhorias da qualidade da vida estudantil, em direção a harmonizar o alcance das metas pessoais dos docentes e institucionais do Ensino Superior nesta e em outras localidades.

Referências

ABRATECOM - **Curso de Formação de Terapeutas Comunitários**, 2019. Disponível em:
<<http://www.abratecom.org.br/eventos/evento10.asp>> Acesso em: 29/03/2019.

ANDRADE, A. S. et al. Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 36, n. 4, p. 831-846, Dez. 2016. Disponível em:
<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932016000400831&lng=en&nrm=iso> Acesso em: 10 Jul. 2018.

BARRETO, A. P. **Terapia comunitária: passo a passo**. 3. ed. revisada e ampliada. Fortaleza: Gráfica LCR, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. **Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde**. Ministério da Saúde, Secretaria-Executiva, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 180 p.

COSTA, L. R. **Terapia comunitária e atenção básica: possibilidades de atenção à saúde mental no município de Pimenta - MG**. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Pimenta, 2010. 38f. Monografia (Especialização em Atenção Básica em saúde da Família). Disponível em:
<<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2321.pdf>> Acesso em: 28/07/ 2014

FREIRE, T. M. H.C. *et ali*. **A Terapia Comunitária Integrativa no Cuidado da Saúde Mental**. Brasília, DF, 2013. Editora Kiron.

GRANER, K.M. RAMOS-CERQUEIRA, A.T.A. Revisão integrativa: Sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Cien Saude Colet** [periódico na internet] Set. 2017. Disponível em: <<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/revisao-integrativa-sofrimento-psiquico-em-estudantes-universitarios-e-fatores-associados/16374?id=16374>> Acesso em: 10/07/2018.

LACERDA, A. N. **Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários**. Monografia (Prática e Pesquisa II/Licenciatura em Pedagogia), Faculdade de Educação – Universidade de Brasília – UnB. Brasília, 2015, fls. 50. Disponível em:
<http://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2013/7352_4882.pdf> Acesso em: 05/07/2018.

LIESENFELD, T. A sobrecarga invisível na universidade. **Revista de Jornalismo Científico e Cultural da Universidade de Santa Maria**. 9ª EDIÇÃO – JUN/2018, Santa Maria- RS. Publicado em 08/08/2018. Disponível em:
<https://issuu.com/revistaarco/docs/ar038_nona_edicao_15_digital> Acesso em: 10/08/2018.

NOGUEIRA, M. J. C. **Saúde mental em estudantes do ensino superior: fatores protetores e fatores de vulnerabilidade**. 2017. 268 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade de Lisboa. Lisboa, 2017. Disponível em:
<https://www.researchgate.net/publication/327824831_Saude_mental_em_estudantes_do_ensino_superior_fatores_protetores_e_fatores_de_vulnerabilidade> Acesso em: 18/08/2018.