

ESTADO DA ARTE SOBRE A VULNERABILIDADE EMOCIONAL E QUALIDADE DE VIDA NA FORMAÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS

Maria de Lourdes Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Berta Leni Costa Cardoso

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Resumo: Tendo em vista os enfrentamentos existentes durante a graduação, o presente estudo objetivou verificar as produções científicas já expostas em três bancos de dados (Periódicos da CAPES; Catálogo de Teses e Dissertações – CAPES; e Banco de Dissertações e Teses - PPGED/UESB). As buscas foram realizadas utilizando-se as palavras chaves: vulnerabilidade emocional, qualidade de vida e universitários. Foram encontradas 17 publicações, as quais culminaram em três categorias analíticas: Qualidade de vida, Comportamentos acadêmicos e satisfação dos universitários, e Vulnerabilidade emocional de universitários. No presente estado da arte, pode-se concluir que, o bem-estar do universitário durante a graduação é um fator determinante para uma boa qualidade de vida; que quanto mais positivas as vivências e os comportamentos acadêmicos, maior a satisfação dos discentes na universidade; e que os ambientes das instituições de ensino superior e o período do desenvolvimento que muitos alunos ingressam na graduação são forte propiciadores de vulnerabilidade emocional e conseqüentemente, promotores de adoecimento mental nos universitários. Além disso, observou-se que as produções não discutem esta temática diretamente.

Palavras-chave: Discente. Formação. Qualidade de vida. Vulnerabilidade emocional.

Introdução

O estado da arte, de acordo com Prigol (2013), se configura por constituir em um levantamento de produções científicas sistematizadas de uma determinada área do conhecimento, que leva em conta um tema a ser esvaziado, cujo fito, compreende por fazer um levantamento da temática, ao considerar critérios de inclusão e exclusão. Salienta-se ainda que todo o percurso investigativo, no presente estudo, se deu com o intuito de análise e exposição dos diálogos já expostos, em torno da temática “Efeito da vulnerabilidade emocional na qualidade de vida e formação de universitários”. Uma vez que, durante a coleta de dados, percebeu-se a deficiência em artigos, dissertações e teses, por expor assim, a relevância da pesquisa em níveis acadêmico e social.

Assim, o presente estudo objetivou verificar as produções científicas já expostas em três bancos de dados (Periódicos da CAPES; Catálogo de Teses e Dissertações – CAPES; e Banco de Dissertações e Teses - PPGED/UESB).

Percurso Metodológico

Através da coleta dos achados entre artigos, dissertações e teses, inicialmente foram definidas as palavras-chave da pesquisa: “vulnerabilidade emocional”, “qualidade de vida” e

“universitários”. Além disso, pensou-se nas variações que a palavra “universitários” poderia apresentar nas bases de pesquisa, por bem utilizou-se, “alunos” e “discentes”, cujo objetivo compreendeu em facilitar os achados, em busca de melhores resultados.

Foi estabelecido um recorte temporal de dez anos (2010-2020), com a intenção de se obter o que já foi discutido recentemente. Haja vista que, por mais que se compreenda que os princípios administrativos que reforçaram o alavancamento das Políticas do Ensino Superior e da maior inserção dos alunos nas IES (Instituição de Ensino Superior), constituíram-se por volta de 2001-2010, com o 1º Plano Nacional de Educação, e elaborado após a LDB 9394/96; bem como, em 2007 com a criação do REUNI (Programa de Apoio à Reestruturação e Expansão das Universidades Federais), e por fim, a implantação do PNAES¹ (Programa Nacional de Assistência Estudantil), em 2010. Então, justifica-se esse recorte temporal em todas as buscas realizadas, após a proposta do PNAES, para poder compreender como se deu a democratização dos jovens as universidades no que se refere a permanência, redução das desigualdades sociais e regionais.

Em seguida, optou-se pelo Portal de Periódicos da CAPES, o Catálogo de Teses e Dissertações (CAPES) e o PPGED/UESB – Banco de Dissertações e Teses, e o Banco de Dissertações e Teses do PPGED/UESB, visto que constituíam-se os bancos mais viáveis para obtenção dos dados. Além disso, os resultados foram analisados por meio das fases propostas pela autora Bardin (2016), que divide em três polos cronológicos uma pesquisa: a pré-análise (organização e análise do material, cujo objetivo é torná-lo operacional), a exploração do material (codificação, classificação e a categorização) e o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação (análise crítica e reflexiva).

Resultados

Assim, a pesquisa no Portal de Periódicos da CAPES deu-se no dia 07 de novembro de 2020, visto que inicialmente optou-se pela pesquisa através da busca simples. Em seguida, outros procedimentos foram realizados para a coleta no Portal de Periódicos da CAPES, na medida em que, para além do uso do operador booleano AND, a pesquisa se deu através da utilização das palavras-chave: vulnerabilidade emocional, qualidade de vida, universitários e seus correlatos (discentes e alunos).

Como critérios de inclusão, foram consideradas as publicações que: expusessem as palavras-chaves supracitadas, além de temas afins, como questões psicológicas, satisfação

¹ O PNAES tem como finalidade apoio à permanência de estudantes com poder aquisitivo baixo e que cursam Instituições Federais de Ensino Superior (Ifes), presenciais. (BRASIL, 2010).

acadêmica e comportamentos sociais acadêmicos em universitários. Enquanto que, como critérios de exclusão foi estabelecido todos os trabalhos que correlacionassem qualidade de vida ou vulnerabilidade emocional com palavras ou termos diferentes da temática avaliada, ou pesquisas aplicadas com público não brasileiro, não universitários ou, ainda, estudos com pós-graduandos.

Os resultados obtidos passaram por mais uma fase, que foi a leitura do título e do resumo de cada publicação. Verificou-se, portanto, se as produções que se enquadravam aos critérios estabelecidos e, diante de todos os expostos, acerca dos dados pesquisados, foram selecionados 14 artigos ao total no Portal de Periódicos da CAPES, ao qual serviram como embasamento teórico para a compreensão da problemática de pesquisa.

A pesquisa no Catálogo de Teses e Dissertações (CAPES) deu-se no dia 08 de novembro de 2020, ao qual a coleta se constituiu através do lançamento das palavras-chave (qualidade de vida) AND (vulnerabilidade emocional) AND universitários, havendo apenas uma alteração no recorte temporal por motivo de que o site não traz a opção do ano de 2020. Sendo assim, foi utilizado um delineamento de nove anos (2010-2019).

Ademais, como foi utilizada no Portal de Periódicos da CAPES, foram adotados os mesmos critérios de inclusão e exclusão na busca no Catálogo de teses e dissertações da CAPES. Sendo assim, os resultados obtidos foram submetidos a mais uma fase, que foi a leitura criteriosa dos títulos e dos resumos de cada publicação. Verificando assim, se as dissertações ou teses se enquadravam aos critérios de inclusão, e como tal, obteve-se apenas duas dissertações e uma tese foram selecionadas no Catálogo de teses e dissertações (CAPES), as quais serviram como embasamento teórico para a compreensão da problemática de pesquisa.

O Programa de Pós-Graduação em Educação (Mestrado) – PPGED caracteriza-se por buscar o avanço da produção científica no campo da educação, a solidificação da pesquisa, acréscimo em temáticas na área educacional, bem como, a redefinição das práticas educativas, através de suas linhas temáticas: Políticas Públicas Educacionais; Currículo, Práticas Educativas e Diferença; Linguagem e processos de subjetivação; e Conhecimento e práticas escolares. (UESB, 2020). Nesse sentido, a pesquisa no Banco de Dissertações e Teses PPGED – UESB deu-se no dia 13 de novembro de 2020. Neste dia, a plataforma disponibilizou aos visitantes um total de 197 (cento e noventa e sete) publicações compreendidas em dissertações. Entretanto, nenhuma das publicações encontradas se enquadraram nos critérios estabelecidos para esta pesquisa.

Destaca-se que em todas as buscas, sobretudo, as duas primeiras (Portal de Periódicos da CAPES e Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES), nenhuma das publicações se enquadrou completamente dentro da temática da pesquisa. Diante destes achados, percebeu-se a deficiência em produções que abordem o tema diretamente, e para tal, foi selecionado um montante de 17 publicações que em algum momento corroboraram para a compreensão da temática.

QUADRO 1 – PUBLICAÇÕES UTILIZADAS NO ESTADO DA ARTE (2010-2020). (CONTINUA)

ANO	AUTOR (ES)	PÚBLICA/ PRIVADA	PÚBLICO ESTUDADO / CURSO	ARTIGO/ DISSERTAÇÃO/ TESE
2010	PEREIRA	Pública	Medicina	Dissertação
2012	SILVA; HELENO.	Pública	Não identifica – 6 cursos	Artigo
2014	WOYCIEKOSKI; NATIVIDADE; HUTZ.	Não identificada	Não identificado	Artigo
2015	BORINE; WANDERLEY; BASSITT.	Privada	Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Medicina Veterinária e Odontologia	Artigo
2015	CHAZAN; CAMPOS; PORTUGAL.	Pública	Medicina	Artigo
2016	MUZZOLON	Pública	Medicina e Direito	Tese
2016	RAQUEL; KUROISHI; MANDRÁ.	Pública	Fonoaudiologia	Artigo
2017	DE BARROS et al.	Privada	Biomedicina, Enfermagem, Farmácia e Fisioterapia	Artigo
2017	SIQUEIRA et al. – 4 AUTORES TOTAL	Pública	Ciências Sociais, Letras, Pedagogia, História, História da Arte e Filosofia	Artigo
2018	CARPENA; CATARINA.	Pública	Não identificado	Artigo
2018	DALLAGNOL, C.	Pública	Medicina Veterinária, Nutrição, Letras, Química, Física e Ciências Biológicas	Dissertação
2018	REYES JUNIOR et al.	Pública	Secretariado Executivo	Artigo
2018	SOARES et al.	Pública (8 instituições) e privada (20 instituições)	Não identificado	Artigo

Nota: Elaboração da autora

QUADRO 1 – PUBLICAÇÕES UTILIZADAS NO ESTADO DA ARTE (2010-2020). (CONCLUSÃO)

ANO	AUTOR (ES)	PÚBLICA/ PRIVADA	PÚBLICO ESTUDADO / CURSO	ARTIGO/ DISSERTAÇÃO/ TESE
2019	BARROSO; DE OLIVERIA; DE ANDRADE.	Pública	Ciências Humanas, Ciências da Saúde, Ciências Exatas e Ciências Naturais.	Artigo
2019	GRANER; CERQUEIRA.	-	Área da Saúde	Artigo
2019	LINARD et al.	Pública	Educação Física	Artigo
2020	FRENHAN; DA SILVA.	Não identificada	Enfermagem	Artigo

Nota: Elaboração da autora

Percebeu-se que das 17 publicações (Quadro 1), foram 14 artigos, duas dissertações e uma tese. Destaca-se que 12 produções foram publicadas nos últimos cinco anos. Constatou-se uma centralidade nos objetos de pesquisa nas instituições públicas (11 estudos). De acordo com Moura (2019), as Universidades Públicas do país, respondem por mais de 95% da produção científica do país. Fato este, que se deve a algumas políticas muito bem estruturadas que foram baseadas na “capacidade de produzir ciência das universidades públicas brasileiras, com a Universidade de São Paulo (USP) e a Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), [...] Rio de Janeiro (UFRJ), a de Minas Gerais (UFMG) e a do Rio Grande do Sul (UFRGS), na liderança desse processo”. (MOURA, 2019, p. 1).

Constatou-se que existe certa predileção em pesquisa com universitários na área da saúde (Quadro 1). Destes, os estudantes de medicina foram os mais pesquisados (04 publicações), seguidos dos de enfermagem (03 artigos) e dos cursos de educação física, fisioterapia, medicina veterinária, farmácia, observou-se duas publicações para cada curso. E os demais cursos com apenas uma publicação para cada um deles.

Se fazer presente no meio universitário, implica aos alunos, uma mobilização de recursos cognitivos, responsabilidade, socialização e de autonomia, bem diferente do contexto experienciado anteriormente nas escolas. E para tanto, pode propiciar aos mesmos, situações desencadeadoras de adaptação ao novo esquema, bem como, também sofrimento psíquico. Conforme Pereira (2010), fica evidente o desgaste mental e emocional de alunos da área da saúde, principalmente do curso de medicina por serem expostos a diversos fatores que podem prejudicar sua vida universitária, fatores estes, como: pressão acadêmica, vivências práticas de sofrimento dos pacientes e morte no processo, carga horárias extensas de aulas teóricas e práticas, baixa qualidade de momentos de descanso e lazer, dentre outras. Em suma, as

vivências dos universitários no período da graduação, podem interferir diretamente na qualidade de vida, sendo que tudo irá depender especificamente da maneira de como esses sujeitos irão lidar e elaborar as experiências negativas e positivas, deixando-os mais vulneráveis e mais propensos ao sofrimento psíquico ou não.

Diante o exposto no Quadro 1, fez-se uma sistematização de temas tronco que propiciou o entendimento de toda a logística para construção e compreensão da questão problema do presente estudo. Para tanto, foram estabelecidas as seguintes categorias: qualidade de vida, comportamentos acadêmicos e satisfação dos universitários, e por último, a vulnerabilidade emocional de universitários.

Qualidade de vida (QV)

Segundo a Organização mundial da saúde (OMS *apud* BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE – BVS, 2013), o conceito de qualidade de vida (QV) engloba como o indivíduo percebe sua vida, considerando aspectos culturais, valores que ele está submetido, bem como se relaciona com seus objetivos e preocupações. A priori, cinco produções selecionadas refletem em seus objetos de investigação a temática qualidade de vida como tema central (SILVA; HELENO, 2012; CHAZAN; CAMPOS; PORTUGUAL, 2015; RAQUEL; KUROIISKI; MANDRÁ, 2016; DE BARROS et al., 2017; FRENHAN; DA SILVA, 2020). E uma publicação de Borine, Wanderley e Bassitt (2015), além da temática investigada, também buscou saber acerca das vulnerabilidades que podem prejudicar a qualidade de vida.

Silva e Heleno (2012) avaliaram em seu artigo a qualidade de vida e bem-estar subjetivo de estudantes universitários e, utilizaram como método investigativo o *WHOQOL-bref* (*World Health Organization Quality of Life Instrument Bref*) e a Escala de Bem-estar Subjetivo (EBES). Para isso, foram utilizados como sujeitos de pesquisa, 257 discentes de uma universidade do estado de São Paulo, em sua maioria mulheres (65%), alunos entre os 18 a 25 anos de idade e predominância no curso de licenciatura plena em ciências.

Os autores Silva e Heleno (2012) concluem que foram obtidos resultados mais negativos e insatisfatórios relacionadas às questões referentes ao sentimento de segurança, meios de transporte, maiores chances de atividades de lazer, além de ambientes físicos saudáveis, que contribuíram assim para uma qualidade de vida de menor qualidade. Também, atingiu-se enquanto domínio melhor avaliado pelos objetos da pesquisa, o campo das relações sociais, indicado por uma maior satisfação com seus núcleos de suporte social e com suas relações familiares e dentro do ambiente universitário. Mas, acerca do campo psicológico e do

bem-estar subjetivo, os dados obtidos foram de um alto índice de sentimento e afetos negativos, respectivamente.

Já o trabalho de pesquisa de Chazan, Campos e Portugal (2015), contou com 394 estudantes de medicina, dentre os quais, distribuídos do primeiro ao sexto ano, objetivaram através do estudo conhecer como as variáveis de saúde, sociodemográficas, bem como, as relacionadas à forma de ingresso e ao ano de graduação do curso, poderiam influenciar em simultaneidade a qualidade de vida dos universitários. Em decorrência desses objetivos, foram utilizados como instrumento o *WHOQOL-bref* e um questionário sociodemográfico que buscou verificar como se dava a qualidade de vida dos mesmos.

Do mesmo modo, Chazan, Campos e Portugal (2015) obtiveram enquanto resultados os menores escores acerca da qualidade de vida, com mulheres, cotistas, que apresentavam morbidade crônica referida, que faziam parte da classe C, e que estavam matriculadas no terceiro e sexto ano do curso. Foi perceptível também que nas análises, os domínios da QV apresentaram associação negativa, como efeito dos domínios do meio ambiente, influenciada pela forma de ingresso e classe econômica; já acerca da morbidade crônica referida teve associação negativa com os domínios físicos, com as relações sociais e com a questão psicológica dos discentes. E como consequência, a associação negativa nas relações sociais e psicológicas esteve diretamente associada ao período da graduação.

Raquel, Kuroiski e Mandrá (2016) compararam a QV de 117 universitários, de diversos períodos do curso de fonoaudiologia, como também, detectar meios para a sua melhoria. Os entrevistados foram divididos em quatro grupos, de acordo com a divisão por ano de graduação: G1 (segundo período), G2 (quarto período), G3 (sexto período) e G4 (oitavo período). Por conseguinte, foi aplicado o *WHOQOL-bref*, e uma questão aberta que visou detectar propostas dos discentes para melhoria da qualidade de vida.

Enquanto resultados, a questão qualidade de vida foi examinada como boa por 53,84% dos entrevistados e 49,57% manifestaram estarem satisfeitos com a saúde. Entretanto, por mais que tenha sido classificado como boa a QV e a satisfação com a saúde, foi percebido um decréscimo acerca do último referenciado, pois, com o avançar dos períodos, principalmente a partir do início das vivências práticas (estágios), tende-se a agravar a satisfação com a saúde e a qualidade de vida, haja vista que o sexto período apontou a pior classificação em qualidade de vida (RAQUEL; KUROIISKI; MANDRÁ, 2016).

De Barros et al. (2017) identificaram características inerentes à qualidade de vida em universitários da área da saúde (enfermagem, farmácia, biomedicina e fisioterapia), de uma universidade privada do Estado de São Paulo. Os 320 alunos foram submetidos a um

questionário não validado sobre qualidade de vida, responderam também, a uma entrevista sociodemográfica e ao *WHOQOL-bref*; no qual, foram comparados os dois primeiros anos do curso, com os dois últimos.

Os quesitos mais citados como prioridade na vida dos discentes foram a família, saúde e estudo, tanto os ingressantes, quanto os concluintes. Para tal, De Barros et al. (2017) concluem que, em comparação aos discentes concluintes para os que estavam ingressaram na universidade, foi perceptível o prejuízo acerca da qualidade de vida, principalmente nos domínios ambientais, psicológicos e sociais. Ficou também evidenciado que, os alunos do turno noturno por terem que desempenhar a rotina de trabalho, que eram intercalados com os estudos, acabaram por apresentar prejuízo em sua qualidade de vida.

Frenhan e Da Silva (2020) expõem como objetivo de sua pesquisa a busca pela compreensão acerca da qualidade de vida em estudantes universitários do curso de enfermagem. Foram entrevistados 43 alunos, ao qual sucederam a aplicação do Questionário *WHOQOL-bref* e de uma entrevista sociodemográfica. Além disso, obtiveram como resultados uma superioridade de 93% de mulheres entrevistadas, com idades que variaram entre 17 a 52 anos.

O estudo acresce ainda que a percepção geral acerca da qualidade de vida obteve um resultado que classificou os participantes com uma boa QV, mas, uma vez que os mesmos avançavam no curso, foi perceptível uma diminuição na qualidade da mesma. Nos resultados obtidos, ficou evidente que nenhum dos domínios analisados, obtiveram classificação máxima, evidenciou-se também que a qualidade de vida dos universitários está diretamente relacionada com os fatores vivenciados durante a graduação. Finda-se portanto, o discurso de Frenhan e Da Silva (2020), quando salientam a relevância das universidades reconhecerem esses períodos críticos vivenciados pelos discentes durante a graduação, bem como, a necessidade da utilização de redes de apoio multiprofissionais para dar acolhimento e quiçá, auxiliar na promoção da qualidade de vida dos mesmos.

Os autores Borine, Wanderley e Bassitt (2015) relacionaram a QV e o estresse em 208 acadêmicos da área da saúde, dentre eles 133 mulheres e 75 homens, com idade que variou entre 17 a 55 anos. Enquanto instrumentos para verificação de suas inferências, foi utilizado o *WHOQOL-bref* e o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos (ISSL).

Os autores supracitados concluíram que: quanto menor os níveis de estresse (fase de alerta, resistência e exaustão) maiores os índices de qualidade de vida dos acadêmicos, isso significou dizer que, o sexo masculino foi o que menos manifestou estresse, e como tal, acabaram por serem os maiores representantes da categoria, Borine, Wanderley e Bassitt

(2015) finalizam seu artigo expondo que o ambiente universitário pode acarretar nos discentes momentos que propiciem a fragilidade capaz de desencadear eventos estressores contínuos, bem como, uma redução na qualidade de vida dos mesmos.

Comportamentos acadêmicos e satisfação dos universitários

Quatro publicações (PEREIRA, 2010; WOYCIEKOSKI; NATIVIDADE; HUTZ, 2014; REYS JUNIOR et al., 2018; SOARES et al., 2018) discorrem em seus objetos de investigação a temática comportamentos acadêmicos e satisfação dos universitários. Do mesmo modo, a obra de Dallagnol (2018), vai além da categoria investigada ao correlacionar com as vulnerabilidades emocionais dos universitários.

Inclusive Pereira (2010), em sua dissertação, dispôs enquanto público, alunos do curso de medicina, que cursavam o sexto ano no período da pesquisa. E para tal, seu objeto de estudo verificou a relação entre bem-estar, a percepção das necessidades dos universitários e a busca por ajuda nos serviços institucionais disponibilizados. Para obtenção dos resultados das referidas inferências levantadas durante a confecção do projeto, foram utilizados os instrumentos: Questionário “Suporte Emocional e Acadêmico ao aluno da FMUSP”; Escala de Beck: BDI e BAI; *WHOQOL-bref* e um Questionário elaborado pela Coordenação do Programa para Tutores. A pesquisadora chegou aos seguintes resultados: 27% dos discentes apresentaram sintomas de ansiedade e 20% de depressão, apesar dos mesmos terem classificado sua qualidade de vida como boa no geral (68%) e estarem satisfeito com a sua saúde (67%). Mesmo se levar em conta que, parte dos alunos apresentaram sintomas positivos de depressão e ansiedade ao final do curso; um campo que foi constatado prejudicado, diz respeito a vertente social; ficou evidente também que as questões acadêmicas tenderam a serem valorizadas muito mais do que as emocionais; os suportes mais recorridos durante o curso ficaram a cargo de familiares e colegas, aos tutores de forma esporádica, e os menos requisitados, eram os especialistas da área da saúde.

Constatou-se ainda que existe uma resistência em procurar por ajuda por parte dos discentes, mesmo identificado com sintomas positivos para ansiedade, depressão e baixa QV, e como isso, apenas parte dos alunos buscavam ajuda nos dispositivos de suporte ofertado pelo ambiente institucional (Grupo de Apoio Psicológico ao aluno da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e ao Programa Tutores FMUSP). Outra questão percebida diz respeito a relação quanto maior a satisfação com o tutor, com seu grupo e aceitação das mudanças derivadas do programa, maiores a participação do universitário na Tutoria.

Outrossim, Woyciekoski, Natividade e Hutz (2014) verificaram o quanto as características de personalidade e eventos de vida podem influenciar o bem-estar subjetivo do indivíduo. O núcleo de investigação da pesquisa deu-se em três Universidades da região metropolitana de uma capital de Estado da Região Sul do Brasil, com um total de 274 universitários. Foram utilizados cinco instrumentos investigativos: questionário sociodemográfico (sexo e idade), Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo, Escala de Satisfação de Vida, Bateria Fatorial de Personalidade (BFP) e a Lista de Eventos de Vida. E como tal, os autores supracitados afirmam que os universitários quanto mais satisfeitos com a vida, mais tenderão a perceber os eventos durante a graduação de forma mais positiva, além de que, quanto mais significante a influência dos eventos de vida, maior a expressividade sobre o bem-estar subjetivo.

Os autores Reys Junior et al. (2018) analisaram 116 universitários do curso de Secretariado Executivo e investigaram as relações estabelecidas entre os universitários e a sua influência na satisfação acerca do ensino superior. Como método investigativo foram verificados aspectos sociodemográficos (gênero, idade e quantidade de reprovações), análise das redes sociais para verificação da rede de relacionamentos que eles mantinham, e também, o grau de satisfação social com o curso escolhido e com a IES. Logo, a pesquisa deu-se em três etapas, a primeira realizada por coleta de dados com os alunos do primeiro ao oitavo ano, através de questionários; a segunda através de uma verificação das redes sociais dos discentes, e a última, por meio de investigação de regressões.

Assim, Reys Junior et al. (2018), identificaram que 62,39% já haviam tido ao menos uma reprovação em sua vida acadêmica, fato este justificado por se dever em um período de mudanças e adaptações por parte dos alunos que pode promover uma queda no desempenho dos mesmos. Foram constatados também que, os níveis de satisfação dos universitários acerca do componente sociorrelacional, eram construídos através de relações fechadas entre si, mas ao mesmo tempo, constituíam-se por serem relações unificadas e concisas, principalmente entre os do terceiro e quarto ano do curso. Os universitários apresentaram satisfação maior com as relações sociais dentro da IES do que com as redes de apoio ofertados pela instituição. Além disso, o estudo mostrou que ao haver um melhoramento em aspectos referentes ao curso como a questão da teoria e prática, a relação entre docentes/discentes, forma de avaliação, expectativas de inserção no mercado ocupacional pós formatura, são estes, uns dos diversos fatores relatados que podem vir a melhorar a satisfação com o curso.

Soares et al. (2018) investigaram as relações existentes entre habilidades sociais, as vivências acadêmicas e os comportamentos sociais acadêmicos em 289 universitários de 28

universidades, representadas por oito instituições públicas e vinte privadas. Para obtenção dos resultados da pesquisa, os instrumentos utilizados foram: questionário sociodemográfico, Habilidades Sociais (IHS), o Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r) e o Inventário de Comportamentos Sociais Acadêmicos (ICSA).

Os resultados cresceram que: discentes que conseguem participar ativamente em sala de aula apresentam correlação positiva com as habilidades de defesa dos próprios direitos e exposição de afeto positivo; os vínculos afetivos positivos estabelecidos entre os alunos durante a formação são primordiais para a adaptação dos mesmos a vida acadêmica, já posturas competitivas tendem a prejudicar o processo; quanto maior a assertividade do universitário, maior facilidade terá para resolução das dificuldades nesse período; quanto mais adaptado à instituição, aos colegas e aos professores, mais habilidade de expor seus sentimentos para os que mantem vínculos, e menor para os desconhecidos; manter-se no ambiente institucional, requer do universitário habilidades sociais e ajustamentos às mais variadas situações que vão se desenrolar durante o curso; comportamentos inadequados em sala de aula tendem a promover má administração nas vivências acadêmicas.

E, Soares et al. (2018) constataram, ainda, que os alunos das instituições públicas apresentaram alto índice de cobrança para consigo mesmo, dispondo de dificuldades pessoais de autonomia, além de dificuldades no bem-estar físico e psicológico, e percepção pessoal de competências cognitivas. Fato este que acaba por propiciar em desgaste pessoal durante a sua vida acadêmica e provocar prejuízos a qualidade de vida; no que tange aos universitários que apresentam um bom relacionamento interpessoal, os mesmos tenderão a investirem mais no curso escolhido, em projetos e ambicionarem sucesso na profissão futura; discentes que obtiveram os melhores escores acerca das vivências acadêmicas na dimensão pessoal e de realização acadêmica, conseqüentemente apresentavam melhor aproveitamento do curso.

Neste sentido, Dallagnol (2018) buscou verificar os motivos e emoções apresentadas por 30 universitários de uma IES pública federal ao procurarem pelo serviço de psicologia ofertada pela instituição, além de procurar investigar como esses motivos e emoções que os impulsionaram a procura, podem influenciar no processo de ensino aprendizagem.

Dentre os achados de Dallagnol (2018), percebeu-se que: 76,66% retrataram que o motivo pela procura do serviço de psicologia deu-se por origens emocionais que interferiam no processo de aprendizagem, e 43,33% referentes a aspectos do processo de aprendizagem que influenciavam diretamente o emocional. Por fim, evidencia que através das experiências e vivências na vida desses universitários, vários são os fatores que podem influenciar na condição emocional dos mesmos, e como tal, pode interferir diretamente na aprendizagem.

Ou vice-versa, pode acontecer também que devido às questões do processo de aprendizagem, eles podem influenciar de forma negativa as condições emocionais. Em síntese, ambos se afetam, provocam sintomas, geram sofrimento e como consequência promove prejuízo na saúde mental dos universitários e na vida acadêmica.

Vulnerabilidade emocional de universitários

Seis produções abordaram as prováveis vulnerabilidades emocionais que podem acometer os universitários durante a graduação (MUZZOLON, 2016; SIQUEIRA et al., 2017; CARPENA; MENEZES, 2018; BARROSO DE OLIVEIRA; DE ANDRADE, 2019; GRANER; CERQUEIRA, 2019; LINARD et al., 2019).

A tese de Muzzolon (2016) afirma que o público de universitários constitui-se por ser vulnerável ao surgimento de Transtornos Mentais (TM), e como tal, propôs-se a investigar a prevalência dos principais riscos para o surgimento de TM e suicídio, em 1048 universitários, dos cursos de Direito e Medicina. Enquanto instrumentos para auxílio de respostas para o problema de pesquisa foram utilizados *Adult Self Report (ASR)* e o *WHOQOL-100*.

Foram constatados que os principais TM evidenciados na pesquisa constituiu-se por Problemas Internalizantes com 35,8%, dentre os quais, 18% apresentaram Síndrome Ansiosa/depressiva e 14,2% de Isolamento; já, outros problemas foram verificados, como, 20,4% dos alunos manifestaram Problemas de ansiedade, 14,9% manifestaram Personalidade Evitativa/isolamento e 14,7% com Problemas Depressivos. Simultaneamente, nos dois cursos foi evidenciado a prevalência elevada de comportamentos que prejudicam a qualidade de vida, que são eles: dificuldade de atenção e concentração (26,1%), comportamentos obsessivos (19,9%), variações de humor (18,5%), utilização de substâncias etílicas (15,5%) e alunos que relataram chorar muito (11,2%). (MUZZOLON, 2016).

Nesse sentido, a avaliação acerca da Qualidade de Vida Geral dos dois cursos foi classificada como Ruim ou Moderada, no qual o risco para TM esteve diretamente associado a pior qualidade de vida em quase todos os domínios, exceto o nível de independência. Outro fator preocupante deveu-se ao alto índice para o risco de suicídio (11,5%) entre os universitários. (MUZZOLON, 2016). Dessa forma, a autora evidencia o quadro preocupante de qualidade de vida e saúde mental ao qual os alunos vivenciam, de que cerca de 50% deles manifestam até três síndromes associadas e para tal, prejudicam o bem-estar dos mesmos. Fica, portanto, um alerta de Muzzolon (2016) para as IES, quando evidencia a necessidade de implantação de estratégias de diagnóstico precoce, orientação multidisciplinar e prevenção, com o intento de garantir a integridade física e emocional dos universitários.

Siqueira et al. (2017), em sua investigação, traçaram o perfil sociodemográfico e clínico de universitários que procuraram o serviço de saúde da IES, compreendido entre os anos de 2011 a 2015, através de um estudo que se baseou na análise dos prontuários que ali foram atendidos. Assim, 457 prontuários cumpriram os critérios de inclusão.

Deste modo, Siqueira et al. (2017) alertaram que os discentes já adentram a graduação com problemas a nível psicossociais, doenças crônicas não transmissíveis e doenças gastrointestinais, haja vista que, o período de ingresso da grande maioria, coincide com momentos de vulnerabilidades por se tratar do início da fase adulta, e com isso, pode promover comportamentos de risco à saúde. E como tal, acabam por desencadear vários sintomas e psicopatologias que irão influenciar diretamente na saúde e qualidade de vida dos alunos. Assim, torna-se imprescindível estratégias multidisciplinares que propiciem ao aluno um lugar de acolhimento e encaminhamento para as demandas apresentadas, além de, ações que possam minimizar as questões do dia a dia apresentadas na graduação.

Carpena e Menezes (2018) vão além quando afirmam que intervenções meditativas são utilizadas enquanto ferramenta para redução de estresse nas IES, e para tanto, as autoras objetivaram verificar por seis semanas o efeito de um treino de meditação focada para o estresse e *mindfulness* disposicional, com 56 participantes de uma Universidade do Rio Grande do Sul. A pesquisa se compôs através da comparação de um grupo experimental e um grupo controle, por um período de seis semanas, realizada a partir de uma avaliação pré-teste e uma pós-teste. Como instrumentos de investigação foram utilizados: questionário sociodemográfico, Critério de Classificação Econômica Brasil – CCEB, *Self Report Questionnaire* – SRQ, o Inventário de Sintomas de Estresse para adultos de Lipp e o Questionário das Cinco Facetas de *Mindfulness* – FFMQ-BR. No transcorrer das seis semanas, foi orientado um treino de uma hora e quinze minutos em média.

Carpena e Menezes (2018) concluíram que as intervenções meditativas podem produzir uma melhora do funcionamento psicológico dos universitários, haja vista que, pode ocorrer através do desenvolvimento de habilidades que propiciem um autoconhecimento e com isso, um maior autocontrole sobre a forma de lidar com as questões que surgem diariamente. Outra constatação relevante foi que, a julgar que as fases do estresse tendem a seguir um processo de agravamento gradativo, caso não seja identificado e mediado estratégias de redução dos gatilhos estressores, tanto dos sujeitos quanto dos eventos desencadeadores, como nesse caso, o ambiente universitário. Conjuntura esta, que dificulta e inviabiliza o discente na aprendizagem e permanência do mesmo na graduação.

Barroso, De Oliveira e De Andrade (2019) verificaram a relação solidão e depressão, e correlacioná-los com os hábitos de vida, características do curso e nível de apoio social em 574 universitários. Para a efetivação da pesquisa, utilizou-se quatro instrumentos para verificação da problemática, dentre eles: Questionário sobre a Saúde do Paciente - PHQ-9, Escala Brasileira de Solidão UCLA -BR, Escala de Percepção de Suporte Social - EPSS e um questionário construído pelas pesquisadoras.

Barroso, De Oliveira e De Andrade (2019) concluíram que existe uma forte correlação entre solidão, baixo suporte social e alto índice para aparecimento de transtornos depressivos. Findam sua produção, ao fazerem um alerta sobre o sofrimento emocional que os universitários estão vivenciando durante o período da graduação e, portanto, faz-se necessário um posicionamento por parte das IES no sentido de utilização de estratégias de intervenções para melhoria da QV dos seus alunos.

Outros autores que vieram reforçar sobre a temática discutida foi Linard et al. (2019), e verificaram os aspectos sociodemográficos, estilo de vida e a associação com a autopercepção acerca da saúde de 119 universitários, entre ingressantes² (total de 59) e concluintes³ (total de 60). Enquanto que, os instrumentos utilizados para a coleta de dados constituíram-se em: um questionário chamado de Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos – Isaq-A, e uma questão aberta para a avaliação da percepção de saúde mental.

Dessa forma, Linard et al. (2019), explicitaram que 76,4% dos discentes apresentaram percepção de saúde positiva, e vão mais além quando pontuam que esse percentual tende a ser maior em homens, com idade de até 24 anos, solteiros, que residiam com a família e que exerciam atividade laboral. Isto significa concluir que subsiste uma forte correlação da percepção de saúde com o sexo, uso de álcool, nível de estresse e satisfação com o estilo de vida. Visto que o ambiente acadêmico é “[...] caracterizado por profundas mudanças de ordem social e comportamental, as quais podem levar a alterações em seus estilos de vida” (LINARD et al., 2019, p. 374), e para tal, pode promover vários momentos estressores e com isso propiciar alterações negativas e positivas no estilo de vida dos universitários. Fica um alerta de que é imprescindível que as IES estejam estruturadas de forma organizada, agradável, prazerosa, e que assegurem um olhar mais atento aos aspectos relacionados à saúde e à educação dos mesmos.

² Discentes que cursavam o primeiro ano de graduação (período de 2015.2 à 2016.1).

³ Discentes que cursavam o último ano de graduação (período de 2015.2 à 2016.1) e matriculados na disciplina monografia I e II.

E por fim, Graner e Cerqueira (2019), com um estudo de revisão integrativa, que analisou o que já havia sido publicado acerca da identificação dos fatores de risco e protetivos para sofrimento psíquico em universitários. A análise foi composta por 37 artigos, que as embasaram, para chegarem aos seguintes resultados: 69,4% das produções investigaram fatores associados à Transtornos Mentais Comum (TMC) e 35,1% se ativeram a investigação dos sofrimentos psíquicos em geral; como instrumentos de coleta mais utilizados, ficou constatados o *General Health Questionnaire – GHQ-20*, *Self reporting Questionnaire – SRQ-20* e *Kessler Psychological Distress Scale – K-10*⁴; medicina, odontologia, enfermagem e outros cursos da área da saúde, foram os públicos mais investigados; observou-se seis agrupamentos acerca dos fatores associados ao sofrimento psíquico/TMC: sociodemográfico, saúde, relacionais, acadêmicos, psicológicos e sociais/violência.

Graner e Cerqueira (2019) concluem que as características que mais se relacionaram diretamente ao sofrimento psíquico em universitários, estão as categorias Acadêmicas e as Relacionais. Ou seja, as autoras evidenciam que essas situações são transitórias no transcorrer da vida acadêmica, e, portanto, as IES podem se mobilizar através de estratégias e utilizar políticas educacionais que promovam e favoreçam as experiências positivas, ao bem-estar, a uma redução nos fatores estressores e desencadeadores de sofrimento psíquicos, e como tal, melhorar a qualidade de vida dos alunos de graduação.

Conclusão

Em conclusão, após a análise das 17 publicações, ficou evidenciada a inexistência da temática discutida diretamente, uma vez que, foi-se necessário criar categorias que se aproximavam das palavras-chave e que ao mesmo tempo dialogavam entre si para realizar a verificação desta temática. Isto posto, baseado no presente estado da arte, pode-se concluir que o bem-estar do universitário durante a graduação é um fator determinante para uma boa qualidade de vida; que quanto mais positivas as vivências e os comportamentos acadêmicos, maior a satisfação dos discentes na universidade; e que os ambientes das IES e o período do desenvolvimento que muitos alunos ingressam na graduação são forte propiciadores de vulnerabilidade emocional e conseqüentemente, promotores de adoecimento mental nos universitários.

⁴ K-10 refere-se a avaliação do distress psicológico em pesquisas populacionais.

Referências

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BARROSO, S.M.; DE OLIVERIA, N.R.; DE ANDRADE, V.S. Solidão e Depressão: Relações com características Pessoais e Hábitos de Vida em Universitários. **Psic.: Teor. e Pesq.**: Brasília, v. 35, 2019. Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/ptp/v35/0102-3772-ptp-35-e35427.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

BORINE, R. de C. C.; WANDERLEY, K. da S.; BASSITT, Débora Pastore. Relação entre a qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 6, n. 1, p. 100-118, jun. 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072015000100008>. Acesso em: 22 fev. 2021.

BRASIL. 2010. DECRETO Nº 7.234, DE 19 DE JULHO DE 2010. Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES. In: SENADO FEDERAL. **Legislação Republicana Brasileira**. Brasília, 2010. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm>. Acesso em: 13 mar. 2021.

BORINE, Rita de Cássia Calderani; WANDERLEY, Kátia da Silva; BASSITT, Débora Pastore. Relação entre a qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 6, n. 1, p. 100-118, jun. 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072015000100008>. Acesso em: 18 ago. 2019.

CARPENA, M.X.; MENEZES, C.B. Efeito da Meditação Focada no Estresse e *Mindfulness* Disposicional em Universitários. **Psic.: Teor. e Pesq.**: Brasília, v. 34, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/ptp/v34/1806-3446-ptp-34-e3441.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

CHAZAN, A.C.S; CAMPOS, M.R.; PORTUGAL, F.B. Qualidade de vida de estudantes de medicina da UERJ por meio do Whoqol-bref: uma abordagem multivariada. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(2), 547-556, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csc/v20n2/1413-8123-csc-20-02-0547.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

DALLAGNOL, C. **Emoções, educação superior e processo de ensino e de aprendizagem: uma análise dos enunciados de estudantes de um campus universitário do interior do Paraná**. 2018. Cascavel, Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná/UNIOESTE, Paraná. Disponível em: <http://131.255.84.103/bitstream/tede/4150/5/Claudia_%20Dallagnol_%202018.pdf>. Acesso em: 08 nov. 2020.

DE BARROS, M.J.; BORSARI, C.M.G.; FERNANDES, A. de O.; SILVA, A.; FILONI, E. Avaliação da qualidade de vida de universitários da área da saúde. **REBES: Pombal**, v.7, n.1, p.16-22, jan-mar, 2017. Disponível em: <<https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/4235>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

FRENHAN, M.; DA SILVA, D.A. Avaliação da qualidade de vida em graduandos de Enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 5, 2020. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/340238605_Avaliacao_da_qualidade_de_vida_em_graduandos_de_Enfermagem>. Acesso em: 07 nov. 2020.

GRANER, K.M.; CERQUEIRA, A.T. de A.R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, 24(4), p. 1327-1346, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csc/v24n4/1413-8123-csc-24-04-1327.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

LINARD, J.G.; MATTOS, S.M.; DE ALMEIDA, I.L.S.; SILVA, C.B. de A.; MOREIRA, T.M.M. Associação entre estilo de vida e percepção de saúde em estudantes universitários. **JHBS - J. Health Biol Sci.**, v. 7(4), p. 374-381, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/2797/1011>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

MOURA, M. Universidades Públicas respondem por mais de 95% da produção científica do Brasil. **Ciência na Rua**, 2019. Disponível em: <<http://mw.eco.br/zig/emails/EPB200105UnivPublHojeSe.pdf>>. Acesso em: 26 nov. 2020.

MUZZOLON, S.R.B. **Prevalência do risco para transtornos mentais e suicídio em estudantes dos cursos superiores de medicina e de direito. 2016.** Curitiba, Tese (Doutorado em Saúde da Criança e do Adolescente, Área de concentração: Psiquiatria Infantil) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba. Acesso em: 08 nov. 2020.

OMS, Organização Mundial da Saúde. In: BVS, **Biblioteca Virtual em Saúde.** 2013. Disponível em: <https://bvsm.sau.gov.br/bvs/dicas/260_qualidade_de_vida.html#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o,expectativas%2C%20padr%C3%B5es%20e%20preocupa%C3%A7%C3%B5es%E2%80%9D.>>. Acesso em: 26 nov. 2020.

PEREIRA, P.B. de O. e S.L. **Bem-estar e busca de ajuda: um estudo junto a alunos de medicina ao final do curso.** 2010. São Paulo, Dissertação (Mestrado em Ciências) – Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo. Disponível em: <<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5137/tde-01022011-171145/publico/PaulaBertozziOliveiraSouzaLeaoPereira.pdf>>. Acesso em: 08 nov. 2020.

PRIGOL, E.L. Pesquisa estado do conhecimento: uma visão para a prática pedagógica e a formação de professores. **Pontifícia Universidade Católica do Paraná:** Curitiba, p. 11518-11531, 2013. Disponível em: <https://educere.bruc.com.br/CD2013/pdf/6937_4762.pdf>. Acesso em: 24 nov. 2020.

RAQUEL, A.C.S.; KUROIISHI, R.C.S.; MANDRÁ, P.P. Qualidade de vida de estudantes de fonoaudiologia. **Rev. CEFAC.**, v. 18 (5), p. 1133-1140, set.-out., 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/rcefac/v18n5/1982-0216-rcefac-18-05-01133.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

REYES JÚNIOR, E.; REIS, A.L.N.; COSTA, V.F. de S.; DOS SANTOS, Y.A. Relações interpessoais e sua influência na satisfação dos acadêmicos. **R.G. Secr., GESEC:** São Paulo, v. 9(3), p. 206-228, set. - dez., 2018. Disponível em: <

<https://www.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/807-3258/pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

SILVA, E.C.; HELENO, M.G.V. Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 4, n. 1, p. 69-76, jan. - jun., 2012. Disponível em: <

<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:E3r0lTO9O3oJ:https://www.pssa.ucdb.br/pssa/article/download/126/225+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

SIQUEIRA, L.D.E.; BASTOS, M.F.G.; SANTOS, A. do N.; DA SILVA, M.P.M. Perfil de estudantes acolhidos em um serviço de saúde na Universidade. **Rev. Bras. Promoç. Saúde: Fortaleza**, v. 30 (3), jul. - set., 2017. Disponível em: <

<https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/6218/pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

SOARES, A.B.; PORTO, A.M.; LIMA, C.A.; GOMES, C.; RODRIGUES, D.A.; ZANOTELI, R.; SANTOS, Z.A.; FERNANDES, A.; MEDEIROS, H. Vivências, Habilidades Sociais e Comportamentos Sociais de Universitários. **Psic.: Teor. e Pesq.**: Brasília, v. 34, 2018. Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/ptp/v34/1806-3446-ptp-34-e34311.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

WOYCIEKOSKI, C.; NATIVIDADE, J.C.; HUTZ, C.S. As Contribuições da Personalidade e dos Eventos de Vida para o Bem-Estar Subjetivo. **Psic.: Teor. e Pesq.**: Brasília, v. 30, n. 4, p. 401-409, out-dez, 2014. Disponível em: <

<https://www.scielo.br/pdf/ptp/v30n4/v30n4a05.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2020.

SOBRE AS AUTORAS

Maria de Lourdes Silva

Mestranda em Educação, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB); Centro Universitário UNIFG - Brasil; Programa de Pós-Graduação em Educação; DIFORT. E-mail:

lourdessilvapsicologa@gmail.com

Berta Leni Costa Cardoso

Doutora, Universidade Católica de Brasília (UCB); Universidade do Estado da Bahia - Brasil; Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGED); DIFORT e LEPEAF. E-mail:

bertacostacardoso@yahoo.com.br