



Interdisciplinary

LINKSCIENCEPLACE

DOI: 10.17115

ISSN: 2358-8411

Scientific Journal



Interdisciplinary Scientific Journal. ISSN: 2358-8411

Nº 5, volume 6, article nº 08, May 2019

D.O.I: <http://dx.doi.org/10.17115/2358-8411/v6n5a8>

Accepted: 10/12/2018 Published: 30/05/2019

I SEMINÁRIO DE SAÚDE MENTAL DO NORTE E NOROESTE FLUMINENSE

– 27 A 30 DE NOVEMBRO DE 2018 – CAMPOS DOS GOYTACAZES - RJ

STRESS FACTORS AFFECTING MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE POST-ACADEMIC MODEL.

FATORES DE ESTRESSE QUE AFETAM A SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS NO MODELO PÓS-ACADÊMICO

Davis Anzolin Lichote¹

Mestrando em Cognição e Linguagem (UENF)

Roberto da Costa Faria²

Mestre em Administração

Verusca Moss Simões dos Reis³

Professora Associada UENF; Doutora em Filosofia (UERJ)

Abstract

This paper aims to address the mental health of university students through a bibliographic study. In this context, it is ought to observe the possible relationships of this (mental health) to factor such as: school environment, situations of psychological and moral harassment, among others and that can lead students to changes in their mental conditions, with consequences, even physical, with possible propensity, in extreme condition, to suicide. Some observations (Nogueira, 2017) point out that the transition to higher education constitutes a change, which enables the development of conditions that lead to "stress", being that stressful factors can induce beneficial and / or harmful forms: eustress and distress, respectively; thus opening space for imbalances in the face of a strong adjustment "requirement", including behavioral ones, that normally brings impact son the student's psychic and physical levels, generating responses in their personal (with themselves) and relational (with other

¹ Mestrando no Programa de Cognição e Linguagem (PGCL). Universidade Estadual Norte Fluminense Darcy Ribeiro, e-mail: davislichote@gmail.com

² Aluno Especial no Programa de Cognição e Linguagem (PGCL). Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, e-mail: roberto.cfaria@gmail.com

³ Professora Associada no Laboratório de Cognição e Linguagem (LCL) e Professora Programa de Cognição e Linguagem (PGCL) na Universidade Estadual Norte Fluminense Darcy Ribeiro, e-mail: verusca.reis@uenf.br

human beings). In this way, the present study finds its justification before the current conjuncture, since, the subject "mental health in the universities" began to draw the attention after several occurrences, among which, the most recent ones, concern the suicide of university students in large Brazilian universities (Morais, 2018; UFRJ Macaé, 2018 e Sane, 2018).

The methodology of this work will be information and data (qualitative and quantitative), as references such as: WHO (World Health Organization), articles and medical publications, research and academic work throughout the world, checking evolution and comparing, chronologically the occurrences.

Resumo

Este trabalho tem por objetivo geral tratar o tema da saúde mental dos estudantes universitários, através de um estudo bibliográfico. Neste contexto, busca-se observar as possíveis relações da saúde mental e comportamental na presença de fatores como: ambiente escolar, situações de assédio moral e psíquico, entre outros e que, podem levar os estudantes às mudanças em suas condições mentais, com consequências, inclusive, físicas, com possível propensão, em condição extrema, ao suicídio. Algumas observações (Nogueira, 2017) apontam que a transição para o ensino superior configura uma mudança, com múltiplas nuances, que possibilitam o desenvolvimento de condições que levam ao "stress", sendo que os fatores estressantes, ou causadores de stress, podem induzir formas benéficas e/ou danosas: eustress e distress, respectivamente; abrindo, assim, espaço para desequilíbrios perante uma forte "exigência" de ajustamento, inclusive comportamental, que normalmente trazem impactos, nos níveis psíquicos e físicos do estudante, gerando respostas no seu comportamento pessoal (consigo mesmo) e relacional (com os demais seres humanos).

Dessa forma o presente trabalho, encontra sua justificativa frente a atual conjuntura, dado que, o assunto "saúde mental nas universidades" passou a chamar a atenção após diversas ocorrências, dentre as quais, as mais recentes, dizem respeito ao suicídio de jovens universitários em grandes universidades brasileiras (Morais, 2018; UFRJ Macaé, 2018 e Sane, 2018).

Tomar-se-á por base, como metodologia, para este trabalho, as informações e dados (qualitativos e quantitativos), constantes em referências como a OMS (Organização Mundial de Saúde) e artigos científicos, analisando assim os principais fatores que contribuem para o adoecimento psíquico dos Universitários.

Palavras Chave: Saúde, Saúde Mental na Universidade, Ciência Pós-Acadêmica

Introdução

Inúmeros casos vêm chamando a atenção relativamente à saúde mental dos estudantes universitários, durante as suas respectivas trajetórias de vida e acadêmica. Os relatos vão desde stress, ansiedade, até síndrome do pânico e, em

casos extremos, o suicídio. Somente em 2018, foram registrados pelo menos dois casos de suicídio na USP (Morais, 2018), e um na UFRJ em Macaé (UFRJ Macaé, 2018 e Sane, 2018). Neste contexto, sobrevém, pelo menos uma questão, qual seja: Que fatores estão ocorrendo e interferindo na saúde mental dos estudantes universitários?

Na busca de um entendimento sobre essa questão, objetivamos, neste trabalho, a contextualização dos fatores sociais que interferem na saúde mental dos estudantes universitários e, para tanto, sentimos a necessidade de verificar algumas definições e conceitos, hoje aceitos, para identificação e compreensão daqueles fatores e como eles interferem na saúde mental.

Para tal, abordaremos no **item I**, a saúde mental e stress nos estudante universitários, compreendendo o conceito de saúde mental e as diferenças entre ansiedade, estresse e depressão, também vamos averiguar os fatores sociais que afetam esses alunos, como a busca de aprovação social, sucesso profissional, independência financeira; outro aspecto importante é o entendimento dos fatores que geram ansiedade, como a avaliação constante, o distanciamento familiar e outros elementos apontados no texto. Esses fatores podem ser causadores de estresse, afetando diretamente a realidade dos estudantes universitários.

Lipp (2004a) descreveu quatro fases das etapas que se desenvolve o estresse do aluno, primeiro a fase do alerta, segundo a fase da resistência depois vem a fase da quase-exaustão e por fim a fase da exaustão, no qual vamos desenvolver ao longo do texto.

No **Item II** abordaremos a atual posição do ensino superior no Brasil, mostrando o crescimento ocorrido nos últimos anos, no qual destacou em nível mundial em produção científica, que é o ponto chave deste capítulo.

De acordo com a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes), órgão vinculado ao Ministério da Educação, os cursos de mestrado e doutorado mais que dobraram em 15 anos: se em 2000 havia 1.439 programas disponíveis, o número saltou para 3.905 em 2015 (Geocapes, 2017). O aumento do número de mestres e doutores contribuiu para alavancar a ciência nacional: o país está na décima segunda colocação no ranking mundial de publicação de artigos, que soma os trabalhos divulgados de 1996 a 2017 (Geocapes, 2017). Em seu site a Scimago Journal & Country Rank (scimagojr.com), instituição de classificação científica, afirma que quase 670 mil trabalhos foram

publicados no Brasil até 2015. Mas esse cenário contrasta com o valor de investimento financeiro, isso pode ser visto no orçamento para Ciência e Tecnologia: em 2010, quando havia até um ministério com esse nome, o valor foi de R\$ 10 bilhões. Em 2017, após o setor ser agregado ao Ministério das Comunicações, o valor passou para R\$ 4,8 bilhões. Em 2018, o orçamento foi para Ciência e Tecnologia de R\$ 1,4 bilhão, dificultando o crescimento e desenvolvimento de pesquisas (UFRGS, 2018). Esses dados afetam diretamente os estudantes e orientadores nas pós-graduações, no objetivo de produzir cada vez mais com menos, gerando uma cultura produtivista (Moreira, 2009; Ziman, 2000; Radder, 2010; Reis 2010; 2013; Mendonça; 2014).

O modelo acadêmico se uniu ao modelo industrial (Reis, 2010) e perdeu seus valores básicos, criando um modelo de universidade mercantilizada, conforme aponta Mendonça (2014).

Dessa forma averiguamos com o levantamento de pesquisas bibliográficas como está a saúde mental dos alunos de pós graduação *stricto senso* no Brasil (Faro, 2013) e apontamos a importância de se realizar mais pesquisas e projetos para melhoria e desenvolvimento da ciência no Brasil.

1. Saúde mental e Stress nos Estudantes Universitários

1.1 Saúde mental em Universitários

A adolescência é um momento, na vida do ser humano, que permeia a transição da criança para uma pessoa adulta. Nesta fase ocorrem diversas mudanças físicas, emocionais e, muitas das vezes sociais, como sua entrada na Universidade e com isto, uma experiência em um novo universo, onde se deparará com novas condições de vida e convivência e que podem trazer ansiedade⁴, depressão⁵ e stress⁶ ou seja, interferindo assim em sua saúde mental (OMS/OPAS, 2018 e Nogueira, 2017).

⁴- Ansiedade: “formada por um conjunto de sintomas causados por uma liberação simpática do sistema nervoso autônomo, ou seja, uma liberação de substâncias (principalmente noradrenalina e adrenalina) que têm um efeito estimulante que prepara o organismo para enfrentar um perigo ou fugir dele. Em geral, não há fator desencadeante ou é desproporcional ao fator desencadeante – este pode ser entendido como uma situação que possa abalar a pessoa emocionalmente” (Rosa, 2015).

⁵- Depressão conforme a Organização Pan-americana de Saúde / Organização Mundial de Saúde (OPAS/OMS, 2017): “É um transtorno mental caracterizado por tristeza persistente e pela perda de interesse em atividades que normalmente são prazerosas, acompanhadas da incapacidade de realizar atividades diárias, durante pelo menos duas semanas”.

⁶- Stress: “Factor que incluía os itens menos discriminativos das duas dimensões, a ansiedade e depressão. Estes itens referiam-se à dificuldades em relaxar, tensão nervosa, irritabilidade e agitação. Este novo factor foi denominado pelos autores de ‘Stress’” (Ribeiro, J.L.P. et al, 2004, p. 231).

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS/OPAS, 2018):

- As condições de saúde mental são responsáveis por 16% da carga global de doenças e lesões em pessoas com idade entre 10 e 19 anos.
- Metade de todas as condições de saúde mental começam aos 14 anos de idade, mas a maioria dos casos não é detectada nem tratada.
- Em todo o mundo, a depressão é uma das principais causas de doença e incapacidade entre adolescentes.
- O suicídio é a terceira principal causa de morte entre adolescentes de 15 a 19 anos. (OMS/OPAS, 2018).

Com base nos dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), acima mencionados, percebemos que boa parte da população jovem é acometida por doenças ligadas à saúde mental, mesmo antes de ingressar na Universidade. Com o ingresso na graduação e posterior sequência na vida acadêmica, nos cursos de pós-graduação *stricto sensu*, os fatores geradores de stress e que interferirão na saúde mental dos estudantes universitários tendem a acentuar-se. Conforme Zanin, Monteiro e Hirsch (Zanin, 2007; Monteiro, 2007; Hirsch, 2018), foram observados fatores sociais que levariam os estudantes universitários a ansiedade, depressão e na sequência, continuada destes, ao stress.

1.2 Fatores Sociais que impactam os Estudantes Universitários

Em princípio e para a continuidade deste estudo cabe neste ponto, ressaltar o entendimento do que é um “fato” e o que é um “fator”.

Segundo o dicionário, verificamos que os significados, de ambos os termos (Aurélio, 2004) são:

- Fato: Coisa ou ação feita; sucesso, caso, feito. Aquilo que realmente existe, que é real.
- Fator: Aquele que faz ou executa algo. Aquilo que contribui para um resultado.

Dessa maneira, observa-se como exemplo de fatos sociais, o citado anteriormente (da educação) e como fatores sociais, aquilo que é proveniente de fato e que contribuirá ou levará à um resultado, qualquer que seja, no presente trabalho será para ou sobre algum indivíduo de uma sociedade.

A partir deste ponto convergiu-se, o estudo, para os fatores sociais que, normalmente, se apresentam sobre os estudantes universitários, desde seu acesso à universidade até a sua formatura.

Tais fatores foram grupados, apresentando-se seus efeitos segundo suas tipificações em ocorrências, no cotidiano dos estudantes, no que diz respeito à condições para: desempenho, adaptação/ajustamento, mercado de trabalho, nível e ascendência social, sentimento de insuficiência, medo, entre outros e conforme dados compilados no quadro a seguir (Zanin, 2007; Monteiro, 2007; Hirsch, 2014):

Fatores sociais que interferem na saúde mental dos estudantes universitários.

Fator Social	Tipo	Efeito
- Desejo de aprovação social e pela família; - Aderir às competições, para sentir-se integrado; - Busca de objetivos ousados e promoções para ascensão social.	Por desempenho (Competição, promoção, objetivos)	- Cobrança (própria ou de terceiros); - Novos padrões socioculturais; - Novos desafios; - Demanda por Integração ao novo meio; - Perceber-se aceito, pelo grupo.
	Adaptação/ajustamento	
	Aprovação social	
Sucesso na empregabilidade.	Mercado de trabalho	Expectativas.
Busca da Independência financeira.	Autonomia para manutenção das necessidades básicas	
Manter-se nos padrões atingidos.	Manutenção do nível social	
Busca de padrões acima do que esteja.	Ascendência social	
Tarefas diferentes do que julga importante.	Percepção de “perda de tempo”.	Preocupação.
Situações que fogem ao controle” próprio.	Dependência de ocorrências/situações (internas e externas).	
- Integração ao novo; - Conhecimento exigido.	Sentimento de insuficiência.	
Ante novas situações e condições inesperadas.	Medo do desconhecido.	

Compilação do autor. Fonte: Zanin, Monteiro e Hirsch (Zanin, Tatiana etall, 2007; Monteiro, CFS et alii, 2007; Hirsch, Carolina D. et alii, 2014).

É perceptível que os fatores apresentados, em tendo sua incidência continuada, podem levar os estudantes aos aspectos de ansiedade, depressão e stress.

1.3 Aspectos da Ansiedade, Depressão e Stress em Universitários.

Conforme aponta Nogueira (2017), a transição para o ensino superior configura uma mudança, com múltiplas nuances, que potenciam “stress”, sendo que os fatores estressantes podem induzir formas benéficas e/ou danosas: “eustress” e “distress”, respectivamente; abrindo, assim, espaço para desequilíbrios ante uma forte “exigência” de ajustamento, inclusive comportamental, que normalmente

trazem impactos, nos níveis psíquicos e físicos do estudante, gerando respostas no seu comportamento pessoal (consigo mesmo) e relacional (com os demais seres humanos). Ainda que o stress, que conforme Ribeiro (2004): "...Factor que se refere à dificuldades em relaxar, tensão nervosa, irritabilidade e agitação; seja uma resposta do organismo a situações de medo e fuga (Santos, 1998 e Malagris, 2009) o mesmo pode ser visto de uma forma "positiva" no que se conceitua por "eustress" (Barbosa, 2007) quando "possibilita o crescimento, prazer e desenvolvimento emocional e intelectual, tais como: Disposição, bom humor, raciocínio centrado, precisão, entre outros" (Barbosa et alii, 2007, p. 37,38).

O que nos interessa neste artigo é o impacto que o stress pode ter de forma negativa na saúde mental dos estudantes universitários quando conceituado como "distress" (Barbosa et alii, 2007, p. 37,38), quando implica "perdas ou acarreta ameaças ao organismo, tais como: Irritabilidade, mau humor, insônia, tensão nervosa, entre outros" (Barbosa et alii, 2007, p. 37,38).

Pesquisas realizadas na UFRJ, com seus alunos, revelaram que 58,6% possuem sintomas de stress quando chega um momento de uma avaliação (Malagris, 2009). Em âmbito nacional, o relatório do programa de avaliação internacional dos estudantes –PISA (2015) mostraram que o Brasil está em segundo lugar no mundo, com 81%, os sintomas de ansiedade entre os estudantes a serem avaliados e 56% dos estudantes ficam estressados durante os estudos. Esse dado é importante para demonstrar como os jovens universitários estão despreparados emocionalmente para os desafios da vida adulta que, no mais das vezes, iniciam-se com a vida universitária.

Por sua vez, os sintomas de estresse geram transtornos de ansiedade, depressão, doenças cardiovasculares e até mesmo o pensamento suicida (Ribeiro,2004 e Malagris, 2009), visto que o estresse segundo Hans Selye (apud Siang, 2018 e Filgueiras, 1999):"...é a soma de respostas não específicas do corpo humano à qualquer demanda." (tradução do autor) e desta forma e em uma visão simplificada, seriam as respostas físicas e emocionais a determinados estímulos que, por exemplo, podem se tratar de mudanças, nos estudantes, decorrentes da vida acadêmica.

Como decorrência, verifica-se que o stress potencializa: a tensão nervosa, irritabilidade, agitação e dificuldades de relaxamento; e sob essas condições se torna complicada a condição de assimilação de conhecimento (Greilinger, 2011) e,

por conseguinte, as habilidades cognitivas do indivíduo⁷, que no caso do presente estudo, se configuraram como o estudante universitário.

De fato, o estresse pode gerar muitas doenças físicas e psicológicas, Lipp (2004a) descreve quatro fases de estresse em seus estudos, na qual cada uma delas tem suas características e reações.

A primeira fase se refere à fase de alerta. É a primeira fase e se caracteriza pela produção de adrenalina, e inicia-se a reação de luta ou fuga. Quanto aos sinais e sintomas, haverá dificuldade em dormir de forma muito acentuada em consequência do aumento da adrenalina presente na corrente sanguínea, aumento da libido, grande produtividade e criatividade no trabalho, tensão muscular, taquicardia, sudorese, anorexia, tensão mandibular, dispneia, euforia, irritabilidade (Lipp, 2004a).

A próxima fase é a fase de resistência. Nesta fase o indivíduo ainda se encontra exposto ao agente estressor, porém, já foram mobilizadas reservas fisiológicas para propiciar o aumento à resistência ao estresse. Os sinais e sintomas compreendem diminuição da libido, produtividade e criatividade voltam ao nível usual, porém com dificuldades para novas ideias, cansaço sem relação com tempo de sono e repouso, excesso de preocupação e exteriorização desta preocupação relacionada a fonte de seu estresse (Lipp, 2004a).

Em seguida, a fase de quase-exaustão, caracterizada por insônia, perda acentuada da libido, queda drástica da criatividade e produtividade no trabalho, cansaço atrelado sensação de desgaste físico, perda de memória, surgimento de doenças, problemas ginecológicos, ansiedade diária, perda do desejo de socialização, desinteresse pela vida (Lipp, 2004a).

A quarta e última fase é a fase de exaustão, caracterizada por sensação de consumo total da energia do indivíduo, com necessidade de intervenção externa para reposição de fontes de energia adaptativa, como os medicamentos. Os sinais e sintomas são a insônia, diminuição do tempo de sono e repouso, quase inexistência

⁷Neste ponto cabe observar o conceito de habilidade cognitiva, que segundo Gatti (Gatti/Unesco, 1997), se traduz da seguinte forma:

“As habilidades cognitivas são capacidades que fazem o indivíduo competente e que lhe permitem interagir simbolicamente com seu meio ambiente. Essas habilidades formam a estrutura fundamental do que se poderia chamar de competência cognitiva da pessoa humana permitindo discriminar entre objetos, fatos ou estímulos, identificar e classificar conceitos, levantar/construir problemas, aplicar regras e resolver problemas. Elas estão na base dos processos de transferência que propiciam a construção continuada da estruturação de processos mentais cada vez mais complexos na direção da construção/reconstrução de estratégias cognitivas.”

da libido, perda de interesse pelo trabalho, desgaste e cansaço intenso, inexistência de socialização, perda do senso de humor, apatia, desejo de morte, surgimento de doenças graves como depressão, úlceras, pressão alta, diabetes, infarto, entre outras, e até a morte (Lipp, 2004a).

Pelo anteriormente mencionado neste item, observa-se que a situação de stress, altera de forma considerável, a condição da saúde mental e, posteriormente, física do ser humano, acometido deste aspecto, no caso específico deste trabalho, do estudante universitário. No próximo item, levantaremos, mais especificamente, os fatores de stress nos estudantes de pós-graduação.

2. Saúde Mental na Pós-Graduação e a Relação com o Modelo de Ciência Pós-Acadêmico.

2.1 Desempenho nacional nas pesquisas científicas e a Ciência Pós-Acadêmica

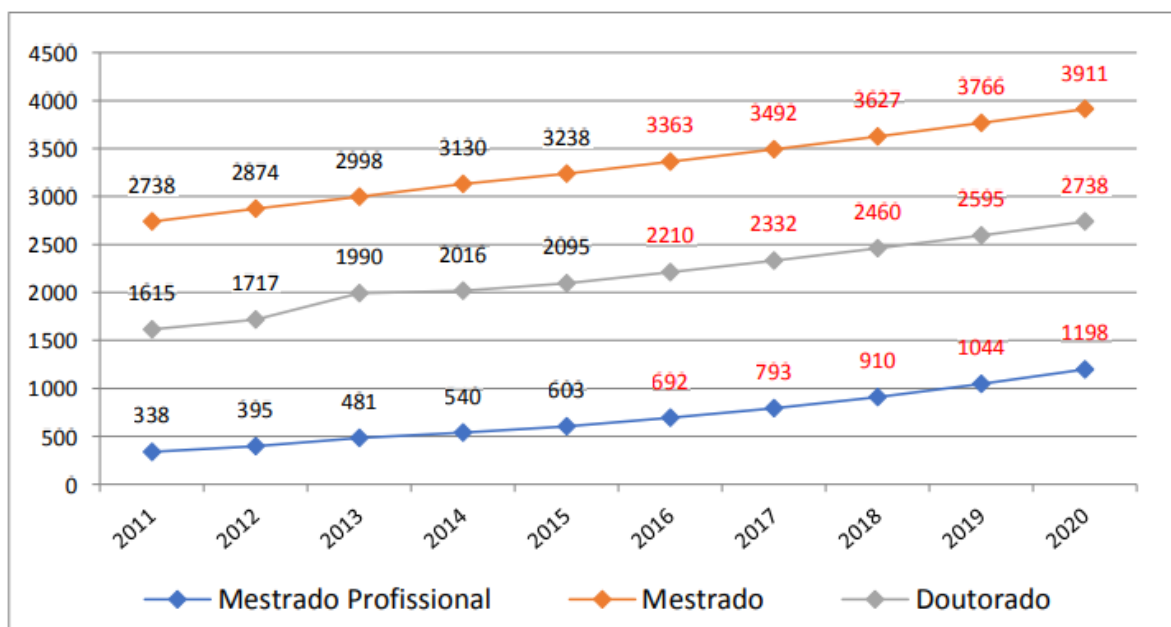
O desenvolvimento da ciência no mundo acontece principalmente por meio das pesquisas que são realizadas em todas as áreas de conhecimento, de forma especial desenvolvidas nas pós-graduações de *stricto sensu*. Segundo dados do Ministério da Ciência e Tecnologia (MCT, 2010), nos últimos anos, têm crescido muito no Brasil as realizações de pesquisas e formação de pesquisadores, sendo que o desempenho nacional nas quatro últimas décadas colocou o Brasil no seleto grupo dos 20 países que mais contribuem para a geração de novos conhecimentos científicos, com uma média anual de 10,5% na produção de artigos científicos, o que representa um avanço três vezes maior que a média mundial nesse mesmo período (MCT, 2010). Foray (2004) afirmar que a “ampliação qualificada da pós-graduação e a expressiva expansão do número de pós-graduandos altamente capacitados são essenciais para o desenvolvimento científico, cultural, tecnológico e social” (Foray, 2004).

O mesmo avanço acontece nos programas de pós-graduação. Apesar de ser relativamente recente, a CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), criada em 1951, com o objetivo de desenvolver a política nacional de pós-graduação, criou desde então, mais de 2138 programas de pós-graduação no Brasil, nas diversas áreas de conhecimento, desenvolvendo pesquisas e teses científicas, segundo dados da Geocapes até o ano de 2017. O número de cursos de mestrado deve atingir em 2020 a marca de 3.911, uma evolução de 20,8%, considerando-se o patamar de 2015. Já os cursos de doutorado, devem chegar a 2.738 cursos, representando uma expansão da ordem de 30,7% (Geocapes, 2017), conforme gráfico abaixo:

Fonte: Geocapes (2018)

Ainda assim, Santos (1998) aponta a dificuldade do setor educacional de

Gráfico 1 - Projeção da evolução do SNPG 2016-2020



pós-graduação, tendo em vista a dinâmica de crescimento da demanda por pessoal qualificado em todas as áreas de conhecimento. Com esse retrato da pós-graduação, percebe-se que a formação de cientistas no Brasil tem evoluído e tentado acompanhar, senão alavancar, o status de um país em crescimento, para o qual será requisitada, de forma cada vez mais intensa, a excelência na capacitação de recursos humanos para a continuidade do progresso científico nacional (Guimarães & Gomes, 2000; Morosini, 2009; Steiner, 2005).

O Sistema de pós-graduação *stricto sensu* (mestrado e doutorado) tem tido um crescimento significativo no Brasil. Conforme dados recentes do Plano de Ação em Ciência, Tecnologia e Inovação o número de alunos titulados nos cursos de mestrado, que em 2015 foi de 46.517, deverá alcançar o total de 58.169 em 2020, significando um incremento de 25,04%. Já o quantitativo de alunos titulados em cursos de doutorado, deverá observar um crescimento de 51,52% aponta relatório do Programa Nacional de Pós-Graduação de 2017 (Geocapes, 2017).

Somando-se a isso a produção de trabalhos científicos do Brasil teve uma evolução, ranqueado em décimo segundo lugar entre os países que mais contribuem com a ciência no mundo, com 53 mil artigos em 2006, um aumento significativo de 89%, no número de artigos publicados, comparado ao ano de 2016 (*National Science Foundation*, 2018). Essa realidade nos revela o quanto se tem avançado a ciência nacional, ainda que com pouco investimento comparado a outros países em desenvolvimento⁸, ainda estamos muito aquém das economias emergentes que figuram entre os dez maiores, e os investimentos em ciência e tecnologia vêm caindo severamente nos últimos dois anos, comprometendo negativamente o sistema científico nacional (UFRGS, 2018).

Nesse ponto encontramos um paradoxo científico, por um lado falta investimento e incentivos para desenvolvimento de pesquisas científicas, por outro há uma pressão elevada nos programas de pós-graduação para qualificação e evolução na avaliação da CAPES, levando seus discentes e orientadores a necessidade de produzir cada vez mais e com menos tempo, gerando cultura produtivista e quantitativista, sobrecarregando os pesquisadores (Moreira, 2009; Ziman, 2000; Radder, 2010; Reis 2010; 2013; Mendonça; 2014).

Nesse sentido Mendonça (2014) descreve uma inversão de valores acadêmicos, onde a produção e a busca por um conceito de avaliação da CAPES

⁸O Brasil aparece em 12º lugar entre os países com maior número de trabalhos publicados, com 53 mil artigos em 2016 – os chineses, no mesmo ano, tiveram 426 mil publicações. Além da China, a Índia, Coreia do Sul e Rússia – países que integram os Brics – figuram entre as dez nações que mais publicam artigos científicos no mundo. A Índia está terceiro lugar, com 110 mil artigos, ultrapassando o Japão, em número de produção científica. O que chama a atenção, no entanto, é o crescimento da China nos últimos 10 anos. Em 2006, o país tinha aproximadamente 190 mil artigos publicados, e em 2016 conquistou a liderança mundial com mais de 426 mil, um aumento de quase 125%. Segundo o estudo, o governo chinês vem ampliando gradualmente os investimentos em CT&I, e atualmente destina cerca de US\$ 408 bilhões por ano em ciência e tecnologia (nos EUA, os investimentos giram em torno de US\$ 500 bi, valor que não mudou muito nos últimos anos, segundo o relatório).

se torna mais importante do que a consistência e relevância da pesquisa. O mesmo autor menciona seis mudanças práticas ocorridas pelo produtivismo acadêmico:

1- Mais do mesmo: ciência (a)normal. Apesar do discurso oficial de valorização da inovação, o que há amiúde são queixas se referindo ao caráter repetitivo dos artigos científicos, cuja leitura provoca a incômoda sensação de *déjà vu*. Sem querer justificar a “repetição da diferença”, não há como negar que fica praticamente inviável realizar algo significativo diante da obrigação de uma produtividade em escala quase industrial.

2- (Des)orientação: teses sem “teses”. Devido ao fato de os docentes precisarem dispor de cada vez mais tempo para a pesquisa e produção de artigos, os mestrandos e doutorandos acabam contando com cada vez menos tempo de orientação, o que tem comprometido em grande parte a qualidade das dissertações e teses.

3- Seleção natural de uma espécie de aluno: “artiguista” em potencial. Um corolário decorrente do problema apontado no item 2 acima é a “formação” de pesquisadores que darão continuidade a essa lógica.

4- Competição inter/intra: “inimigos” de fora e de dentro. Conforme já indicado, o sistema de avaliação produz competitividade; por isso, em que pese a valorização oficial dos projetos colaborativos entre distintas instituições, os programas se vêem como concorrentes na busca por recursos, assim como os docentes de um mesmo programa competem por prestígio interno e posições de destaque na pós-graduação.

5- Ranqueamento institucional/individual: publico, logo existo. Na mesma direção do item anterior, é preciso estar bem posicionado para se angariar capital simbólico e capital financeiro.

6- Mais com menos e menos com mais: mais textos e mais autores. Por fim, e não menos importante, a atual lógica do sistema avaliativo vem propiciando uma mudança radical no próprio modo de produção de artigos, bem como nas relações de produção; de fato, por um lado, adota-se o estratagema de publicar um mesmo trabalho em várias partes (*salame science*), por outro, mesmo áreas tradicionalmente caracterizadas por trabalhos mais autorais, tais como as ciências humanas e sociais, têm produzido artigos com um número crescente de autores. (Mendonça, 2014).

Mudanças essas que atingem tanto os discentes como também os docentes que precisam fazer o árduo “dever de casa”, com o intuito de poderem ser bem

avaliados, sob pena de serem descredenciados ou ficarem fora do corpo docente (Mendonça, 2014).

Essa cultura produtivista tem se mostrado um fator de estresse na saúde mental. Faro (2016) confirma isso em pesquisas realizadas nos programas de pós-graduação. Essas pesquisas têm apontado a falta de prazo e a grande demanda de produção de artigos como elemento causador de estresse (Faro, 2013), que detalharemos no subitem 2.2.

As transformações nas práticas científicas, consolidaram-se no século XX, com o “processo de coletivização⁹”, termo esse usado por Ziman em uma palestra para os membros da Royal Society em 1983, no qual o autor elucida sobre as mudanças que vem acontecendo na forma de se fazer ciência (Reis 2010).

Ziman (1995) aponta as mudanças pelas quais a ciência vem passando com o surgimento de uma nova organização da atividade científica, a partir da consolidação da *Big Science* e de sistemas de pesquisa como o R&D (Research and Development). O físico e epistemólogo da ciência mostra o aparecimento de um novo modo de produção na ciência contemporânea, denominado por ele de “ciência pós-acadêmica”, no qual “o individualismo tradicional do modo de pesquisa acadêmico foi decisiva e irreversivelmente limitado” (Reis, 2010).

Acontece uma fusão entre o modelo científico e industrial¹⁰. Característica disto é o estabelecimento de metas, prazos, objetivos pré-determinados, com uma lógica utilitarista, para que seja válida uma pesquisa, ou que tenha um “objetivo científico” oportuno que valha a pena ser de alguma forma ser financiado, descreve Reis (2010). Neste modelo de ciência pós-acadêmica o cientista desempenha a função de gestor do que propriamente pesquisador, ademais ainda tem que convencer a sociedade, ou instituição, da importância da sua pesquisa. Sobre essa mudança Ziman justifica:

⁹ Para Ziman (1983) a questão central no que diz respeito à coletivização é que a tarefa de organização da ciência deixa de ser uma atividade individual e passa a ficar nas “mãos de grupos organizados”, sendo assim a ciência deixou de ser feita individual e passou a ser coletiva, transformando uma atividade que tinha sua força centrada na produção individual em uma atividade de equipe, ou seja, atrelada à produção industrial e altamente dependente da tecnologia.

¹⁰ Segundo Ziman (1981) houve um crescimento na direção de uma “ciência maior” (big science), na qual grandes experimentos, vastas somas de dinheiro e numerosas equipes trabalhavam em grandes projetos científicos, unindo o modelo científico com o modelo industrial.

“Em menos de uma geração nós testemunhamos uma transformação radical, irreversível e mundial, na forma que a ciência é organizada, gerenciada e feita. Nós olhamos para essa transformação somente como se ela afetasse a vida científica cotidiana. Mas ela obviamente envolve uma mudança estrutural em altos níveis. Essas mudanças estão ocorrendo em todas as instituições epistêmicas – universidades, institutos de pesquisa, estabelecimentos do governo e laboratórios industriais. Elas são documentadas oficialmente em inúmeros relatórios, artigos de jornal, comentadas por artigos científicos notáveis e orientados politicamente. A ciência está sendo redefinida em todos os níveis e em relação a outros segmentos da sociedade”. (ZIMAN, 2000, p. 67).

Resumidamente, percebem-se tais alterações no sistema de gestão da ciência a partir da tomada de princípios gerenciais, requerendo assim uma maior necessidade de controle contábil e urgência de resultados. Além disso, há uma demanda de pesquisa da parte da indústria e do governo, mudança nas regras de financiamento, utilitarismo e, finalmente, uma crescente e aparentemente inexorável burocratização das atividades científicas. (Reis, 2010).

Tal modelo de produtividade tem tido consequências na saúde dos discentes, como veremos no item a seguir.

2.2 Fatores de Stress no Sistema de Pós-Graduação *Stricto Senso*

Assim, como um malquisto encargo a ser pago por essas mudanças, a transformação na ciência e o avanço da pós-graduação no país não se fez de modo indolor, em especial para pós-graduandos e seus orientadores, tendo sido atribuído uma elevada pressão, visando à qualificação dos programas de mestrado e doutorado (Faro, 2013). Essa bagagem é acompanhada de muitos fatores que geram estresse e até mesmo afetam a saúde mental dos alunos e docentes. Fatores que como vimos podem ser externos a universidade como: alta competitividade, inserção no mercado de trabalho, incertezas quanto ao futuro profissional, preocupação com o tempo médio de titulação, relacionamento com o orientador, falta de autodisciplina, uso da língua inglesa, desenvolvimento da dissertação ou tese, distanciamento familiar; ou internas a universidade como: cumprimento de prazos, sobrecarga de atividades, curso das disciplinas, situações de avaliação, cobrança de produtividade, problemas na obtenção de bolsa ou financiamento, mudanças nas diretrizes da universidade, crescente número de

orientandos por professor, problemas esses apontados por vários autores sobre o assunto (Bujdoso, 2005; Duque, Brondani & Luna, 2005; Louzada & Silva Filho, 2005; Louzada & Silva Filho, 2002).

Voltarelli (2002) aponta que as principais dificuldades que os alunos enfrentam são a falta de tempo, tanto para os estudos como para a vida particular, a incerteza quanto à inserção profissional e a falta de apoio financeiro, esses são fatores de estresse mental, que podem prejudicar a saúde e a qualidade da produção científica.

Pesquisa realizada por Faro (2013) com mais de 2 mil pós-graduandos *stricto sensu* em 66 instituições em todo Brasil corroboram essas incidências de fatores de estresse. Na amostra de 2150 alunos de pós-graduação *stricto sensu* no Brasil, sendo 61,8% mestrandos e 38,2% doutorandos, em 66 instituições e mais de 100 programas de pós-graduação foi aplicando o modelo de Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale – PSS). Faro inferiu que os fatores estressores mais recorrentes são o fator “tempo” (se referindo tanto para vida pessoal, como para estudar) e “recursos financeiros”, como mostra na tabela abaixo:

Estresse e Estressores na Pós-Graduação

Tabela : Frequências Relativa e Absoluta das Dificuldades Percebidas por Mestrandos e Doutorandos em Relação à Pós-Graduação

Dificuldades	Sim	Não
	F%(n) ^a	F%(n) ^a
1. Relacionamento com os outros alunos	12,3 (266)	87,7 (1891)
2. Relacionamento aluno-orientador	23,7 (611)	76,3 (1646)
3. Relacionamento aluno-coordenação	8,7 (187)	91,3 (1970)
4. Falta de motivação	29,4 (634)	70,6 (1523)
5. Mudança do tema inicialmente proposto	19,8 (428)	80,2 (1729)
6. Incompatibilidade entre o tema desejado e o proposto pelo orientador	9,4 (202)	90,6 (1955)
7. Falta de incentivo	26,4 (569)	73,6 (1588)
8. Prazos de entrega dos trabalhos das disciplinas	24,8 (534)	75,2 (1623)
9. Prazo para confecção da tese ou dissertação	38,1 (821)	61,9 (1336)
10. Aspectos financeiros da pesquisa	30,8 (664)	69,2 (1493)
11. Aspectos financeiros pessoais	53,8 (1161)	46,2 (996)
12. Compatibilizar os estudos com a vida pessoal e familiar	65,2 (1407)	34,8 (750)
13. Tempo para estudar	51,9 (1120)	48,1 (1037)
14. Outros (pressão para publicação)	27,3 (589)	72,7 (1568)

Nota. ^a Frequência relativa (frequência absoluta)

Esses fatores remetem a dilemas ligados à compatibilização entre a vida de pós-graduando e a vida “fora da universidade”. Quanto ao tempo, o equacionamento necessário para lidar com os diversos desafios impostos pela formação e, ainda

assim, manter sua rotina pessoal, revelou ser um elemento de elevada importância para a adaptação ao dia-a-dia de estudante de mestrado ou doutorado (Faro, 2013). Em sua pesquisa Faro (2013) levanta a importância de se repensar o modelo de universidade contemporânea no sentido de promover ações de saúde mental:

“Acredita-se que estes resultados podem incentivar propostas de mudança que objetivem a redução do estresse na pós-graduação, além do que permitem aprofundar o conhecimento sobre os principais estressores e de como manejá-los de modo mais satisfatório; uma meta que parece bem-vinda, principalmente no olhar dos pós-graduandos brasileiros.” (Faro, 2013).

Esses fatores geradores de estresse, tal como apontados por Faro (2013) assemelham-se com as características de ciência pós-acadêmica que Ziman (2010) expõe na forma de se fazer ciência. Fatores estressores que podem sabotar a qualidade da produção científica e seus resultados, assim como, afetar a saúde do indivíduo, precisam ser identificadas, questionadas e pesquisadas as possibilidades de melhoria, tanto para a ciência como para o cientista.

Retomo aqui a crítica de Mendonça (2014) que faz um diagnóstico desse modelo produtivista, onde sofremos de um mal-estar pós-moderno em que as instituições acadêmicas foram contaminadas pelo vírus da mercantilização da educação superior (Mendonça, 2014).

Dessa forma, se faz necessário mais estudos aprofundados sobre a saúde mental dos discentes tanto graduandos, quanto na fase de pós-graduação, como também os docentes e orientadores, para o levantamento de propostas que auxiliem esse crescimento tão necessário para o desenvolvimento do país.

Considerações Finais

Dentro da proposta deste estudo, ficou observado que, de fato, os fatores sociais, aqui reportados, apontam para uma forte influência relativamente à saúde mental dos estudantes universitários, os quais quando expostos aos referidos fatores, podem se tornar submetidos aos aspectos de: Ansiedade, Depressão e Stress. Sendo que, este último, pode trazer uma experiência negativa (Distress) ou uma experiência positiva (Eustress). Porém em uma condição de exposição intensa e continuada, ao aspecto de stress, o estudante tem suas capacidades físicas e

mentais exauridas, o que pode levar ao aspecto da depressão e todas as características que ela gera, no ser humano.

No caso da exposição aos aspectos de: Ansiedade, Depressão e Stress; ficam abertas possibilidades para continuidade deste tema, através de outros estudos, que tragam, em seu “bojo”, propostas para, por exemplo: Identificação, avaliação e até mesmo o tratamento, de tais aspectos de forma a atenuar a ação negativa, destes, face à exposição aos fatores sociais, aqui contextualizados. E assim aportar mais contribuições ao tema, que vem sendo observado “fortemente” na atualidade, de forma a possibilitar um maior entendimento e possível melhoria para o bem-estar da saúde mental dos estudantes universitários.

Cuidar da saúde mental é também cuidar da saúde física, visto que muitas doenças e transtornos podem ser gerados ou agravados pela recorrência desses fatores de stress. Em uma fase mais profunda o stress se caracteriza por sintomas graves que podem levar o indivíduo a doenças graves.

Por isso a importância de ter uma visão holística da saúde mental do estudante universitário, tanto dos fatores externos a universidade, relacionada à vida pessoal e estrutura psíquica do discente, como aos fatores internos da instituição, na peculiaridade de como é gerenciada o conhecimento, visto de forma tal às críticas e apontamentos na maneira produtivista de se fazer ciência, assim como os investimentos e incentivos a pesquisa, também como ao modelo de ciência pós-acadêmico pensado por Ziman (2000), tudo isso visando uma maior compreensão de tudo aquilo que afeta o estudante universitário na sua saúde mental e na sua produtividade científica na qualidade de suas pesquisas.

Assim fica observada a relevância de estudos mais aprofundados sobre a saúde mental nos alunos universitários, inclusive e conforme apresentado, neste artigo, nos discentes dos cursos de graduação bem como nos dos cursos de pós-graduação *stricto sensu*, nos quais se identificam fatores de estresse específicos dentro do seu nível de estudo.

Referências Bibliográficas:

AURÉLIO (2004). *Miniaurélio* 7ª. edição. Editora Regis Ltda.

BAPTISTA, M. N. & Campos, L. F. L. (2000). Avaliação longitudinal de sintomas de depressão e Estresse em estudantes de Psicologia. *Boletim de Psicologia*, 50 (113), 37-58.

BARBOSA, G. A. et alii (2007). *A SAÚDE DOS MÉDICOS DO BRASIL* - Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2007.

BUJDOSO, Y. L. V. (2005). *Dissertação como estressor: em busca de seu significado para o mestrando de enfermagem*. Dissertação de mestrado não publicada, Universidade de São Paulo, São Paulo.

FILGUEIRAS, J. C. et al (1999). *A Polêmica em Torno do Conceito de Estresse*. *Psicologia: ciência e profissão*. vol.19 no.3 Brasília 1999. Endereço: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98931999000300005>

FARO, A. (2013). Estresse e Estressores na Pós-Graduação: Estudo com Mestrandos e Doutorandos no Brasil, *Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa*.

FORAY (2004). *Dominique. Economics of knowledge*. Cambridge: MIT Press.

DUQUE, J. C. et alii (2005). Estresse e pós-graduação em Medicina Veterinária. *Revista Brasileira de Pós-Graduação*, 2 (3), 134-148.

HIRSCH, C.D. et alii (2018). *Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo*. Santa Catarina: Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós Graduação em Enfermagem, 2018.

GEOCAPES (2017). Site de Informação Georeferenciadas: <https://geocapes.capes.gov.br/geocapes/> Acessado em 27/11/2018.

GREILINGER, S. S. B. ET AL (2011). As Influências do estresse ambiental no desenvolvimento da aprendizagem. *Encontro: Revista de Psicologia - Vol. 14, Nº. 21, Ano 2011 - p. 63-75*.

GUIMARÃES, J. A., & GOMES, J. (2000). Pós-Graduação 2001: Desempenho, perspectivas, desafios e riscos. *InfoCapes / Boletim informativo da CAPES*, 8(4), 6-29.

LIPP, M. E. N. (Org.). (2004a). *Stress no Brasil: Pesquisas avançadas*. Campinas: Ed. Papyrus.

LIPP, M. E. N. (2004b). Estresse emocional: esboço da teoria de “temas de vida”. In: M. E. N.

LIPP, M. E. N. (2003). O modelo quadrifásico do stress. In: M. E. N. Lipp (org.) Mecanismos neuropsicofisiológicos do estresse: teoria e aplicações clínicas. (p. 17-21). São Paulo: Casa do Psicólogo.

LOUZADA, R. C. R. & Silva Filho, J. F. (2002). Sofrimento psíquico e formação de pesquisadores. Revista Brasileira de Psiquiatria, 24 (2), 120-141.

LOUZADA, R. C. R. & Silva Filho, J. F. (2005). Formação do pesquisador e sofrimento mental: um estudo de caso. Psicologia em Estudo, 10 (3), 451-461.

MACEDO, E., & Souza, C. P. (2010). A pesquisa em educação no Brasil. Revista Brasileira de Educação.

MARGIS, R. et al (2003). Relação entre estressores, estresse e ansiedade. R. Psiquiatr. RS, 25'(suplemento 1): 65-74, abril 2003.

MALAGRIS L. E. N. et alii (2009). Níveis de estresse e características sociobiográficas de alunos de pós-graduação. Psicologia em Revista, Belo Horizonte, v. 15, n. 1, p. 184-203, abr. 2009.

MCT (2010). Plano de ação em ciência, tecnologia e inovação: Principais resultados e avanços. Brasília: Ministério da Ciência e Tecnologia.

MENDONÇA, A. L. O. (2014). Dos Valores de Medida aos Valores como Medida: Uma avaliação axiológica da avaliação acadêmica. Ensaios Filosóficos, Volume X.

MONTEIRO, C. F. S. et alii (2007). ESTRESSE NO COTIDIANO ACADÊMICO:

O Olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. Rio de Janeiro: Revista Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, 2007.

MORAIS, P. (2018). "Saúde Mental na Universidade Importa?". São Paulo: Site "Politize!". <https://www.politize.com.br/saude-mental-na-universidade/>, 2018.

MOREIRA, A. F. (2009). Cultura da performatividade e a avaliação da pós-graduação em educação no Brasil. Educação em Revista.

NOGUEIRA, M. J. C. (2017). Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior: Fatores protetores e fatores de Vulnerabilidade. Lisboa: Universidade de Lisboa, 2017.

OMS/OPAS (2017). Depressão: o que você precisa saber. OPAS- Organização Pan-Americana de Saúde e OMS-Organização Mundial de Saúde – Folha informativa, 2017. Endereço: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5372:depressao-o-que-voce-precisa-saber&Itemid=822

OMS/OPAS (2018). Saúde mental dos adolescentes. OPAS- Organização Pan-Americana de Saúde e OMS-Organização Mundial de Saúde – Folha informativa,

2018.

Endereço:

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5779:folha-informativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839.

PISA 2015. Análises e reflexões sobre o desempenho dos estudantes brasileiros. Ministério da Educação - Brasília, 2016.

RADDER, H. (2010). *The Commodification of Academic Research: Science and the Modern University*. University of Pittsburgh Press.

REIS, V. M. (2010). Filosofia e a história da ciência no Cone Sul. Artigo: Qual é o valor do conhecimento? O ethos científico e a privatização do conhecimento. pp 626-635.

REIS, V. M. S. & VIDEIRA, A. A. P. (2013). John Ziman e a ciência pós-acadêmica: consensibilidade, consensualidade e confiabilidade. *Revista Scientia e Studia* vol.11, n.3, pp.583-611.

RIBEIRO, J. L. P. et al (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS), de 21 itens de LOVIBOND e LOVIBOND. *LISBOA: PSICOLOGIA, SAÚDE & DOENÇAS*, 2004, 5 (2), 229-239 - Universidade Lusíada, 2004.

ROSA, M. (2015). O que é Ansiedade. Instituto de Psiquiatria Avançada e Neuromodulação. São Paulo: IPAN, 2015. 9 mar 2015. <http://www.ipan.med.br/blog-post/transtornos-de-ansiedade/>.

SADIR, M. A., BIGNOTTO, M. M., & LIPP, M. E. N. (2010). Stress e qualidade de vida. *Revista Paideia*.

SANE, R. O. M. S. (2018). "Mais uma Morte de Estudante do Campus UFRJ MACAÉ". Macaé: Liga de psiquiatria e saúde Mental de Macaé (LAPSAM) da UFRJ Macaé, 2018 - <https://pt-br.facebook.com/noticiasmacae/posts/2098032853856333>.

SANTOS, A. M. et al. (1998). Stress. *Análise Psicológica* (1998), 4 (XVI): 675-690.

SCIMAGO JOURNAL & COUNTRY RANK, 2017. Site: <https://www.scimagojr.com/countryrank.php>, acessado em 15/11/2018.

SIANG, Y. T. et al (2018). Hans Selye (1907–1982): Founder of the stress theory. *Medicine in Stamps: Singapore Med J* 2018; 59(4): 170-171. Endereço: <https://doi.org/10.11622/smedj.2018043>

SOUZA, J. P., & Pereira, L. B. (2002). Pós-graduação no Brasil: Análise do processo de concentração. *Acta Scientiarum*.

UFRJ Macaé (2018). Nota de Pesar. Macaé: Direção do Campus UFRJ-Macaé e a Coordenação do Curso de Medicina, 2018 - <http://www.macaue.ufrj.br/index.php/8-news/2621-nota-de-pesar-falecimento-discente>

VOLTARELLI, J. C. (2002). Estresse e produtividade acadêmica [Editorial]. Revista Medicina Ribeirão Preto.

ZANIN, Tatiana et al (2017). Saiba quais as causas de estresse mais comuns. PORTO: TUA SAÚDE, 2017.

ZIMAN, J. Review of: Meaning in technology, by Pacey, A. Interdisciplinary Science Reviews 25, 315-316, 2000.

NATIONAL SCIENCE FOUNDATION'S (2018). Site: https://www.nsf.gov/news/news_summ.jsp?cntn_id=244271, acessado em 15/11/2018.

UFRGS (2018). Site: <https://www.ufrgs.br/blogdabc/china-e-o-pais-que-produz-mais-artigos-cientificos-no-mundo-brasil-e-o-12o/> acessado em 15/11/2018.