

Medidas interdisciplinares de apoio psicológico nas universidades: Transformando o ambiente acadêmico em um lugar acolhedor

Interdisciplinary measures of psychological support in universities: Transforming the academic environment into a welcoming place

Medidas interdisciplinares de apoio psicológico en las universidades: Transformando el entorno académico en un lugar acogedor

Thayná Carvalho dos Santos¹, Alcilea Barbosa de Andrade Vila Flor²

Como citar esse artigo. Carvalho dos Santos T, Flor ABAV. Medidas interdisciplinares de apoio psicológico nas universidades: Transformando o ambiente acadêmico em um lugar acolhedor. Rev Pró-UniverSUS. 2024; 15(2):06-11.



Resumo

O período acadêmico é comumente associado a transições simultâneas, como o início da vida adulta e seus dilemas, que são potencializados pela rotina acadêmica. Estes desafios podem servir de gatilhos para o desenvolvimento e agravamento de depressão e transtorno de ansiedade. Diante a isto, este artigo foi realizado com o objetivo de identificar na literatura científica brasileira digital as potencialidades inseridas nas medidas multidisciplinares para o tratamento da saúde mental dos universitários, descrever as principais medidas de amparo psicológico aos universitários, verificar quais são os profissionais de saúde atuantes em centros de apoio psicoemocional nas universidades e identificar na literatura o perfil dos estudantes universitários que são atendidos por estes centros. A metodologia elegida para a realização desta pesquisa foi a revisão sistemática de literatura. A coleta de dados ocorreu no mês de fevereiro de 2023, nas bases de dados BVS e SciELO e apenas artigos a partir de 2018 e em português foram considerados. Esta revisão discutiu 5 artigos que são compatíveis com os critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos, de onde emergiram 3 assuntos principais: (1) Caracterização do perfil dos alunos que buscam os Centros de Apoio Psicológico, (2) Caracterização e função dos profissionais de saúde atuantes nos centros de apoio psicológicos nas universidades e (3) Principais ações dos Centros de Apoio Psicológico nas Universidades. Concluindo que as medidas de amparo psíquico das universidades são multidisciplinares e os principais profissionais atuantes nos Centros de Apoio Psicológico são os psicólogos e enfermeiros. Fatores sociodemográficos, econômicos, culturais e de gênero possuem forte relação com a procura por amparo psíquico nas universidades.

Palavras-chave: Serviços de Saúde em Universidades; Depressão; Ansiedade.

Abstract

The academic period is commonly associated with simultaneous transitions, such as the beginning of adult life and its dilemmas, which are enhanced by the academic routine. These challenges can serve as triggers for the development and worsening of depression and anxiety disorder. In view of this, this article was carried out with the objective of identifying in the digital Brazilian scientific literature the potentialities included in multidisciplinary measures for the treatment of the mental health of university students, describing the main measures of psychological support for university students, verifying which health professionals are active in psycho-emotional support centers at universities and to identify in the literature the profile of university students who are assisted by these centers. The methodology chosen to carry out this research was a systematic literature review. Data collection took place in February 2023, in the BVS and SciELO databases and only articles from 2018 and in Portuguese were considered. This review discussed 5 articles that are compatible with the pre-established inclusion and exclusion criteria, from which 3 main issues emerged: (1) Characterization of the profile of students who seek Psychological Support Centers, (2) Characterization and role of professionals working in psychological support centers at universities and (3) Main actions of Psychological Support Centers at Universities. Concluding that the psychic support measures of the universities are multidisciplinary and the main professionals working in the Psychological Support Centers are psychologists and nurses. Sociodemographic, economic, cultural and gender factors have a strong relationship with the search for psychic support in universities.

Key words: Health Services at Universities; Depression; Anxiety.

Resumen

El período académico se asocia comúnmente con transiciones simultáneas, como el inicio de la vida adulta y sus dilemas, que se potencian con la rutina académica. Estos desafíos pueden servir como desencadenantes del desarrollo y empeoramiento de la depresión y el trastorno de ansiedad. Frente a eso, este artículo fue realizado con el objetivo de identificar en la literatura científica brasileña digital las potencialidades incluidas en medidas multidisciplinares para el tratamiento de la salud mental de universitarios, describiendo las principales medidas de apoyo psicológico para universitarios, verificando qué profesionales de la salud actúan en los centros de apoyo psicoemocional de las universidades e identificar en la literatura el perfil de los estudiantes universitarios que son atendidos en estos centros. La metodología elegida para llevar a cabo esta investigación fue una revisión sistemática de la literatura. La recolección de datos ocurrió en febrero de 2023, en las bases de datos BVS y SciELO y solo se consideraron artículos de 2018 y en portugués. Esta revisión discutió 5 artículos que son compatibles con los criterios de inclusión y exclusión preestablecidos, de los cuales surgieron 3 cuestiones principales: (1) Caracterización del perfil de los estudiantes que buscan Centros de Apoyo Psicológico, (2) Caracterización y rol de los profesionales que trabajan en centros de apoyo psicológico en las universidades y (3) Principales actuaciones de los Centros de Apoyo Psicológico en las Universidades. Concluyendo que las medidas de apoyo psíquico de las universidades son multidisciplinares y los principales profesionales que trabajan en los Centros de Apoyo Psicológico son psicólogos y enfermeros. Factores sociodemográficos, económicos, culturales y de género tienen una fuerte relación con la búsqueda de apoyo psíquico en las universidades.

Palabras clave: Servicios de Salud en las Universidades; Depresión; Ansiedad.

Afiliação dos autores:

¹Enfermeira, Bacharel em Enfermagem pela Universidade de Vassouras, Maricá, Rio de Janeiro, Brasil. Email: thayna_c2@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2313-4231>

²Enfermeira, Mestre em Enfermagem Assistencial pela Universidade Federal Fluminense, Maricá, Rio de Janeiro, Brasil.

E-mail de correspondência: alcileasora@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3566-4440>

Recebido em: 09/03/23 Aceito em: 17/05/24.

Introdução

Os impactos do universo acadêmico no psicológico dos discentes é um tópico frequente de pesquisas acadêmicas^{1,2,3}, e se tornou ainda mais recorrente a partir do ano de 2020 e a experiência da pandemia^{4,5,6}. O período universitário é foco de análise a respeito da saúde mental porque ao adentrar na universidade, o indivíduo passa por importantes rompimentos em relação à sua rotina e objetivos, sendo assim, a necessidade de adaptação e os desafios encontrados neste período e até mesmo o método pedagógico que se difere dos períodos de formações anteriores, podem favorecer o desenvolvimento de sofrimento psicológico e transtornos mentais².

Além do cenário de adaptação, deve-se ressaltar as expectativas geradas pelo ingresso acadêmico em relação a escolha do curso, conclusão e repercussões em sua vida posterior que também são responsáveis por exercer pressão psicológica nos universitários⁷.

As pressões psicológicas características do período universitário se materializam através do fenômeno social de excesso de consumo de álcool e abuso de substâncias ilícitas por parte destes indivíduos⁸, fato que torna os universitários ainda mais suscetíveis a desenvolver problemas de ordem psíquica.

Diante da percepção da universidade como um importante fator de risco psicoemocional, se torna necessária a criação de medidas por parte da gestão acadêmica com objetivo de minimizá-los⁹.

Por este motivo, este estudo escolhe e destaca os Centros e Grupos de apoio Psicológico em universidades como objeto de pesquisa, afinal, estes grupos são locais de trocas de experiências mediados por profissionais de psicologia, que favorecem a criação de uma rede de apoio por parte da gestão e dos docentes que compartilham do sofrimento psicológico¹⁰.

Dito isto, esta pesquisa tem o objetivo de

identificar na literatura científica brasileira digital as potencialidades inseridas nas medidas multidisciplinares para o tratamento da saúde mental dos universitários. Além disso, propõe a descrever as principais medidas de amparo psicológico aos universitários, verificar quais são os profissionais de saúde atuantes em centros de apoio psicoemocional nas universidades e identificar na literatura o perfil dos estudantes universitários que são atendidos por estes centros.

Metodologia

Revisão sistemática, cujo a questão norteadora foi: “De que forma os Grupos de Apoio Psicológicos na instituição de ensino auxiliam no tratamento da ansiedade e depressão dos universitários? A problemática foi formulada através da aplicação da estratégia PICO¹¹.

As fontes para busca de dados foram as bases virtuais da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Como ferramenta de coleta de dados os seguintes descritores foram adotados: Serviços de Saúde em Universidades, Depressão e Ansiedade. Estes descritores foram combinados e recombinaados com os operadores booleanos “OR” e “AND” formando sentenças para busca avançada.

Os critérios de inclusão de publicações nesta revisão foram: publicações referentes aos últimos 5 anos, na íntegra e em português. Foram excluídas as duplicatas, publicações que estavam indisponíveis pública e gratuitamente e aquelas que fugiam da temática e/ou objetivos desse estudo.

Após a coleta de dados se iniciou o período de mineração, onde foram aplicados os critérios acima descritos. Conforme descrito na tabela 1. A base de dados BVS foi a que mais contribuiu com dados para essa pesquisa. Note que a base de dados SciELO tinham em seu acervo um artigo em comum.

Tabela 1. Aplicação dos critérios de inclusão e exclusão

Base de dados	Total de publicações	Outro idioma	Fora dos objetivos	Artigos repetidos	Sem finalização	Anterior à 2018	Inseridos na revisão
BVS	6.026	1909	152	0	3697	268	4
SciELO	45	12	13	1		18	1

Fonte: Autoras, 2023.

Tabela 2. Artigos em relação à base de dados de origem.

Base de dados	Artigos
BVS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Longe de casa: atendimento psicológico e indicadores de saúde mental de imigrantes universitários 2. Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário 3. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante 4. Cartografia dos serviços de acolhimento ao acadêmico em sofrimento psíquico nas universidades públicas brasileiras
SciELO	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cartografia dos serviços de acolhimento ao acadêmico em sofrimento psíquico nas universidades públicas brasileiras 2. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida

Fonte: Autoras, 2023.

Resultados e Discussão

Os dados obtidos por meio da revisão sistemática foram catalogados em um quadro sinóptico, que

descreve os artigos usados de referência para construção dessa pesquisa em acordo com seus objetivos, métodos, resultado e conclusão.

Tabela 3. Sinóptico dos artigos inseridos na revisão

Autor e ano	Objetivos	Métodos	Resultados e discussão	Conclusão
Ferreira e Borges, 2021	Investigar as demandas de universitários imigrantes que se consultam no centro de psicologia da universidade.	Análise documental dos registros de atendimento de estudantes estrangeiros no período compreendido entre 2016 e 2017.	A distância de casa e da família, questões relacionadas ao gênero feminino e o curso de escolha caracterizam as maiores demandas desses alunos.	As diferenças culturais agravam os fatores de risco para desenvolvimento de transtornos psicológicos.
Belasco, Passinho, Vieira, 2019	Descrever as medidas interdisciplinares realizadas para o apoio psicológico dos alunos da Universidade Federal do Sul da Bahia.	Estudo descritivo sobre as atividades de apoio psicológico dos alunos da Universidade Federal do Sul da Bahia.	O centro de apoio realiza triagem dos discentes com auxílio de um profissional de enfermagem. As medidas de tratamento são multidisciplinares e em foco no contexto do aluno. O psicólogo realiza o atendimento aos alunos, enquanto o enfermeiro faz triagem e trata dos sintomas psicossomáticos dos transtornos psicoemocionais.	O centro psicológico da universidade conta com o atendimento de uma equipe de enfermagem e psicologia.

Tabela 3 (cont.). Sinóptico dos artigos inseridos na revisão

Autor e ano	Objetivos	Métodos	Resultados e discussão	Conclusão
Ramos et al. 2018	descrever propostas para intervenção psicológica dentro das universidades	Os dados foram obtidos nos seguintes projetos: "Triagem Psicológica (Triapsi)", "Serviço de Atenção Psicológica ao Graduando (Sapsig)", "Educação para a Carreira (E-car)" e "Projeto Sou Universitário, e agora?".	As medidas mais comuns foram o acolhimento e triagem psicológica, oficinas de preparação e orientação acadêmica e com temáticas de saúde mental, psicoterapia individual, grupos de estudo e troca de experiências além de educação para a carreira	As atividades de apoio emocional e psicológico da universidade são multidisciplinares e abarcam a maioria dos fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos psicológicos.
Medeiros et al. 2022	Mapear os serviços de apoio psicológicos disponíveis na universidade pública.	Pesquisa documental que obteve os dados por meio de entrevistas direcionadas a ao corpo discente e docente de todas universidades públicas brasileiras e por meio de dados do Ministério da Educação.	Dentre as 107 universidades públicas brasileiras 73 possuem serviços de amparo psicológico. Na grande maioria desses serviços presta atendimento ambulatorial e psicológico, sendo necessário agendar atendimento.	É notado o aumento no número de serviços de acolhimento psicológico nas universidades públicas em resposta ao aumento da demanda.
Gaiotto et al. 2022	Listar estratégias de amparo à saúde mental de universitários da área da saúde como proposta para implementação nas universidades.	Revisão de literatura sem delimitação de período de publicação de dados.	A revisão discutiu 45 estudos, que apoiaram a criação de iniciativas de apoio psicológico que envolvem: estabelecer e apoiar políticas de apoio a saúde mental de estudantes da saúde, integrar a universidade à programas de atenção à saúde mental, promover programas educacionais e de comunicação entre os discentes para tratar de temas relacionados ao sofrimento psicológico e seu enfrentamento, além de monitorar e avaliar as necessidades de cuidado de saúde mental dos discentes da área da saúde.	As propostas apresentadas sugerem a integração da universidade enquanto campo de atuação do Ministério da Saúde no que tange o amparo à saúde mental.

Fonte: Autoras, 2023.

Caracterização do perfil dos alunos que buscam os Centros de Apoio Psicológico

Os estudantes estrangeiros e imigrantes formam uma importante parcela dos alunos que buscam apoio psicológico dentro das universidades. As demandas apresentadas por esses discentes são semelhantes aos dos alunos locais, com o aditivo das diferenças culturais com seus companheiros de classe e de curso¹².

Em relação a isto, um estudo anterior com uma amostra de estudantes locais demonstrou que a ansiedade e depressão em universitários pode ser causada ou agravada quando o estudante reside longe da instituição de ensino ou pela necessidade de se mudar para uma nova cidade para assistir às aulas. Além disso, a dependência financeira dos pais e a pressão sobre a apresentação de resultados acadêmicos são considerados agravantes para o desenvolvimento desses transtornos¹³, o que pode justificar a alta procura de discentes imigrantes aos Centros Atenção Psicológica.

Os estudantes da área de saúde são os mais acometidos por transtornos e sofrimento psicológico, e por isso são responsáveis por grande parcela da procura aos centros de apoio psicológico¹⁴. Ressalta-se que o curso escolhido interfere diretamente no risco de se desenvolver sofrimento psicológico, uma vez que os universitários da área da saúde apresentam maior índice de adoecimento por esse motivo¹⁵. O que pode estar relacionado com o conteúdo extenso do currículo e com a responsabilidade de “salvar vidas”, que faz com que as falhas acadêmicas atinjam o sentimento de autoeficácia, trazendo ainda mais sofrimento e ansiedade a estes universitários¹⁶.

Caracterização e função dos profissionais de saúde atuantes nos centros de apoio psicológicos nas universidades

A ansiedade é o transtorno de ordem psicológica mais recorrente na atualidade, cenário que foi agravado pelo período pandêmico que registrou aumento de cerca de 25% dos casos de ansiedade no país, seu tratamento é complexo devido a multiplicidade de transtornos abraçados pela ansiedade e de gatilhos para esses sentimentos¹⁸.

Enquanto, a depressão é uma doença de ordem psicoemocional, de caráter multifatorial, caracterizada pelo sintoma de tristeza profunda, desânimo e apatia, dentre outros sintomas que prejudicam em muito a qualidade de vida do indivíduo depressivo¹⁹. O Brasil está em primeiro lugar na América Latina em relação ao número de indivíduos depressivos ou que já desenvolveram a doença ao longo da vida²⁰.

Devido ao caráter multifatorial dessas doenças, a Universidade Federal do Sul da Bahia inseriu os enfermeiros em seu centro de apoio psicológico,

reconhecendo que os transtornos psicoemocionais causam desfechos psicossomáticos aos quais necessitam de cuidado ambulatorial²¹ que por vezes pode ir além da competência dos psicólogos, e por isso esses cuidados são delegados aos enfermeiros, que também oferecem escuta aos alunos²¹.

Principais ações dos Centros de Apoio Psicológico nas Universidades

A partir da compreensão a respeito da multifatorialidade dos transtornos psicológicos e dos fatores de risco relacionados ao ambiente universitário, as práticas de apoio psicológico no ambiente acadêmico abraçam todos os aspectos sociais e dificuldades que os alunos podem passar em relação ao ensino, com objetivo de promover o apoio integral aos discentes²². Sendo assim, o grupos de apoio, oficinas e grupos de estudo também são importantes medidas de amparo psíquico, pois servem para criar uma rede de apoio aos alunos composta de profissionais da saúde e semelhantes²².

A oferta desses serviços nas universidades públicas atualmente é predominante, pois é notado o aumento dos centros de apoio psicológico nas universidades públicas em decorrência da ascensão dos transtornos psíquicos por parte dos discentes²⁴. No entanto, a necessidade de agendamento pode ser considerada uma importante barreira para o acolhimento dos estudantes²³.

Por fim, recomenda-se às universidades que busquem amparo no Ministério da Saúde, que possui diversos programas e projetos relacionados ao acolhimento psíquico da população, para assim ser possível lidar com toda a complexidade envolvida nos transtornos psíquicos característicos do período universitário¹⁴.

Conclusão

As universidades são espaços com grande potência para o desenvolvimento de ações que visem prestar amparo e cuidado psicológico. Isto porque atingem um público-alvo jovem que já correm risco de desenvolver sofrimento psíquico. Riscos estes, que são ampliados a partir da vivência acadêmica.

Apesar do psicólogo ser o profissional responsável por realizar escuta ativa de pessoas em sofrimento psíquico e prestar aconselhamento, as universidades não oferecem apenas a disponibilidade desses profissionais a seus alunos. Afinal, o sofrimento nesta etapa da vida se relacionam com o próprio ambiente acadêmico e seus desafios.

Sendo assim, as universidades apoiam a criação de grupos de aconselhamento, oficinas sobre saúde mental, grupos de estudo e promovem a convivência e socialização dos alunos como método de prevenção a transtornos psíquicos decorrentes da rotina universitária.

Em relação às crises de origem psíquicas propriamente ditas, as universidades oferecem apoio psicológico e ambulatorial prestado por enfermeiros, para atenuar os sintomas dos discentes. E por fim, quanto ao perfil dos alunos que buscam esses serviços se identificou que mulheres, alunos com baixa renda, estrangeiros e alunos de outras cidades ou estados são os que mais apresentam sintomas psicológicos negativos.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

Referências

1. Penha JRL, Oliveira CC, Mendes AVS. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa/University student mental health: integrative review/Salud mental del estudiante universitario: revisión integrativa. *Journal Health NPEPS*, 2020;5(1):369-95.
2. Sahão FT, Kienen N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 2021;25.
3. Silva ME et al. Saúde mental dos estudantes universitários. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, 2021;9:e6228-e6228.
4. Silva AF et al. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 2020; 30.
5. Gundim VA et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Baiana de Enfermagem*, 2021;35.
6. Santos GMRF, Silva ME, Belmonte BR. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 2021;21:237-43.
7. Ferreira LC. Porque eu sou do tamanho do que vejo/E não do tamanho da minha altura: As escolhas dos cursos de ensino superior e as expectativas estudantis de bem-estar. 2022.
8. Maia GMS et al. Práticas de consumo de álcool, tabaco e outras drogas entre estudantes em contexto universitário. *Saúde em Redes*, 2020;6(3):255-69.
9. Machado PRP. Saúde mental dos estudantes universitários: os programas de assistência psicológica da Universidade Federal Fluminense. 2022.
10. Almeida RB et al. ACT em Grupo para Manejo de Ansiedade entre Universitários: Ensaio Clínico Randomizado. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2022;42.
11. Santos CMC, Pimenta CAM, Nobre MRC. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Revista latino-americana de enfermagem*, 2007;15:508-11.
12. Ferreira AVS, Borges LM. Longe de casa: atendimento psicológico e indicadores de saúde mental de imigrantes universitários. *Psicologia da Educação*, 2021;52:64-73.
13. Jardim MGL, Castro TS, Ferreira-Rodrigues CF. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. *Psico-USF*, 2021;25:645-57.
14. Gaiotto EMG et al. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. *Revista de Saúde Pública*, 2022;55.
15. Silva TVS. Fatores associados aos transtornos depressivos em estudantes universitários da área de saúde: uma revisão integrativa. 2020.
16. Melo HE et al. Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2021; 34.
17. ONU, Organizações das Nações Unidas [ONU-BR]. OMS: 'O impacto da pandemia na saúde mental das pessoas já é extremamente preocupante'. Disponível em: <<https://brasil.un.org/pt-br/85787-oms-o-impacto-da-pandemia-na-saude-mental-das-pessoas-ja-e-extremamente-preocupante>>. Acesso em: 28 de fev de 2023.
18. Corbanezi ER. Saúde mental, depressão e capitalismo. Editora Unesp, 2021.
19. Brasil, Ministério da Saúde [BR]. Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>> Acesso em: 28 de fev de 2023.
20. D'ávila LI et al. Processo patológico do transtorno de ansiedade segundo a literatura digital disponível em português-revisão integrativa. *Revista Psicologia e Saúde*, 2020;12(2):155-68.
21. Belasco IC, Passinho RS, Vieira VA. Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 2019;71(1):103-111.
22. Ramos FP et al. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 2018;19(2):221-32.
23. Medeiros LR et al. Cartografia dos serviços de acolhimento ao acadêmico em sofrimento psíquico nas universidades públicas brasileiras. *Cogitare Enfermagem*, 2022; 27.