

## As Demandas da Graduação e a Relação com o Adoecimento Discente

### Undergraduate Demands and the Relationship with Students' Illness

Steffany Almeida da Silva<sup>a\*</sup>; Yasmin Allana Lira Rêgo<sup>a</sup>; Givanildo da Silva<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Universidade Federal de Alagoas. AL, Brasil.

\*E-mail: [steffany.silva@cedu.ufal.br](mailto:steffany.silva@cedu.ufal.br)

---

#### Resumo

O contexto socioeconômico em que as universidades brasileiras estão inseridas está permeado por uma série de dificuldades que acabam por tornar o ambiente universitário, por vezes, hostil para seus estudantes. O objetivo principal da pesquisa foi analisar as demandas advindas da graduação e como essas podem contribuir com o adoecimento discente. A metodologia utilizada na pesquisa foi estruturada a partir de uma abordagem qualitativa, tendo como método o estudo de caso. O instrumento utilizado para realizar a coleta de dados foi o questionário semiaberto. Os principais resultados da pesquisa apontaram que as demandas acadêmicas se configuram como um dos principais fatores, que causam ou agravam o quadro de adoecimento apresentado pelos discentes. Os relatos obtidos evidenciaram que os estudantes sofrem de sintomas que vão do sofrimento psicológico e emocional até questões de cunho físico e biológico.

**Palavras-chave:** Ensino Superior. Espaço Universitário. Estudantes.

#### Abstract

*The socioeconomic context in which Brazilian universities are inserted is permeated by a series of difficulties that end up making the university environment, at times, hostile to its students. The main objective of the research was analyze the demands arising from undergraduate degree and how they can contribute to student illness. The methodology used in the research was structured based on a qualitative approach, using the case study method. The instrument used to collect data was the semi-open questionnaire. The main results of the research showed that academic demands are configured as one of the main factors that cause or aggravate the illness presented by the students. The reports obtained showed that students suffer from symptoms ranging from psychological and emotional suffering to physical and biological issues.*

**Keyword:** University Education. University Space. Students.

---

#### 1 Introdução

O adoecimento discente começou a ser discutido no Brasil em 1958 (SANTOS, 2018), por meio do trabalho pioneiro de Loreto (1958), que escreveu sobre a saúde mental universitária ao realizar uma análise sobre os estudantes atendidos pelo Serviço de Higiene Mental para estudantes da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). A discussão sobre este tema ainda necessita de expansão no campo acadêmico, uma vez que há muitas incidências do adoecimento discente no espaço universitário, demandando pesquisas sobre o assunto.

Fernandes *et al.* (2018) explicam que há alta prevalência de depressão e ansiedade em universitários, causando nos estudantes sintomas que prejudicam sua saúde e alertam para o aumento dos números de suicídio entre esses sujeitos. A autora destaca que os números registrados entre os universitários ocorre pela configuração do ambiente universitário, que também influencia no estilo de vida dos alunos.

Segundo Latorre (2018), ainda não se debate abertamente sobre este assunto nas instituições de ensino, trata-se de um silenciamento da sociedade e um problema de ordem

institucional, que advém de um processo educacional injusto, elitizado e, muitas vezes, dominado pelo terror psicológico exercido sobre os estudantes. É possível perceber que os momentos de discussão sobre a temática são escassos, e os estudantes sequer comentam sobre o assunto entre si, o adoecimento discente acabou se tornando uma temática velada, no qual os estudantes que são acometidos por essa situação acabam, muitas vezes, excluídos e impedidos de falar sobre o assunto com seus colegas, docentes e a gestão acadêmica.

Para Ventura (2018, p.56), a negligência acerca do adoecimento, durante muito tempo foi vista como tabu, dificultando amplo debate em todas as esferas da sociedade, embora a quantidade de produções acadêmicas sobre o tema ainda esteja longe do ideal, é válido ressaltar que houve avanços no que diz respeito ao reconhecimento do adoecimento em produções acadêmicas.

De acordo com Fernandes *et al.* (2018), conciliar trabalho e curso superior é algo que exige muito do universitário e que pode levar ao surgimento de sintomas de depressão, afetando

a qualidade de vida e o desempenho acadêmico e profissional. Diante do que foi exposto, pode-se perceber que a realidade de alguns estudantes de estarem inseridos no mercado de trabalho durante o período de graduação também influencia no aparecimento do adoecimento, assim como a restrição de momentos de lazer se relaciona com as exigências oriundas do curso.

Latorre (2018) ressalta que os “elementos do ambiente acadêmico como a intensa carga horária de estudo exigida, em alguns cursos, e a forte cobrança dos professores em suas disciplinas, pode levar universitários a desenvolverem transtornos psiquiátricos durante a graduação, portanto, visto que o adoecimento discente se faz presente na rotina universitária, é necessário destrinchar suas características e possíveis causas, bem como outros fatores que podem facilitar o surgimento desta problemática.

O objetivo principal da pesquisa foi analisar as demandas advindas da graduação em Pedagogia na Universidade Federal de Alagoas, Campus A. C. Simões, e como essas podem contribuir com o adoecimento discente. A problemática da pesquisa teve a seguinte questão: quais as demandas advindas da graduação em Pedagogia, Centro de Educação da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), e como essas podem contribuir com o adoecimento discente?

## 2 Material e Métodos

A metodologia utilizada na pesquisa foi estruturada a partir de uma abordagem qualitativa, que segundo Prodanov e Freitas (2013, p.70):

considera que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, isto é, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito que não pode ser traduzido em números.

O método de pesquisa adotado foi o estudo de caso, que segundo Menezes *et al.* (2019) se trata de uma pesquisa em que seus procedimentos se direcionam a um caso específico, visando conhecer suas origens da forma mais abrangente possível.

O instrumento utilizado para realizar a coleta de dados foi o questionário semiaberto, que de acordo com Prodanov e Freitas (2013, p.108): “é uma série ordenada de perguntas que devem ser respondidas por escrito pelo informante (respondente)”. Com a suspensão das atividades acadêmicas presenciais, condição advinda das medidas de isolamento social adotadas para contenção do COVID-19, foram utilizados recursos como o *Google Forms* para a elaboração do questionário *on-line*.

O questionário foi divulgado nas redes sociais do Centro Acadêmico de Pedagogia (CAPED), grupos de *WhatsApp* das turmas do 5º ao 9º período de Pedagogia do Centro de Educação e *e-mails* das turmas. O objeto da pesquisa foi o adoecimento discente, tendo como participantes os estudantes de todos os turnos (matutino, vespertino e noturno) que se

encontravam matriculados no período letivo 2020.1, a partir do 5º período do curso de Pedagogia, ofertado pela UFAL no CEDU, do Campus A. C. Simões. O projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisa da UFAL, sendo aprovado por meio do parecer número 30165020.7.0000.5013, em 10 de abril de 2020.

A análise dos dados esteve apoiada no subsídio coletado no referencial teórico e, principalmente, a partir do método da Análise de Conteúdo, definido por Bardin (2002, p.19) como: “técnica de investigação que tem por finalidade a descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto da comunicação”. Para a exposição dos dados, foram utilizados o suporte de recursos como quadros, gráficos e texto corrido.

## 3 Resultados e Discussão

### 3.1 Características do adoecimento discente

A temática do adoecimento discente é um assunto que requer mais atenção por parte de pesquisas acadêmicas e pela própria academia. Segundo Guimarães (2014, p.27), os:

estudantes enquanto jovens adultos em processo de desenvolvimento se encontram mais susceptíveis às situações de mal-estar e a desencadear muitas emoções.

Desse modo, pode-se considerar essa transição da fase adolescente para a fase adulta como um dos fatores para o adoecimento dos graduandos, pois ocorrem novas experiências que envolvem a quebra e ressignificação de valores sociais, culturais, políticos e econômicos ao haver conflitos entre concepções existentes e a nova realidade, assim como aos novos conhecimentos, fatores que acontecem paralelamente à construção da identidade pessoal e profissional.

Além disso, a forma que a sociedade está organizada reflete, significativamente, no estilo de vida do estudante, portanto, é necessário conhecer o contexto em que ele está inserido para que seja possível compreender as nuances que se imprimem em sua vida acadêmica. De acordo com Pontes (2018, p.37):

Uma vez que vivemos em uma sociedade produtivista e de consumo, sendo o valor pessoal medido no que se tem e produz, se faz extremamente necessário criticar este modelo competitivo, funcionalista que tanto nos desgasta cotidianamente, em vez de adotar receitas prontas para diminuir o *distress* e aumentar a qualidade de vida.

Considerando seu argumento, é possível perceber que a sociedade exerce em seus integrantes um ritmo de produção e de competitividade constante, que exige adequações para se manter ativo no mercado de trabalho e, conseqüentemente, influencia negativamente o seu estilo de vida. Para os estudantes, esse fator se evidencia por ser a universidade o ambiente de produção do conhecimento, assim como de formação, que exige de seu corpo discente dedicação. Além disso, é preciso enfatizar que o Ensino Superior, assim como as demais etapas da educação, recebe influências do mercado de trabalho, fator que leva os alunos a

exercerem a competitividade dentro do espaço acadêmico e ao desenvolvimento de hábitos que influenciam negativamente o estilo de vida.

Nos estudos de Latorre (2018, p. 52), a autora definiu como:

causas propícias para deixar os estudantes vulneráveis o fato de passar a morar longe da família, as pressões acadêmicas e rendimento, a transição do ensino médio para o superior, a formação de uma percepção de identidade, entre outros.

Latorre (2018) também cita que são causas que afetam o adoecimento discente:

a) a falta de diálogo professor-aluno; b) a insônia; c) a intensa carga horária exigida; d) a forte cobrança dos docentes; e) a inflexibilidade da instituição e dos professores, e entre tantos outros elementos que sistematizam a violência sofrida pelo discente.

Isso permite inferir que o adoecimento discente se caracteriza por um conjunto de fatores que perpassam pelo espaço universitário e suas nuances.

Segundo Guimarães (2014), o ambiente acadêmico é um dos mais importantes e dos principais geradores de estresse. No contexto acadêmico é possível encontrar grande influência do mercado de trabalho na formação dos alunos, pois eles se encontram em uma busca incessável por melhor qualificação, que pode causar sensação de esgotamento e até mesmo incapacidade, não havendo espaço para momentos de descontração e lazer. Além disso, ter ciência dessas particularidades sociais, que afetam os estudantes, é importante para que não haja, segundo Pontes (2018) ‘culpabilização’ do sujeito pela adoção de estilo de vida não saudável.

Na universidade, o indivíduo é exposto a diversas situações que causam estresse. De acordo com Pontes (2018), o estresse é condição inevitável da vida, mas é necessário estar atento aos níveis de estresse e suas consequências. Os diferentes níveis de estresse causam distintas reações nos sujeitos de âmbito psicofisiológico, e o autor alerta para o fato de que há relação ativa e simultânea entre o meio e o sujeito, podendo haver melhora ou piora nesse processo. Por esse motivo, entende-se que as reações dos alunos podem ser causadas por um ou mais estímulos estressores durante a formação.

Pontes (2018) alerta, ainda, para o fato de que, pelo estresse ser um processo biopsicossocial complexo, cada indivíduo reage de uma forma diferente frente ao estímulo estressor. Ao trazer para o contexto acadêmico, é possível compreender que cada indivíduo reagirá de forma diferente às situações diversas, podendo um determinado grupo não as considerar como difícil, mas um outro grupo apresentar dificuldades para lidar com essas, desencadeando sintomas danosos para a saúde, sendo esses psicológico, biológico e social.

De acordo com Cachoeira *et al.* (2016), no ambiente acadêmico também há o surgimento de Transtornos Mentais Comuns (TMC) que podem ser ocasionados por diversos fatores como frustração, mudanças, angústias e outros. A partir da discussão se entende que o ambiente

que contribui na edificação do conhecimento, sendo a base para as experiências de formação profissional que se torna, por vezes, o desencadeador de distúrbios patológicos. Para além desse aspecto, o autor alerta que os TMC podem acarretar o aparecimento de novos transtornos que afetam os universitários, sendo os mais comuns a ansiedade e a depressão.

Segundo a pesquisa de Fernandes *et al.* (2018), voltada para os índices de depressão e ansiedade, a incidência maior dos sintomas nos alunos que fizeram parte da pesquisa foram medo, irritabilidade, sensação de estar assustado, desconforto abdominal, nervosismo, indigestão e fadiga, mas além desses sintomas também há problemas relacionados ao sono, à raiva, à atenção, à memória, entre outros.

Ao tratar do surgimento de sintomas ansiosos na população universitária, Fernandes *et al.* (2018) refletem que há prejuízos diversos que afetam o desempenho nas múltiplas esferas, além de alertar para o fato de que os fatores que mais influenciam o surgimento desses sintomas são relacionados aos estressores sociais, ajustes e transições do contexto familiar para o universitário, aspectos financeiros e desempenho acadêmico.

Latorre (2018, p.51) ressalta que:

O estudante para que se mantenha, destaque-se e seja reconhecido em um ambiente acadêmico permeado de normas, metodologias específicas, grupos e pessoas desconhecidas, precisa desenvolver um perfil universitário, sendo que este processo pode ser marcado por conflitos, ansiedade, idealizações e angústias.

Nos fatores mencionados, pela autora, se fazem presentes as dificuldades oriundas da transição entre as diferentes etapas da educação, a dificuldade de adequação ao novo modelo e suas exigências, dificuldades referentes à socialização e ao processo de construção de uma identidade universitária, que em articulação às demandas do contexto exterior à academia se ligam diretamente ao processo de adoecimento do discente.

Segundo Cachoeira *et al.* (2014, p.4502):

a satisfação acadêmica influencia diretamente no desempenho escolar, podendo afetar tanto a formação profissional quanto as interações sociais, bem como o possível desejo de desistência do curso, causando prejuízos, até mesmo, para saúde física e mental dos graduandos.

A partir desta discussão se pode constatar que os possíveis conflitos dentro e fora do ambiente universitário causado por diversos fatores podem afetar o discente a ponto de desencadear insatisfação em permanecer na academia, trazendo consequências para o seu bem-estar, desempenho na universidade e levando ao surgimento do adoecimento. Esses fatores que podem afetar a dinâmica de adoecimento têm como causas o desemprego, a insatisfação e estresse no ou com o emprego, estado civil, o horário de estudo, até mesmo a formatura e a inserção no mercado de trabalho (CACHOEIRA *et al.*, 2014). Esses indicadores apontam causas sociais, econômicas, culturais, fisiológicas e psicológicas no surgimento de sentimentos que desencadeiam o adoecimento.

Os estudos de Guimarães (2014) também mostraram alguns dos elementos que caracterizam o adoecimento dos graduandos. Estão presentes fatores financeiros, sociais, físicos, ambientais, psicológicos, culturais e políticos que afetam a qualidade de vida, além dos níveis de estresse, ansiedade e depressão da população universitária. Além disso, Latorre (2018, p. 55) reflete que há:

vulnerabilidade dos discentes ao sofrimento psíquico e ao desenvolvimento de doenças mentais em razão de diversos fatores, como, por exemplo, as fortes cobranças dos professores, a intensa carga horária de estudo exigida e a insegurança com suas próprias qualificações.

Os aspectos discutidos são indicadores de que o processo de adoecimento discente é complexo e multidimensional, mas apesar de ocorrer de forma diferente para cada indivíduo esse apresenta particularidades que se assemelham. Na próxima seção serão apresentados os fatores do adoecimento discente, por meio das vozes dos participantes da pesquisa.

### 3.2 Fatores do adoecimento discente: as vozes dos participantes

Apresenta-se os resultados obtidos através do questionário realizado *on-line* pelo aplicativo *Google Forms*. O link do questionário foi divulgado nas redes sociais do Centro Acadêmico de Pedagogia (CAPED), compartilhado em grupos de *WhatsApp* e *e-mails*, referentes às turmas do curso de Pedagogia do 5º ao 9º período, do Centro de Educação da UFAL. O questionário permaneceu aberto para respostas entre os dias 22 e 29 de abril de 2020, contando com o intervalo de uma semana para obtenção de respostas. No total, 110 graduandos responderam ao questionário, contribuindo para a compreensão da percepção dos estudantes sobre a temática.

Cabe destacar que a coleta de dados representa apenas uma pequena parcela dos estudantes que estão matriculados no curso. Segundo listagem de matrículas (período 2020.1), 618 alunos estão matriculados nos períodos finais (5º ao 9º período) do curso de Pedagogia, ofertado pelo CEDU na UFAL. As respostas obtidas pelo questionário *on-line* correspondem 17,79% do total de alunos matriculados.

De acordo com os dados obtidos foi possível observar que a maioria dos estudantes que participou da pesquisa está no oitavo período (36,4%), 20,0% estão no quinto período, 19,1% no sexto, 14,5% no sétimo e 10,0% dos participantes no nono período, noturno. Em relação ao turno em que os participantes estudam, 36,4% dos estudantes frequentam as aulas durante o turno da manhã, 22,7% frequentam à tarde e 28,2% durante a noite. Destaca-se que 12,7% dos estudantes, que participaram da pesquisa, estudam em mais de um turno, em um mesmo semestre.

A pergunta 12 do questionário tinha como objetivo fazer com que os participantes apresentassem a sua opinião sobre os fatores e os motivos que podem causar o adoecimento discente, a partir da sua experiência e vivências com demais colegas no CEDU.

As respostas fornecidas pelos participantes da pesquisa elucidam que o adoecimento pode estar relacionado, de forma especial, às demandas acadêmicas do curso, mas esses estudantes evidenciaram outros fatores que também estão correlacionados ao processo de adoecimento e que ocorrem de forma simultânea. Os principais destaques foram sistematizados no Quadro 1.

**Quadro 1** - Principais fatores/motivos que podem causar o adoecimento discente

Fatores que influenciaram o adoecimento discente	Quantidade de Respostas
Mais de um fator	56
Demandas acadêmicas	36
Questões pessoais	7
Relação professor-aluno	6
Questões institucionais	2
Estresse	2
Educação básica	1
<b>Total</b>	<b>110</b>

Fonte: dados da pesquisa.

Em maior evidência se tem a quantidade de respostas que apontam que o adoecimento discente, na opinião dos participantes, pode ser causado por mais de um fator. Os relatos desses participantes contemplam fatores conjuntos como: “o acúmulo de demandas acadêmicas”, “questões de cunho pessoal e familiar”, “dificuldades relativas à permanência na universidade”, “dificuldades de relacionamento e comunicação com os professores”, “dificuldades com o calendário institucional”, “dificuldades financeiras”, “ansiedade”, “depressão”, “cansaço mental”, “insônia”, “dificuldade em atender às demandas pessoais, profissionais e acadêmicas”, “mercado de trabalho”, “ausência de momentos de descanso e lazer”, “carga horária de estudos”, “pouco tempo de recesso ou férias” e o “estresse oriundo das demandas pessoais e acadêmicas”.

As demandas acadêmicas, como um fator isolado, foram citadas 36 vezes pelos sujeitos da pesquisa. Seus relatos evidenciaram situações em que a sobrecarga de atividades acadêmicas e a alta quantidade de conteúdos e disciplinas poderiam ser as principais causas do adoecimento entre os estudantes, como destacado nas respostas dos estudantes:

Super demanda de conteúdos e acúmulo de seminários e trabalho, tudo em uma única semana basicamente.

A demanda de trabalhos influencia muito, principalmente quando acontecem vários na mesma semana.

A sobrecarga de trabalhos para serem entregues em um período curto de tempo em consonância com os problemas pessoais de cada aluno, como por exemplo, perda de um ente querido, falta de acolhimento dos pais, problemas financeiros, preconceito, depressão, ansiedade, entre outros.

Sobrecarga de assuntos atrelado ao trabalho/estágio remunerado e à necessidade de ser inserido no mercado de trabalho com rapidez.

Acúmulo de conteúdos, falta de diálogo com os docentes e dificuldades com entregas de trabalhos.

O acúmulo de trabalhos e a tensão que a graduação exige, causa ansiedade e com ela as doenças psicossomáticas.

A quantidade de demandas acadêmicas se apresenta como um dos principais motivos para o adoecimento dos discentes, seguido diretamente pelo estresse e ansiedade, que se configuram como consequências da exaustiva exigência de produtividade que parte da instituição universitária (VENTURA, 2018).

Também foi apontado como um dos fatores que podem causar o adoecimento discente a questão da formação advinda da Educação Básica, que diverge bruscamente da estrutura do Ensino Superior (GUIMARÃES, 2014). Esse é um fator que revela uma precariedade do sistema de educação, que não se configura de forma que prepare o aluno para as próximas etapas, causando lacunas para a formação que serão mais um elemento que dificulta a sua adaptação a essa nova realidade. Essa dimensão pode ser vista quando um dos participantes respondeu “a falta de igualdade na questão da formação anterior a Universidade”, sinalizando os desafios de acompanhar as demandas acadêmicas, em função da falta de preparação nas leituras, na escrita e na disciplina nos estudos.

Além disso, pode ser citado como fator que influencia diretamente esse processo a expansão de vagas nas universidades, como ressaltado por Leal *et al.* (2019), que apontam o ingresso das minorias no Ensino Superior, facilitadas pela LDB/1996, políticas de democratização a partir dos anos 2000 e políticas afirmativas. A estrutura do Ensino Superior, quando configurada, foi apoiada em um modelo de aluno, mas posteriormente ao atender uma maior heterogeneidade dentro do ambiente acadêmico há o surgimento de novas demandas a serem atendidas, que acabaram afetando os estudantes. Percebe-se que a universidade precisa se adaptar aos novos alunos, no entanto, ocorre o processo contrário proporcionando dificuldades de diferentes naturezas ao aluno recentemente ingresso (VENTURINI; GOULART, 2016).

Apesar das tentativas de atender ao novo público, é visto que a universidade requer um perfil universitário (LATORRE, 2018), que busca dedicação, privação, apropriação de uma linguagem acadêmica (VENTURA, 2018), adaptação a novos grupos, culturas e metodologias. Esse processo pode ocasionar nos estudantes sentimentos diversos, que levam ao adoecimento.

O estresse, terceira categoria mais citada pelos estudantes, que participaram da pesquisa, aparece não somente como causa, mas também como sintoma do adoecimento entre os discentes. A maioria das respostas alia o estresse a outros fatores, de forma especial, às demandas acadêmicas e questões de cunho pessoal. O estresse pode estar ligado também a fatores biológicos, como falta de sono, problemas alimentares, entre outros. Também se pode considerar a exigência de que o aluno se comporte dentro dos limites do dito perfil universitário (LATORRE, 2018) como um dos fatores que pode causar o estresse. Os principais relatos que se relacionam ao estresse como fator de origem do adoecimento são os seguintes:

Acúmulo de coisas da faculdade que se misturam com a vida

pessoal, o cansaço, estresse, ansiedade, entre outros.

Poucas horas de sono, devido a demanda de trabalhos acadêmicos, estresse e má alimentação.

Problemas pessoais e manter as demandas do curso em dia, pois algumas disciplinas exigem muita dedicação por parte do aluno.

Sobrecarga de atividades diárias, principalmente para estudantes do noturno, que trabalham durante o dia.

Alta demanda das disciplinas, prazos muito limitados e incompatível com a realidade do aluno.

Os estudantes também mencionaram assuntos relativos à instituição universitária como possíveis causas de um quadro de adoecimento. Uma das principais questões seria a quantidade de turmas e disciplinas por semestre, pois muitos estudantes acabam tendo que cursar mais disciplinas do que a carga horária semestral obrigatória exige. Muitas vezes, buscando cursar disciplinas pendentes, os graduandos acabam se matriculando em mais disciplinas do que conseguem dar conta, tentando voltar ao fluxo padrão enquanto se sobrecarregam com a quantidade de demandas.

As respostas obtidas partem, de forma muito particular, da experiência acadêmica de cada estudante, como ressaltado por Pontes (2018) ao discutir que as reações frente a um estímulo estressor variam de acordo com o sujeito. Porém, grande parte das respostas se mostra similar, o que pode comprovar que a vivência acadêmica dos estudantes, apesar de ser única e se concretizar de forma diferente, apresenta semelhanças que quase sempre se configuram da mesma forma.

Um fator ressaltado pelos sujeitos da pesquisa foi a questão do calendário acadêmico. Em virtude das greves de 2012, a UFAL tem buscado a regularização do calendário acadêmico (que estava atrasado em um semestre) através da realização de três semestres ao longo do ano. Porém, por conta da necessidade de regularização, os semestres têm se tornado cada vez mais curtos, o que torna necessário o adiantamento de conteúdos, provas e trabalhos, tornando os prazos cada vez mais apertados.

O intervalo entre os semestres também se tornou mais curto, principalmente para os estudantes que precisam realizar reavaliações e provas finais, chegando a, no máximo, duas semanas para que os estudantes possam se recuperar e descansar, o que na prática não acontece, visto que possuem suas demandas pessoais e, muitos trabalham para poderem garantir sua permanência na universidade. Esse intervalo, que deveria ser usado para que os estudantes pudessem realizar atividades de lazer, acaba se mostrando insuficiente para satisfazer a necessidades psicobiológicas (SILVA; HELENO, 2012) desses estudantes, o que acarreta o aumento de emoções negativas.

Os estudantes também salientam os períodos interrompidos, geralmente, pelas férias de dezembro-janeiro, em que o semestre se interrompe para as comemorações natalinas, retornando a partir do dia 20 de janeiro, o que acaba quebrando o ritmo de estudos estabelecido para dar andamento ao semestre. Esse relato se refere ao último

semestre vivenciado na UFAL (2019.2).

Esse “período de férias” dentro do semestre também se mostra conturbado por outros fatores, pois os estudantes não estão em um período de férias propriamente dito, visto que há uma sensação de alerta não conseguindo se desligar do cenário universitário e estabelecer o relaxamento neste intervalo. Além disso, o retorno traz consigo a realização de trabalhos acadêmicos e provas, exigindo dos alunos que estudem no tempo que seria destinado às férias. Essas situações estão presentes nos seguintes relatos sobre os fatores que podem causar o adoecimento discente:

Pressão por conta do calendário apertado.

As condições para desenvolver os trabalhos (relatórios) são espaços curtos.

A quantidade de disciplinas para dar conta em um curto período de tempo.

O acúmulo de atividades, o calendário estreito para organização do mesmo, e o não cumprimento de férias.

A concentração de conteúdos e atividades em um curto período de tempo, além dos períodos que são interrompidos para férias devido à regularização do calendário, de forma que sempre voltamos às aulas um pouco fora do ritmo.

Muitos conteúdos em curto prazo, trabalhos constantes e pouquíssimo tempo de recesso de um período para o outro.

Acúmulo de conteúdos, grande exigência em curtos períodos de tempo.

Cumprir o calendário acadêmico.

Muita coisa em pouco tempo.

Quantidade de leituras e trabalhos semanais, e a pressão, decorrentes de semestres com 4 meses de duração.

Sobrecarga de trabalhos acadêmicos em semestres encurtados.

A grande quantidade de disciplinas, por semestre.

Quantidade abusiva de atividades solicitadas no decorrer do semestre com um prazo muito curto para a realização destas.

Os estudantes também chamam atenção para a quantidade de demandas que são exigidas ao fim dos semestres letivos, o que acaba os sobrecarregando ao retornarem em um novo semestre, pois o período de descanso é curto e isso influencia em seu rendimento e em seu desempenho em diferentes esferas de sua vida. Esse fator é visto no depoimento “a quantidade de atividades solicitadas no final do período. Geralmente, os professores deixam para cobrar resultados ao final do período, o que nos deixa sobrecarregados”.

De acordo com as informações expostas, pode-se entender que o intervalo de férias entre os semestres acadêmicos é importante para toda comunidade universitária, bem como para a estudantil. Não apenas por conta do período de descanso, mas também por se tratar de um tempo para o estudante se desligar um pouco do ambiente acadêmico, que muitas vezes se mostra competitivo, denso e hostil. É necessário que haja um equilíbrio entre os momentos de descanso e aqueles voltados para atender às demandas acadêmicas. A falta de equilíbrio entre esses momentos pode causar o adoecimento discente, como ressalta Silva e Neto (2014, p.50) ao discutir que:

algumas doenças, agressões exógenas, excesso de trabalho, fadiga física e psíquica, e outros problemas devastam o equilíbrio mental, tornando-o angustiado, deprimido, nervoso e neurótico.

Por esse motivo se percebe que a instituição precisa traçar planos que assegurem aos estudantes períodos de recesso que permitam a recuperação do bem-estar, assim como durante todo o semestre, pois essas estratégias possibilitam uma melhora nas condições de qualidade de vida dos alunos (SILVA; HELENO, 2012).

Para além das questões ligadas diretamente à universidade, os alunos evidenciaram as questões pessoais como influenciadoras no processo de adoecimento. Essas questões estão impressas em diferentes situações, como exposto nos trechos dos relatos dos alunos que responderam ao questionário: “cotidiano familiar”, “demanda intensa do dia a dia”, “horas em frente ao computador/celular, perda do sono, má alimentação etc.”, “dormir tarde e acordar cedo. Excesso de atividades a fazer”, “pressão, cobrança interna e externa”, “imunidade baixa”, “problemas pessoais que impedem o foco acadêmico, etc.”, “sobrecarga da rotina, falta de tempo para lazer e descanso”, “má alimentação. Poucas horas de descanso”, “imunidade baixa devido à pressão da rotina e responsabilidade”, “cansaço mental, ansiedade, má alimentação”, “relacionamento interpessoal”.

As questões citadas mostram a realidade de sujeitos que, para além de estudantes, são também pessoas que estão passíveis de enfrentarem problemáticas de diferentes naturezas, pois essas dificuldades independem do contexto acadêmico. Os participantes estão inseridos em uma cultura familiar, social, política e econômica que atravessa toda sua existência, interferindo no processo de permanência no ambiente acadêmico.

Em função das demandas do espaço acadêmico, além das particularidades dos contextos pessoais de cada sujeito, também são visíveis os desafios que a academia imprime de forma constante na vida pessoal, estudantil e profissional. Esses elementos podem incidir na qualidade de vida dos sujeitos, no processo de compreensão do mundo e na solidificação de sua identidade, como discutido por Anversa *et al.* (2018) ao citarem as exigências do ambiente universitário, a busca de consolidação da identidade e as incertezas como fatores que incidem na qualidade de vida do estudante.

Por esse motivo, entende-se que a esfera pessoal do estudante apresenta um papel significativo no processo de adoecimento, pois requer esforços que atendam às demandas diversas da esfera pessoal de forma simultânea as apresentadas pelo cenário acadêmico. É importante analisar o seguinte relato referente à autoimposição na tentativa de compreender, de forma mais clara, as nuances presentes na realidade do estudante que está inserido em um sistema social, cultural, político e econômico para compreender melhor o processo de adoecimento, como é sinalizado no depoimento “a alta cobrança individual de achar que podemos ser pessoas polivalentes o tempo todo, em vários aspectos de nossas vidas”.

Inicialmente, é possível perceber que há uma tentativa constante de atender às diversas demandas presentes no

contexto em que o estudante está inserido. Pode-se inferir que a “alta cobrança individual” mostra uma possível busca por ascendência social, visto que a universidade é um ambiente que vem se tornando, cada vez mais, um caminho de possibilidade para a modificação da realidade dos sujeitos.

No trecho “achar que podemos ser pessoas polivalentes o tempo todo” retoma o aspecto de atender às diversas necessidades que seu contexto apresenta, atividades que o sujeito se comprometeu em realizar, mas para além disso, mostra também certo cansaço frente a esse cenário. Outra dimensão a ser analisada é a ênfase no aspecto “o tempo todo”, possibilitando a percepção de que não se pode atender às questões que surgem nos contextos de forma desejada, pois há possibilidade do aparecimento de esgotamento mental e físico, sensação de incapacidade e angústia, trazendo consequências comprometedoras à saúde e qualidade de vida (SILVA; HELENO, 2012).

Acerca da relação professor-aluno, foi possível perceber que houve indícios de que, na maioria dos casos, o relacionamento entre os sujeitos se encontra prejudicado. Dessa forma, como apontado pelo número de respostas esse é um fator que contribui para o adoecimento discente, assim como para o seu agravamento.

As principais problemáticas apontadas são referentes à comunicação entre docente e discentes, fator que impossibilita uma participação ativa do estudante e imprime sentimentos de medo, angústia e incapacidade. A falta de comunicação acaba por distanciar, de forma expressiva, a relação entre os sujeitos, que de acordo com Latorre (2018) acaba por caracterizar o professor como detentor do saber e o aluno como receptor. Esse fator pode ser visto nos relatos “problemas na comunicação entre professores e alunos”, “alguns professores que se mostram resistentes ao diálogo”, “falta de comunicação e empatia por parte dos professores”, “dificuldade de negociação com docentes”.

As respostas dos estudantes também demonstram atitudes autoritárias ou abusivas por parte de alguns docentes, que se mostram relacionadas à metodologia adotada e sua postura diante da turma, sem considerar a realidade dos alunos ou até mesmo suas opiniões, além disso, são relatados abusos psicológicos. O posicionamento do docente frente à mediação entre o conteúdo e os alunos pode dificultar a aprendizagem, assim como desencadear o adoecimento discente, como discutido por Latorre (2018) ao tratar do abuso de poder e das exigências realizadas por docentes como facilitadores desse processo.

Esses fatores mencionados podem ser constatados a partir dos relatos: “professores abusivos”, “professores que não nos enxergam como seres humanos, mas apenas como alunos. Sem falar no assédio psicológico de alguns docentes”, “muita pressão por parte dos professores, falta de apoio e suporte dos mesmos”, “muita cobrança por parte dos professores”, “docentes que não tem consideração pelos discentes”, “professores que pressionam o aluno nas atividades dele

e esquecem que são várias matérias, várias atividades”, “atitude autoritária de alguns docentes”, “a cobrança exagerada de alguns docentes”, “pouca compreensão por parte dos professores”, “pressão psicológica ocasionada por metodologias de professores”, “excesso de atividades propostas pelos docentes”, “trabalhos mais complicados e pouca explicação do professor”, “pressão desnecessária por parte de alguns professores”.

Os participantes também apontaram a falta de organização dos professores como um elemento que prejudica o andamento da disciplina, causando sobrecarga nos estudantes. Foi possível verificar que há uma alta demanda expondo que o docente exige do aluno, mas que muitas vezes ele mesmo não consegue atender. Esse processo pode ser visto a partir dos relatos:

[...] geralmente os professores deixam para cobrar resultados ao final do período, o que nos deixa sobrecarregados.

[...] falta de organização de alguns professores com as disciplinas.

As condições para desenvolver os trabalhos (relatórios) são espaços curtos e algumas vezes desassistidos pelos professores.

Ao considerar as dificuldades postas pelos alunos em relação ao calendário institucional, pode-se perceber que a diminuição do tempo de um semestre pode refletir na conduta do docente frente às demandas que a disciplina exige, tornando o andamento da disciplina um processo árduo para o docente em meio à quantidade de alunos para atender e os prazos para executar os processos avaliativos. Esses fatores ocasionam uma sobrecarga, tanto para o aluno quanto para professor, mas é preciso que o docente pondere se é mais significativo para o processo de ensino e de aprendizagem a quantidade ou a qualidade dos conteúdos e processos avaliativos.

A busca por resultados significativos apenas ao fim do semestre desconfigura o propósito formativo, considerando que o conhecimento é produzido ao longo do processo. Por esse motivo, é importante ressaltar que alguns instrumentos avaliativos não são capazes de resgatar os conhecimentos produzidos e acabam por trazer prejuízos para o andamento da disciplina e o distanciamento do propósito avaliativo. A grande quantidade de demandas pode não refletir o verdadeiro resultado e acaba por colocar o docente como um medidor de conteúdos e não avaliador.

Muitas das respostas fornecidas pelos graduandos contam com mais de um fator, que pode vir a causar o adoecimento discente. Muitos desses aspectos já foram expostos, entretanto, a pesquisa recebeu relatos que destacam problemas como:

Em meu caso, o que aconteceu foi a tentativa de conciliar a demanda do estágio não obrigatório, com as atividades acadêmicas obrigatórias e as demais atividades não obrigatórias da Universidade para conseguir certificado para o currículo lattes, devido querer entrar na pós-graduação. O que gerou uma forte ansiedade, saí do estágio não obrigatório, mas a ansiedade persistiu pois acabei me dedicando mais as demais atividades não obrigatórias da Universidade (PIBIC,

Monitoria, Aulas de língua estrangeira...) junto às atividades obrigatórias.

O relato expressa a pluralidade de questões que permeiam o cotidiano estudantil. O desafio de conciliar as demandas não-obrigatórias com as oriundas da graduação e outras atividades proporcionadas pela universidade (sendo de cunho obrigatório ou opcional), que visam agregar certificados e experiências ao currículo do estudante, atrelado ao acúmulo de compromissos gera ansiedade. No caso apresentado, essa dinâmica acabou levando o estudante a optar por deixar uma determinada atividade de lado para que pudesse se dedicar mais às atividades proporcionadas pela universidade.

Relatos de experiência, como o que foi exposto, apontam mais de um fator que facilita o adoecimento discente e atestam que a dinâmica do adoecimento entre os estudantes pode estar ligada a uma pluralidade de acontecimentos, que envolvem tanto a esfera acadêmica quanto a pessoal da vida desses indivíduos, embora os resultados gerais demonstrem que a ideia de que o adoecimento está intimamente ligado com a quantidade de demandas acadêmicas pareça bastante difundida entre os participantes da pesquisa.

#### 4 Conclusão

As pesquisas científicas acerca do adoecimento discente se fazem necessárias, em vista do aumento dos índices que atestam uma ascensão dos números de sujeitos afetados dentro do ambiente universitário por transtornos, doenças e síndromes, principalmente no âmbito psicológico. As discussões referentes a essa temática são capazes de despertar a reflexão entre os sujeitos que estão presentes no contexto acadêmico, assim como abrir espaço para o desenvolvimento de um processo de ensino e de aprendizagem aliado ao bem-estar do estudante ao pensarem em estratégias que causem menores danos à saúde.

Os estudos teóricos com foco no processo de adoecimento discente em articulação às demandas acadêmicas possibilitaram ampliar a visão acerca dessa dinâmica, revelando os elementos que podem compor o quadro de sintomas dos alunos, assim como os fatores que incidem no contexto em que cada um se encontra. Compreende-se, a partir dos estudos, que o graduando é afetado por diferentes esferas sociais e por esse motivo se encontra vulnerável às complexas dinâmicas, que corroboram para o desenvolvimento do adoecimento.

Dentro do ambiente universitário, o sujeito necessita se adequar e atender às diversas demandas acadêmicas, com carga horária extensa, exigência de produtividade e dedicação, que em articulação com as demandas externas à universidade levam o estudante a apresentar quadros sintomáticos de adoecimento.

Sendo o ambiente universitário afetado por dinâmicas socioeconômicas e políticas, esse é atingido ao mesmo tempo que afeta a sociedade, buscando atender às demandas do mercado de trabalho, assim como ofertar uma formação de

qualidade aos alunos. Dessa forma, a universidade apresenta uma dualidade ao imprimir os valores e adversidades da sociedade capitalista, em consonância com uma formação integral e libertadora, fator que pode contribuir com o processo de adoecimento ou agravamento nos estudantes pelas exigências e princípios (competitividade, exclusão) desse cenário.

No entanto, é importante destacar que os quadros de adoecimento apresentados pelos estudantes envolvem diversos fatores, por esse motivo, compreende-se que o processo de adoecimento é plural e complexo, não sendo causado por questões isoladas, mas sim pela articulação entre fatores dos contextos socioeconômico, emocional e familiar de cada estudante, bem como suas condições para estudo e aproveitamento das atividades proporcionadas pela academia.

Em virtude do que foi discutido, cabe ressaltar que as demandas acadêmicas se configuram como um dos principais fatores que causam ou agravam o quadro de adoecimento apresentado pela classe discente. Os relatos obtidos, por meio da pesquisa, apontam que os estudantes sofrem de sintomas que vão do sofrimento psicológico e emocional até questões de cunho físico e biológico. Lidar com o intenso fluxo de demandas se mostra um desafio, especialmente, quando se é acometido por fatores sintomáticos de adoecimento que, muitas vezes, inviabilizam o cumprimento das exigências da academia.

#### Referências

- ANVERSA, A.C. *et al.* Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. *Cad. Bras. Ter. Ocup.*, v.26, n.3, p.626-631, 2018. doi: <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1185>.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2002.
- BRASIL. Ministério da Educação. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (1996). Biblioteca Digital da Câmara dos Deputados. Lei nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996. Brasília: MEC, 1996.
- CACHOEIRA, D.V.A.C. *et al.* Relação do perfil sociodemográfico com o risco de adoecimento por transtornos mentais comum em alunos do curso de enfermagem. *Rev. Enferm. UFPE On-line*, v.10, n.12, p.4501-4508, 2016. doi: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v10i12a11516p4501-4508-2016>.
- FERNANDES M.A. *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Rev. Bras. Enferm.*, v.71, n.7, p.2298-2304, 2018. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>.
- GUIMARÃES, M.F. *et al.* Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. *Rev. Psicol. Diversidade Saúde*, v.11, p.1-14, 2022. doi: <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpsds.2022.e4038>.
- LATORRE, A.C.O. Saúde mental dos estudantes universitários: qual sua relação com os processos de violência simbólica exercidos pelas instituições de ensino e com a luta por reconhecimento dos discentes no ambiente acadêmico? Disponível em: <<http://191.252.194.60:8080/handle/fdv/291>>. Acesso em: 15 abr. 2021.
- LEAL, K.M. *et al.* Desafios enfrentados na universidade pública

e a saúde mental dos estudantes. *Rev. Hum. Inovação*, v.6, n.8, p.59-69, 2019.

LORETO, G. Sobre problemas de higiene mental. *Neurobiologia*. v.21, n.3-4, p.274-83. 1958. doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-82712008000200003>.

MENEZES, A.H.N. et al. *Metodologia científica: teoria e aplicação na educação a distância*. Petrolina: UNIVASF, 2019.

PONTES, F.M. Ansiedade, estresse, depressão e qualidade de vida: um estudo com pós-graduandos da Universidade de São Paulo. 2018. doi: <https://doi.org/10.11606/D.47.2019.tde-24042019-175415>.

PRODANOV, C C; FREITAS, E.C. *Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico*. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

SANTOS, M.F. *Percurso universitário: saúde e adoecimento do estudante*. Santa Maria: UFSM, 2018.

SILVA, A.O; NETO, J. L. C. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. *Rev. Motricidade*, v.10, n.1, p.49-59, 2014. doi: <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade> .

SILVA, É.C.; HELENO, M.G.V. *Qualidade de vida e bem-estar subjetivo de estudantes universitários*. *Rev. Psicol. Saúde*, v. 4, n. 1, p.69-76, 2012.

VENTURA, C. M. *O adoecimento dos discentes na Universidade Federal de Ouro Preto*. Ouro Preto: UFOP, 2018.

VENTURINI, E; GOULART, M.S.B. Universidade, solidão e saúde mental. *Interfaces*, v.4, n.2, p.94-136, 2016.