



PSICOLOGIA, EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL:

PROBLEMATIZAÇÕES SOBRE/COM A UNIVERSIDADE

ORGANIZAÇÃO MOISES ROMANINI



ABRAPSO EDITORA

PSICOLOGIA, EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL:

PROBLEMATIZAÇÕES SOBRE/
COM A UNIVERSIDADE

Organização

MOISES ROMANINI



ABRAPSO EDITORA

Florianópolis - 2024

Ilustração de capa

Elenise Xisto - Artista Plástica

Design de capa

Arnoldo Bublitz

Projeto gráfico

Arnoldo Bublitz

Apoio/Financiamento



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Psicologia, educação e saúde mental : problematizações
sobre/com a universidade [livro eletrônico]
/ organização Moises Romanini. -- 1. ed. --
Florianópolis, SC : ABRAPSO Editora, 2024.
PDF

Vários autores.

Bibliografia.

ISBN 978-65-88473-29-0

1. COVID-19 - Pandemia 2. Educação 3. Psicologia
4. Saúde mental I. Romani, Moises.

24-196088

CDD-158

Índices para catálogo sistemático:

1. Saúde mental : Psicologia 158

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE:

PROBLEMATIZANDO O PRESENTE, IMAGINANDO FUTUROS

Moises Romanini

Sabrina Helena Ferigato

Ricardo Rodrigues Teixeira

Pensar, escrever e propor espaços de discussão sobre saúde mental na universidade sempre foi um desafio e tornou-se um processo ainda mais complexo com a experiência recente de crise sanitária que vivenciamos a partir de março de 2020. A pandemia de covid-19 teve, e tem, dentre muitos outros efeitos, a agudização de problemas de saúde mental já existentes e inaugurou novas dimensões do sofrimento psíquico. Somada a uma propagada crise econômica e política em nosso país, o período pandêmico reconfigurou as possibilidades socioassistenciais em saúde mental, desafiou a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) em seus dispositivos, mas compreendemos que precisa redimensionar também nossas lutas coletivas em saúde mental, na atenção psicossocial e na defesa das políticas sociais e públicas, especialmente aqui, as de saúde e educação.

Entretanto, o debate sobre saúde mental na universidade não é tão recente quanto a crise sanitária mencionada. Encontramos na literatura uma série de estudos, pesquisas e relatos de experiência que vem indicando a necessidade de pensarmos a saúde mental de estudantes universitários/as tanto em contextos de graduação quanto pós-graduação. A partir dos estudos e experiências em serviços de atenção à saúde mental de discentes, Nogueira-Martins e Nogueira-Martins (2018) compreendem que os estresses vivenciados pelos/as estudantes decorrem tanto do ambiente acadêmico quanto de suas vulnerabilidades psicológicas. Partindo da noção de estresse, os autores sugerem três categorias: estresse relacionado ao processo de profissionalização (construção de carreira e identidade profissionais

em um mercado muito competitivo associadas às complexidades do adu-tecer); estresse situacional (pressões e exigência da formação, qualidade de ensino, provas, dificuldades nas relações com colegas e professores/as, meritocracia, competitividade e produtivismo acadêmico); e estresse pessoal (características individuais, traços de personalidade, história pessoal e familiar, transtornos mentais, situação econômica e social, dentre outros). Acrescentaríamos, ainda, o estresse estrutural/estruturante, relacionado à cultura capitalística neoliberal, ao colonialismo, ao capacitismo e às interseccionalidades de gênero, classe, raça, etnia, entre outras vulnerabilidades.

Essa categorização do estresse vivenciado por estudantes reflete, parcialmente, os tipos de estudos e análises que encontramos na literatura. Quando abordamos o tema de saúde mental na universidade, prioritariamente encontramos discussões pautadas perspectivas individualizante, patologizante e medicalizante, que buscam explicar, a partir do que Luiz Antônio Nogueira-Martins e Maria Cezira Nogueira-Martins (2018) denominam de estresse pessoal.

Partindo do pressuposto básico de que a saúde mental é um fenômeno plural, sem relações de causa e efeito, com múltiplos atravessamentos, bem como processual, não tomamos a noção de estresse como ponto de partida, o estresse pode ser um dos muitos efeitos das vivências acadêmicas. Propomos, num movimento inicial, um percurso de debates que envolvem três dimensões que se inter-relacionam no campo da saúde mental universitária: pessoal, adaptativa/interacional e institucional.

Iniciando com as *dimensões pessoal e adaptativa/interacional*, encontramos uma pesquisa realizada pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (ANDIFES, 2019), com aproximadamente 400 mil estudantes das 63 Instituições Federais de Ensino Superior (IFES) do Brasil. Nessa pesquisa, percebeu-se que o perfil das/os estudantes está cada vez mais próximo do perfil sociodemográfico do Brasil: diversidade cultural, racial, de sexo e a desigualdade de renda. No início dos anos 2000, o Brasil começou a viver um movimento (que perdurou por aproximadamente uma década) de reforma e ampliação do Ensino Superior. A raça, etnia, cor, classe e gênero da universidade pública brasileira se modificaram substancialmente após a implantação de diversas políticas públicas que abriram as portas do ensino superior: o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais Brasileiras (REUNI), o Sistema de Seleção Unificado (SISU), o Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), a Lei nº 12.711/2012 (Lei de Cotas), dentre outras. Este movimento de democratização (ou apenas ampliação?) do Ensino Superior, necessário embora não suficiente, trouxe consigo desafios e possibilidades para as universidades na construção de um processo educacional que atenda às demandas e às contradições contemporâneas, e ainda contribua com a aprendizagem e o desenvolvimento humano.

Alguns desses desafios já são apontados no mesmo relatório da ANDIFES, que evidencia também a existência, no ambiente universitário, de uma procura por orientação e acompanhamento psicológico/psiquiátrico que não pode ser ignorada. Do total de participantes, 23,7% apontam que problemas emocionais ou psicológicos têm gerado dificuldades nos estudos, com um número significativo sendo de indígenas aldeados e de pessoas com deficiência. O número é mais significativo ainda quando consideramos as dificuldades emocionais de um modo geral, sendo que mais de 80% da amostra indica tais dificuldades, referindo-se a sintomas como ansiedade e insônia, e sentimentos de solidão, desamparo e desânimo. Em torno de 8% indica ideação suicida (ANDIFES, 2019). Heribaldo Maia (2022), ao comparar dados deste relatório com a edição anterior, argumenta que, dentre os sintomas, tiveram maior aumento os mais identificados em patologias como depressões, ansiedades e esgotamento; o não consumo de álcool aumentou em paralelo ao consumo mais frequente; houve aumento de estudantes que informaram estar em tratamento psicológico (de 4,73% para 11,1%); esse número sobe para 36,6% quando considera-se os que já fizeram psicoterapia em algum momento no decorrer da graduação; dos que confirmaram estar realizando tratamento com remédios psiquiátricos, o número subiu de 4,73% para 7,5%. O autor pondera que não podemos conceber tais dados como significado de maior adoecimento ou apenas maiores frequências de transtornos mentais, mas que podemos inferir que os/as estudantes podem estar mais conscientes da importância de cuidar da saúde mental, como um dos possíveis efeitos dos debates que temos realizado dentro de nossas universidades. Porém também poderíamos dizer que a “saúde mental” acabou se tornando, ao cabo de tantos debates, uma espécie de linguagem geral para dar corpo e poder gerir as experiências de sofrimento na universidade. Destaca-se que a coleta de dados da referida pesquisa foi anterior ao evento da pandemia de covid-19, o que nos leva a inferir que esses números indicam uma realidade de menor gravidade em comparação com a que experimentamos atualmente.

O estudo de Osse e Costa (2011) teve como objetivo o mapeamento das condições psicossociais e de qualidade de vida de universitários/as residentes em uma moradia estudantil, sendo a maioria vinda de outros estados e dependente de recursos institucionais. Os/as estudantes indicaram comportamentos de risco para solucionar problemas relacionados à adaptação ao novo contexto de vida, bem como ansiedade, depressão e dificuldades para procurar ajuda. Nessa mesma linha, encontramos estudos que apontam problemas emocionais, dificuldades financeiras, inadaptação ao meio acadêmico, problemas de saúde mental como depressão e ideação/tentativa de suicídio (Leal, Oliveira, Rodrigues, & Fogaça, 2019); dificuldades de adaptação de estudantes de enfermagem de uma universidade federal estão vinculados a problemas de saúde mental (Carleto, Moura, Santos, & Pedrosa, 2018).

Um estudo com estudantes de engenharia de uma universidade pública apresenta índices significativos de sintomas de depressão, ansiedade e esgotamento, sinalizando, desta forma, que precisamos considerar a pluralidade de fatores que afeta os processos de ensino-aprendizagem, formação e desenvolvimento psicológico dos/as discentes (Castro, 2017). A partir de atendimentos a estudantes, em um trabalho interprofissional de uma universidade federal, as principais queixas atendidas foram ansiedade, labilidade emocional, dores cervicais e lombares, insônia, estados de desânimo, além de cefaleia e falta de concentração (Belasco, Passinho, & Vieira, 2019); em uma pesquisa-intervenção com acadêmicos/as de diversos cursos da área da saúde, as vivências acadêmicas vêm acompanhadas de sentimentos como isolamento, solidão, tristeza, competitividade dentro da universidade e nas relações interpessoais (Gomes, Araújo, & Comonian, 2018); e, ainda, numa revisão de literatura, a caracterização do adoecimento é o foco da maior parte dos artigos estudados que descrevem quadros e índices de depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida dos/as estudantes de medicina, indicando a necessidade de mais estudos qualitativos e longitudinais (Conceição et al., 2019).

Na relação específica com as questões de adaptação, estudos como os de Arino e Bardagi (2018) relacionam fatores acadêmicos que influenciam a saúde mental das/os estudantes ao período do curso no qual se encontram. Os períodos inicial (transição do ensino médio para o superior), médio (início dos estágios e primeiros contatos com as práticas profissionais) e/ou final (processo de desligamento do papel de estudante e inserção no mercado de trabalho), são caracterizados por diferentes demandas, o que nos ajuda a identificar o perfil dos diferentes grupos de estudantes e traçar ações de prevenção e promoção de saúde (Arino & Bardagi, 2018). Esses diferentes períodos do curso são tornados ainda mais complexos quando pensamos na inserção de estudantes-trabalhadores e nas mudanças étnico-raciais promovidas pelas ações afirmativas nas universidades. Demandas como o excesso de carga horária de estudo, a adaptação ao novo contexto, as novas rotinas de sono e alimentação, as necessidades de organização do tempo e de estratégias de estudo, o nível de exigência das disciplinas cursadas para a formação profissional, a difícil equação entre trabalho, família e estudos, são apontados também por outros estudos (Arino & Bardagi, 2018; Carleto, Moura, Santos, & Pedrosa, 2018; Leal, Oliveira, Rodrigues, & Fogaça, 2019; Osse & Costa, 2011; Sahão & Kienen, 2021).

Nogueira-Martins e Nogueira-Martins (2018) apontam que, como resultantes da interação estudante-universidade, três situações ou efeitos podem emergir: adaptação (sofrimento psíquico transitório, sem maiores repercussões na vida pessoal e acadêmica); crises adaptativas (conflitos emocionais, eventos estressores, dificuldades de relacionamentos e gestão do tempo, dificuldades socioeconômicas); e crises psicopatológicas (envolvem transtornos mentais, com dificuldades significativas pessoais e acadêmicas).

Diante destas questões, vinculadas às dimensões pessoal e adaptativa/intencional, os/as autores/as indicam desafios e possibilidades para a saúde mental nas universidades. De um modo geral, esses estudos apontam que os programas assistenciais existentes na universidade não conseguem dar conta de toda a demanda, sugerindo ações urgentes para que os serviços existentes sejam ampliados e apostando na criação de novos serviços e programas para garantir a permanência, a inclusão, o acolhimento em saúde mental e uma atmosfera aberta e facilitadora dos processos de aprendizagem (Belasco, Passinho, & Vieira, 2019; Nogueira-Martins & Nogueira-Martins, 2018; Osse & Costa, 2011; Santos, 2019; Venturini & Goulart, 2016). Biesek e Gagliotto (2021) defendem que a universidade pública, em sua gestão administrativa, precisa planejar e implantar serviços de acolhimento e suporte psicológico e/ou multiprofissional para estudantes e incentivar o uso das artes e produções culturais integradas ao ensino.

Outros quatro estudos analisam serviços de acolhimento para estudantes já implantados e em funcionamento. Tomando como base as noções psicanalíticas de urgência e crise em saúde mental, Malajovich, Vilanova, Frederico, Cavalcanti e Velasco (2017) discutem um manejo clínico que busca sustentar uma postura inclusiva e aberta à diferença, fomentando a construção de laços mais solidários entre os/as estudantes. A experiência de Neves, Ramos, Marangoni e Martins (2019), de construção de um espaço de atenção psicossocial em uma universidade pública, amplia o debate sobre a atuação da psicologia e dos profissionais da saúde em geral na promoção à saúde mental nas universidades. Belasco, Passinho e Vieira (2019) analisam a experiência com Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, sendo o trabalho considerado exitoso em relação à abordagem transdisciplinar e interprofissional e à prevenção do agravamento de quadros de ansiedade. Figueiredo e Oliveira (1995) indicam, a partir da prática orientacional e educacional em saúde mental, três tipos de intervenções básicas na esfera de saúde mental que superem o caráter curativo: aconselhamento, encaminhamentos psicoterápicos e orientação psicopedagógica. Para isso, os autores referem-se à necessidade de um número maior de profissionais, formando equipes multiprofissionais e desenvolvendo atividades de atendimento individual e grupal (Figueiredo & Oliveira, 1995).

Na perspectiva da noção de sofrimento psíquico e mal-estar nas universidades, contemplando de formas distintas as questões de uma *dimensão institucional* da saúde mental na universidade, mencionamos aqui mais seis trabalhos. Leão, Ianni e Goto (2019a, 2019b) mapeiam e discutem serviços e estratégias para lidar com o sofrimento ou adoecimento psíquico, destacando que as propostas clínico-terapêuticas devem considerar o contexto de mudanças sociais contemporâneas e o processo sócio-histórico de individualização, incluindo as dimensões coletiva, institucional e social dos sofrimentos (2019a); em outro estudo, os mesmos autores refletem que há um crescente sentimento de insegurança e sofrimento em função

da perda de referências de significação social e que comumente as contradições e impasses socialmente produzidos são tomados como fracassos pessoais (2019b). Biesek e Gagliotto (2021) complementam essa discussão afirmando haver a necessidade de alterar as práticas pedagógicas e evitar metodologias repetitivas de ensino, além disso, devemos considerar, institucionalmente, a ideologia política a que estamos submetidos, e que pode adoecer as subjetividades dos/as estudantes, contribuindo para sentimentos como frustração, angústia, medo e culpa.

Pautados nas teorias psicanalíticas de grupo de René Kaës, Santos e Castanho (2021) propõem reflexões sobre o sofrimento psíquico na universidade, destacando que precisamos enfrentar as barreiras que dificultam a efetiva sensação de pertencimento de vários grupos sociais na universidade, em especial questões relativas à classe, raça e gênero. A invisibilidade do debate sobre cor e raça e a suposta democracia racial no Brasil se constituem como mecanismos de manutenção do racismo institucional e de sofrimento psíquico de estudantes negros/as (Santos & Castanho, 2021). Macêdo (2018) argumenta que os/as estudantes chegam aos serviços-escola das universidades com queixas e sintomas de depressão, ansiedade, pânico, autolesão e/ou comportamento suicida, mas situa tais sintomas a partir de três grandes crises do Sujeito: sentido, trabalho e identidade. Nesse sentido, a autora nos instiga a compreender como a conjuntura social contribui para essas queixas e demandas, sinalizando para o que ela denomina de “errância do cuidado” na academia — ausência de uma linguagem saudável que produza acolhimento e simbolização da dor e do sofrimento, muitas vezes efeito da carência de relações interpessoais concretas, sentidas, vividas, do sentimento de não pertencimento à universidade (Macêdo, 2018).

Por fim, a partir de uma perspectiva voltada para a determinação social do processo saúde-doença, Maia (2022) problematiza, por um lado, o sofrimento psíquico, pensando a ansiedade e o medo como afetos centrais do neoliberalismo, e a depressão e esgotamento como sintomas psíquicos fundamentais; por outro, discute a gestão neoliberal da universidade, caracterizada por arrocho fiscal, expansão quantitativa, precarização, aumento da produtividade e redesenho da cultura acadêmica. Temos, então, o produtivismo e reconhecimento do percurso acadêmico como gramáticas institucionais de gestão no ensino superior, potencializando o desempenho, colonizando o tempo da educação pelo tempo da economia neoliberal, sendo os sujeitos da educação (sejam pesquisadores/as ou não) meros entregadores de resultados que convivem com a sombra do fracasso, implosões cada vez mais frequentes, esgotamento afetivo, sentimento de inadequação e coisificação das relações (Maia, 2022). O autor sugere que possamos resgatar o pertencimento, a solidariedade e o acolhimento em nossas relações acadêmicas.

Embora não trate especificamente do sofrimento psíquico nas universidades, cabe aduzir, neste ponto, o trabalho de Safatle, Silva e Dunker (2022), porque, se para Maia (2022) o neoliberalismo se expressa nas “gramáticas institucionais

de gestão do ensino superior”, que seriam os determinantes do sofrimento psíquico nas universidades, para Safatle, Silva e Dunker (2022), o neoliberalismo representaria um modo de gestão do sofrimento psíquico. Para estes autores, o neoliberalismo é propriamente uma política de nomeação do mal-estar e uma estratégia de definição do estatuto social do sofrimento. Ou seja, ele seria não apenas uma gramática institucional de gestão da universidade que determinaria o sofrimento universitário, mas, mais profundamente, uma “gramática social do sofrimento”. Os autores falam, assim, numa produção neoliberal do sofrimento, em estreita relação com o amplo processo de reconfiguração da forma de se descrever o sofrimento psíquico que se deu a partir dos anos 1970 e que envia médicos e pacientes a compreenderem o sofrimento psíquico dentro do espectro do transtorno e, portanto, passível de “terapeutização”, com frequência, pela via da medicação e/ou da psicoterapia. Mais além, os autores também identificam uma ultrapassagem dessa função terapêutica da prática psiquiátrica na direção de uma função de aprimoramento (*enhancement*), detectando, portanto, essa modulação entre uma “clínica do transtorno” e uma busca do “aprimoramento de si”, decididamente tributária da lógica econômica neoliberal. Mesmo sem tratar diretamente do sofrimento nas universidades, são análises que contribuem para a compreensão das formas de expressão do sofrimento que testemunhamos, hoje, nesses espaços, e não apenas entre os estudantes, mas de forma igualmente significativa entre seus docentes, pesquisadores, técnicos e profissionais terceirizados.

Como discutimos até aqui, na dimensão “pessoal”, fatores como dificuldades emocionais, sintomas de ansiedade, depressão, esgotamento, bem como problemas nas relações de amizade, amorosas e/ou familiares podem dificultar ou prejudicar a trajetória acadêmica dos/as estudantes, sendo necessária, algumas vezes, a procura por ajuda profissional na rede privada ou pública de saúde. A dimensão adaptativa/interacional é percebida após o ingresso das pessoas na universidade, demandando dos/as estudantes mudanças significativas no cotidiano e na vida de um modo geral: mudanças na rotina, alimentação e sono; dificuldades de adaptação à universidade, ao ritmo de estudo, às relações com professores/as e colegas; às exigências da formação acadêmica, às burocracias, à relação trabalho e estudos. Essa dimensão, também constituída pelas questões pessoais, demanda-nos um trabalho de pensarmos sobre processos de adaptação (com participação em oficinas sobre técnicas de estudo, organização do tempo etc.), mas também para uma reflexão sobre como a universidade acolhe os/as estudantes, introduzindo-nos à dimensão institucional. Essa, por fim, envolve questões como o produtivismo, elitismo e um culto à genialidade e vaidade acadêmicas; relações assimétricas injustas entre estudantes, professores/as e técnicos/as; ambiente individualista, competitivo e que sustenta lógicas meritocráticas; e pouca abertura para mudanças, relações e currículos cristalizados e que naturalizam um perfil de estudante padrão. Dito

de outro modo, é preciso questionar quais modos de vida queremos fomentar ou quais modos de vida precisamos superar/transformar no ambiente acadêmico, para que as instituições de ensino, de fato, se constituam como espaços produtores de saúde, mais do que uma instituição que convida seus estudantes a se adaptarem a modos de vida produtores de sofrimento.

Esses são alguns dos fatores institucionais que nos instigam à construção de espaços coletivos de escuta, acolhimento, acompanhamento e discussão sobre a saúde mental na universidade. Embora aqui apresentadas de modo fragmentado, essas dimensões interatuam, elas se retroalimentam e são atravessadas por debates tecnopolíticos, éticos e estéticos como as ações afirmativas, os marcadores sociais da diferença, a noção de público e o (des)investimento em políticas públicas, assim como a produção de redes intersetoriais de cuidado. Apostamos em movimentos micropolíticos de transformação da universidade, no cotidiano, nas relações, na construção de espaços mais solidários e produtores de saúde.

Para não cairmos num esvaziamento político das discussões sobre saúde mental na universidade, queremos nos posicionar ao lado de quem luta pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e por uma universidade inclusiva. É preciso que as universidades, assim como o Estado de forma mais ampla, invistam e fortaleçam a Rede de Atenção Psicossocial como dispositivos que podem atuar em rede na/com a universidade, assim como ser fortalecida como um espaço de intervenção universitária/acadêmica.

Falar em saúde mental, além de ter como foco a preservação da vida de cada sujeito singular, é também a luta por uma vida plenamente digna para todes, discutindo a fome, o desemprego, o racismo estrutural, a violência contra a mulher, a homofobia, transfobia etc. Além disso, é coletivizar a ideia de saúde mental através da aposta na vida e na implementação de políticas públicas que assegurem o direito de todes à saúde, à educação, ao trabalho, ao lazer e à cidade!

Voltando à proposta inicial deste capítulo, da possibilidade de um mergulho na nossa experiência do presente e das possibilidades de desenhar futuros, questionamo-nos, além do que nos dizem esses estudos apresentados e discutidos aqui, sobre o que a experiência de saúde mental universitária do presente nos diz. Entre outras coisas, a experiência presente nos diz que estamos vivendo um momento de calamidade pública no que se refere à saúde mental de jovens universitários/as, assim como em relação ao afastamento de trabalhadores/as universitários/as por transtornos mentais; o presente nos apresenta uma face assustadora da crescente incidência de suicídios e tentativa de suicídios entre jovens universitários/as. Vivemos uma universidade pós isolamento pandêmico que se encontra esvaziada, com

encontros virtualizados; uma comunidade sem tempo livre, sobrecarregada em todas as categorias; um espaço aglutinador de mentes progressistas que se atualiza como um laboratório reprodutor do sistema neoliberal em suas facetas mais perversas.

Ao mesmo tempo, temos uma universidade renovada em sua composição, com estudantes negros/as, indígenas, estudantes trans, pessoas com deficiência, de diferentes regiões do país, o Brasil como ele é, com sua pluralidade, diversidade, mas também com suas mazelas (racismo, hetero-cis-patriarcado, classismo, capacitismo, etarismo, especismo e todos os ismos...). Vivemos a realidade de uma universidade pública que busca, a duras penas, se (re)articular em torno de uma recomposição das políticas públicas de educação superior destruídas nos últimos anos; com grupos potentes pensando a reinvenção de novos encontros para a ocupação universitária, com o nascimento de novos movimentos estudantis, novas articulações ciberculturais. Uma universidade que tem trazido para o centro, ou pelo menos retirado da marginalidade, suas preocupações com o tema da Saúde Mental — embora possamos nos questionar sobre quais noções e perspectivas de saúde mental estão sendo priorizadas.

Olhar para esse presente torna animador um possível desenho para o futuro? Desenhar o futuro é um convite ao sonho, à imaginação. Sonhar ou imaginar futuros, é um exercício político, e de resistência em saúde mental. E qual é a cultura de saúde mental que produzimos na universidade? Qual é o lugar que a saúde mental ocupa no agenciamento universitário?

Os diferentes lugares em que estivemos e as trajetórias que desenhamos desde que ingressamos em uma Universidade como docentes ou como profissionais da saúde, sempre nos provocaram reflexões sobre as possibilidades de encontro entre saúde mental e o ensino, a pesquisa e a extensão. Sobre o encontro entre Saúde Mental e a Ciência: não apenas sobre onde ela se encontra, mas sobretudo sobre “como” ela se produz nesses locais ou, numa perspectiva outra, como reproduzimos a produção de sofrimento psíquico. Quais são as possibilidades concretas para o encontro entre saúde mental e o saber-fazer ou o fazer-saber universitário?

O cuidado comparece, em nossas trajetórias, como uma das marcas da atuação como profissionais da Saúde e de Educação, como um evento produtor de cansaço e exaustão, mas sobretudo, como um dos mais potentes dispositivos de resistência e transformação da própria Educação e da Saúde.

Hoje, ao atuarmos com os desafios do cuidado em saúde mental universitária, somos convocados a novos questionamentos: de que forma, nós cuidamos da Ciência? De que forma cuidamos da produção de conhecimento, do ensino, da extensão e da pesquisa? De que forma cuidamos de nós mesmos no fazer universidade? Um artigo publicado recentemente na revista *Nature* (Hall, 2023) indica que a Ciência vem sendo produzida por uma comunidade internacional de pesquisadores mentalmente adoecida em níveis alarmantes. Ademais, menciona

estudos recentes que avaliaram coletivamente dezenas de milhares de pesquisadores em todo o mundo e sugerem que o sofrimento mental dos cientistas é resultado direto de uma “cultura de pesquisa tóxica”.

Diante desse cenário preocupante e inspirados pela produção de Raissa Capasso, Debora Del Guerra e Gabriel Kieling (2022), que pensaram sobre o papel do cuidado na produção de redes, sentimo-nos convocados a pensar como essa rede de cuidados se faz também no mundo acadêmico, cuidados que se expressam por revoluções invisíveis, na construção de uma universidade vivível. Aqui, conforme proposto por Ferigato (2022), permitimo-nos imaginar uma universidade que recupere a indissociabilidade entre produção de cuidado e produção de conhecimento.

Pensamos que, inicialmente, é preciso cuidar da ampliação da diversidade na universidade. Num segundo plano é preciso cuidar do deslocamento do olhar da Ciência “sobre” a saúde mental, produzindo um olhar “implicado com” a produção de saúde mental, em um deslocamento do protagonismo universitário, mas também do lugar que a saúde mental ocupa na relação com os diferentes espaços de produção de políticas universitárias (na graduação, na pós-graduação, na pesquisa, na extensão).

Imaginamos que é preciso cuidar da construção e fortalecimento de espaços para o acolhimento e o enfrentamento de situações de violência institucional praticadas no âmbito acadêmico. É possível também, como já se faz, imaginar a importância que as universidades cumprem na transformação da cultura científica, tanto no que se refere à produção de conhecimento, quanto na formação de profissionais e pesquisadores/as que podem reproduzir ou transformar as práticas culturalmente instituídas, incluindo práticas manicomialis. Para isso, a instauração de processos de humanização e a democratização dessas instituições ou dos espaços de trabalho acadêmico, também são medidas urgentes de cuidado.

Por essas e outras questões, cuidamos da saúde mental universitária quando impedimos o silenciamento do tema e o trazemos para o amplo debate; quando construímos políticas e programas inclusivos com ações pró equidade de gênero, raça e afirmação das diversidades; quando ampliamos as potências da nossa comunicação interna e externa, ou seja, precisamos nos perguntar como as universidades dialogam com o SUS e com a RAPS? Como dialogamos com as práticas universitárias produtoras de sofrimento psíquico e seus protagonistas?

Cuidamos da saúde mental universitária quando induzimos e fomentamos a divulgação científica em saúde mental, mas também quando oferecemos outras linguagens que permitam acolhimento e simbolização da dor e do sofrimento experimentado na universidade, abrindo-se à possibilidade de que se produzam outras gramáticas sociais do sofrimento menos capturáveis pela lógica neoliberal. Cuidamos da saúde mental quando revemos as relações de poder instituídas

entre docentes, técnicos e estudantes; quando nos importamos em transformar disciplinas com alto índice de retenção e criar rotas alternativas a elas; quando articulamos nossas pesquisas e atividades de extensão a movimentos sociais e a espaços comunitários, nos territórios em que a vida acontece; quando realizamos ações concretas de ativação de redes universitárias em direção à construção de uma universidade promotora de saúde mental; quando criamos mecanismos que impeçam, denunciem ou modifiquem correlações de violência institucional; quando temos uma rede de apoio intersetorial para a atenção psicossocial de estudantes com quadros de sofrimento psíquico ou transtornos mentais instalados

Cuidamos de nós mesmos também quando narramos, denunciemos e enfrentamos as dificuldades e os obstáculos que negros/as, indígenas, pessoas trans, meninas e mulheres enfrentaram para chegar até aqui e enfrentam até hoje para persistirem nesta jornada. A zona de fronteira entre cuidado e produção de conhecimento se faz mais importante do que nunca, em contextos políticos como o que atravessamos agora. Um contexto inflamado pelos discursos de violência e de morte, depois de anos de precarização das políticas públicas e ausência de incentivo à Ciência e à Tecnologia. Nesse contexto, a irrupção da atividade de cuidado é condição de sobrevivência não só para a saúde mental, mas para a própria universidade, para a sobrevivência da Ciência e da universidade enquanto dispositivos produtores de vidas que façam sentido. Separar a atividade acadêmica do cuidado é a forma de fazer ciência instituída por homens brancos socioeconomicamente favorecidos ao longo da história, não precisa ser a nossa.

O cuidado na academia reside no gesto de limpeza dos laboratórios e banheiros, no cuidado com nossas terceirizadas, na preparação de comensais para um evento, na valorização da ambiência institucional, na comunicação não violenta entre colegas, na construção de espaços de pausas e lugares para a convivialidade, no respeito ao tempo livre e aos momentos de não trabalho, na produção de pensamento crítico, na publicação de artigos que se importem em construir diálogos entre cientistas e sociedade, enfim, na construção de gestos e movimentos que façam essa vida mais vivível. Produzir saúde mental é produzir relações que potencializem nossa existência individual e coletiva, é produzir de modo comum, produzir uma universidade que só existe por ser necessariamente (com)partilhada. Partilhada com.

Mas também é importante que essa tecitura, muitas vezes silenciosa e invisível, irrompa para os espaços de visibilidade e poder institucional. O cuidado precisa habitar os espaços de gestão, de formulação e implementação de políticas educacionais, de ciência e tecnologia. Essa insurgência é cada vez mais expressiva no espaço acadêmico e científico, com o potencial de construir redes de saber-fazer-cuidar.

REFERÊNCIAS

- Arino, D. O. & Bardagi, M. P.** (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Psicologia em Pesquisa*, 12(3), 44-52.
- Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior - ANDIFES.** (2019). *V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES* – 2018. Andifes; Fonaprace; Universidade Federal de Uberlândia.
- Belasco, Isabel Cristina, Passinho, Renata Soares, & Vieira, Valéria Aparecida** (2019). Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 71(1), 103-111. <https://dx.doi.org/10.36482/1809-5267.ARBP-2019v71i1p.103-111>
- Biesek, D. M. & Gagliotto, G. M.** (2021). A educação universitária e o sofrimento psíquico de acadêmicos / University education and the psychic suffering of academics. *Brazilian Journal of Development*, 7(5), 45647-45660. <https://doi.org/10.34117/bjdv.v7i5.29431>
- Capasso, R., Del Guerra, D., & Kieling, G.** (2022). *Redes de cuidado: revoluções invisíveis por uma vida vivível*. Coletivo Itinerâncias. <https://rosalux.org.br/product/redes-de-cuidado-revolucoes-invisiveis-por-uma-vida-vivivel/>
- Carleto C. T., Moura R. C. D., Santos V. S., & Pedrosa L. A. K.** (2018). Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. *Rev. Eletr. Enf.*, 20(1), 1-11. <http://doi.org/10.5216/ree.v20.43888>
- Castro, Vinícius Rennó** (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf
- Conceição, L. S., Batista, C. B., Dâmaso, J. G. B., Pereira, B. S., Carniele, R. C., & Pereira, G. S.** (2019). Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. *Avaliação: Revista Da Avaliação Da Educação Superior* (Campinas), 24(3), 785-802. <https://doi.org/10.1590/S1414-40772019000300012>
- Ferigato, S. H.** (2022). Por um devir mulher da Academia. *Jornal ADUFSCAR*, 1(3), 9-13. <https://www.adufscar.org.br/wp-content/uploads/2022/09/jornal-adufscar-edicao-3.pdf>
- Figueiredo, R. M. & Oliveira, M. A. P.** (1995). Necessidades de estudantes universitários para implantação de um serviço de orientação e educação em saúde mental. *Revista Latino-americana de Enfermagem*, 3(1), 05-14. <https://doi.org/10.1590/S0104-11691995000100002>
- Gomes, C., Araújo, C. L., & Comoniani, J. O.** (2018). Sofrimento psíquico na Universidade: uma análise dos sentidos configurados por acadêmicos. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 7(2), 255-266. <https://doi.org/10.17267/2317-3394>
- Hall, S.** (2023). A mental-health crisis is gripping science — toxic research culture is to blame. *Nature* 617, 666-668. <https://www.nature.com/articles/d41586-023-01708-4>
- Leal, Kamila Soares, Oliveira, Phyllyppy Dyno Silva, Rodrigues, Paulo Roberto Grangeiro, & Fogaça, Fabiane Ferraz Silveira** (2019). Desafios enfrentados na universidade pública e a saúde mental dos estudantes. *Humanidades & Inovação*, 6(8), 59-69. <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/1149>

- Leão, Thiago M., Ianni, Aurea M. Z., & Goto, Carine S.** (2019a). Individualização e sofrimento psíquico na universidade: entre a clínica e a empresa de si. *Revista Humanidades e Inovação*, 6(9), 131-143. <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/1250>
- Leão, Thiago M., Ianni, Aurea M. Z., & Goto, Carine S.** (2019b). Sofrimento psíquico e a universidade em tempos de crise estrutural. *Revista em Pauta*, 44(17), 50-64. <https://doi.org/10.12957/rep.2019.45212>
- Macêdo, Shirley** (2018). Sofrimento Psíquico e Cuidado com Universitários: reflexões e intervenções fenomenológicas. *Ecos – Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 8(2), 265-277. <http://periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/2844>
- Maia, Heribaldo** (2022). *Neoliberalismo e Sofrimento Psíquico: o mal-estar nas Universidades*. Ruptura.
- Malajovich, Nuria, Vilanova, Andrea, Frederico, Cristina, Cavalcanti, Maria Tavares, & Velasco, Leonardo Bastos** (2017). A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes. *Mental*, 11(21), 356-377. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-44272017000200005&lng=pt&tlng=pt
- Neves, A. L. M., Ramos, Érika S., Marangoni, V. L., & Martins, G. C.** (2019). Saúde mental e universidade: experiência do “Espaço de Atendimento Psicossocial” (Epsico). *Trabalho (En)Cena*, 4(2), 531-542. <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/7482>
- Nogueira-Martins, L. A. & Nogueira-Martins, M. C. F.** (2018). Saúde Mental e Qualidade de Vida de estudantes universitários. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 7(3), 334-337. <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpd.v7i3.2086>
- Osse, C. M. C. & Costa, I. I.** (2011). Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 28(1), 115-122. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2011000100012>
- Safatle, V., Silva, Nelson, & Dunker, C.** (Orgs.). (2022). *Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico*. Autêntica.
- Sahão, F. T. & Kienen, N.** (2021). Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 25, e224238. <https://doi.org/10.1590/2175-35392021224238>
- Santos, Cristina V. Moreira** (2019). Sofrimento psíquico e risco de suicídio: diálogo sobre saúde mental na universidade. *Revista do NUFEN*, 11(2), 149-160. <https://dx.doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN>
- Santos, Vanessa Silva & Castanho, Pablo** (2021). Sofrimento psíquico na universidade: reflexões sobre pertencimento e racismo. *Jornal de Psicanálise*, 54(101), 73-88. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352021000200006&lng=pt&tlng=pt
- Venturini, E. & Brandão Goulart, M. S.** (2016). Universidade, Solidão e Saúde Mental. *Interfaces - Revista de Extensão da UFMG*, 4(2), 94-136. <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/18985>