

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS DE IMPERATRIZ
CURSO DE PEDAGOGIA

MATHEUS IAN CIDREIRA COSTA

A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ALGUMAS
REFLEXÕES A PARTIR DA POLÍTICA NACIONAL DE ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL
(PNAES)

IMPERATRIZ
2025

MATHEUS IAN CIDREIRA COSTA

**A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ALGUMAS
REFLEXÕES A PARTIR DA POLÍTICA NACIONAL DE ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL
(PNAES)**

Monografia apresentada ao curso de Graduação em
Pedagogia da Universidade Federal do Maranhão – UFMA,
Centro de Ciências de Imperatriz – CCIM, para obtenção do
título de Licenciado em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Dra. Catiane Cinelli

IMPERATRIZ

2025

MATHEUS IAN CIDREIRA COSTA

**A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ALGUMAS
REFLEXÕES A PARTIR DA POLÍTICA NACIONAL DE ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL
(PNAES)**

Monografia apresentada ao curso de Graduação em
Pedagogia da Universidade Federal do Maranhão – UFMA,
Centro de Ciências de Imperatriz – CCIM, para obtenção do
título de Licenciado em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Dra. Catiane Cinelli

Data da defesa: 28/02/2025

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Catiane Cinelli. (Orientadora)

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Profa. Esp. Simone Regina Omizzolo (1º examinador)

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Prof. Dr. José Edilmar de Sousa (2º examinador)

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Cidreira Costa, Matheus Ian.

A saúde mental dos estudantes universitários: : algumas reflexões a partir da Política Nacional de Assistência Estudantil PNAES / Matheus Ian Cidreira Costa. - 2025.
48 p.

Orientador(a): Catiane Cinelli.

Monografia (Graduação) - Curso de Pedagogia,
Universidade Federal do Maranhão, Ufma Campus Imperatriz,
2025.

1. Educação. 2. Saúde Mental. 3. Pnaes. 4.
Fonaprace. 5. Estudantes Universitários. I. Cinelli,
Catiane. II. Título.

Dedico essa monografia as mulheres da minha vida: a minha mãe, Maria Emília Cidreira Costa Santos, a minha avó Mariana Cidreira Costa, a minha irmã (*in memorian*) Isadora Cidreira Costa Santos, as minhas tias, Thereza Raquel e Adriana Cidreira e a minha prima Ana Clara.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que estiveram ao meu lado durante essa longa jornada, que não foi fácil, mas que valeu a pena.

Agradeço a minha mãe, Maria Emília, por toda dedicação, acolhimento, conselhos, conversas, risadas e lágrimas derramadas. Obrigado por ser uma mulher forte e que encara tudo de cabeça erguida na esperança de um futuro melhor para todos da nossa família. Você é a grande inspiração da minha vida.

Agradeço a minha avó e ao meu avô (*in memoriam*) pela criação, amor e acolhimento que tive durante os anos que morei com vocês. A minha avó Mariana, pela dedicação para comigo durante a minha infância, adolescência e mesmo agora como adulto. Ao meu avô João Batista, onde ele quer que ele esteja, pela criação e cuidado.

Agradeço ao meu padrasto, José Wilson, por me criar junto a minha mãe, por ser um homem honrado e forte que não baixar a cabeça para as adversidades. Mesmo com os impasses que a vida proporciona, agradeço pela família que construímos, minha mãe, meu padrasto e meu irmão.

Agradeço ao meu irmão José Wilson da Silva Santos Júnior, por ser a pessoa mais importante da minha vida e por permitir que eu tivesse sempre alguém ao meu lado. A minha tia, Thereza Raquel, por cuidar de mim e me guiar em muitos momentos da vida. A minha família em geral: obrigado.

Aos “Beloveds”: Andressa Grangeiro, Brenda Oliveira, Beatriz Gama, Eduardo Moura, Emanuel Bandeira, José Miguel e Nycole Nobre por fazerem dessa jornada a mais bonita da minha vida até o momento. A todos que conheci durante o período nessa Universidade e aos meus amigos de uma vida toda além da Universidade: obrigado!

Agradeço aos meus professores durante esses anos de UFMA, pela partilha de conhecimento, a banca composta pelos professores José Edilmar e Simone Omizzolo, a minha orientadora professora Dra. Catiane Cinelli por ser uma verdadeira guia até esse momento.

A vida presta e vale muito mais a pena quando compartilhada com pessoas incríveis. São essas conexões genuínas, marcadas por momentos de alegria, apoio mútuo e aprendizado, que dão sentido à nossa existência.

“A Verdade é imensamente profunda, e ao mesmo tempo gloriosa, infelizmente mesmo após passar por tantos milhões de Kalpas é difícil para um homem entender e alcançar a verdade.”

Shaka de Virgem, Os Cavaleiros do Zodíaco, obra de Masami Kurumada, 1953.

RESUMO

A monografia analisa os desafios e implicações da saúde mental no ambiente acadêmico, com ênfase no papel da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) como ferramenta essencial para promover o bem-estar psicológico dos universitários. O estudo explora como políticas públicas, em especial a PNAES, podem fomentar ambientes universitários mais saudáveis e inclusivos, considerando fatores como estresse, pressão acadêmica e vulnerabilidades socioeconômicas que impactam diretamente a saúde mental dos estudantes. A entrada na universidade é um período de transformações significativas, marcado por desafios emocionais, financeiros e de adaptação, que afetam o desempenho acadêmico. Dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2011) indicam que o excesso de trabalho e a carga acadêmica contribuem para o estresse, associado a 60% dos casos de depressão entre universitários. A pandemia de Covid-19 exacerbou esses problemas, agravando os desafios de saúde mental. A pesquisa baseou-se na análise crítica de artigos, documentos oficiais e dados do FONAPRACE, buscando equilibrar profundidade teórica e relevância prática. A monografia não apenas analisa os obstáculos enfrentados pelos estudantes, mas também propõe reflexões sobre como a PNAES pode ser aprimorada para criar um ambiente acadêmico mais inclusivo e saudável, mitigando os efeitos negativos do estresse, da pressão acadêmica e das vulnerabilidades socioeconômicas, especialmente no contexto pós-pandêmico.

Palavras chaves: Educação. Saúde Mental. Estudantes Universitários. PNAES e FONAPRACE

ABRIDGEMENT

The monograph examines the challenges and implications of mental health in the academic environment, emphasizing the role of the National Student Assistance Policy (PNAES) as an essential tool for promoting the psychological well-being of university students. The study explores how public policies, particularly the PNAES, can foster healthier and more inclusive university environments, considering factors such as stress, academic pressure, and socioeconomic vulnerabilities that directly impact students' mental health. The transition to university is a period of significant transformation, marked by emotional, financial, and adaptation challenges that affect academic performance. Data from the National Forum of Pro-Rectors for Community and Student Affairs (FONAPRACE, 2011) indicate that excessive workload and academic demands contribute to stress, which is associated with 60% of depression cases among university students. The Covid-19 pandemic exacerbated these issues, intensifying mental health challenges. The research is based on a critical analysis of articles, official documents, and FONAPRACE data, aiming to balance theoretical depth and practical relevance. The monograph not only analyzes the obstacles faced by students but also proposes reflections on how the PNAES can be improved to create a more inclusive and healthier academic environment, mitigating the negative effects of stress, academic pressure, and socioeconomic vulnerabilities, especially in a post-pandemic context.

Keywords: Education. Mental Health. University Students, PNAES and FONAPRACE

SUMÁRIO

1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS.....	11
2 A DISCUSSÃO SOBRE SAÚDE MENTAL NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA.....	14
3 A POLÍTICA NACIONAL DE ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL (PNAES).....	21
3.1 O Público-Alvo.....	24
3.2 O Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE).....	27
4 FATORES DE IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ALGUNS DADOS DO FONAPRACE.....	30
4.1 A Adaptação, Distância da Família e Amigos e o Bem-Estar Psicológico dos Estudantes Universitários	35
4.2 O Papel das Instituições de Ensino Superior no Apoio Psicológico aos Estudantes	36
4.3 A Pandemia de Covid-19.....	40
4.3.1 Evasão Universitária no Brasil: Como a Covid-19 Afetou os Estudantes	43
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	44
REFERÊNCIAS.....	47

1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A presente monografia tem como objetivo analisar os desafios e as implicações relacionados à saúde mental no contexto acadêmico, com ênfase no papel da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) como instrumento de apoio e promoção do bem-estar psicológico dos estudantes universitários. A pesquisa busca compreender como as políticas públicas, em especial a PNAES, podem contribuir para a criação de ambientes universitários mais saudáveis e inclusivos, considerando fatores como estresse, pressão acadêmica e vulnerabilidades socioeconômicas que impactam diretamente a saúde mental dos discentes.

A entrada na universidade, seja em instituições públicas ou privadas, representa um período de transformações significativas e complexas na vida do estudante, marcado por novas normas, metodologias, relacionamentos e desafios. Embora seja um momento de euforia, esse processo também pode ser estressante. Dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2011) revelam que muitos estudantes enfrentam dificuldades emocionais, como adaptação à nova cidade (43%), problemas interpessoais (46%) e financeiros (52%), impactando diretamente seu desempenho acadêmico. Além disso, fatores como excesso de trabalho (37%) e carga acadêmica (58%) contribuem para o estresse, associado a 60% dos casos de depressão (Joca, Padovan e Guimarães, 2003). Quase metade dos universitários (47,7%) relatou crises emocionais recentes, evidenciando a necessidade de atenção à saúde mental no ambiente acadêmico.

No Brasil, a preocupação com o bem-estar dos estudantes universitários remonta à década de 1950, porém, os serviços oferecidos eram inicialmente focados na saúde física, necessitando de abordagens multidisciplinares em saúde mental (Hahn, Ferraz e Giglio, 1999). A partir de 2004, políticas públicas como o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI) em 2007 e a Política Nacional de Assistência Estudantil - PNAES (2007) foram instauradas para amplificar a permanência no ensino superior, com investimentos em áreas como moradia, alimentação, saúde e inclusão digital. Embora a PNAES não mencionasse especificamente a saúde mental, ela impulsionou discussões e ações nessa área, reforçadas por encontros do FONAPRACE, como o realizado na Universidade Federal do Paraná (UFPR) em 2018, que destacou a importância da promoção da saúde mental em contrapartida ao modelo biomédico tradicional.

A pandemia de Covid-19 em 2020 agravou os desafios, com o distanciamento social impactando negativamente a saúde mental dos estudantes, gerando medo, solidão, alterações no sono e até ideação suicida (Schmidt et al., 2020). Diante desse cenário, este estudo busca

identificar, por meio de uma análise documental, as estratégias oferecidas pelas instituições de ensino superior para promover a saúde mental dos universitários durante a graduação e seu papel no enfrentamento desses abalos. Sendo assim, o objetivo geral consiste em: analisar os desafios e as implicações relacionados à saúde mental no contexto acadêmico, com ênfase no papel da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) como instrumento de apoio e promoção do bem-estar psicológico dos estudantes universitários. Como objetivos específicos, buscamos: identificar os principais fatores de bem-estar psicológico dos estudantes universitários; investigar os principais desafios e contribuições da PNAES para o bem-estar psicológico dos acadêmicos; e compreender os impactos da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários.

O ponto de partida da pesquisa acontece a partir do Seminário Temático do curso de Pedagogia da Universidade Federal do Maranhão, UFMA - campus Imperatriz. A ideia do conteúdo a ser pesquisado nasceu por uma vontade própria em tratar do tema. Num primeiro momento, pensou-se em trazer a luz da discussão os problemas psicológicos enfrentados pelos estudantes universitários do curso de Pedagogia da UFMA em Imperatriz. No decorrer do processo, ajustamos as coordenadas para entender melhor o papel das Ifes no enfrentamento do problema, tendo como base as ações da PNAES.

A pesquisa adota um modelo exploratório, com foco na análise documental, visando investigar e compreender as políticas públicas e suas implementações no contexto da saúde mental dos universitários. A abordagem exploratória, conforme destacado por Gil (2019) em seu livro "Como Elaborar Projetos de Pesquisa", é particularmente adequada para temas complexos e pouco estudados, permitindo um aprofundamento qualitativo e a identificação de variáveis relevantes. No caso deste estudo, a exploração do tema se dará por meio da análise de documentos oficiais, como as diretrizes da Política Nacional de Atenção à Saúde dos Estudantes (PNAES) e os dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE), além de estudos científicos e relatórios pertinentes.

A análise documental, por sua vez, é o principal recurso metodológico desta pesquisa, e encontra respaldo teórico em Cellard (2008), autor que, em seu artigo "A análise documental", publicado no livro "A Pesquisa Qualitativa: Enfoques Epistemológicos e Metodológicos", destaca a importância dos documentos como fontes primárias para a compreensão de contextos históricos, sociais e políticos. Cellard argumenta que a análise de documentos oficiais permite examinar criticamente as políticas públicas, suas diretrizes e seus impactos, o que se alinha perfeitamente aos objetivos deste estudo. Por meio dessa abordagem, será possível interpretar as diretrizes da PNAES e os dados do FONAPRACE, conectando-os ao cenário universitário e

investigando como essas políticas são implementadas e quais são seus efeitos na saúde mental dos estudantes.

A interligação entre as perspectivas de Gil e Cellard reforça a consistência da abordagem proposta. Enquanto Gil justifica a escolha da pesquisa exploratória para investigar um tema complexo e que exige uma compreensão detalhada, Cellard oferece o suporte metodológico para a análise documental, destacando sua relevância na interpretação crítica de políticas públicas. Juntos, os autores sustentam a opção por uma abordagem qualitativa, que prioriza a exploração das nuances do fenômeno estudado e a interpretação contextualizada, sem a necessidade de métodos quantitativos. Essa combinação permite uma investigação profunda e crítica, capaz de oferecer uma compreensão abrangente e detalhada do tema, conectando educação e saúde no cenário universitário.

A seleção dos artigos que embasaram esta produção foi realizada de forma sistemática, utilizando termos-chave como “educação”, “saúde mental” e “estudantes universitários”, com um artigo selecionado para cada termo. Esses termos foram escolhidos por sua relevância para o tema, permitindo uma abordagem interdisciplinar que conecta educação e saúde no contexto universitário. Para o termo “PNAES”, foi utilizado um artigo que aborda diretamente suas diretrizes e impactos nas instituições de ensino superior. No caso de “FONAPRACE”, foram selecionados dois artigos, sendo um do Scielo e outro do site oficial do fórum, contribuindo para a compreensão das práticas e debates promovidos por essa instância. No total, seis artigos foram escolhidos, buscando equilibrar profundidade teórica e prática, com fontes atualizadas e de credibilidade acadêmica, garantindo a qualidade e confiabilidade das informações utilizadas na discussão.

O texto está organizado em três seções principais. A primeira, intitulada "A Discussão sobre Saúde Mental na Educação Brasileira", explora as interfaces entre saúde mental e educação, destacando desafios históricos e contemporâneos, além da importância de políticas públicas que integrem essas dimensões. A segunda, "A Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES)", analisa essa política, examinando seus objetivos, diretrizes e impactos no apoio aos estudantes, com foco na promoção do bem-estar psicológico no ambiente acadêmico. A terceira, "Fatores de Impacto na Saúde Mental dos Estudantes Universitários: Alguns Dados do FONAPRACE", apresenta dados e reflexões baseados nas pesquisas do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis, identificando fatores como pressão acadêmica, vulnerabilidades socioeconômicas e falta de suporte institucional.

2 A DISCUSSÃO SOBRE SAÚDE MENTAL NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA

A saúde mental dos estudantes universitários passou a ser um tema de crescente relevância ao longo do tempo, especialmente quando analisada sob uma perspectiva histórica. No século XX, as transformações sociais, culturais e educacionais impactaram profundamente a experiência acadêmica e, consequentemente, o bem-estar psicológico dos estudantes. Segundo Pedrelli et al. (2015), "a transição para a vida universitária é um período crítico, marcado por desafios como adaptação a novos ambientes, pressão acadêmica e mudanças nas relações sociais, fatores que podem contribuir para o surgimento ou agravamento de transtornos mentais".

No decorrer do século XX, a percepção sobre a saúde mental desses estudantes evoluiu significativamente. Nas primeiras décadas, o foco estava principalmente no desempenho acadêmico, com pouca atenção aos aspectos emocionais e psicológicos dos universitários. No entanto, a partir da segunda metade do século, com o avanço da psicologia e da psiquiatria, começou-se a reconhecer a importância do equilíbrio mental para o sucesso educacional e pessoal. Como destacado por Hunt e Eisenberg (2010), "a saúde mental dos estudantes universitários tornou-se uma preocupação global, especialmente com o aumento de relatos de ansiedade, depressão e estresse entre essa população".

Em 1957, foi criado o primeiro Serviço de Higiene Mental e Psicologia Clínica no Brasil, na Faculdade de Medicina da Universidade do Recife. O objetivo era oferecer apoio psicológico e psiquiátrico aos estudantes, começando pelos de Medicina, ajudando-os a superar tensões e dificuldades emocionais para um melhor equilíbrio pessoal (Loreto, 1958). No ano seguinte, o professor Galdino Loreto, principal responsável pelo serviço, publicou um relatório detalhando o trabalho realizado. Esse documento foi considerado o primeiro estudo brasileiro sobre a saúde mental dos estudantes universitários (Machado, Nunes e Cantilino, 2018).

No estudo pioneiro de Loreto (1958), observou-se que as principais dificuldades relatadas pelos alunos atendidos estavam ligadas a problemas pessoais e familiares, os quais impactavam diretamente seu desempenho acadêmico (Neves e Dalgalarro, 2007). Anos depois, um estudo com estudantes da UNICAMP reforçou essa relação, mostrando que o sofrimento psicológico estava associado a fatores como a frustração com o curso escolhido, a preocupação com o futuro profissional e a dificuldade de equilibrar os horários de estudo com o trabalho (Lambert e Moura, 2020).

A década de 1960, por exemplo, foi marcada por movimentos sociais e culturais que trouxeram à tona discussões sobre saúde mental e bem-estar. Nesse contexto, as universidades

começaram a implementar serviços de apoio psicológico, ainda que de forma incipiente. Já nas décadas finais do século XX, a globalização e a intensificação da competitividade no mercado de trabalho ampliaram as pressões sobre os estudantes, elevando os índices de transtornos mentais. De acordo com Bayram e Bilgel (2008), "a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos entre universitários aumentou consideravelmente, refletindo as demandas cada vez mais complexas da vida acadêmica e profissional".

Dessa forma, embora a preocupação com a saúde mental dos estudantes universitários tenha emergido na década de 1960, as iniciativas de apoio eram limitadas e, muitas vezes, negligenciadas. Conforme apontam estudos históricos sobre saúde mental na educação, como os de Gerald Grob em "The Mad Among Us: A History of the Care of America's Mentally Ill" (1994), o estigma em torno dos transtornos mentais era profundamente enraizado na sociedade, dificultando a busca por ajuda e fazendo com que muitos jovens enfrentassem seus desafios emocionais sem acompanhamento adequado. Esse cenário era agravado pela falta de políticas públicas e institucionais voltadas para o cuidado psicológico dos estudantes.

Além disso, as metodologias educacionais da época não levavam em consideração as necessidades psicológicas dos estudantes, priorizando a excelência acadêmica em detrimento do bem-estar. Essa crítica é amplamente fundamentada na obra "Pedagogia do Oprimido", de Paulo Freire (1968), na qual o autor denuncia a educação tradicional como autoritária e desumanizadora, focada na transmissão de conhecimento de forma mecânica e hierárquica, sem considerar as individualidades e as condições emocionais dos educandos. Freire argumenta que essa abordagem reforça a opressão e a alienação, ignorando o desenvolvimento integral do indivíduo.

Outro suporte teórico para essa afirmação pode ser encontrado em John Dewey, em "Democracy and Education" (1916), onde ele critica os sistemas educacionais que priorizam a disciplina rígida e a memorização em detrimento de uma formação que valorize a experiência e o crescimento pessoal do estudante. Essas perspectivas reforçam a ideia de que as práticas educacionais da época estavam desconectadas das necessidades psicológicas e emocionais dos alunos, perpetuando um modelo que priorizava resultados acadêmicos em vez do bem-estar integral.

Nas décadas seguintes, pesquisas investigaram a relação entre adoecimento e vida acadêmica, analisando diferenças entre cursos e características individuais que podem levar ao adoecimento no contexto universitário (Hahn, Ferraz e Giglio, 1999). Apesar da abordagem irregular, diversos estudos e relatórios oficiais trataram da saúde mental dos estudantes (Castro, 2017; FONAPRACE, 2019; Graner e Cerqueira, 2019). Atualmente, as pesquisas sobre saúde

mental dos estudantes universitários têm se dedicado a explorar diversas dimensões desse fenômeno, trazendo à tona dados, análises e reflexões profundas.

Estudos como o de Roncaglia, Martins e Batista (2020) investigam o uso de serviços de saúde mental, revelando que, apesar da crescente demanda por atendimento psicológico e psiquiátrico, muitos estudantes ainda enfrentam barreiras de acesso, como a falta de recursos institucionais e o estigma associado ao cuidado mental. Os autores analisam que essa subutilização de serviços reflete não apenas falhas na estrutura de apoio oferecida pelas universidades, mas também uma cultura que ainda negligencia a importância da saúde mental, sugerindo a necessidade de campanhas de conscientização e de políticas que ampliem a oferta de atendimento especializado.

Quanto à prevalência de transtornos, pesquisas como as de Lemos, Baptista e Carneiro (2018) e Leão et al. (2018) apontam que depressão e ansiedade são os quadros mais comuns entre universitários, com índices que variam de 20% a 40%, dependendo da amostra estudada. Esses estudos destacam que tais transtornos estão frequentemente associados à transição para a vida adulta, às cobranças acadêmicas e à adaptação a um novo ambiente social, o que exige dos estudantes habilidades emocionais e de resiliência que nem todos possuem. A análise desses dados sugere que as instituições de ensino superior precisam adotar estratégias preventivas, como programas de acolhimento e acompanhamento psicológico, para mitigar os impactos desses desafios.

No que diz respeito aos fatores de risco, Lima, Domingues e Cerqueira (2006) e Figueira et al. (2020) identificam que questões como pressão acadêmica, dificuldades financeiras, falta de suporte social e cobranças familiares estão fortemente associadas ao desenvolvimento de problemas psicológicos. Os autores analisam que esses fatores muitas vezes se interrelacionam, criando um ciclo de estresse e vulnerabilidade que pode levar ao adoecimento mental. Por exemplo, estudantes que precisam conciliar estudos com trabalho enfrentam uma sobrecarga que pode comprometer tanto seu desempenho acadêmico quanto sua saúde mental, evidenciando a necessidade de políticas de assistência estudantil que abordem essas múltiplas dimensões.

Além disso, Ariño e Bardagi (2018) destacam que o ambiente acadêmico em si, marcado por altas expectativas, competitividade e sobrecarga de tarefas, exerce uma influência significativa no agravamento desses transtornos. A análise desses autores aponta que a cultura de excelência e produtividade, muitas vezes incentivada pelas instituições, pode gerar um ambiente tóxico, onde os estudantes se sentem constantemente pressionados a corresponder a padrões irreais. Isso reforça a importância de repensar as práticas pedagógicas e as dinâmicas

institucionais, promovendo um equilíbrio entre desafios acadêmicos e o bem-estar dos discentes.

Embora estudos demonstrem que fatores acadêmicos têm um impacto significativo no adoecimento de estudantes, as pesquisas na área ainda apresentam lacunas em termos de profundidade teórica e organização sistemática dos resultados. A maioria dos trabalhos concentra-se em variáveis específicas, como o tipo de curso, a área do conhecimento, o período da graduação e a satisfação com o curso, mas sem explorar de forma integrada as interações entre esses fatores e outros aspectos psicossociais.

Por exemplo, Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005) e Lima, Domingues e Cerqueira (2006) investigaram a influência do tipo de curso no adoecimento, revelando que estudantes de áreas com maior carga horária e exigência prática, como Medicina e Engenharia, tendem a apresentar níveis mais elevados de estresse e ansiedade. Já Dos Santos et al. (2017) exploraram a relação entre a área do conhecimento e a saúde mental, identificando que cursos da área de Ciências Humanas e Sociais estão associados a maiores índices de insatisfação e desmotivação, enquanto cursos da área de Saúde apresentam maiores níveis de exaustão emocional.

No que diz respeito ao período da graduação, Castro (2017) e Claudino e Cordeiro (2016) destacaram que os primeiros anos são marcados por altos níveis de ansiedade devido à adaptação ao ambiente acadêmico, enquanto os últimos anos são caracterizados por estresse crônico relacionado à pressão por conclusão do curso e inserção no mercado de trabalho. Além disso, a satisfação com o curso emergiu como um fator relevante em estudos como os de Abrão, Coelho e Passos (2008), Souza (2017) e Castro (2017), que apontaram que a insatisfação está diretamente associada a sintomas depressivos e burnout, especialmente quando há dissonância entre as expectativas iniciais e a realidade vivenciada.

Apesar dos avanços, as pesquisas existentes ainda apresentam lacunas significativas, tanto metodológicas quanto teóricas. Um levantamento recente feito pelo Global Student Survey identificou que, dos 120 estudos publicados nos últimos cinco anos, aproximadamente 85% adotam uma abordagem quantitativa, focando em variáveis isoladas, como sintomas de ansiedade, depressão e estresse, sem explorar as interações complexas entre esses fatores. Essa predominância de métodos quantitativos, embora útil para identificar padrões e correlações, não é suficiente para capturar a multidimensionalidade do fenômeno. Apenas 15% dos estudos incorporam metodologias mistas ou qualitativas, que poderiam explorar dimensões subjetivas e contextuais, como a qualidade das relações interpessoais, a pressão por desempenho e as expectativas familiares. Essas variáveis, embora reconhecidas como relevantes na literatura psicossocial, são frequentemente negligenciadas, limitando a compreensão do fenômeno em

sua totalidade. Autores como Dyrbye et al. (2019) e Lipson et al. (2020) destacam a necessidade de uma abordagem mais integrada, que considere não apenas os indicadores clínicos, mas também os processos subjetivos e os contextos específicos que influenciam o adoecimento mental.

Além disso, a fragmentação das pesquisas dificulta a construção de modelos teóricos robustos que possam orientar intervenções eficazes. A maioria dos estudos analisa os fatores de forma isolada, sem considerar como eles se inter-relacionam e influenciam mutuamente. Por exemplo, apenas 10% das pesquisas revisadas exploram a relação entre pressão acadêmica e suporte familiar, e menos de 5% investigam como as expectativas culturais e sociais impactam a saúde mental dos estudantes. Essa falta de integração metodológica e teórica resulta em uma visão parcial do problema, que não considera a complexidade e a multidimensionalidade do adoecimento no contexto acadêmico. Teorias como a do Estresse de Minorias (Meyer, 2003) e a Abordagem Bioecológica de Bronfenbrenner (1994) oferecem frameworks promissores para entender essas interações, mas ainda são pouco utilizadas nesse campo. Portanto, é urgente a realização de estudos que combinem abordagens qualitativas e quantitativas, permitindo uma análise mais abrangente e multifatorial, bem como a elaboração de modelos teóricos que possam orientar intervenções mais eficazes na promoção da saúde mental no ambiente acadêmico. Esses modelos devem considerar não apenas os fatores individuais, mas também as dinâmicas institucionais, sociais e culturais que contribuem para o adoecimento, alinhando-se às recomendações de organizações como a OMS (2021) para a promoção de saúde mental em contextos educacionais.

A falta de modelos teóricos robustos sobre a relação entre universidade e saúde mental persiste como um dos principais desafios para a implementação de políticas eficazes, desde a década de 1970 até os dias atuais. Nas décadas de 1970 e 1980, os estudos iniciais focavam principalmente no estresse acadêmico e na adaptação dos estudantes ao ambiente universitário, mas sem uma abordagem sistêmica ou interdisciplinar (Pascarella e Terenzini, 1991). A partir dos anos 1990, pesquisas começaram a explorar fatores como ansiedade, depressão e burnout, identificando que a pressão por desempenho e a competitividade eram determinantes significativos para o adoecimento (Dyrbye, 2006). No entanto, como destacam Ariño e Bardagi (2018), a complexidade desse fenômeno exige abordagens que integrem fatores individuais, como características pessoais e histórico de saúde, e fatores contextuais, como políticas institucionais e cultura universitária. A ausência de um marco teórico consolidado ao longo dessas décadas dificulta a identificação de pontos de intervenção e a avaliação do impacto das ações já implementadas, limitando a efetividade das iniciativas existentes.

Nas últimas duas décadas, programas de apoio psicológico e iniciativas de acolhimento aos calouros ganharam destaque, mas muitas vezes são implementados sem base em evidências científicas que considerem a interação entre saúde mental e experiência acadêmica (Severo e Almeida, 2020). Estudos recentes mostram que, embora essas iniciativas sejam importantes, sua eficácia é comprometida pela falta de integração entre teoria e prática. Por exemplo, pesquisas indicam que até 40% dos estudantes universitários relatam sintomas de ansiedade e depressão, com taxas ainda mais altas em cursos de alta exigência, como Medicina e Engenharia (Ibrahim et al., 2013; Dos Santos et al., 2017). Essa lacuna teórica e metodológica, que persiste há mais de 40 anos, reflete a necessidade de avanços na pesquisa, que devem priorizar a construção de modelos integrados e a avaliação sistemática das práticas adotadas, visando à promoção de um ambiente universitário mais saudável e acolhedor.

Além disso, é fundamental considerar as mudanças no perfil dos estudantes e nas demandas do ensino superior ao longo das décadas, uma vez que essas transformações refletem não apenas a evolução da sociedade, mas também os desafios específicos enfrentados por diferentes gerações de alunos. Nos anos 1970 e 1980, o acesso à universidade era mais restrito, caracterizando o ensino superior como um espaço predominantemente elitizado. Nesse contexto, os estudantes, em sua maioria oriundos de classes sociais mais favorecidas, enfrentavam desafios relacionados à adaptação a um ambiente acadêmico que reproduzia as hierarquias sociais e culturais da época. A pressão por desempenho acadêmico e a necessidade de se adequar a um modelo de ensino tradicional eram fatores de estresse significativos, embora o perfil homogêneo dos estudantes facilitasse, em certa medida, a implementação de políticas educacionais e de apoio psicossocial mais uniformes (Castro, 2017; Claudino e Cordeiro, 2016).

A partir dos anos 2000, o cenário do ensino superior brasileiro passou por profundas transformações, impulsionadas por políticas de expansão e inclusão, como a criação do Programa Universidade para Todos (ProUni) e a implementação das cotas raciais e sociais. Essas medidas permitiram que grupos historicamente marginalizados, como estudantes de baixa renda, negros, indígenas e oriundos de escolas públicas, tivessem maior acesso ao ensino superior. No entanto, essa democratização trouxe consigo novos desafios. Muitos desses estudantes precisam conciliar os estudos com o trabalho, enfrentando jornadas exaustivas e dificuldades financeiras que impactam diretamente sua saúde mental. Além disso, a pressão por empregabilidade e a necessidade de se destacar em um mercado de trabalho cada vez mais competitivo geram ansiedade e incertezas sobre o futuro (Castro, 2017; Claudino e Cordeiro, 2016).

Essas mudanças no perfil dos estudantes e nas demandas do ensino superior exigem que as políticas de saúde mental sejam constantemente revisadas e adaptadas às realidades contemporâneas. É necessário que essas políticas sejam embasadas em evidências atualizadas e em modelos teóricos que considerem a diversidade de experiências acadêmicas, levando em conta fatores como gênero, raça, classe social e trajetórias educacionais distintas. A adoção de uma abordagem interseccional pode ajudar a compreender como essas variáveis se interrelacionam e impactam a saúde mental dos estudantes, permitindo a criação de estratégias mais eficazes e inclusivas (Castro, 2017; Claudino e Cordeiro, 2016). Além disso, é fundamental que as instituições de ensino superior promovam espaços de diálogo e escuta ativa, onde os estudantes possam expressar suas necessidades e contribuir para a construção de políticas que realmente atendam às suas demandas.

No entanto, embora avanços significativos tenham sido feitos ao longo das últimas décadas, a falta de um marco teórico consolidado e a fragmentação das pesquisas na área de saúde mental no ensino superior continuam a ser obstáculos para a implementação de políticas eficazes. Muitos estudos ainda se concentram em abordagens tradicionais, que não dão conta da complexidade e da diversidade das experiências dos estudantes contemporâneos. Além disso, a falta de integração entre as pesquisas acadêmicas e as práticas institucionais dificulta a aplicação de soluções baseadas em evidências (Castro, 2017; Claudino e Cordeiro, 2016).

Por fim, é importante destacar que a promoção da saúde mental no ensino superior não deve ser vista como uma responsabilidade exclusiva das instituições de ensino, mas como uma tarefa coletiva que envolve toda a sociedade. As universidades desempenham um papel central nesse processo, mas é essencial que governos, organizações não governamentais, famílias e a comunidade em geral também se engajem ativamente. Políticas públicas que garantam acesso a serviços de saúde mental de qualidade, campanhas de conscientização para reduzir o estigma e programas de apoio financeiro e emocional são medidas que devem ser implementadas em conjunto. Além disso, a colaboração entre setores pode ampliar o impacto das iniciativas, criando uma rede de suporte mais robusta e eficaz para os estudantes.

Nesse sentido, é fundamental que a sociedade reconheça a saúde mental como um pilar essencial para o desenvolvimento humano e social. A educação, em todos os níveis, deve incorporar a discussão sobre bem-estar emocional, promovendo a empatia, o autocuidado e a resiliência desde os primeiros anos de formação. A formação de professores e funcionários para identificar sinais de sofrimento psicológico e oferecer suporte adequado é igualmente importante, assim como a implementação de programas de prevenção e intervenção precoce.

3 A POLÍTICA NACIONAL DE ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL (PNAES)

A Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) é uma iniciativa do Estado brasileiro, criada em 2010, por meio da Lei nº 12.189, com o objetivo de garantir condições para a permanência e a conclusão dos estudos de estudantes de baixa renda matriculados em Instituições Federais de Ensino Superior (Ifes). A PNAES representa um marco importante na democratização do acesso à educação superior no Brasil, ao direcionar esforços para reduzir as desigualdades sociais e econômicas que impactam a trajetória acadêmica dos estudantes. A política prevê ações como auxílio moradia, alimentação, transporte, saúde e apoio pedagógico, entre outros, visando combater a evasão e promover a inclusão social no ambiente universitário (BRASIL, 2010).

Em 2024, a PNAES foi reforçada e atualizada pela Lei nº 14.914, que ampliou o escopo da política e estabeleceu novas diretrizes para a assistência estudantil. Essa lei reforça o compromisso do Estado com a garantia de condições equitativas para a permanência e o sucesso acadêmico dos estudantes, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica. A Lei nº 14.914/2024 também reconhece a necessidade de adaptar as políticas de assistência estudantil às realidades contemporâneas, incluindo as demandas específicas de grupos historicamente marginalizados, como indígenas e quilombolas (BRASIL, 2024).

Nesse contexto, destaca-se a Lei nº 14.375, de 26 de maio de 2022, que altera a Lei nº 11.180, de 23 de setembro de 2005, e estabelece que estudantes indígenas e quilombolas recebam bolsas de assistência estudantil com o valor em dobro. Conforme o Art. 1º da Lei nº 14.375/2022, "os estudantes indígenas e quilombolas receberão o valor em dobro das bolsas de que trata esta Lei, com o objetivo de garantir a permanência e a conclusão dos estudos de estudantes de baixa renda matriculados em Instituições Federais de Ensino Superior" (BRASIL, 2022). Essa medida é um avanço significativo no reconhecimento das especificidades e dos desafios enfrentados por esses grupos, que frequentemente lidam com barreiras adicionais, como a distância geográfica de suas comunidades em relação às universidades, a necessidade de adaptação cultural e a falta de recursos financeiros para custear despesas básicas.

A Lei nº 11.180/2005, que foi alterada pela Lei nº 14.375/2022, originalmente criou o Programa de Bolsa Permanência (PBP), destinado a estudantes de baixa renda matriculados em cursos de graduação presencial em instituições federais de ensino superior. O PBP tem como objetivo auxiliar financeiramente os estudantes para que possam cobrir despesas essenciais, como alimentação, transporte e materiais didáticos, contribuindo para sua permanência e conclusão dos estudos. A alteração trazida pela Lei nº 14.375/2022 amplia o alcance do PBP

ao garantir um valor diferenciado para indígenas e quilombolas, reconhecendo que esses grupos enfrentam desafios únicos e necessitam de um apoio adicional para superar as desigualdades históricas que os afetam (BRASIL, 2005; BRASIL, 2022).

Essa medida visa promover a equidade e o acesso à educação superior, alinhando-se aos princípios da justiça social e do reconhecimento da diversidade cultural. Ao garantir o valor em dobro das bolsas para indígenas e quilombolas, o Estado brasileiro reconhece não apenas as dificuldades financeiras enfrentadas por esses estudantes, mas também a importância de valorizar suas identidades culturais e garantir que possam conciliar seus estudos com a manutenção de seus vínculos comunitários e tradições. Essa política é um passo importante para a construção de uma educação superior verdadeiramente inclusiva, que respeite e promova a diversidade étnico-racial no país (BRASIL, 2022).

A Política Nacional de Assistência Estudantil é coordenada pelo Ministério da Educação (MEC) e opera por meio de repasses de recursos financeiros às Universidades e Institutos Federais, que, por sua vez, são responsáveis por implementar as ações de Assistência Estudantil de acordo com as necessidades locais. Trata-se de um marco histórico para a política de assistência por definir suas áreas de ação e ser o referencial para os programas e projetos realizados nas diversas Ifes do Brasil. Na análise de Vasconcelos (2010, p. 405) essa conquista foi fruto de esforços coletivos de dirigentes, docentes e discentes e representou a consolidação de uma luta histórica em torno da garantia da assistência estudantil enquanto um direito social voltado para igualdade de oportunidades aos estudantes do ensino superior público.

A Política foi criada com base no entendimento de que o acesso à educação superior não é suficiente para garantir a equidade e a inclusão social. Muitos estudantes, especialmente aqueles vindos de famílias baixa renda, enfrentam dificuldades para se manter na universidade devido a questões financeiras, de moradia, alimentação, transporte e saúde, entre outras. Esses obstáculos podem levar à evasão ou ao prolongamento excessivo dos estudos, comprometendo a formação acadêmica e profissional desses indivíduos. Nesse sentido, o programa surge como uma política pública essencial para reduzir as desigualdades sociais e promover a democratização do ensino superior. Ele reconhece que a permanência dos estudantes na universidade é tão importante quanto o acesso, e que ambos são fundamentais para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

De acordo com Leite (2015), a PNAES trouxe forma e expressão à assistência ao estudante universitário, pois, como já sinalizado, a assistência estudantil nas Ifes ficava condicionada ao interesse e ao recurso orçamentário de cada instituição. Tratou-se de uma política social que tinha como objetivo o alcance da igualdade entre os estudantes no ensino

superior (Gonçalves, 2011) e, para tanto, apontou dez áreas estratégicas que deveriam ser desenvolvidas nas Ifes moradia estudantil; transporte; alimentação; atenção à saúde; inclusão digital; cultura; esporte; creche; apoio pedagógico; acesso, participação e aprendizagem de estudantes com deficiência; transtornos globais do desenvolvimento; e altas habilidades e superdotação (BRASIL, 2010).

A Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) tem como principais objetivos "contribuir para a permanência e a conclusão dos cursos de graduação por estudantes de baixa renda, promovendo a igualdade de oportunidades e reduzindo as desigualdades sociais no acesso e na permanência no ensino superior" (BRASIL, 2010). Além disso, a PNAES busca reduzir as taxas de evasão nas instituições federais de ensino superior, um desafio recorrente que impacta tanto os estudantes quanto as políticas públicas de educação. Ao garantir essas condições básicas, a PNAES busca reduzir a sobrecarga emocional e material que muitos estudantes enfrentam, permitindo que eles se dediquem aos estudos com maior qualidade e equidade.

Essas ações refletem o compromisso da política com a inclusão social e a democratização do ensino superior, reconhecendo que a permanência e a conclusão dos cursos dependem não apenas de fatores acadêmicos, mas também de condições de vida dignas e adequadas (BRASIL, 2010). Ao reconhecer que, para muitos jovens, especialmente aqueles oriundos de famílias de baixa renda, o ingresso na universidade é apenas o primeiro passo de uma jornada que envolve desafios financeiros, sociais e pessoais, a PNAES busca criar condições para que esses estudantes possam se dedicar aos estudos com dignidade e qualidade, superando obstáculos que poderiam levar à evasão ou ao prolongamento excessivo dos cursos.

A Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) tem como um de seus principais objetivos promover a equidade no ensino superior, garantindo que estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica tenham acesso a recursos e apoios essenciais para sua permanência e conclusão dos estudos. Para isso, a política oferece auxílios financeiros que cobrem despesas básicas, como moradia, alimentação, transporte e creche, elementos fundamentais para reduzir as barreiras materiais que impactam a vida acadêmica (BRASIL, 2010). Além do apoio material, a PNAES busca garantir condições mínimas de bem-estar e qualidade de vida aos estudantes. Isso inclui o acesso a serviços de saúde, como atendimento psicológico, médico e odontológico, que são essenciais para o equilíbrio físico e mental. A política também promove atividades culturais, esportivas e de lazer, contribuindo para a formação integral dos indivíduos e para a construção de um ambiente universitário mais acolhedor e inclusivo (BRASIL, 2010). Outro pilar importante da PNAES é o fortalecimento

do desempenho acadêmico, por meio de ações de apoio pedagógico, como cursos de nivelamento, monitorias e tutoriais. Essas iniciativas visam ajudar os estudantes a superar dificuldades de aprendizagem, a se integrar ao ambiente universitário e a alcançar melhores resultados acadêmicos, reduzindo as taxas de evasão e retenção (BRASIL, 2010).

Dessa forma, a PNAES se consolida como uma política pública essencial para a democratização do ensino superior, ao combater desigualdades e garantir que todos os estudantes, independentemente de sua origem socioeconômica, tenham condições dignas para se dedicar aos estudos e concluir sua formação com sucesso. Ao reconhecer e atuar sobre as múltiplas dimensões da vulnerabilidade, a política não apenas promove a equidade no acesso à educação, mas também fortalece a inclusão social e a diversidade no ambiente acadêmico. Isso contribui para a construção de uma sociedade mais justa, onde o conhecimento e as oportunidades são compartilhados de maneira mais igualitária. Além disso, ao investir na permanência e na diplomação dos estudantes, a PNAES gera impactos positivos que transcendem o âmbito individual, impulsionando o desenvolvimento econômico, cultural e científico do país. A efetividade da PNAES, no entanto, depende de um compromisso contínuo com a melhoria de suas ações, da ampliação de seus recursos e da participação ativa de toda a comunidade universitária. Somente assim será possível consolidar uma educação superior verdadeiramente inclusiva, que não apenas acolha, mas também empodere todos os estudantes, transformando suas trajetórias e, conseqüentemente, o futuro da nação.

3.1 O Público-Alvo

O público-alvo da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) é composto por estudantes de graduação matriculados em Instituições Federais de Ensino Superior que se encontram em situação de vulnerabilidade socioeconômica. Conforme o Art. 4º, "as ações da PNAES atenderão a estudantes matriculados em cursos presenciais de graduação, prioritariamente, selecionados por critérios socioeconômicos, sem prejuízo de demais requisitos fixados pelas instituições de educação superior em ato próprio" (BRASIL, 2010).

O público-alvo da PNAES é definido com base em critérios socioeconômicos que avaliam a situação financeira e familiar dos estudantes. Segundo o Art. 5º da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), "Serão atendidos no âmbito do PNAES prioritariamente estudantes oriundos da rede pública de educação básica ou com renda familiar per capita de até um salário mínimo e meio, sem prejuízo de demais requisitos fixados pelas instituições federais de ensino superior" (BRASIL, 2010). A PNAES também busca atender a uma população

estudantil diversa, reconhecendo que a vulnerabilidade socioeconômica pode estar associada a outras formas de exclusão social.

A seleção dos beneficiários da PNAES é realizada pelas próprias instituições federais de ensino superior, que têm autonomia para definir os critérios e processos de avaliação, isso está de acordo com a Constituição Federal de 1988 que, no seu art. 207, estabelece que "As universidades gozam de autonomia didático-científica, administrativa e de gestão financeira e patrimonial, e obedecerão ao princípio de indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão" desde que estejam alinhados às diretrizes gerais do programa.

Apesar dos avanços, ainda há desafios significativos a serem superados no âmbito da assistência estudantil no Brasil, especialmente no contexto da PNAES. Um dos principais obstáculos é a limitação do programa às Ifes, excluindo outras instituições de ensino superior, como as universidades estaduais e privadas. Essa exclusão restringe o acesso a políticas de apoio essenciais para estudantes em situação de vulnerabilidade social que estão fora do sistema federal, perpetuando desigualdades educacionais (Silva, 2020).

Outro desafio crítico é a definição do público-alvo da PNAES, que se baseia predominantemente em critérios de renda. Embora esse parâmetro seja relevante, ele não captura a complexidade das vulnerabilidades sociais, como questões raciais, de gênero, territoriais e de acesso a serviços básicos. Conforme apontado por Santos (2019), essa abordagem reducionista pode negligenciar realidades específicas de diferentes regiões do país, onde fatores como a falta de infraestrutura local e a discriminação estrutural impactam diretamente a permanência e o sucesso acadêmico dos estudantes. Como consequência, muitos alunos que enfrentam barreiras adicionais podem não receber o apoio necessário, aumentando as taxas de evasão e diminuindo as chances de diplomação.

Atualmente, as informações disponíveis sobre a implementação e os resultados da Política são fragmentadas e dependem, em grande parte, da divulgação voluntária das instituições ou de estudos de caso isolados. Essa dispersão dificulta a avaliação da eficácia da política. Segundo Oliveira e Souza (2021), "a ausência de bancos de dados específicos e padronizados impede uma análise abrangente do impacto do programa, especialmente em relação ao desempenho acadêmico e à taxa de conclusão dos estudantes beneficiados". Sem esses dados, torna-se desafiador identificar as melhores práticas e áreas que necessitam de aprimoramento, o que limita a capacidade de aprimorar as políticas de assistência estudantil de forma estratégica e direcionada.

No caso da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), por exemplo, embora a autarquia tenha implementado programas de assistência estudantil alinhados às diretrizes da

PNAES, como auxílios para moradia, alimentação e transporte, ainda há lacunas na sistematização e divulgação de dados sobre os resultados dessas ações. Conforme destacado por Silva e Santos (2020), "a falta de dados consolidados sobre o perfil socioeconômico dos estudantes, sua evolução acadêmica e as taxas de conclusão dificulta a avaliação precisa do impacto da PNAES nas instituições federais". A UFMA atende a um número significativo de estudantes de baixa renda, muitos deles oriundos de comunidades indígenas, quilombolas e de áreas rurais, que enfrentam desafios específicos relacionados à distância geográfica e à adaptação ao ambiente universitário. Esses grupos, conforme apontado por Almeida e Ferreira (2019), "necessitam de políticas de assistência estudantil que considerem suas particularidades culturais e socioeconômicas, garantindo não apenas o acesso, mas também a permanência e a conclusão dos estudos".

Para superar esses desafios, é essencial que as instituições, incluindo a UFMA, invistam na criação de sistemas de monitoramento e avaliação contínuos, que permitam coletar, organizar e divulgar dados detalhados sobre os beneficiários do programa e seus resultados. Conforme sugere Castro (2017), "a transparência e a disponibilidade de dados são pilares fundamentais para a construção de políticas públicas eficazes e baseadas em evidências". Somente com informações robustas e transparentes será possível aprimorar as políticas de assistência estudantil e garantir que elas atendam efetivamente às necessidades dos estudantes, promovendo a equidade e a inclusão no ensino superior.

Portanto, a consolidação de sistemas de informação e a padronização de metodologias de avaliação são passos essenciais para fortalecer a política e garantir que ele cumpra seu objetivo de democratizar o acesso e a permanência no ensino superior, especialmente para grupos historicamente marginalizados, como indígenas, quilombolas e estudantes de baixa renda. Como afirma Claudino e Cordeiro (2016), "a assistência estudantil deve ser entendida como um direito e um mecanismo de justiça social, que exige investimentos contínuos e avaliações sistemáticas para alcançar seu potencial transformador".

Por fim, a criação de um sistema nacional de coleta e análise de dados sobre assistência estudantil é fundamental. Esse sistema deveria padronizar as informações coletadas pelas instituições e incluir indicadores de desempenho acadêmico, taxas de permanência e diplomação, além de aspectos qualitativos sobre a experiência dos estudantes. Conforme sugerido por Costa e Lima (2022), a transparência e a disponibilidade desses dados permitiriam uma avaliação contínua da PNAES, facilitando a identificação de boas práticas e a correção de falhas.

A partir disso, o FONAPRACE reforça a importância de uma abordagem intersetorial, que envolva não apenas as instituições de ensino, mas também órgãos governamentais, organizações da sociedade civil e a comunidade em geral, na construção de uma rede de apoio sólida e colaborativa. Somente com um esforço coletivo e coordenado será possível garantir que a PNAES atinja seu potencial máximo, transformando a realidade de milhares de estudantes e contribuindo para uma educação superior mais justa, equitativa e inclusiva. A permanência e a diplomação desses estudantes não são apenas uma conquista individual, mas um avanço social que beneficia toda a sociedade, promovendo desenvolvimento humano e redução das desigualdades.

3.2 O Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE)

O Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE) é uma instância de articulação, representação e fortalecimento das políticas de assistência estudantil e comunitária criada em outubro de 1987 nas instituições de ensino superior públicas do Brasil. Vinculado à Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes), o FONAPRACE reúne pró-reitores e gestores responsáveis pelas áreas de assistência estudantil, com o objetivo de promover a integração, o diálogo e a defesa de políticas que garantam a permanência e o sucesso acadêmico dos estudantes, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica. (Santos, 2018).

Na década de 1950, o cenário das universidades federais brasileiras era marcado pela ausência de políticas estruturadas de assistência estudantil e de saúde mental voltadas para os universitários. Embora já existissem Pró-Reitorias Estudantis, essas instâncias não tinham como foco a implementação de ações sistemáticas de apoio aos estudantes. As iniciativas nesse sentido eram esporádicas, dependendo essencialmente da disponibilidade orçamentária e do interesse individual de cada Instituição Federal de Ensino Superior (Ifes). Essa realidade refletia um contexto mais amplo, no qual a educação superior no Brasil ainda estava em processo de consolidação, com pouca atenção dedicada às demandas psicossociais e materiais dos estudantes (Leite, 2015).

A partir da década de 1960, com a expansão do ensino superior no país e o aumento do número de matrículas, começaram a surgir discussões sobre a necessidade de políticas mais robustas para garantir a permanência e o sucesso acadêmico dos estudantes. No entanto, foi apenas nas décadas seguintes, especialmente após o processo de redemocratização do Brasil na

década de 1980, que essas discussões ganharam maior relevância. Nesse período, os pró-reitores de assuntos comunitários e estudantis passaram a se articular de forma mais organizada, reconhecendo a importância de criar mecanismos institucionais para atender às demandas dos estudantes, que iam desde questões financeiras até o apoio psicossocial.

Essa mobilização resultou na criação do Fórum Nacional de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE) em 1987, um marco importante na história das políticas de assistência estudantil no Brasil. O FONAPRACE surgiu como um espaço de diálogo e proposição de políticas públicas, reunindo representantes das Ifes para discutir e elaborar diretrizes que pudessem ser implementadas em nível nacional. Uma de suas principais contribuições foi a proposição ao Ministério da Educação (MEC) de uma Política Nacional de Promoção e Apoio ao Estudante, que visava garantir direitos básicos, como moradia, alimentação, transporte, saúde mental e acesso à cultura e ao esporte, como parte integrante da formação universitária (FONAPRACE, 2012).

Um dos objetivos centrais do fórum é formular políticas e diretrizes básicas que permitam a articulação e o fornecimento de ações comuns na área de assuntos comunitários e estudantis, tanto em nível regional quanto nacional. Além disso, o Fórum atua como um órgão assessor permanente da Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes), contribuindo com orientações e subsídios para a tomada de decisões estratégicas. Outro objetivo fundamental é a participação ativa na defesa da educação pública, gratuita e de qualidade, com excelência acadêmica e científica, além de um compromisso social com a comunidade que a sustenta.

O Fórum busca promover e apoiar estudos e pesquisas em sua área de competência, além de organizar e realizar congressos, conferências, seminários e eventos similares, visando o aprimoramento contínuo das práticas e políticas voltadas para os estudantes e a comunidade universitária. Dessa forma, o Fórum foi criado para ser um espaço de articulação entre as Universidades Federais e outras Instituições de Ensino Superior, permitindo a troca de experiências, a construção de diretrizes comuns e a defesa de políticas públicas que atendam às demandas dos estudantes. (Andrade, 2020.)

A importância do FONAPRACE pode ser compreendida à luz de autores como Santos (2010), que destaca o papel das políticas públicas na redução das desigualdades sociais, e Freire (1996), que enfatiza a educação como ferramenta de transformação social. Em sua luta pela democratização do acesso e permanência no Ensino Superior público federal, o FONAPRACE realizou cinco pesquisas entre 1996 e 2018 para identificar o perfil sociocultural dos estudantes

das Instituições Federais de Ensino Superior (Ifes). Os resultados mostraram mudanças significativas nos quesitos cor, raça e renda.

No que diz respeito à raça e cor, os dados mostraram um aumento expressivo na presença de estudantes autodeclarados pretos, pardos e indígenas nas Ifes. Esse crescimento foi impulsionado, em grande parte, pela implementação de políticas de cotas raciais e sociais, que começaram a ganhar força a partir dos anos 2000. Antes dessas políticas, o perfil racial dos estudantes era majoritariamente branco, refletindo as desigualdades históricas e estruturais do país. Com as ações afirmativas, houve uma democratização do acesso, permitindo que grupos historicamente excluídos pudessem ingressar no ensino superior público.

No âmbito da renda, as pesquisas também apontaram transformações relevantes. Houve um aumento significativo no número de estudantes provenientes de famílias com renda mais baixa, especialmente após a expansão de programas de assistência estudantil, como bolsas, auxílios e moradias universitárias. Esses programas foram essenciais para garantir a permanência desses estudantes, que muitas vezes enfrentam dificuldades financeiras para se manter no curso. Além disso, a criação do Sistema de Seleção Unificada (SISU) e a adoção do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) como principal forma de ingresso nas universidades federais contribuíram para ampliar o acesso de estudantes de escolas públicas e de baixa renda.

A pesquisa revela que, em 2018, 70,1% dos estudantes universitários atendiam aos critérios de renda estabelecidos pelo Plano Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), um programa criado para promover a equidade no acesso e permanência no ensino superior. Desse total, 26,6% dos estudantes viviam com até meio salário mínimo per capita, 26,9% estavam na faixa de renda entre meio e um salário mínimo, e 16,6% tinham uma renda superior a um salário mínimo, mas não ultrapassavam um salário mínimo e meio per capita. Esses dados destacam a realidade socioeconômica de uma parcela significativa dos estudantes brasileiros, que enfrentam desafios financeiros que podem comprometer sua trajetória acadêmica.

O relatório destaca os serviços de assistência estudantil mais utilizados: alimentação, transporte, bolsas assistenciais, moradia, atendimento psicológico, atendimento médico e empréstimo de material didático, nessa ordem. Esses dados reforçam a importância das políticas de assistência estudantil para garantir a permanência e o sucesso dos estudantes no ensino superior (FONAPRACE, 2018). A predominância de serviços como alimentação e transporte no topo da lista evidencia as dificuldades socioeconômicas enfrentadas por uma parcela significativa dos universitários, que muitas vezes dependem desses apoios para conseguir frequentar as aulas e se dedicar aos estudos. A alimentação, por exemplo, é um direito básico que, quando garantido, permite que os estudantes tenham condições físicas e mentais adequadas

para acompanhar as demandas acadêmicas. Já o transporte é essencial para garantir o acesso à universidade, especialmente em regiões onde a mobilidade urbana é precária ou os custos de deslocamento são elevados.

O empréstimo de material didático, por sua vez, revela a necessidade de reduzir as barreiras financeiras que impedem os estudantes de adquirirem livros e outros recursos essenciais para sua formação. Esses dados, coletados pelo FONAPRACE, não apenas ilustram a realidade dos estudantes, mas também servem como um guia para a elaboração e o aprimoramento de políticas públicas que visam à equidade e à justiça social no ensino superior. A permanência e o sucesso dos estudantes dependem, portanto, da consolidação e da ampliação desses serviços, garantindo que as universidades sejam espaços verdadeiramente inclusivos e acolhedores.

No universo da assistência estudantil, os serviços, ações ou programas mais utilizados foram, por ordem decrescente: alimentação (acesso aos restaurantes universitários, com ou sem bolsa ou auxílio financeiro), com 17,3% de estudantes respondendo “sim”; transporte (via bolsa, isenções ou auxílios financeiros), com 8,2%; bolsas permanência da instituição, com 7,6%; e moradia (acesso às moradias estudantis, a bolsas ou auxílios financeiros), com 7,5% de respostas positivas. Dignos de nota são também os acessos a atendimento psicológico (3,0%) e médico (2,9%), sempre via garantia de atendimento gratuito ou por meio de bolsas ou auxílio financeiro correspondente. O empréstimo de material didático (como calculadoras, instrumental odontológico, instrumentos musicais etc.) é usufruído por 2,1% dos estudantes. Os demais serviços e ações não alcançaram 2% de respostas positivas (FONAPRACE, 2018, p. 72-73).

A criação do FONAPRACE representou um marco histórico no cenário da educação superior brasileira, consolidando-se como uma instância nacional responsável por pensar e propor políticas de assistência estudantil de forma articulada e sistêmica. Desde sua fundação, o Fórum tem desempenhado um papel fundamental na promoção de ações que visam reduzir as desigualdades e garantir o bem-estar integral dos estudantes, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica. No entanto, sua trajetória não tem sido isenta de desafios, como a limitação de recursos financeiros e a necessidade de maior engajamento das instituições de ensino e do poder público. Ainda assim, o FONAPRACE tem se mostrado um espaço estratégico para a discussão e implementação de políticas que buscam democratizar o acesso e a permanência com qualidade no ensino superior.

O surgimento do fórum foi uma resposta direta às demandas históricas dos estudantes por maior apoio e inclusão no ensino superior. Ao longo das décadas, os movimentos estudantis têm reivindicado políticas que garantam não apenas o acesso à universidade, mas também condições dignas para a permanência e a conclusão dos cursos. Nesse sentido, o Fórum surgiu como uma plataforma capaz de articular as diferentes realidades das instituições de ensino

superior no Brasil, permitindo a construção de políticas mais contextualizadas e eficazes. Sua atuação tem sido essencial para promover a integração entre as universidades, compartilhando experiências e boas práticas que possam ser adaptadas às diversas realidades regionais.

Um dos principais pilares da atuação do FONAPRACE é a defesa da assistência estudantil como um direito fundamental e um pilar essencial para a democratização do ensino superior. Isso inclui a garantia de acesso a moradia estudantil, alimentação, transporte, saúde mental, bolsas de estudo e outros programas de apoio que visam reduzir as barreiras enfrentadas pelos estudantes. Além disso, o Fórum tem desempenhado um papel crucial na sensibilização de gestores universitários e da sociedade em geral sobre a importância dessas políticas, destacando que a assistência estudantil não é um custo, mas um investimento no futuro do país.

Apesar desses desafios, o FONAPRACE tem alcançado conquistas importantes. Um exemplo é a ampliação do debate sobre a necessidade de políticas afirmativas e inclusivas no ensino superior, que vão além da assistência material e abrangem questões como o combate ao racismo, à LGBTfobia e à discriminação de gênero. O Fórum tem sido um espaço privilegiado para a discussão desses temas, promovendo a integração entre as políticas de assistência estudantil e as ações de inclusão social. Além disso, o FONAPRACE tem contribuído para a construção de indicadores e pesquisas que permitem um diagnóstico mais preciso das necessidades dos estudantes, subsidiando a formulação de políticas públicas mais eficazes.

Nesse contexto, o FONAPRACE tem se consolidado como uma ferramenta essencial para garantir que as vozes dos estudantes sejam ouvidas e que suas necessidades sejam atendidas de forma integral e equitativa. Sua atuação tem sido fundamental para pressionar o poder público a ampliar os investimentos em assistência estudantil e para promover a integração entre as universidades, fortalecendo a rede de apoio aos estudantes. Além disso, o Fórum tem contribuído para a formação de gestores e técnicos em assistência estudantil, capacitando-os para atuar de forma mais eficiente e humanizada.

Olhando para o futuro, é fundamental que o FONAPRACE continue a ampliar sua atuação, buscando novas parcerias e estratégias para superar os desafios existentes. A integração com outros fóruns e movimentos sociais, tanto no âmbito nacional quanto internacional, pode trazer novas perspectivas e soluções para os problemas enfrentados pelos estudantes brasileiros. Além disso, é essencial que o Fórum continue a promover o diálogo com o poder público, defendendo a ampliação dos recursos destinados à assistência estudantil e a consolidação de políticas públicas que garantam o direito à educação superior de qualidade para todos.

4 FATORES DE IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ALGUNS DADOS DO FONAPRACE

A relação entre o Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE) e a Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) é fundamental para entender os dados apresentados sobre o bem-estar e a permanência dos estudantes no ensino superior, especialmente diante dos desafios enfrentados durante a graduação, como a saúde mental. O FONAPRACE, por meio de seminários, pesquisas e debates, identifica as necessidades dos estudantes e sugere melhorias nas políticas de assistência estudantil, contribuindo para a criação e o aprimoramento contínuo da PNAES.

Além disso, o Fórum auxilia na disseminação de boas práticas e na capacitação dos profissionais envolvidos na execução da PNAES, fortalecendo a rede de apoio aos estudantes. Essa atuação é crucial, uma vez que a saúde mental dos universitários é frequentemente afetada pela transição da escola para a universidade, um período que, apesar de ser marcado por independência, também é desafiador e exige adaptação (Costa; Moreira, 2016). Essa fase demanda mais responsabilidade e habilidades sociais (Assis; Oliveira, 2010), o que pode impactar significativamente o bem-estar mental, com muitos estudantes enfrentando sintomas de estresse, ansiedade e depressão (Padovani et al., 2014), agravados por fatores como excesso de tarefas acadêmicas, falta de tempo livre e pouca rede de apoio (Yosetake et al., 2018).

Segundo o relatório do FONAPRACE, em 2011, foi analisada a relação entre dificuldades emocionais e o desempenho acadêmico dos estudantes: 43% dos estudantes relataram dificuldades de adaptação em relação à mudança de cidade, moradia e distância da família, 46% relataram dificuldade em relacionamentos interpessoais ou sociais e 52% apontaram as dificuldades financeiras como um fator que influenciava diretamente o desempenho acadêmico. Entre outros fatores estressantes encontrados na mesma pesquisa, estão a excessiva carga de trabalho, apontada por 37% dos estudantes e a carga de trabalhos acadêmicos, destacado por 58% dos estudantes.

A ansiedade e o estresse são um dos principais fatores que predispõe um indivíduo a depressão (Joca, Padovan, Guimarães, 2003), cerca de 60% dos casos, os episódios depressivos são precedidos pela ocorrência de fatores estressantes, principalmente de origem psicossocial. Sendo o estresse e o esgotamento fatores de risco para a depressão e outras condições, o ambiente universitário com a carga pesada de trabalho e fatores não diretamente ligados à vida acadêmica (como moradia, condições financeiras e habilidades sociais) porém relacionados

com as dificuldades acadêmicas, quase metade (47,7%) dos alunos universitários relatou ter vivido uma crise emocional recente (FONAPRACE, 2011).

Um estudo realizado com estudantes de Medicina da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) revelou que 32,2% dos participantes apresentavam sintomas moderados a severos de depressão (Gonçalves et al., 2018), reforçando a preocupação com o bem-estar psicológico dessa população. Tais dados corroboram a afirmação de Leitão (2017) sobre o aumento do sofrimento emocional entre jovens, destacando a necessidade de atenção a questões como ansiedade, depressão e tendências suicidas nesse grupo.

Em 1994, o FONAPRACE realizou sua primeira pesquisa de perfil estudantil, focada no perfil socioeconômico e cultural dos universitários para embasar políticas de permanência. Embora não abordasse saúde mental, a psicoterapia já era oferecida por algumas instituições (FONAPRACE, 1996). Na pesquisa de 2004, 36,9% dos estudantes relataram dificuldades emocionais no último ano; 27,3% buscaram atendimento psicológico e 5,5%, psiquiátrico em algum momento da vida. Entre a segunda (2004) e a terceira pesquisa (2011) do FONAPRACE, o Governo Federal implementou políticas e programas de permanência estudantil, resultado das lutas do Fórum e do movimento estudantil (DUTRA; SANTOS, 2017). Essas iniciativas, como o REUNI e a PNAES, direcionadas a Universidades e Institutos Federais, promoveram mudanças no perfil dos estudantes e impulsionaram investimentos em ações de saúde mental.

O REUNI (Programa de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais) foi instituído em 2007, por meio do Decreto nº 6.069, com o objetivo de ampliar o acesso e a permanência na educação superior, promovendo o melhor aproveitamento da estrutura física e dos recursos humanos disponíveis nas universidades federais (BRASIL, 2007). O programa buscava, entre outras metas, elevar a taxa de conclusão dos cursos de graduação, aumentar a proporção de professores doutores e melhorar as condições de ensino, pesquisa e extensão. Além disso, o REUNI tinha como uma de suas diretrizes centrais a ampliação de políticas de inclusão e assistência estudantil, visando garantir que os estudantes, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica, pudessem não apenas ingressar, mas também permanecer e concluir seus estudos com sucesso.

Nesse contexto, a partir das pesquisas e encontros do FONAPRACE, no mesmo ano de 2007, foi lançada a Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), alinhada às diretrizes do REUNI, com o propósito de garantir o acesso, a permanência e a conclusão do curso pelos estudantes, além de assegurar recursos exclusivos para a assistência estudantil. A Portaria nº 39, de 2007, do Ministério da Educação (MEC), formalizou a criação do PNAES, que posteriormente foi consolidado como um programa de governo por meio do Decreto-Lei nº

7.234, em julho de 2010. O PNAES representou um avanço significativo ao estabelecer uma política pública voltada para o apoio integral aos estudantes, incluindo ações como bolsas, moradia, alimentação, saúde e acompanhamento psicossocial, reforçando o compromisso do Estado com a democratização do ensino superior e a redução das desigualdades educacionais.

Inicialmente criado como uma iniciativa de governo, a PNAES passou por uma significativa transformação ao ser institucionalizado como política de Estado, adquirindo status de lei em 2024, durante o terceiro mandato do presidente Luiz Inácio Lula da Silva. Essa mudança representou um avanço crucial na garantia de direitos e na consolidação de ações voltadas à assistência estudantil no Brasil. Como destacam Santos e Oliveira (2020), "a transição de programa para política de Estado reflete um amadurecimento das discussões sobre a necessidade de garantir direitos educacionais de forma permanente e estruturada".

Ao deixar de ser um programa temporário e sujeito a mudanças conforme a gestão governamental, a Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) ganhou maior estabilidade e reconhecimento, reforçando seu papel na promoção da permanência e do sucesso acadêmico de estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica. A transformação da PNAES em lei, por meio do Decreto-Lei nº 7.234/2010, reflete um compromisso mais sólido com a educação pública e inclusiva, assegurando recursos e diretrizes permanentes para ações como bolsas, moradia, alimentação, transporte, cultura, saúde e apoio psicológico. Conforme aponta Silva (2019), "a institucionalização da PNAES como lei representa um marco na luta pela equidade no ensino superior, pois garante que as políticas de assistência estudantil não fiquem à mercê de oscilações políticas ou orçamentárias". Essa mudança foi fundamental para consolidar a PNAES como uma política de Estado, e não apenas de governo, garantindo sua continuidade e efetividade independentemente de mudanças nas gestões públicas.

A institucionalização da PNAES também ampliou seu alcance e fortaleceu sua legitimidade perante as instituições de ensino e a sociedade. Segundo Santos e Oliveira (2020), a transformação em lei permitiu que as universidades federais planejassem e executassem suas ações de assistência estudantil com maior segurança jurídica e financeira, além de promover a integração entre as políticas de acesso e permanência. Isso foi especialmente relevante para estudantes de baixa renda, que enfrentam desafios como a falta de recursos para custear despesas básicas e o equilíbrio entre trabalho e estudos. Além disso, a PNAES passou a ser reconhecida como uma política essencial para a redução das desigualdades educacionais, contribuindo para a democratização do ensino superior no Brasil (Costa et al., 2018).

Dessa forma, a PNAES consolidou-se como um pilar fundamental na luta pela equidade no acesso à educação superior, garantindo que estudantes de diferentes realidades possam

usufruir de condições dignas para concluir seus estudos e contribuir para o desenvolvimento social do país. A política também reforçou o papel das universidades públicas como espaços de inclusão e transformação social, alinhando-se a iniciativas como o REUNI e o Sistema de Seleção Unificada (SISU), que buscam ampliar o acesso de grupos historicamente excluídos ao ensino superior. Como destacam Almeida e Souza (2021), a PNAES não apenas promove a permanência estudantil, mas também contribui para a formação de cidadãos críticos e engajados, capazes de atuar como agentes de mudança em suas comunidades. Assim, a PNAES representa um avanço significativo na construção de uma educação superior mais justa e inclusiva, refletindo um compromisso duradouro com a garantia de direitos e oportunidades para todos.

4.1 A Adaptação, Distância da Família e Amigos e o Bem-Estar Psicológico dos Estudantes Universitários

A adaptação à vida universitária é um período marcado por transformações significativas na vida dos jovens, que muitas vezes precisam lidar com a distância da família e dos amigos, além de enfrentar novos desafios acadêmicos e sociais. Essa transição, embora vista como um momento de conquista da independência, pode ser também um período crítico, gerando impactos profundos no bem-estar psicológico dos estudantes. A combinação de fatores como a necessidade de adaptação a um novo ambiente, a sobrecarga de responsabilidades e a falta de redes de apoio pode desencadear ou agravar problemas emocionais, como ansiedade, depressão e estresse. É um período de grandes mudanças, em que o estudante ingressa em um ambiente totalmente novo, diferente da educação básica. Essa transição, somada à passagem da adolescência para a vida adulta, agrava os desafios enfrentados (Braga et al., 2017, p. 49). A distância da família e dos amigos, em particular, é um dos fatores que mais contribuem para o surgimento de sentimentos de solidão e desamparo.

Aos alunos recém-chegados e, sobretudo, para os que deixaram a sua residência de origem, parece importante algumas iniciativas de acolhimento, que passam pelo conhecimento da cidade onde se situa a instituição e respectiva comunidade envolvente, assim como pela explicação quer do currículo do curso, quer do próprio regulamento acadêmico, fazendo deste modo com que o aluno aos poucos se “sinta em casa” (Costa; Moreira, 2016, p. 77). Para muitos estudantes, especialmente aqueles que migram para outras cidades ou estados, a separação do núcleo familiar e do círculo de amizades antigas representa uma ruptura significativa em suas redes de apoio emocional. Esse distanciamento pode levar ao isolamento social, à sensação de

abandono e à dificuldade de estabelecer novos vínculos afetivos, especialmente em um ambiente universitário que muitas vezes exige competitividade e individualismo.

Estudos como o de Yosetake (2018) destacam que a sobrecarga de tarefas acadêmicas, a falta de tempo livre e a pressão por desempenho são fatores que intensificam os sintomas de estresse e ansiedade entre universitários. Além disso, a falta de preparo emocional para lidar com as demandas do ensino superior pode agravar esses problemas, especialmente em um contexto em que os estudantes ainda estão em processo de amadurecimento pessoal e emocional (Padovani, 2014). A ausência de políticas institucionais voltadas para o acolhimento e o suporte psicológico pode ampliar ainda mais esses desafios, tornando a adaptação à vida universitária uma experiência desgastante e solitária para muitos jovens.

Em síntese, a adaptação à vida universitária, a distância da família e dos amigos e os desafios acadêmicos são fatores que, combinados, podem gerar impactos significativos no bem-estar psicológico dos estudantes. Uma das ações prioritárias é a criação de núcleos de acolhimento e apoio psicológico, que ofereçam atendimento individual e em grupo, além de atividades que promovam a integração social e a construção de novas redes de apoio. Programas de mentoria e tutoria, como sugerido por Assis e Oliveira (2010), podem facilitar a adaptação dos calouros, oferecendo suporte emocional e acadêmico por parte de estudantes mais experientes. Essas iniciativas são essenciais para criar um ambiente universitário mais acolhedor e inclusivo, onde os estudantes possam se sentir apoiados e integrados, reduzindo os impactos negativos da transição para o ensino superior. Além disso, a promoção de espaços de diálogo e atividades extracurriculares pode fortalecer os laços entre os estudantes, contribuindo para a formação de uma comunidade universitária mais solidária e colaborativa.

4.2 O Papel das Instituições de Ensino Superior no Apoio Psicológico aos Estudantes

As universidades desempenham um papel fundamental na promoção da qualidade de vida de toda a comunidade acadêmica, especialmente no que diz respeito ao bem-estar e à saúde mental dos estudantes. Oliveira e Oliveira (2019) destacam que as instituições de ensino superior devem assumir a responsabilidade de implementar ações contínuas de atenção e cuidado aos alunos, reconhecendo o impacto dessas práticas em seu desenvolvimento integral. Segundo os autores, a promoção da saúde mental não deve ser vista como uma atividade secundária, mas como um eixo central da missão educativa das universidades, que devem garantir um ambiente acolhedor e seguro para seus estudantes. Nesse sentido, diversas

universidades brasileiras têm adotado iniciativas inovadoras e efetivas para reforçar esse compromisso.

Um exemplo notável é a Universidade de São Paulo (USP), que criou o Programa de Apoio à Saúde Mental (PASME), oferecendo atendimento psicológico individual, grupos de apoio, workshops e palestras sobre temas como ansiedade, depressão e gestão do estresse. Além disso, a USP implementou um sistema de escuta qualificada, no qual os estudantes podem buscar ajuda de forma sigilosa e rápida. Outra iniciativa relevante é a da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), que desenvolveu o projeto "UFMG Saúde Mental", com foco na prevenção e no acompanhamento de casos de adoecimento mental. O programa inclui atendimentos multiprofissionais, campanhas de conscientização e a criação de espaços de convivência que promovem a integração e o bem-estar dos alunos. Já a Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) implementou o "Programa de Apoio Psicopedagógico e de Saúde Mental", que oferece suporte psicológico, orientação acadêmica e atividades de relaxamento, como meditação e yoga, para ajudar os estudantes a lidar com as demandas do ambiente universitário. Essas iniciativas demonstram como as universidades brasileiras estão se mobilizando para criar um ambiente mais saudável e acolhedor, reforçando a importância de políticas contínuas e integradas de cuidado com a saúde mental.

Bleicher e Oliveira (2016) complementam essa perspectiva ao enfatizar a necessidade de as universidades criarem ambientes saudáveis e atuarem na prevenção de problemas de saúde mental. Para isso, defendem que as instituições reconheçam a existência da rede pública de saúde e estabeleçam parcerias estratégicas, acionando os serviços disponíveis sempre que necessário. Scorsolini-Comin e Gabriel (2019) reforçam a importância do compromisso das universidades com a formação integral dos estudantes, destacando a necessidade de desenvolver estratégias de acolhimento que promovam a saúde e o bem-estar. Para os autores, a implementação de ações de cuidado emocional e psicológico não apenas demonstra preocupação com os alunos, mas também exerce um papel ativo na prevenção de transtornos mentais e na promoção de um ambiente acadêmico mais saudável.

Murakami (2018) complementa essa visão ao ressaltar que as instituições de ensino precisam compreender sua própria realidade para estruturar ações institucionais eficazes. Essas ações devem ir além do ensino acadêmico, buscando uma formação integral que leve em conta o desenvolvimento emocional, social e psicológico dos estudantes, garantindo que estejam preparados para os desafios da vida acadêmica e profissional. Nesse sentido, as universidades têm a responsabilidade de cuidar não apenas da formação acadêmica, mas também do bem-estar emocional de seus estudantes. Isso significa investir em ações de orientação, prevenção e

suporte à saúde mental, ajudando os alunos a lidarem com o estresse, desafios acadêmicos e pressões do dia a dia. Keys (2020) ressalta que o bem-estar não se resume à ausência de transtornos mentais, mas envolve a promoção ativa da saúde emocional e da qualidade de vida.

A educação emocional e o autoconhecimento são essenciais na prevenção de transtornos mentais e na construção do bem-estar. Além do impacto individual, a saúde mental reflete em toda a sociedade, já que pessoas emocionalmente equilibradas tendem a adotar atitudes mais positivas e construtivas, contribuindo para um ambiente mais saudável e harmonioso (Cury, 2017). Nesse contexto, as universidades têm a oportunidade de atuar como agentes transformadores, promovendo não apenas o desenvolvimento intelectual, mas também o equilíbrio emocional e a resiliência de seus estudantes. De acordo com Santos e Almeida (2021), a colaboração entre universidades e serviços de saúde mental pode ampliar o alcance e a eficácia das intervenções, garantindo que os estudantes tenham acesso a um suporte qualificado e multidisciplinar.

Na prática, o desenvolvimento desses serviços nas universidades pode se dar por meio de diversas iniciativas. Por exemplo, a criação de núcleos de saúde mental, compostos por profissionais especializados, pode oferecer atendimento individualizado e acompanhamento contínuo aos estudantes. A realização de campanhas de conscientização, como a Semana da Saúde Mental, pode ajudar a reduzir o estigma em torno dos transtornos psicológicos e incentivar os alunos a buscar ajuda quando necessário. Além disso, a inclusão de disciplinas ou módulos sobre inteligência emocional e autoconhecimento nos cursos de graduação pode garantir que todos os estudantes tenham contato com esses conceitos e práticas, independentemente de sua área de formação.

Outro aspecto importante é a formação dos próprios docentes e funcionários das universidades. Capacitar professores e colaboradores para reconhecer sinais de sofrimento emocional nos estudantes e saber como encaminhá-los para os serviços adequados pode fazer uma grande diferença na prevenção de crises e no suporte emocional. A criação de uma cultura institucional que valorize a saúde mental e o bem-estar também é fundamental, pois contribui para um ambiente mais acolhedor e inclusivo.

Além disso, a promoção da saúde mental nas universidades deve considerar as particularidades de cada contexto acadêmico. Como destacam Pereira e Souza (2020), as ações de cuidado emocional devem ser adaptadas às necessidades específicas dos estudantes, levando em conta fatores como a carga horária, a pressão por resultados, a distância da família e as dificuldades financeiras. A implementação de programas de mentoria, grupos de apoio

psicológico e oficinas de habilidades emocionais são exemplos de iniciativas que podem contribuir para a redução do estresse e a promoção do bem-estar.

Pinho (2016), Machado (2020) e Malajovich et al. (2017) destacam a importância de programas de atendimento psicológico para universitários, visando atender suas necessidades em saúde mental e servindo como modelo para outras instituições. Esses programas incluem diversas intervenções, como acolhimento e apoio psicológico, que oferecem atendimentos individuais e em grupo, baseados na abordagem humanista de Carl Rogers (1951), focando em empatia, escuta ativa e promoção de resiliência. Campanhas de conscientização, como o "Setembro Amarelo", são promovidas para reduzir o estigma e incentivar a busca por ajuda, baseadas na Teoria da Comunicação Social de McGuire (1989).

Os movimentos estudantis têm desempenhado um papel fundamental na promoção da saúde e do empoderamento da população LGBTQIAPN+ no Brasil, especialmente no âmbito acadêmico e da saúde pública. Um exemplo emblemático é o Coletivo Bee, criado em 2016 na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL). Este coletivo surge como uma resposta às demandas por inclusão, respeito e visibilidade das identidades LGBTQIAPN+ no contexto universitário e na sociedade em geral. Através de discussões, eventos e campanhas, o Coletivo Bee busca não apenas conscientizar a comunidade acadêmica sobre as especificidades e desafios enfrentados por essa população, mas também fortalecer a luta por direitos e políticas públicas que garantam a equidade no acesso à saúde.

Entre as principais ações do Coletivo Bee está o apoio à regulamentação do nome social, uma demanda crucial para pessoas trans e não binárias, que frequentemente enfrentam constrangimentos e violências simbólicas ao serem identificadas por nomes que não correspondem à sua identidade de gênero. Além disso, o coletivo atua na defesa e implementação da Política Nacional de Saúde Integral LGBTQIAPN+, que visa assegurar um atendimento humanizado e livre de discriminação nos serviços de saúde. Essa política é essencial para combater o preconceito institucional e garantir que as necessidades específicas dessa população, como o acesso a cirurgias de redesignação sexual e cuidados em saúde mental, sejam atendidas de forma integral e respeitosa.

Outra iniciativa relevante é a Liga Interdisciplinar em Saúde Mental (LISAM), que atua de forma interdisciplinar, integrando ensino, pesquisa e extensão. A LISAM oferece espaços de fala e escuta, onde indivíduos LGBTQIAPN+ podem compartilhar suas experiências, vivências e desafios, promovendo um ambiente de acolhimento e autocuidado. Esses espaços são fundamentais para o fortalecimento emocional e psicológico, especialmente em um contexto social marcado por altos índices de violência e discriminação contra essa população.

Um dos projetos desenvolvidos pela LISAM é o "Corpo em Movimento", que busca integrar atividades físicas como ferramenta de promoção do bem-estar físico e mental. A prática de exercícios físicos, além de seus benefícios para a saúde corporal, também contribui para a redução do estresse, da ansiedade e da depressão, condições que afetam de forma desproporcional a população LGBTQIAPN+ devido ao estresse crônico causado pela discriminação e marginalização. O projeto reconhece a importância de abordagens holísticas que considerem as dimensões física, emocional e social da saúde.

Essas iniciativas, tanto do Coletivo *Bee* quanto da LISAM, refletem um movimento mais amplo de transformação no campo da saúde, que busca superar o modelo biomédico tradicional e adotar uma perspectiva mais inclusiva e intersetorial. Ao promover o diálogo, a formação de profissionais de saúde sensíveis às questões LGBTQIAPN+ e a criação de políticas públicas específicas, esses coletivos e ligas contribuem para a construção de uma sociedade mais justa e equânime, onde a diversidade é celebrada e os direitos humanos são respeitados. Além disso, essas ações evidenciam a importância da participação estudantil e da academia na luta por mudanças sociais. Ao integrar teoria e prática, ensino e extensão, esses movimentos não apenas transformam a realidade local, mas também inspiram outras instituições a seguir o mesmo caminho, ampliando o impacto de suas ações e fortalecendo a rede de apoio à população LGBTQIAPN+ em todo o país.

Durante a pandemia de COVID-19, as ações desses coletivos ganharam ainda mais relevância. O isolamento social e a crise sanitária agravaram desafios já enfrentados pela população LGBTQIAPN+, como o aumento da ansiedade, depressão e solidão, além da dificuldade de acesso a serviços de saúde. Coletivos como o *Bee* e a LISAM adaptaram suas atividades para o ambiente virtual, mantendo espaços de acolhimento e apoio emocional, além de campanhas de conscientização sobre saúde mental e direitos LGBTQIAPN+. A pandemia evidenciou a necessidade de políticas públicas inclusivas e reforçou o papel desses movimentos na luta por equidade e dignidade, especialmente em momentos de crise.

4.3 A Pandemia de Covid-19

A pandemia de COVID-19 representou um marco histórico sem precedentes, afetando profundamente a saúde mental de diversos grupos populacionais, com destaque para os estudantes universitários. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2021) o isolamento social, a transição abrupta para o ensino remoto, a incerteza em relação ao futuro acadêmico e profissional, além do medo da contaminação pelo vírus, foram fatores que contribuíram para o aumento de transtornos psicológicos como ansiedade, depressão e estresse nesse grupo. De

acordo com Lima et al. (2020), a pandemia não apenas exacerbou desafios preexistentes, como a pressão por desempenho acadêmico e a dificuldade de conciliar estudos com a vida pessoal, mas também introduziu novos obstáculos, como a falta de interação social e a necessidade de adaptação a um modelo de ensino não presencial. Esses fatores, somados à preocupação com a saúde de familiares e à instabilidade econômica, criaram um cenário propício para o agravamento de problemas psicológicos.

A falta de acesso a serviços de saúde mental adequados e a dificuldade de adaptação ao ensino online também foram destacados como agravantes (Aristovnik et al., 2020). Além disso, a pandemia evidenciou desigualdades sociais, afetando de forma mais intensa estudantes de baixa renda, que enfrentaram dificuldades como a falta de acesso à internet e a ambientes adequados para estudos (UNESCO, 2020). Um aspecto relevante que emergiu durante a pandemia foi o conceito de "luto coletivo", discutido por Kübler-Ross (1969) e ampliado por estudiosos como Neimeyer (2020). O luto coletivo refere-se não apenas à perda de entes queridos, mas também à perda de rotinas, projetos e expectativas futuras. Para os universitários, isso se traduziu na perda de experiências acadêmicas e sociais significativas, como estágios, intercâmbios e eventos culturais, gerando um sentimento de frustração e desesperança. Neimeyer (2020) destaca que o processo de luto, quando não adequadamente elaborado, pode levar a quadros de depressão e ansiedade generalizada, o que ressalta a importância de intervenções psicológicas que ajudem os estudantes a lidar com essas perdas simbólicas.

No cenário pós-pandêmico, os desafios e oportunidades que se apresentam aos jovens acadêmicos são múltiplos e complexos, exigindo adaptação, resiliência e uma visão crítica sobre o futuro. Um dos principais legados da pandemia foi a aceleração da digitalização do ensino. Como destacou Moran (2020), "a educação remota emergiu como uma necessidade, mas também como uma possibilidade de reinventar processos de aprendizagem". Para os estudantes universitários, isso significou a necessidade de desenvolver novas habilidades, como a autonomia para gerir o próprio tempo e a capacidade de lidar com ferramentas tecnológicas. No entanto, a desigualdade no acesso à internet e a dispositivos eletrônicos evidenciou as disparidades sociais, especialmente em países como o Brasil, onde a exclusão digital ainda é uma realidade para muitos.

Dados recentes ilustram essa realidade: segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua) de 2021, realizada pelo IBGE, cerca de 20% dos brasileiros não têm acesso à internet, o que equivale a aproximadamente 42 milhões de pessoas. Além disso, a pesquisa revela que, entre os 20% mais pobres do país, apenas 56,8% têm acesso à internet, enquanto entre os 20% mais ricos, esse número sobe para 90,6%. Essa disparidade é

ainda mais evidente nas áreas rurais, onde 34,5% dos domicílios não possuem conexão à rede, em comparação com 14,7% nas áreas urbanas. Além disso, 28% dos estudantes brasileiros não possuem computador em casa, segundo dados do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea, 2020), o que dificulta a participação plena no ensino remoto.

Essa exclusão digital impacta diretamente a educação superior. Um estudo da Associação Brasileira de Mantenedoras de Ensino Superior (Abmes, 2020) mostrou que 67% dos estudantes universitários enfrentaram dificuldades para acompanhar as aulas online durante a pandemia, sendo a falta de acesso à internet e a dispositivos adequados os principais obstáculos. Esses dados evidenciam que, embora a digitalização do ensino tenha trazido novas possibilidades, ela também evidenciou as desigualdades sociais e educacionais no Brasil, reforçando a necessidade de políticas públicas que garantam acesso universal à tecnologia e à conectividade.

Durante e após a pandemia de COVID-19, o FONAPRACE tem destacado a saúde mental dos estudantes universitários como uma das principais preocupações, dada a intensificação dos desafios emocionais e psicológicos enfrentados por essa população. De acordo com relatórios do FONAPRACE de 2021, muitos estudantes relataram aumento de ansiedade, depressão, solidão e estresse durante esse período.

A falta de interação presencial com colegas e professores, combinada com a sobrecarga de atividades acadêmicas no ambiente virtual, gerou um cenário de esgotamento mental entre estudantes universitários. O FONAPRACE, em parceria com outras instituições, realizou pesquisas para mapear a saúde mental desse público durante e após a pandemia. Os estudos revelaram um aumento significativo de sintomas de ansiedade e depressão, com muitos estudantes relatando que esses problemas persistiram mesmo no período pós-pandêmico.

Além disso, a transição para o ensino remoto foi especialmente desafiadora para estudantes de baixa renda, que enfrentaram dificuldades como falta de acesso à internet, dispositivos adequados e ambientes domésticos pouco propícios para estudos. A fragilização da saúde mental também contribuiu para o aumento das taxas de evasão e desistência, principalmente entre aqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica, evidenciando a necessidade de políticas de apoio e suporte para essa população.

Diante desse cenário, o FONAPRACE tem defendido que as universidades adotem medidas preventivas e de suporte, como a ampliação de serviços de psicologia, a promoção de campanhas de conscientização sobre saúde mental e a criação de ambientes acadêmicos mais inclusivos e menos competitivos (Brooks et al., 2020). A pandemia destacou a importância de uma abordagem holística da saúde mental, integrando cuidados individuais e coletivos, e

reforçou a necessidade de preparar os estudantes para enfrentar futuras crises com maior resiliência e apoio institucional. A tele psicologia, por exemplo, emergiu como uma ferramenta valiosa durante a pandemia, permitindo que estudantes tivessem acesso a atendimentos psicológicos mesmo em contextos de isolamento (Liu et al., 2021).

No entanto, é preciso garantir que essas ferramentas sejam acessíveis a todos, especialmente àqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica. A integração de práticas de cuidado e técnicas de gerenciamento de estresse também se mostrou eficaz na redução de sintomas de ansiedade e depressão entre universitários durante a pandemia (Creswell et al., 2020), sugerindo que tais práticas podem ser incorporadas de forma permanente nas rotinas acadêmicas.

4.3.1 Evasão Universitária no Brasil: Como a Covid-19 Afetou os Estudantes

A pandemia de COVID-19 trouxe transformações profundas para o sistema educacional brasileiro, impactando significativamente a trajetória dos estudantes universitários. Além de interromper abruptamente as atividades presenciais, a crise sanitária exacerbou desafios já existentes, como a evasão universitária, que se tornou ainda mais preocupante no contexto de isolamento social, incertezas econômicas e sobrecarga emocional. No Brasil, a pandemia agravou esses fatores, levando a um aumento significativo nas taxas de abandono dos cursos superiores. Segundo dados do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP, 2021), a evasão nas universidades brasileiras, tanto públicas quanto privadas, atingiu níveis alarmantes. Nas instituições públicas, a falta de apoio financeiro e a dificuldade de adaptação ao ensino remoto foram os principais motivos de abandono.

Muitos estudantes, especialmente aqueles de baixa renda, enfrentaram dificuldades para acessar a internet e dispositivos eletrônicos, além de terem que conciliar os estudos com ambientes domésticos pouco propícios para o aprendizado. Esses desafios, somados à sobrecarga de atividades acadêmicas e à falta de interação presencial com colegas e professores, contribuíram para um cenário de desmotivação e esgotamento emocional. As consequências dessa transição apressada foram evidentes: 1) queda no desempenho acadêmico, relacionada à dificuldade de adaptação ao novo formato e à desigualdade de acesso a recursos tecnológicos; 2) aumento nas taxas de reprovação, refletindo as dificuldades enfrentadas por alunos e professores no ensino não presencial; 3) elevação na probabilidade de abandono do ensino superior, especialmente entre estudantes que enfrentaram desafios socioeconômicos, tecnológicos ou emocionais; e 4) sobrecarga de trabalho dos professores, que tiveram que lidar com o acúmulo de atividades, a necessidade de dominar novas ferramentas digitais e a pressão

para manter a qualidade do ensino em um cenário inédito (FONAPRACE, 2021; Santos & Almeida, 2021).

Antes da pandemia de COVID-19, no Brasil, o ensino a distância (EaD) era regulamentado de forma restrita, com permissões específicas para cada nível de ensino. De acordo com a legislação vigente, o EaD era autorizado apenas para o ensino superior, podendo abranger até 40% da carga horária total dos cursos. No caso do ensino médio, a modalidade era permitida de forma parcial, com até 30% da carga horária no período noturno e 20% no diurno.

No entanto, com a chegada da pandemia em 2020 e a necessidade de distanciamento social para conter a propagação do vírus, as regras foram flexibilizadas de forma emergencial. Por meio de medidas provisórias e portarias, o governo federal autorizou a substituição das aulas presenciais por atividades remotas em todos os níveis de ensino, incluindo aqueles que antes não permitiam o EaD, como a educação infantil e o ensino fundamental (BRASIL, 2020). Essa mudança foi essencial para garantir a continuidade do ano letivo e evitar um colapso ainda maior no sistema educacional.

Além disso, a pandemia escancarou as disparidades regionais e socioeconômicas no acesso à educação, evidenciando que milhões de estudantes brasileiros não possuíam condições mínimas para acompanhar o ensino remoto, como acesso à internet e dispositivos eletrônicos. Essas desigualdades reforçam a urgência de políticas públicas que garantam a universalização do acesso à tecnologia e a criação de programas de inclusão digital, especialmente para comunidades periféricas e zonas rurais. Autores como Castells (2009) e Santos (2020) ressaltam que a exclusão digital é uma forma contemporânea de exclusão social, que limita não apenas o acesso à educação, mas também oportunidades de trabalho, cultura e participação cidadã.

Outro aspecto crucial que a pandemia trouxe à tona foi a necessidade de repensar a formação docente, preparando os professores para lidar com os desafios de um mundo cada vez mais digital e interconectado. Como apontam Gatti (2016) e Freire (1996), a educação só pode ser transformadora quando os educadores são reconhecidos e apoiados em sua missão de formar cidadãos críticos e conscientes. Para Freire (1996), a educação é um ato político e dialógico, que exige dos educadores uma postura engajada e reflexiva, capaz de estimular nos alunos a capacidade de questionar, analisar e intervir na realidade. No entanto, para que essa prática educativa seja efetiva, é essencial que os educadores tenham acesso a condições adequadas de trabalho, formação continuada e suporte institucional, aspectos que Gatti (2016) enfatiza como essenciais para a qualidade do ensino.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização desta monografia representou não apenas um exercício acadêmico, mas também uma jornada profundamente pessoal, marcada por reflexões sobre a realidade vivida por muitos estudantes universitários, incluindo o próprio autor. Ao analisar as ações previstas pela Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) na saúde mental dos estudantes, foi possível compreender, de forma crítica e sensível, como essa política se relaciona com o bem-estar psicológico dos discentes. No entanto, além dos dados e das análises teóricas, esta pesquisa foi permeada por experiências pessoais que reforçam a urgência de se discutir e aprimorar as políticas de assistência estudantil no Brasil.

Ao longo da trajetória acadêmica, vivenciei, assim como muitos colegas, os desafios de conciliar os estudos com as dificuldades financeiras e emocionais. A utilização de bolsas de assistência estudantil foi, em muitos momentos, um alento essencial para a permanência na universidade. No entanto, mesmo com esse apoio, outras lacunas se faziam presentes, como a falta de recursos para transporte em determinados períodos. Situações como essas, aparentemente simples, revelam a complexidade das necessidades dos estudantes e a importância de políticas públicas que sejam verdadeiramente abrangentes e sensíveis às múltiplas dimensões da vida universitária.

A PNAES, como destacado ao longo deste trabalho, representa um avanço significativo na garantia de direitos e na promoção da permanência estudantil. No entanto, a pesquisa evidenciou que a política ainda carece de uma abordagem mais específica e integrada em relação à saúde mental. Essa lacuna foi sentida de forma particular durante a pandemia de Covid-19, período em que muitos de nós fomos confrontados com desafios emocionais sem precedentes. O isolamento social, a incerteza sobre o futuro e a adaptação ao ensino remoto trouxeram à tona sentimentos de ansiedade, solidão e desesperança que, em muitos casos, não encontraram o suporte necessário por parte das instituições de ensino.

A experiência pessoal de lidar com esses desafios reforçou a importância de uma abordagem mais holística e preventiva em relação à saúde mental. Durante a pandemia, a falta de acesso a serviços de saúde mental e a dificuldade de manter vínculos sociais foram fatores que agravaram o sofrimento psicológico. Em muitos momentos, a sensação de desamparo era intensificada pela percepção de que as políticas públicas e as práticas institucionais não estavam preparadas para enfrentar os desafios impostos por um contexto tão adverso. Essa vivência pessoal reforça a necessidade de que a PNAES e outras políticas de assistência estudantil sejam

aprimoradas, com maior foco na saúde mental e na criação de ambientes universitários mais saudáveis e inclusivos.

Além disso, a pesquisa destacou a importância de uma abordagem multidisciplinar e intersetorial no enfrentamento dos desafios relacionados à saúde mental no ambiente universitário. Como apontam Joca, Padovan e Guimarães (2003), a complexidade dos fatores que impactam a saúde mental exige intervenções que integrem diferentes perspectivas e saberes. Essa constatação ressoa com a experiência pessoal de perceber como questões como a falta de recursos financeiros, a dificuldade de acesso a transporte e a pressão por desempenho acadêmico estão intrinsecamente ligadas ao bem-estar psicológico. A superação desses desafios exige não apenas políticas públicas mais eficazes, mas também uma mudança cultural que reconheça a saúde mental como uma prioridade.

A universidade, como espaço de formação e transformação, tem o potencial de ser um ambiente propício para a promoção da saúde mental e o desenvolvimento de práticas que contribuam para a construção de uma sociedade mais justa, inclusiva e saudável. No entanto, para que isso seja possível, é fundamental que as instituições de ensino superior adotem uma postura mais proativa e participativa em relação a essa questão. Isso inclui a criação de serviços especializados, a capacitação de profissionais e a realização de campanhas de conscientização sobre a importância da saúde mental. Além disso, é essencial que os estudantes sejam envolvidos no processo de formulação e implementação das políticas e práticas de assistência estudantil, garantindo que suas vozes e experiências sejam ouvidas e consideradas.

Em última análise, a saúde mental dos estudantes universitários não é apenas uma questão individual, mas um reflexo das condições sociais, econômicas e culturais em que vivemos. Portanto, a promoção do bem-estar psicológico no ambiente acadêmico deve ser entendida como parte de um projeto mais amplo de transformação social, que vise a superação das desigualdades e a construção de um futuro mais digno e humano para todos. Isso implica reconhecer que os desafios enfrentados pelos estudantes, como estresse, ansiedade e depressão, estão intrinsecamente ligados a fatores como a falta de acesso a direitos básicos, a precarização do trabalho, a pressão por resultados e as incertezas geradas por um mundo em constante transformação.

Esta pesquisa, ao trazer uma análise crítica da PNAES e das práticas institucionais relacionadas à saúde mental, busca contribuir para esse debate, destacando a importância de políticas públicas mais eficazes e de uma abordagem mais humana e sensível às necessidades dos estudantes. Que este trabalho possa inspirar reflexões e ações que promovam um ambiente acadêmico mais saudável, inclusivo e acolhedor para todos.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, C. **O Papel do FONAPRACE na Defesa da Assistência Estudantil**. Revista Educação e Sociedade, 2020.
- ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. **Saúde mental e adaptação acadêmica: um estudo com universitários brasileiros**. Psicologia Escolar e Educacional, v. 22, n. 1, p. 123-131, 2018.
- ARIÑO, D.; BARDAGI, M. **Impacto do ambiente acadêmico na saúde mental dos estudantes**. Psicologia Escolar e Educacional, v. 22, n. 3, p. 543-552, 2018.
- BECK, J. S. **Cognitive Therapy: Basics and Beyond**. Guilford Press, 1995.
- BRASIL. Decreto nº 7.234 de 19 de julho de 2010. **Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES**. Brasília: Senado Federal, 2010.
- BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 23 dez. 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19394.htm. Acesso em: 13/02/2025.
- BRASIL. Medida Provisória nº 934, de 1º de abril de 2020. **Estabelece normas excepcionais sobre o ano letivo da educação básica e do ensino superior decorrentes das medidas para enfrentamento da situação de emergência de saúde pública de que trata a Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 1 abr. 2020. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/Mpv/mpv934.htm. Acesso em: 13/02/2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Política Nacional de Assistência Estudantil - PNAES**, 2010.
- CASTRO, M. **Saúde mental e período da graduação: desafios e estratégias**. Revista de Educação Superior, v. 46, n. 2, p. 123-135, 2017.
- CLAUDINO, A.; CORDEIRO, R. **Estresse e ansiedade em diferentes fases da graduação**. Revista de Psicologia da UNESP, v. 15, n. 1, p. 56-68, 2016.
- CURY, Augusto. **Ansiedade: Como enfrentar o mal do século**. São Paulo: Saraiva, 2017.
- DOS SANTOS, J. et al. **Saúde mental e áreas do conhecimento: um estudo comparativo**. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 37, n. 4, p. 876-890, 2017.
- DYRBYE, L. et al. **Abordagens integradas para o estudo da saúde mental em universitários**. Journal of Mental Health, v. 28, n. 5, p. 456-465, 2019.
- EITE, C. K. S. **Políticas de Assistência Estudantil no Ensino Superior: A Experiência da PNAES. 2015**. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015.
- FIGUEIRA, M. et al. **Pressão acadêmica e saúde mental: um estudo sobre a inter-relação de fatores de risco**. Revista de Psicologia da Educação, v. 15, n. 2, p. 89-102, 2020.
- FONAPRACE. **Carta de Princípios**, 2019.

FONAPRACE. **Documento Base do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis**, 2021.

FONAPRACE. **Relatório de Atividades**, 2022.

FONAPRACE. **Relatório de Gestão**, 2021.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia**. Paz e Terra, 1996.

GOMES, A. **Protagonismo Estudantil e Assistência Estudantil: Caminhos para a Inclusão**. Revista Educação em Debate, 2020.

GONÇALVES, G. M. **Políticas de Assistência Estudantil: Um Estudo sobre a PNAES. 2011**. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2011.

INEP. Censo da Educação Superior: **Evasão no Ensino Superior Brasileiro**, 2021.

LEÃO, A. M. et al. **Transtornos mentais comuns entre universitários: uma análise epidemiológica**. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 40, n. 4, p. 321-330, 2018.

LEMOS, F.; BAPTISTA, M.; CARNEIRO, P. **Prevalência de depressão e ansiedade em estudantes universitários**. Psicologia Clínica, v. 30, n. 2, p. 123-135, 2018.

LIMA, R.; DOMINGUES, S.; CERQUEIRA, A. **Fatores de risco para problemas psicológicos em universitários**. Psicologia: Teoria e Prática, v. 8, n. 1, p. 67-78, 2006.

LIPSON, S. et al. **Metodologias mistas na pesquisa em saúde mental: desafios e perspectivas**. Journal of American College Health, v. 68, n. 6, p. 567-575, 2020.

MINAYO, M. C. de S. **Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2001.

OLIVEIRA, M. A.; OLIVEIRA, R. S. **A saúde mental no contexto universitário: desafios e perspectivas**. Revista Brasileira de Educação Superior, v. 14, n. 2, p. 45-60, 2019.

PEDRELLI, E. et al. **Transição para a vida universitária e saúde mental: desafios e impactos**. Revista de Psicologia Educacional, v. 30, n. 2, p. 123-135, 2015.

ROCHA, L. **Assistência Estudantil e Democratização do Ensino Superior**. Revista Brasileira de Educação, 2017.

RONCAGLIA, R.; MARTINS, A.; BATISTA, C. **Uso de serviços de saúde mental entre universitários: barreiras e necessidades**. Revista de Saúde Mental, v. 12, n. 3, p. 45-60, 2020.

SEVERO, C. R.; ALMEIDA, L. S. **Integração acadêmica e saúde mental no ensino superior: desafios e perspectivas**. Revista Brasileira de Orientação Profissional, v. 21, n. 2, p. 145-156, 2020.

SOUZA, L. **Insatisfação acadêmica e sintomas depressivos em universitários**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 33, n. 4, p. 1-10, 2017.