



SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE LICENCIATURA EM FÍSICA E MATEMÁTICA DA FACULDADE DE ENGENHARIA, DA UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA, CÂMPUS DE ILHA SOLTEIRA

Mauro Gonçalves da Silva Junior, Faculdade de Engenharia de Ilha Solteira
Fernanda Cátia Bozelli, DFQ – Faculdade de Engenharia de Ilha Solteira

Resumo

Uma pessoa com a saúde mental afetada pode apresentar sintomas como perda de produtividade, dificuldade de concentração, insônia e isolamento social. A transição do ensino médio para a universidade representa um desafio particular, pois exige um aumento súbito de maturidade para lidar com novas obrigações e manter um bom desempenho. Para muitos jovens, essa fase coincide com a primeira experiência de morar sozinho, trazendo responsabilidades domésticas e financeiras inéditas, além disso, a mudança do círculo social pode levar à solidão e ao isolamento. Para identificar os fatores que afetam a saúde mental dos estudantes dos cursos de Licenciatura em Física e Licenciatura em Matemática da Faculdade de Engenharia, da UNESP, câmpus de Ilha Solteira, foi aplicado um questionário por meio da plataforma Questionários do Google para estimar o nível de desgaste, e foi utilizada a escala DASS-21, que estima o nível de depressão, ansiedade e stress do participante. Como método para análise de dados foi utilizada a Análise de Conteúdo. Do total de alunos nos dois cursos, 22 participantes responderam ao questionário, sendo que 18,18% apresentaram nível de depressão acima do considerado normal; e fatores como condição financeira, mudança de cidade, novos contextos acadêmicos e sociais e a qualidade das interações sociais dentro e fora da universidade se mostraram fatores relacionados com o desempenho acadêmico e com o desgaste da saúde mental.

Palavras-chave: saúde mental; licenciatura; exatas; universitário, formação de professores.

Introdução

No geral os fatores que podem gerar um desgaste da saúde mental de uma pessoa estão ligados com questões relacionadas com a vida pessoal, profissional ou acadêmica, bem como podem ser vários fatores relacionados a mais de uma dessas áreas (Organização Pan-Americana De Saúde - OPAS, 2018).

Uma pessoa com a saúde mental afetada pode apresentar sintomas como a perda de produtividade, aumento na dificuldade de se concentrar, insônia, dores de cabeça frequentes e isolamento (Brasil, [s.d.]).

Quando um jovem termina do Ensino Médio e ingressa em um curso superior o nível de maturidade que se exige dele aumenta de forma súbita, sendo esperado que ele consiga lidar

com as mudanças e com as novas obrigações e, ainda, tenha um bom desempenho acadêmico (Panúncio-Pinto; Colares, 2015).

Além das questões relacionadas diretamente a universidade, não é incomum os jovens terem que mudar de sua cidade natal para realizar o curso, o que, para muitos, é a primeira experiência morando separados dos pais ou responsáveis. Questões tidas como rotineiras podem ser desafios para pessoas que não estão acostumadas a liderem como pagar as contas de água, luz e internet, fazer almoço diariamente, cuidar da limpeza da casa e da louça são exemplos de responsabilidades que podem ser consideradas como triviais na hora da euforia da decisão de ir morar sozinho (Andrade, 2010).

Outra questão que não pode ser menosprezada é a mudança do círculo social. Na busca de uma maior independência e de não ser mais obrigado a seguir os valores impostos no ambiente familiar, o jovem pode acabar se deparando com uma situação em que o estar sozinho se transforma no ser sozinho e a falta de contato com outras pessoas pode gerar um desgaste da saúde mental (Meira, 2016).

A carga horária que um estudante universitário tem que realizar também pode ser um fator que leva ao desgaste da saúde mental. Segundo Ribeiro, Silveira e Teixeira (2017) a junção da elevada carga horária dos cursos, a cobrança por realizar atividades extracurriculares, a constante angústia pela cobrança relacionada ao desempenho acadêmico e a falta de espaços de lazer nas universidades podem ser caracterizados como fatores que podem ser causadores de stress em universitários.

De acordo com Brandão *et al.* (2017), o universitário que está com a sua saúde mental afetada tem maior probabilidade de levar um tempo maior para concluir a graduação ou abandonar a universidade. Em ambos os casos há um prejuízo para a universidade e para o universitário. Nesse sentido, esse trabalho tem como questão de pesquisa investigar quais fatores influenciam na saúde mental dos alunos dos cursos de Licenciatura em Física e Matemática, da Universidade Estadual Paulista (UNESP), Faculdade de Engenharia, Ilha Solteira?

Objetivos

Visando responder à questão apresentada os objetivos são: identificar se o estado de saúde mental do universitário influencia no seu desempenho acadêmico; identificar os principais fatores que influenciam na saúde mental dos universitários dos cursos de Licenciatura em Física e Matemática, da UNESP, câmpus de Ilha Solteira.

Metodologia

Este trabalho tem uma abordagem qualiquantitativa, também chamada de pesquisa mista. Para Lüdke e André (2018), devido a sua complexidade e ao nível de emaranhamento das variáveis, são poucas as pesquisas em educação que podem ser realizadas utilizando somente metodologias quantitativas.

Creswell (2007) coloca que ao trabalhar com dados quantitativos e qualitativos o pesquisador pode atingir um nível maior de confiabilidade nos resultados, pois esse tipo de metodologia permite fazer uma espécie de “triangulação” dos dados, ou seja, os resultados quantitativos podem ser utilizados como argumentos para reforçar a interpretação e os resultados qualitativos.

Como instrumento de constituição de dados foi utilizado um formulário online na plataforma Formulários do Google pois, assim como afirma Pereira *et al.* (2020), um formulário online torna mais prático para os participantes responderem e a plataforma escolhida fornece suporte para grande parte dos leitores de tela utilizados por deficientes visuais.

As perguntas foram formuladas de acordo com os fatores colocados na literatura como os mais prováveis de causarem um desgaste mental nos universitários, e são eles: idade, sexo, condição econômica e de moradia, tempo dedicado a universidade, qualidade do sono, prática de atividades físicas, uso de substâncias psicoativas, tempo e desempenho no curso e relações interpessoais.

Para estimar a condição da saúde mental foi utilizada a Escala de Depressão, Stress e Ansiedade, mais conhecida por sua sigla em inglês, a DASS-21. A versão escolhida foi a reduzida e adaptada por Martins *et al.* (2019). Essa escala é constituída por 21 afirmações e o participante deve colocar o seu nível de concordância com cada uma delas em uma escala do tipo *Likert*, indo de “não se aplica” até “sempre se aplica”. Essa escala foi escolhida por ser de fácil aplicação, já que ela pode ser respondida diretamente pelo participante, sem o intermédio do pesquisador, e por ela já ter sido validada

Resultados

Dos 22 participantes, 18,18% apresentaram níveis de depressão, ansiedade ou estresse acima do normal, sendo esses casos mais comuns entre aqueles com instabilidade financeira e que tiveram que se mudar para estudar.

Em relação ao desempenho acadêmico, 54,54% dos estudantes estão atrasados no curso. Este grupo demonstrou hábitos de estudo menos estruturados, como estudar apenas perto das provas, e dedicava menos tempo semanal às atividades acadêmicas.

Observou-se também uma diferença nas relações interpessoais: metade dos estudantes com atraso no curso relatou problemas de interação com colegas e professores. Em contrapartida, os alunos em dia com a graduação destacaram-se por manter relações interpessoais positivas e participar de atividades extracurriculares. Sobre a relação entre saúde mental e desempenho acadêmico, os dados mostraram que os participantes com alterações psicológicas, especialmente nos casos mais graves, apresentaram maior probabilidade de estar no grupo com atraso no curso.

Conclusões

Com base nos resultados, conclui-se que há uma interconexão significativa entre a saúde mental, as condições socioeconômicas e o desempenho acadêmico dos estudantes avaliados. A prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse, associada a fatores como instabilidade financeira e dificuldades de adaptação, correlaciona-se diretamente com o atraso no progresso do curso. As dificuldades acadêmicas são agravadas por hábitos de estudo inconsistentes e relações interpessoais frágeis. Fica evidente que o bem-estar psicológico e o suporte social são pilares fundamentais para a trajetória acadêmica, e a ausência desses elementos cria um cenário adverso que pode comprometer o sucesso e a permanência estudantil.

Referências

- ANDRADE, T. **Os desafios de morar só**. [S. l.: s. n.], 2010. Disponível em: <https://correiodoestado.com.br/correio-b/os-desafios-de-morar-so/82347/>. Acesso em: 22 maio 2024.
- BRASIL. **Síndrome de Burnout**. [S. l.: s. n.], [s. d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20ou%20S%C3%ADndrome,demandam%20muita%20competitividade%20ou%20responsabilidade..> Acesso em: 9 nov. 2023.
- CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa métodos qualitativo, quantitativo e misto**. Tradução: Luciana de Oliveira da Rocha. 2. ed. Porto Alegre/ RS: Artmed, 2007.
- LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em educação: Abordagens qualitativas**. 2. ed. Rio de Janeiro: E.P.U., 2018.
- MARTINS, B. G.; SILVA, W. R. da; MAROCO, J.; CAMPOS, J. A. D. B. Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [s. l.], v. 68, n. 1, p. 32–41, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/SZ4xmWDdkxwzPbSYJfdyV5c/#>. Acesso em: 8 jun. 2024.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE - OPAS. **Transtornos mentais**. [S. l.: s. n.], 2018. Disponível em: <https://encurtador.com.br/pbZgX..> Acesso em: 10 nov. 2023.
- PANÚNCIO-PINTO, M. P.; COLARES, M. de F. A. O estudante universitário: os desafios de uma educação integral. **Medicina (Ribeirão Preto)**, [s. l.], v. 48, n. 3, p. 273–281, 2015. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/104320/102968>. Acesso em: 21 maio 2024.
- PEREIRA, W.; MÓL, G. de S.; SANTANA, R. de O. O uso da ferramenta formulários do google para pesquisas com pessoas com deficiência visual. **Revista Pesquisa Qualitativa**, [s. l.], v. 8, n. 17, p. 221–235, 2020. Disponível em: <https://editora.sepq.org.br/rpq/article/view/250>. Acesso em: 11 jun. 2024.
- RIBEIRO, I.; SILVEIRA, R.; TEIXEIRA, G. Estilo de vida e bem-estar de estudantes da área da saúde. **Enfermería Actual de Costa Rica**, [s. l.], v. 34, n. 34, p. 67–81, 2017. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/448/44854610006/html/#B4>. Acesso em: 8 maio 2024.