

RESUMO EXPANDIDO - TEMAS LIVRES: A SUBMISSÃO DE TEMAS LIVRES ABRANGE UMA AMPLA DIVERSIDADE DE ABORDAGENS, INCLUINDO ESTUDOS CLÍNICOS, RELATOS DE EXPERIÊNCIA, REVISÕES DE LITERATURA E PESQUISAS EXPERIMENTAIS, CONTEMPLANDO DIFERENTES ÁREAS DA ENFERMAGEM, COMO ATENÇÃO BÁSICA, URGÊNCIA E EMERGÊNCIA, SAÚDE COLETIVA, GESTÃO EM SAÚDE, ENFERMAGEM HOSPITALAR, SAÚDE MENTAL, ENTRE OUTRAS. ALÉM DE ESTUDOS ENVOLVENDO RELATÓRIOS TÉCNICOS, CULTURAIS E DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA.

**PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

Shaianny Pinto De Sousa (kauanebarroso@icloud.com)

Israel Coutinho Sampaio Lima (israel.lima@uninta.edu.br)

INTRODUÇÃO

A entrada no ensino superior é um período de importantes mudanças pessoais para os estudantes universitários, permeando por uma série de desafios singulares como morar longe da família e amigos o aumento de atribuições e responsabilidades, a necessidade do desenvolvimento de postura proativa e autônoma a construção de novas relações sócias (Dias, et al., 2019).

Nesta fase da vida, na qual o contexto do desenvolvimento profissional é vivenciado pode ser ambíguo, por ser construtivos e/ou adoecedor, neste último caso, com potencial para comprometer as esferas educativa, social e psicoemocional na vivência universitária (Paiva, 2026).

Logo, a vida na universidade é um período de grandes mudanças, envolvendo novas responsabilidades, adaptação social e aumento das exigências acadêmicas. Essas mudanças podem gerar estresse, ansiedade e até depressão (Marinho, Guazina, Zappe, 2023). Além disso, fatores como sobrecarga de atividades, falta de apoio e pressão dos estudos especialmente em cursos da área da saúde como por exemplo na Fisioterapia contribuem para o possível desenvolvimento do sofrimento mental dos alunos (Magalhães, Fontenele e Barbosa, 2023).

Nesse sentido, o presente estudo tem como questão norteadora: quais são os fatores que podem afetar à saúde mental de estudantes do curso de Fisioterapia em seu processo de formação profissional durante a graduação e quais estratégias podem ser utilizadas para promoção da saúde mental destes?

OBJETIVO

Apresentar os elementos que podem afetar à saúde mental de graduandos do curso de Fisioterapia e as estratégias de promoção do processo de sofrimento ou adoecimento mental destes.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa, a qual permite flexibilidade literária para interpretar e descrever o fenômeno estudado. Essa modalidade permite uma visão mais teórica, focada na qualidade e na conexão entre os conceitos, em vez de focar apenas em critérios estatísticos de busca. Desta forma, a exploração de artigos já publicados sobre o tema, permitiu proporcionar maior familiaridade com o problema tornando-o mais explícito, favorecendo a descrição das características do problema.

Os estudos selecionados para compor os resultados e discussão, foram coletados nos bancos online: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google

Acadêmico 2023 a 2026. Por se tratar de pesquisa bibliográfica, o parecer ético legal não se faz necessário.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Sobre o processo de formação universitário em Fisioterapia, o processo de ensino-aprendizagem diante da relação entre conteúdos estudados em sala de aula, práticas de ensino em laboratórios e estágios curriculares, mostram que tendem a aumentar os níveis de ansiedade e estresse, por conta da necessidade de manter um alto desempenho intelectual pela junção das condições físicas, cognitivas, emocionais e sociais. Os estudos de Paiva (2026) demonstram que essa carga de trabalho, tende a causar bloqueio intelectual nos estudantes, resultando na redução da capacidade de memorização e assimilação de conteúdos teóricos e práticos. Como consequência o rendimento acadêmico cai, a ansiedade é manifestada pelo medo de reprovar e da insatisfação devido a frustração diante das dificuldades em acompanhar as rotinas já estabelecidas pela universidade. Levando os estudantes a desistir do curso, pelo processo de desmotivação diante das condições da rotina acadêmica.

No que toca às causas, Marinho, Guazina, Zappe (2023) mostram que o curso de Fisioterapia apresenta um dado peso diante do contato com a rotina de estágios em hospitais e clínicas, logo nos primeiros semestres. Os autores explicam que lidar com a dor dos pacientes e dos familiares gera um cansaço emocional que vai muito além do físico. A cobrança pela produtividade, diante da alta demanda de pacientes que necessitam de atendimento, são os principais gatilhos para aumentar os níveis de estresse.

Para tentar resolver isso, Lomba e Pan (2022) defendem que as instituições de ensino superior precisam abraçar mais os alunos e criar redes de apoio psicopedagógicos. As instituições poderiam oferecer desde ajuda psicológica até oficinas pedagógicas sobre organização dos estudos e gestão do tempo, técnicas de relaxamento que caibam no dia a dia do estágio. Além disso, formar professores e preceptores os quais possam exercer o papel de mentores ajudaria a humanizar o percurso de ensino-aprendizagem tanto em sala de

aula, quanto no campo de estágios, fazendo com que a universidade seja espaço de desenvolvimento humano, para além da formação profissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo sugere que a saúde mental dos graduandos de Fisioterapia é afetada pela carga horária do processo formativo, em sua relação entre ensino em sala de aula, práticas em laboratórios e campos de estágios. Sendo, o encontro dos acadêmicos nos semestres iniciais com as diversas realidades dos serviços públicos de saúde, tende a gerar processo ansiosos e estressores, diante do desgaste emocional de ter que lidar com a sobrecarga de atendimentos, situações de vulnerabilidade de pacientes e familiares.

Ficou claro que esses problemas não afetam apenas o bem-estar pessoal, mas também o desempenho acadêmico, gerando dificuldades de aprendizado. A pesquisa sinaliza que sem o suporte adequado, o estudante entra em um ciclo de desmotivação que pode comprometer a formação profissional e até mesmo a conclusão do curso. É importante haver propostas que envolvam o acolhimento psicológico e práticas pedagógicas estratégicas pelas Instituições de Ensino Superior, as quais produzam saúde mental entre os graduandos diante dos desafios da vida universitária.

REFERÊNCIAS

Dias, Ana Cristina Garcia et al. Dificuldades percebidas na transição para a universidade. *Dificuldades na transição para a universidade. Rev. bras. orientac. prof., Florianópolis* , v. 20, n. 1, p. 19-30, jun. 2019. <https://doi.org/10.26707/1984-7270/2019v20n1p19>.

Paiva, Pâmela Campêlo, et al. Adoecimento psíquico em estudantes universitários: uma revisão integrativa dos determinantes, impactos e

estratégias de enfrentamento. Veredas do Direito, [S. l.], v. 23, n. 5, p. e235571, 2026. DOI: 10.18623/rvd.v23.5571.

Marinho, J. da R.; Guazina, F. M. N.; Zappe, J. G.. Experiências de ser estudante universitário em tempos de pandemia: mudanças, adaptações e perspectivas compartilhadas . Educação e Pesquisa, v. 49, p. e267797, 2023.

Magalhães, J. I.; Fontenele, L. M. De M. C.; Barbosa, L. D. De C. E S. Desafios emocionais na graduação em fisioterapia: impactos no desempenho acadêmico e na saúde mental. REVISTA DELOS, [S. l.], v. 18, n. 74, p. e7609, 2025. DOI: 10.55905/rdelosv18.n74-149.

Lomba, Jonas Cardoso; Pan, Miriam Aparecida Graciano de Souza. Apoio psicológico ao universitário: a expressão do sofrimento em oficinas virtuais. Psicologia da Educação, [S. l.], n. 53, p. 76–85, 2022. DOI: 10.23925/2175-3520.2021i53p76-85.

Palavras-chave: saúde mental; fisioterapia; promoção à saúde.