

PERCEPÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO EDUCACIONAL*PERCEPTION OF MENTAL HEALTH IN THE EDUCATIONAL CONTEXT*

Ana Caroline Lopes BATISTA¹
Leticia Rocha BERNARDINO¹
Janete Maria da Silva BATISTA²
Silvia Jaqueline Pereira de SOUZA³

RESUMO

Introdução: As doenças não transmissíveis (DCNTs) representam um desafio para a saúde pública no Brasil e no mundo, trazendo gastos excessivo para os cofres públicos pois se tratam de doenças crônicas como: transtornos mentais, diabetes, hipertensão, câncer, acidentes de trânsito, dentre outras. **Objetivo:** Compreender a saúde mental no contexto educacional. **Metodologia:** A coleta dos dados ocorreu entre os meses de agosto e setembro de 2023, por meio de questionário estruturado de 12 perguntas aplicado à comunidade acadêmica de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de Curitiba. **Resultados:** Participaram da pesquisa 22 participantes na faixa etária de 19 a 26 anos, com predomínio do sexo feminino, de cor branca, com ensino superior incompleto e solteiro. A maioria dos participantes relataram não ter diagnóstico de psicopatologia. Dentre os que relataram diagnóstico, a ansiedade com sintomas físicos foi predominante, sendo, inclusive, uma condição que prejudica o seu desempenho no estudo e no trabalho. Sono e lazer entre os participantes da pesquisa apresentaram a mesma proporção. **Considerações Finais:** O presente estudo foi importante para ter uma noção de realidade sobre a saúde mental da comunidade acadêmica de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de Curitiba, de maneira a orientar ações preventivas.

PALAVRAS-CHAVE: Doença Crônica; Transtorno Mental; Estudante; Professor.

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) represent a challenge for public health in Brazil and around the world, bringing excessive expenses to public coffers as they are chronic diseases such as: mental disorders, diabetes, hypertension, cancer, traffic accidents, among others. **Objective:** Understand mental health in the educational context. **Methodology:** Data collection took place between the months of August and September 2023, using a structured questionnaire of 12 questions applied to the academic community of a Higher Education Institution (HEI) in Curitiba. **Results:** 22 participants aged 19 to 26 participated in the research, predominantly female, white, with incomplete higher education and single. The majority of participants reported not having a diagnosis of psychopathology. Among those who reported a diagnosis, anxiety with physical symptoms was predominant, and is even a condition that affects their performance at study and work. Sleep and leisure among research participants showed the same proportion. **Final Considerations:** The present study was important to gain a sense of reality about the mental health of the academic community of a Higher Education Institution (HEI) in Curitiba, in order to guide preventive actions.

KEYWORDS: Chronic disease; Mental disorder; Student; Teacher.

1. INTRODUÇÃO

¹ Acadêmicas do Curso de Bacharel em Enfermagem Faculdade Herrero, Curitiba/PR.

² Enfermeira. Socióloga. Mestre em Enfermagem pela UFPR. Docente do Curso Bacharelado em Enfermagem na Faculdade Herrero, Curitiba/PR.

³ Enfermeira. Doutora pela UFPR. Docente no Curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade Herrero, Curitiba/PR.

*E-mail correspondência: ana-lobesbatista@hotmail.com / l.bernardino@outlook.com

A saúde e a doença fazem parte de num processo dinâmico, interdependente que, em desequilíbrio, induz o indivíduo a um estado de insatisfação orgânica, conhecido por doença, este processo é multicausal, ou seja, possui inúmeros fatores envolvidos¹.

Acolhendo esta percepção, as políticas públicas para a saúde instituídas após a Constituição brasileira de 1988, definem a saúde como resultante de fatores determinantes e condicionantes, entre outros, a alimentação, a moradia, o saneamento básico, o meio ambiente, o trabalho, a renda, a educação, o transporte, o lazer e o acesso aos bens e serviços essenciais²

Tomando por base evidências, forma implementadas políticas públicas, que se comprometem com o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), enfermidades que possuem desenvolvimento lento, entretanto de rápida expansão, com possível reversão do impacto na população com a detecção precoce, redução dos fatores de risco e políticas de promoção a saúde. Essas políticas estão fundamentadas nos índices de que cerca de 41 milhões de pessoas morrem a cada ano, isto é, 71% das mortes no mundo³. Em 2019, mais de 730 mil óbitos registrados no Brasil foram causados por DCNT, isto equivale a 54,7%, ou seja mais da metade dos óbitos⁴.

De acordo com a Organização Pan Americana de Saúde (OPAS)⁵, dentre as DCNTs, a depressão e a ansiedade tiveram um aumento de 25% nos casos, no período pandêmico, uma vez que a população mundial não estava preparada para enfrentar este panorama e as suas consequências. Dos agravos de transtorno mental, o suicídio respondeu 58% das mortes antes dos 50 anos, ou seja, uma em cada 100 pessoas foram acometidas. No Brasil, 86% da população possui algum tipo de problema mental, como depressão e ansiedade, sendo apontado pela OMS como o país com mais pessoas com transtorno de ansiedade no mundo⁶.

Segundo OMS as situações que geram competitividade geram algum transtorno psicológico devido ao estresse, assim diminuindo a sua concentração e produtividade a exemplo a cobrança excessiva no trabalho, exclusão ou assédio moral pode criar algum ocasionar depressão, ansiedade, pânico e entre outros⁷.

Outro ambiente que pode trazer problemas psicológico é o educacional, onde o aluno pode se sentir oprimido e excluídos e muitas das vezes não sendo visto pelos educadores. Muitos problemas gerados nas escolas ocorre falta de conhecimento dos professores e funcionários, que não estão aptos ou não conseguem lidar com a dificuldade apresentada. Pois o âmbito escolar passou de ser só educacional mais sim a ser de estimulação longitudinal de grande aspecto de vida⁸.

Diante do exposto emergiu a questão norteadora que incitou a pesquisa: Qual a percepção da comunidade acadêmica acerca da sua saúde mental? Assim, o estudo teve como objetivo compreender a saúde mental no contexto educacional.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa quantitativa de natureza descritiva e exploratória. Este desenho de pesquisa permite o conhecimento direto das características de determinadas populações ou fenômenos. Propiciando a mescla de variáveis, resultando numa análise mais aprofundada sobre o objeto de estudo^{9,10}. O objetivo exploratório permite a aproximação e conhecimento do objeto de estudo.

A pesquisa foi realizada no interior de uma Instituição de Ensino Superior, situada no Bairro Portão, no município de Curitiba-Paraná, entre os meses de agosto e setembro 2023, com a comunidade acadêmica - com acadêmicos dos cursos da graduação de Enfermagem, Psicologia, Odontologia e Biomedicina. Considerou ainda para a amostra, professores que trabalham na instituição de ensino, seguindo os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, quais foram: Todos os membros da comunidade acadêmica maiores de idade e que aceitaram participar da pesquisa mediante a assinatura do TCLE. Foram excluídas da pesquisa, os membros da comunidade acadêmica, que não aceitaram participar da pesquisa e ou que se encontravam ausente da instituição de ensino, no momento da coleta dos dados.

O contato com os participantes da pesquisa ocorreu mediante convite em salas de aulas, e por cartazes dispostos nos ambientes da Instituição de ensino, mediante ao fornecimento de *QR code* para acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e ao questionário a ser respondido na plataforma *Google forms*[®]. De forma que a amostragem da pesquisa foi por conveniência, dado o período da pesquisa.

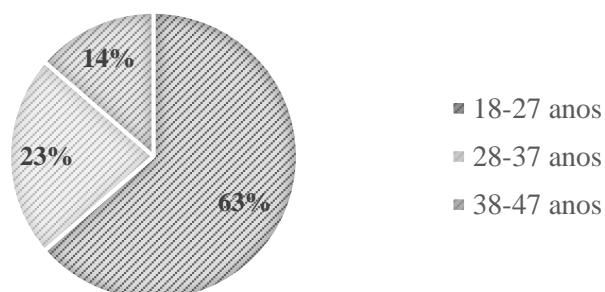
Considerou-se, neste estudo, as seguintes variáveis: idade, sexo, estado civil, raça, escolaridade, profissão, religião, bem como as questões pertinentes à proposta do estudo e que constituiu o questionário estruturado composto de 12 questões fechadas. Os dados coletados foram organizados no programa Excel[®], uma vez que ele permite a tabulação em linhas e colunas, bem como apresentação na forma de tabelas e gráficos.

O desenvolvimento da pesquisa esteve condicionado aos aspectos éticos, alinhado ao que preconiza a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), assim o projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade Herrero, sob nº 6.248.599.

3. RESULTADOS

O estudo obteve amostra de $n=22$ participantes, entre as faixas etárias dezoito e quarenta e seis anos, sendo a maior concentração entre as faixas etárias de dezoito e vinte sete anos 63% ($n=14$), conforme figura 1.

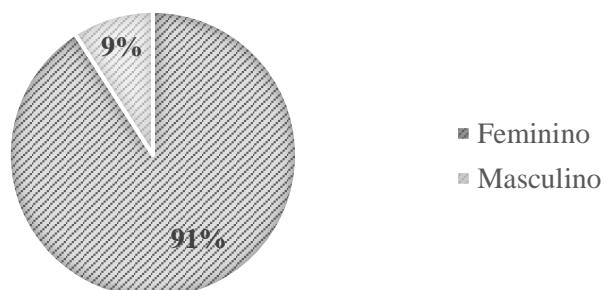
Figura 1. Faixa etária dos participantes da pesquisa, Curitiba, Paraná, 2023.



Fonte: As autoras, 2023

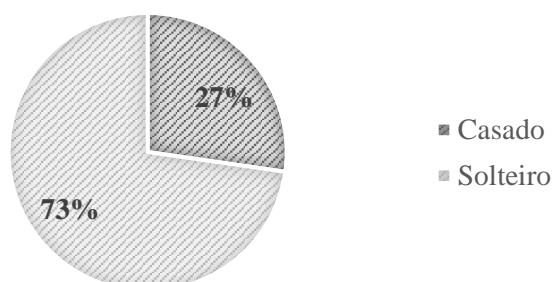
Na amostra obtida houve predomínio do sexo feminino 91% ($n=20$). O questionamento referente ao estado civil, resultou em 72,7% ($n=16$) solteiros e 27,3% ($n=6$) pessoas casadas. Conforme as figuras 2 e 3 respectivamente.

Figura 2. Sexo dos participantes da pesquisa. Curitiba, Paraná, 2023.



Fonte: As autoras, 2023.

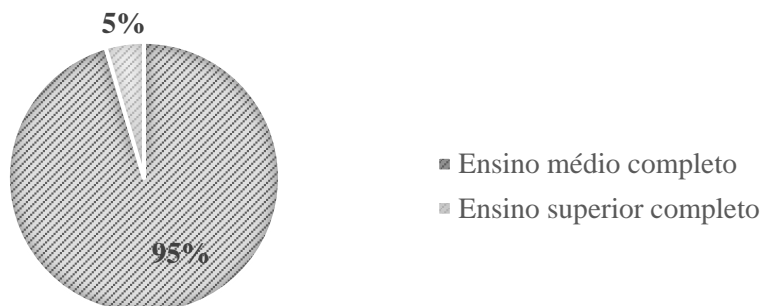
Figura 3. Estado civil dos participantes da pesquisa. Curitiba, Paraná, 2023.



Fonte: As autoras, 2023.

Quando abordado o assunto escolaridade, 95% (n=21) relataram que possuem ensino médio completo. E 5 % (n=1) apontou ensino superior completo.

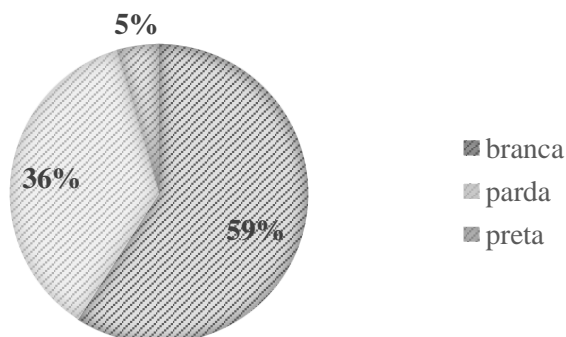
Figura 4. Escolaridade dos participantes da pesquisa. Curitiba, Paraná, 2023



Fonte: As autoras, 2023.

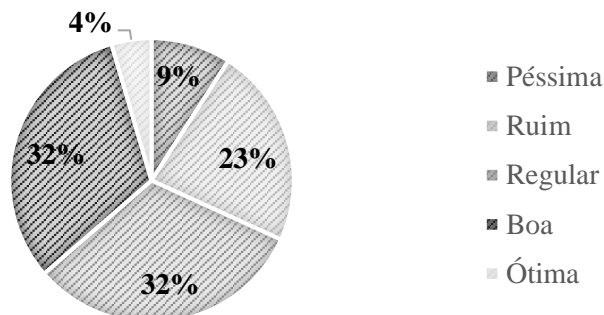
Dos participantes da pesquisa 59% (n= 13) se declaram da raça branca e 36% (n=8) parda, já os pretos declarados foram 5% (n=1) conforme apresentado na figura 5.

Figura 5. Participantes da pesquisa por raça e cor. Curitiba, 2023.



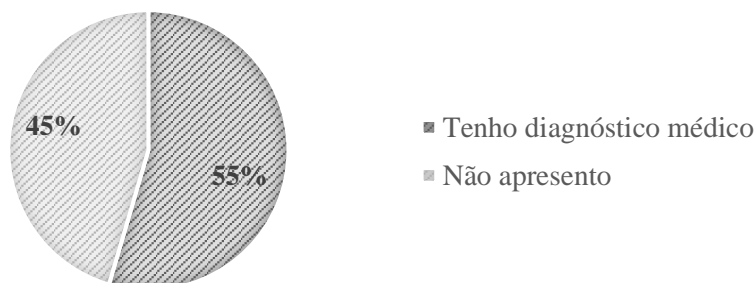
Fonte: As autoras, 2023.

Quanto questionado aos participante como julgavam o estado da sua saúde mental no momento, houve uma heterogeneidade de respostas e sentimentos, a maioria considerou sua saúde mental boa 32% (n=7) e ou regular 32%(n=7), entretanto teve uma parcela que julgou a saúde mental como péssima e/ou ruim 32% (n=8), somente uma pessoa considerou sua saúde mental ótima (figura 6).

Figura 6. Situação da saúde mental participantes IES, Curitiba, Paraná, 2023.

Fonte: As autoras 2023.

Contraditoriamente ao resultado anterior, quando questionados os participantes se tinham diagnóstico médico de alguma Doença Crônica não transmissível, ligada a saúde mental, foi observado que 55% (n=12) dos participantes da pesquisa relataram possuir diagnóstico médico de algum transtorno mental, destacando entre eles depressão, ansiedade ou bipolaridade, enquanto que apenas 45% (n=10) dos participantes declararam não ter diagnóstico médico DCNT ligada a saúde mental (figura 7).

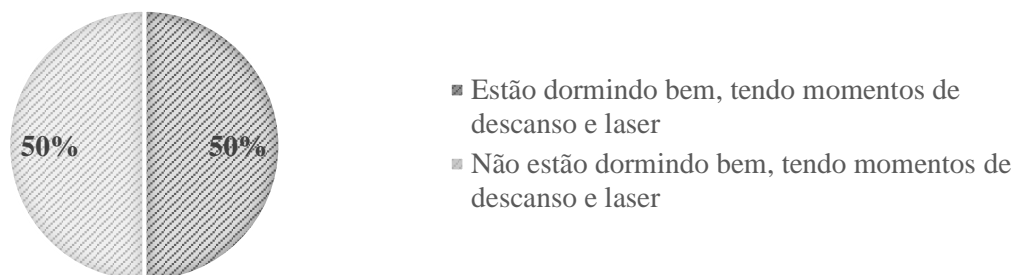
Figura 7. Diagnóstico médico dos participantes da pesquisa, Curitiba, Paraná, 2023.

Fontes: As autoras, 2023.

A maioria dos participantes 77,3% (n=17) afirmaram que acham que seu estado de saúde mental tem atrapalhado seu desempenho no trabalho, nos estudos e/ou tem impactado negativamente suas relações.

Foi questionado aos participantes deste estudo se eles tem conseguido dormir bem, conseguem descansar e se reservam momentos para o lazer, 50% (n=11) relataram que estão conseguindo dormir e ou ter momentos de lazer, e 50% (n=11) não tem conseguido realizar esses momentos (figura 8).

Figura 8. Sono e lazer dos participantes da pesquisa, Curitiba, Paraná, 2023.



Fonte: Autoras, 2023.

4. DISCUSSÃO

São milhares de pessoas no mundo que sofrem em silêncio devido a uma condição distúrbio da saúde mental, isto ocorre porque a grande parte das sociedades e dos sistemas sociais de saúde negligenciam o apoio e cuidados com a saúde mental destas pessoas⁶.

Em 2019 a OMS e a OPAS, mostram que cerca de um bilhão de pessoas apresentavam algum transtorno mental, entre eles depressão, ansiedade, psicose relacionadas a abuso sexual infantil ou abuso por intimidava. Com esses dados, é possível analisar que o índice do número de suicídios vem aumentando, com uma estimativa de 1 morte por suicídio a cada 100 mortes que ocorreram antes dos 50 anos de idade, sendo então um porcentual de 58% de pessoas com essa faixa etária, pessoas que se encontram com a saúde mental grave morrem entre 10 e 20 anos antes da população sem transtornos mentais^{5,6}.

A amostra de participante deste estudo foi maioria de mulheres, embora mundo tanto mulheres como homens possam sofrer de alguma condição de saúde mental⁶. No caso da mulheres a dupla ou tripla jornada de trabalho ocasiona sobrecarga física e mental, uma vez que as mulheres exercem os papéis clássicos de gênero abrigados pela sociedade, como trabalhos domésticos, cuidado das criança e idoso após um dia de tralhado remunerado¹¹, ou seja, suas atividades cotidianas incorporam as responsabilidades nos âmbitos profissional, doméstico e familiar.

E devido ao contexto atual do mercado, para que possam atuar profissionalmente, muitas dessas mulheres ainda procuram o ingresso no ensino superior. A prevalência de transtornos de saúde mental entre estudantes e profissionais aumentou significativamente nos últimos anos e o ambiente educacional desempenha um papel crucial na formação da saúde mental dos acadêmicos e funcionários que frequentam tal meio. A percepção da saúde mental dentro do ambiente educacional é vital, uma vez que esse contexto é determinante para o adoecimento mental, sendo assim, deve orientar a pessoa a procurar ajuda, apoio e tratamento¹².

A falta de conscientização e apoio para transtornos mentais no ambiente educacional pode ter graves consequências para o bem-estar dos alunos. Portanto, é imperativo aumentar a conscientização, fornecer serviços de suporte e alocar recursos para a saúde mental no ambiente educacional para prevenir e reduzir transtornos mentais entre os alunos¹³⁻¹⁴.

Os participantes do estudo auto inferem um juízo de valor sobre o próprio estado mental, mas não procuraram um profissional para definir e tratar, caso seja necessário. Entretanto esta mesma percepção relata que sua saúde mental interfere negativamente no seu desempenho no trabalho, nos estudos ou em suas relações.

Penha, Oliveira e Mendes¹⁵, apontam que as habilidades sociais podem gerar sentimentos positivos e/ou negativos, e isto pode estar ligado a forma como estes estudantes reagem ao estabelecerem comunicações e receberem ou emitirem críticas, pois consideram que a incidência de distúrbios psicossomáticos podem estar combinada a problemas de manejo e elaboração de conflitos internos emocionais, resultantes de estresse e tensão psíquica.

Os participantes do estudo relataram diagnósticos de ansiedade ou depressão, transtornos mentais estes, que são comuns e frequentemente ocorrem associados, agravando a qualidade de vida das pessoas afetadas⁵. A depressão causa tristeza profunda, falta de interesse e sentimentos negativos, enquanto a ansiedade se manifesta como preocupação excessiva e medo intenso. São processos de saúde doença que exigem tratamentos prolongados, e têm a medicação e a psicoterapia a primeira recomendação¹⁶.

A presença de um transtorno pode ser um fator de risco para o desenvolvimento do outro. Fatores genéticos e ambientais como sexo feminino, estado civil solteiro ou divorciado, renda baixa, relações pessoais e trabalho mostrou sendo fatores que podem ser associados para transtorno mental e encadear como depressão, ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivos, pois esses fatores encadeiam estresse deixando a pessoa vulnerável, importante no desenvolvimento dessas condições, e a empatia e apoio são essenciais para ajudar as pessoas a viverem de maneira mais plena e feliz^{17,18}.

Um dos fatores de risco para as DANTs, que podemos citar também, é a privação do sono, segundo Associação Brasileira do sono¹⁹, o sono pode desencadear depressão, insônia e entre outras doenças como obesidade e hipertensão. O sono passa por dois processos para que ele seja eficaz o ciclo circadiano que é considerado nosso relógio interno e o outro controle homeostático é ele que irá promover o sono na base na quantidade de horas que passamos acordados.

A saúde mental é considerada boa quando o indivíduo consegue desenvolver suas habilidades pessoais, responder aos desafios da vida, podemos considerar que a saúde mental tem como características biopsicossociais o que quer relatar que a saúde física, social, ambiental e econômico pode sim influenciar na saúde o indivíduo²⁰.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do objetivo proposto, os resultados do estudo mostram que os participantes da pesquisa se encontravam na faixa etária de 19 a 26 anos, com predomínio do sexo feminino, de cor branca, com ensino superior incompleto e solteiro. A maioria dos participantes relataram não ter diagnóstico de psicopatologia. Contudo, dentre aqueles que relataram, a ansiedade com sintomas físicos teve mais predomínio, sendo, inclusive, uma condição que prejudica o seu desempenho no estudo e no trabalho. Sono e lazer entre os participantes da pesquisa apresentaram a mesma proporção.

Entendemos que o ambiente da universidade provoca elevadas expectativas, o que pode tornar este público, vulnerável emocionalmente, apontado para a necessidade de ampliar a discussão em torno da saúde mental da comunidade acadêmica bem como desenvolver programas de prevenção e intervenção. Este estudo foi importante para ter uma noção de realidade sobre a saúde mental da comunidade acadêmica de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de Curitiba, de maneira a orientar ações a serem realizadas.

REFERÊNCIAS

1. Lima PC, Silva AB, Traldi MC. Determinantes do processo saúde-doença: identificação e registro na consulta de enfermagem. *Intellectus*. 4(5):1-14, 2008.
2. Brasil. Constituição da República Federativa do Brasil: texto constitucional promulgado em 5 de outubro de 1988, compilado até a Emenda Constitucional no110/2021. Brasília: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2021.
3. Ministério da Saúde (BR). Saúde Mental [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. [acesso 01 set. 2023]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. *Vigitel Brasil 2020: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2020*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
5. Organização Pan Americana de Saúde (OPAS). Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo. Mar, 2022. [acesso 01 jul. 2023]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>.
6. World Health Organization (WHO). *World mental health report – Transforming mental health for all*. [Internet]. Geneva: WHO; 2022. [acesso 01 jul. 2023]. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>.
7. Brasil. Ministério da Saúde. Biblioteca virtual. Saúde mental no trabalho. [Internet]. Brasília; 2017. [acesso 01 jul. 2023]. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/>

8. Garcia JM. Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber. *Psico-USF*,2016;21(2):423–5.
9. Gil AC. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6ª edição. São Paulo: Atlas, 2008.
10. Tobar F, Yalour MR. Como fazer teses em saúde pública: conselhos e ideias para formular projetos e redigir teses e informes de pesquisa. 1ª edição. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2004, p. 176
11. Como a dupla jornada de trabalho afeta a saúde mental da mulher? [Internet]. PUCPR digital. 2024. [acesso 17 jun. 2024]. Disponível em: <https://posdigital.pucpr.br/blog/dupla-jornada-de-trabalho#>.
12. Kondirolli F, Sunder N. Mental health effects of education. *Health Econ.* 2022 Oct;31 Suppl 2(Suppl 2):22-39.
13. Padovani RC, Neufeld CB, Maltoni J, Barbosa LNF, Souza WF, Cavalcanti HAF et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Rev. Bras. Ter. Cogn.* 2014;10(1):2-10.
14. Nogueira MJC. Saúde mental em estudantes do ensino superior: Fatores protetores e fatores de vulnerabilidade. Universidade de Lisboa; 2017.
15. Penha JRL, Oliveira CC, Mendes AV. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. *Jour. Health NPEPS.* 2020 jan-jun; 5(1):369-395.
16. Canale A., Furlan MMDP. Depressão. *Arquivos do Mudi.* 2013;11(1):23-31.
17. D'ávila LI, Rocha FC, Rios BRM, Pereira SGS, Piris AP. Processo patológico do transtorno de ansiedade segundo a literatura digital disponível em português – revisão integrativa. *Rev. Psicol. Saúde.* 2020;12(.2):155-168.
18. Morais GM, Silva AF, Dalla Costa BCA, Tebaldi C, Nascimento MTS, Souza JCRP. A influência de fatores ambientais e genéticos na manifestação do transtorno dissociativo. *Arq Med Hosp Fac Cienc Med Santa Casa São Paulo.*2022; 67:e007.
19. Lopes L. Cadê o sono? In: O que tira o sono dos brasileiros? [Internet]. Associação Brasileira do Sono. 29ª edição. 2022. [acesso 01 jul. 2023]. Disponível em: https://absono.com.br/wp-content/uploads/2022/06/revista_sono_ed29_online.pdf.
20. World Health Organization (WHO). Mental health: Strengthening our response[Internet]. Geneva: WHO; 2018. [acesso 08 jun. 2023]. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwvb-zBhCmARIsAAfUI2t5edOgdUKM8DV5K0hqPzyh8uMLLTvAaP5ooCNgB8oc_9GCvVQujQUaAqGuEALw_wcB