









A saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos: uma revisão de literatura em teses e dissertações

Mental health and psychic suffering of graduate students: a literature review in theses and dissertations

La salud mental y el sufrimiento psíquico de estudiantes de posgrado: una revisión de literatura en tesis y disertaciones

Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz¹  ; Solange Franci Raimundo Yaegashi²  ; Fabiane Freire França³  ; Simone de Souza⁴  ; Aline Arruda Rodrigues da Fonseca⁵  ; Liliam Keidinez Bachete da Conceição Rabassi⁶ 

RESUMO

A presente pesquisa teve por objetivo analisar o estado do conhecimento sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico em pós-graduandos, orientando-se a partir de teses e dissertações produzidas no Brasil, entre os anos de 2005 e 2021. Concernente ao procedimento metodológico, trata-se de uma pesquisa de cunho bibliográfico do tipo revisão de literatura, na qual se realizou um levantamento sistemático na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e no Catálogo de Teses e Dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), a respeito da saúde mental e do sofrimento psíquico em discentes de pós-graduação. Foram encontrados, inicialmente, 34 estudos. Aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 09 trabalhos, sendo 07 dissertações e 02 teses, para compor o corpus de análise. Os resultados revelaram que, em todos os estudos revisados, o sofrimento psíquico se faz presente entre os pós-graduandos, que apresentam, em sua maioria, sintomas e queixas, como a ansiedade e o estresse, além de pensamentos de morte. Ademais, compreende-se que é substancial que novas pesquisas e estudos aproximem a temática da saúde mental aos programas de pós-graduação e seus discentes, tendo em vista a escassa literatura sobre o tema.

Palavras-chave: Revisão de literatura; Saúde mental; Sofrimento psíquico; Pós-graduandos.

ABSTRACT

The present research aimed to analyze the state of knowledge about mental health and psychic suffering in postgraduate students, based on theses and dissertations produced in Brazil between 2005 and 2021.

¹ Mestranda em Educação pela Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá/PR - Brasil. E-mail: manuglatz@hotmail.com

² Doutora em Educação e Docente do Departamento de Teoria e Prática da Educação, do Programa de Pós-Graduação em Educação e do Mestrado Profissional em Educação Inclusiva da Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá/PR - Brasil. E-mail: solangefry@gmail.com

³ Doutora em Educação e Docente do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá (UEM) e do Programa de Mestrado Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento da Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR), Maringá/PR - Brasil. E-mail: prof.fabianefreire@gmail.com

⁴ Doutora em Educação para a Ciência e a Matemática e Docente do Departamento de Teoria e Prática da Educação, área de Didática e Metodologia do Ensino (UEM), Maringá/PR - Brasil. E-mail: ssouza2@uem.br

⁵ Doutora em Psicologia Social e Docente do Centro Universitário UNIESP, João Pessoa/PB -Brasil. E-mail: alineufpb@hotmail.com

⁶ Doutoranda em Educação pela Universidade Estadual de Maringá (UEM). Docente Faculdade de Jandaia do Sul (FAFIJAN), Jandaia do Sul/PR - Brasil. E-mail: liliamrabassi@gmail.com

Concerning the methodological procedure, this is a bibliographic research of the literature review type, in which a systematic survey was carried out in the Brazilian Digital Library of Theses and Dissertations (BDTD) and in the Catalog of Dissertations and Theses of the Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel (CAPES), about mental health and psychic suffering in graduate students. Initially, 34 studies were found. After applying the inclusion and exclusion criteria, 09 works were selected, 07 being dissertations and 02 theses, to compose the corpus of analysis. The results revealed that, in all the studies reviewed, psychic suffering is present among postgraduate students, who mostly present symptoms and complaints, such as anxiety and stress, in addition to thoughts of death. Furthermore, it is understood that it is substantial for new research and studies to bring the subject of mental health closer to graduate programs and their students, given the scarce literature on the subject.

Keywords: Literature review; Mental health; Psychic suffering; Graduate students.

RESUMEN

La presente investigación tuvo por objetivo analizar el conocimiento sobre la salud mental y el sufrimiento psicológico en estudiantes de posgrado, la cual se orientó a partir de tesis y disertaciones producidas en Brasil entre los años 2005 y 2021. De acuerdo con el procedimiento metodológico, se trata de una investigación de carácter bibliográfico del tipo revisión bibliográfica, en la cual se realizó una búsqueda sistemática en la Biblioteca Digital Brasileira de tesis y Disertaciones (BDTD) y en el Catálogo de Tesis de Disertaciones da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nivel Superior (CAPES) respecto a la salud mental y el sufrimiento psicológico en discentes de posgrado. Se encontró inicialmente 34 estudios. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión se seleccionó 09 trabajos, son estas 07 disertaciones y 02 tesis que componen el corpus de los análisis presentes. Los resultados revelaron que, en todos los estudios revisados, el sufrimiento psíquico se hace presente entre los estudiantes de posgrado, que presentan, en su mayoría, síntomas y quejas, como ansiedad y el estrese, además de pensamientos de muerte. Además de eso, se comprende que sea substancial que nuevas investigaciones y estudios se acerquen de la temática de la salud mental a los programas de posgrado y sus discentes, teniendo en mira la escasa literatura sobre el tema.

Palabras clave: de literatura; Salud mental; Sufrimiento psíquico; Posgraduados.

1. INTRODUÇÃO

A temática da saúde mental na contemporaneidade ainda é perpetrada por questões austeras e obscuras, reflexo de uma sociedade intolerante e higienista que corporificou uma psiquiatria clássica, cujas convenções assentavam-se em práticas inadequadas de cuidado e de respeito aos sujeitos em sofrimento psíquico. Não obstante, ao buscar definir um padrão de normalidade (BOARINI, 2007) e com o intuito de expurgação social, o corpo social anulou a existência daquele que incomoda (JODELET, 2005), segregando e institucionalizando, compulsoriamente, indivíduos desviantes dos parâmetros socialmente preestabelecidos de saúde e higidez, ao estigmatizar, assim, o termo saúde mental, de modo a concernir a ele um *status quo* de loucura, delírio, hostilidade e desumanidade.

Com a instauração da recessão mundial após a primeira guerra (1918), a elite burguesa brasileira identificou na crise dos países imperialistas a conjuntura perfeita para a consolidação e a ascensão do Brasil como uma nação próspera e desenvolvida. Com a evolução do capitalismo, os trabalhadores que antes dedicavam-se ao ofício no campo, passaram a aprimorar e oferecer sua força de trabalho nas zonas urbanas, e ao serem contratados pelas fábricas, recebiam a promessa de salários e condições mais dignas de subsistência. Em pouco tempo, os centros urbanos transformaram-se em um grande conglomerado de trabalhadores que remanesciam em condições insalubres, por conseguinte, as doenças e a pobreza extrema acabaram por despertar uma grande preocupação

social, que indicou a premência de se combater às mazelas antes que uma epidemia fosse iniciada (WANDERBROOCK JUNIOR, 2011).

Segundo Wanderbroock Junior (2011), nesta guerra o exército munuiu-se de armas ideológicas que pregavam à esterilidade e à impotência, e no lugar de oficiais das forças armadas, médicos assumiram o posto de combater a doença, através de um movimento denominado higiene mental. Os higienistas tencionavam produzir uma "organização sanitária" que não somente resultaria em uma vasta expansão social e erradicaria doenças, mas que lograria uma mente sã e sadia para todos os cidadãos.

Inicia-se, a partir de então, um movimento de contenção e apreensão de todos os sujeitos que, de alguma forma, fugissem às normas estabelecidas pelo corpo social. Pessoas em sofrimento psíquico, mulheres que não se submetiam ao autoritarismo patriarcal, indivíduos com deficiência, homossexuais, negros, militantes políticos e pobres foram institucionalizados em hospitais psiquiátricos, pois ao mantê-los segregados e distante das pessoas "normais", a sociedade estaria, enfim, livre da escória e do diferente (ARBEX, 2013).

Para Boarini e Quijo (2007), a loucura é inerente da própria condição de ser humano, o que significa que todos estamos sujeitos a ela. Destarte, falar sobre saúde mental e sobre o sofrimento psíquico é falar sobre a humanidade, e sobre às suas particulares formas de ser e agir em sociedade, compreendendo que todo sofrimento sistematizado pauta-se na configuração e reconfiguração social de sua existência (NISIIDE, 2020).

Ressalta-se que o campo da saúde mental, considerado complexo, plural e intersetorial, é enviesado por múltiplos saberes (como a Psiquiatria, Psicologia, Filosofia, Sociologia, Antropologia etc.), "[...] de uma forma tão rica e polissêmica que encontramos dificuldades de delimitar suas fronteiras, de saber onde começam ou terminam seus limites" (AMARANTE, 2007, p. 15-16).

Assim, ao dialogarmos sobre a saúde mental como uma construção histórica e social, que perpassa por inúmeras áreas do conhecimento e da vida subjetiva, interessa-nos questionar sobre a atualidade desse fenômeno na academia, mais especificamente, entre os discentes da pós-graduação.

Dados georreferenciais fornecidos pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES, 2019) revelam que, no ano de 2019 – último ano analisado pela CAPES –, havia um total de seiscentos e quarenta mil quatrocentos e dezoito (640.418) estudantes matriculados em Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* no Brasil, entre os níveis de Mestrado (130.471), Doutorado (118.122), Mestrado Profissional (43.825) e Doutorado Profissional (348). Destarte, diante do expressivo número de pós-graduandos exercendo funções acadêmicas e produzindo ciência e pesquisa para o país, é salutar questionarmos sobre a saúde mental desses indivíduos, que convivem diariamente com uma gama de estressores, como a competitividade entre pares, o produtivismoⁱ, a insegurança diante da carreira e do mercado de trabalho, o isolamento, e com inúmeros outros fatores que vulnerabilizam os acadêmicos e os tornam mais suscetíveis ao sofrimento psíquico (COSTA; NEBEL, 2018).

O sofrimento no ambiente universitário aponta para uma série de impasses, dificuldades, pressões e contradições provenientes de uma vida acadêmica intrincada e de uma sociedade individualizante, que dispõe da produção e do desempenho como máximas norteadoras de sua organização (LEÃO et al., 2019a).

Para além de questões individuais e subjetivas - como a história pessoal e a construção identitária -, o sofrimento no ensino superior também é incitado por dimensões coletivas, institucionais e socioestruturais. Segundo Leão et al. (2019a), as questões de ordem coletiva correspondem a pressão e/ou violência a determinados grupos específicos – como gênero, raça ou sexualidade. No que tange à dimensão institucional, elenca-se demandas provenientes do próprio contexto universitário, como o produtivismo acadêmico, o assédio moral, a grade curricular etc. Finalmente, a dimensão socioestrutural se refere à mudança das condições objetivas de vida, aos modos de produção capitalista e à vicissitude político-ideológica que permeia nossa atual organização social.

Leão et al. (2019b, p. 59) salientam que,

[...] ao pensar o quadro específico do sofrimento entre estudantes, não estamos com isto nos referindo apenas a aspectos institucionais internos à universidade e à formação acadêmica. Mas – além das cobranças, do ritmo extenuante, da falta de políticas de permanência, das violências variadas (de gênero, raça, sexualidades) praticadas por professores (assédio sexual e moral) ou por colegas (discriminações, bullying) – estes estudantes têm que lidar com transformações e crises da família, da dissolução de redes de segurança e garantia de direitos sociais, nas relações interpessoais, no mundo do trabalho e no próprio funcionamento da universidade.

Aos fatores já citados anteriormente, soma-se, ainda, a dificuldade de conciliar as demandas da universidade e o exercício de um trabalho remunerado, o que provoca o sentimento de incapacidade de dar continuidade aos estudos. O sofrimento psíquico pode promover sintomas depressivos e ansiosos na população acadêmica, que desencadeiam como mecanismo de defesa, o absenteísmo e o uso e/ou abuso de álcool e de substâncias entorpecentes (BASTOS et al., 2019; GRANER; CERQUEIRA, 2019).

Com base nesse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar o estado do conhecimento sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico em pós-graduandos, orientando-se a partir de teses e dissertações produzidas no Brasil. A pesquisa se justifica, ainda, pela urgente necessidade de ampliar debates e discussões a respeito da saúde mental e do sofrimento psicológico dos pós-graduandos, buscando ressignificar e reelaborar o processo de escuta e acolhida desses sujeitos na instituição de Ensino Superior, ao tencionar o aprimoramento de práticas de diálogo e reflexões oriundas dos programas de pós-graduação.

Por conseguinte, a problemática que se pretende investigar pode ser delimitada a partir da seguinte questão: o que se tem produzido nas pesquisas *stricto sensu* brasileiras a respeito da saúde mental e do sofrimento psíquico dos estudantes de pós-graduação?

Dessa forma, com o intuito de buscar respostas para esse questionamento e colaborar com a sistematização de novos estudos sobre a saúde mental no ambiente acadêmico, foram analisadas teses e dissertações produzidas entre os anos de 2005 e 2021, em duas bases de dados de difusão científica: a Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e o Catálogo de Teses de Dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

O presente artigo foi subdividido em três (3) partes, com a finalidade de facilitar a exposição dos dados e a análise dos resultados. Na primeira parte, apresentam-se os procedimentos metodológicos utilizados para a pesquisa das produções nas bases de dados. Na segunda, evidenciam-se os resultados e discussões dos dados levantados, que foram analisados de forma quantitativa e qualitativa. Logo, nas considerações finais, destacamos as percepções, os achados e as descobertas

acerca das produções acadêmicas sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos no Brasil.

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Com o intuito de atender ao objetivo proposto, realizou-se uma pesquisa do tipo revisão de literatura, utilizando-se de teses e dissertações produzidas no Brasil. De acordo com Creswell (2007), pesquisas do tipo revisão de literatura buscam compartilhar resultados de estudos com temáticas semelhantes, relacionando-os paralelamente a diálogos bibliográficos atuais, ao contribuir para a construção de um conhecimento mais aprofundado e evidenciar, também, possíveis lacunas de conhecimento. Do mesmo modo, permitem ao pesquisador definir e delinear seu objeto de estudo, revelando ao leitor e a comunidade científica a importância e a necessidade de se pesquisar mais sobre a temática indicada.

Assim, inicialmente, realizou-se uma busca avançada, com recorte temporal entre os anos de 2005 e 2021, e com os descritores "saúde mental", "sofrimento", "sofrimento psíquico", "adoecimento psíquico" e "pós-graduandos". Na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), a pesquisa foi definida para "todos os campos", sem especificar a ocorrência dos termos no título, assunto ou resumo. Os descritores foram inseridos na busca de maneira combinada, a partir da utilização do operador booleano AND, caracterizando diversas e distintas combinações.

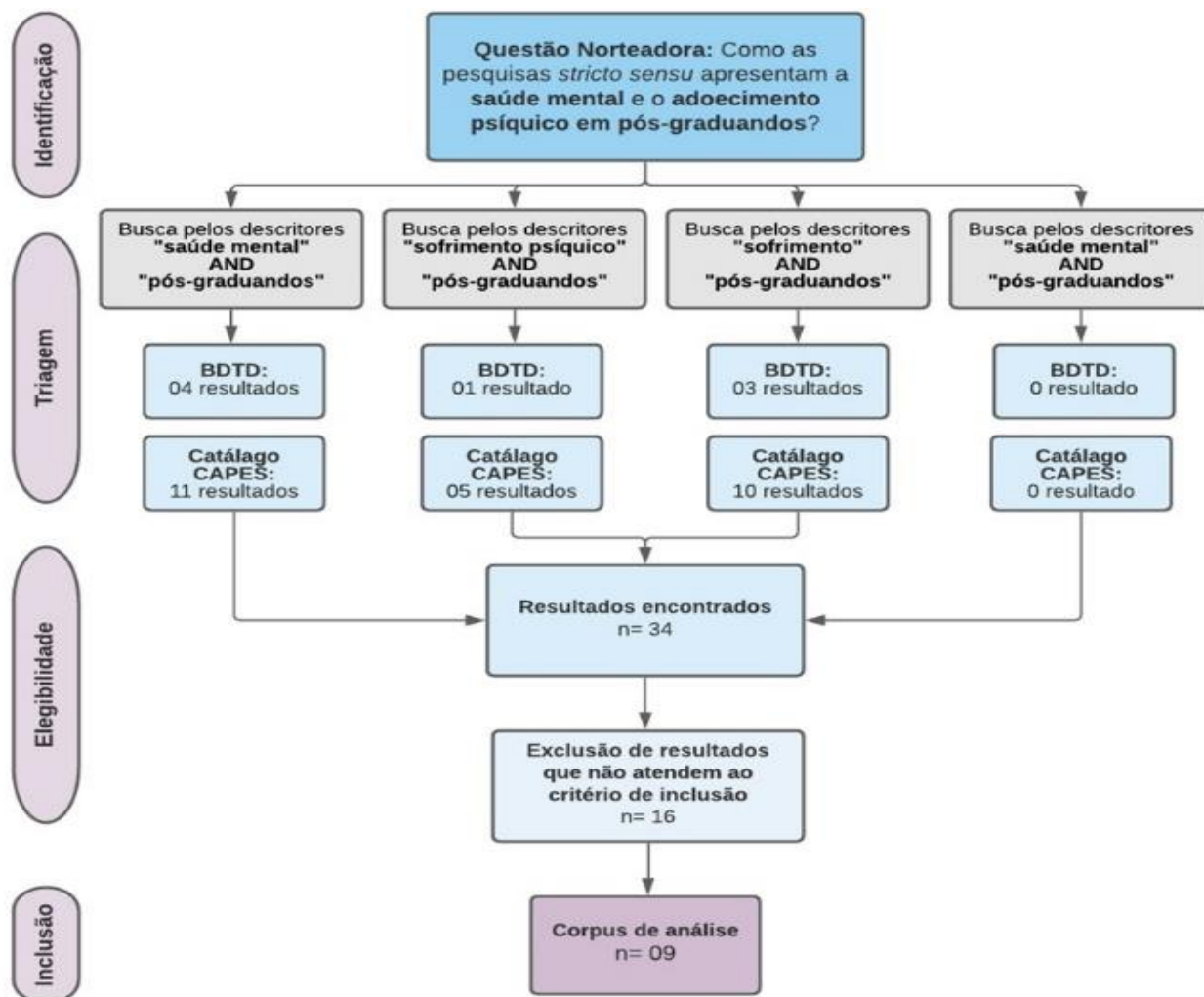
Foram designadas como critérios de inclusão as publicações sob o formato de teses e dissertações, divulgadas na íntegra entre os anos de 2005 e 2021, no idioma português, disponibilizadas em meio eletrônico gratuitamente e que abordam a temática da saúde mental e do sofrimento psíquico de pós-graduandos.

Os critérios de exclusão, por sua vez, foram: a repetição das teses e dissertações nas duas bases de dados e não responder à questão norteadora da pesquisa.

Aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram encontrados 34 (trinta e quatro) estudos. No entanto, após uma leitura mais criteriosa dos títulos e resumos, descartaram-se 25 (vinte e cinco) deles, por não atenderem aos critérios de inclusão da pesquisa (tratar-se sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico, especificamente, em pós-graduandos). Dessa forma, restaram apenas 09 (nove) estudos, sendo 07 (sete) dissertações e 02 (duas) teses, conforme demonstrado na Figura 1.

Os 09 (nove) estudos foram lidos e analisados na íntegra. Ressalta-se que as 02 (duas) teses encontradas nas pesquisas não estavam disponíveis nas plataformas e nos repositórios das instituições de Ensino Superior de origem, sendo que 01 (uma) delas foi disponibilizada pela autora (LOUZADA, 2005) no *site*: <https://www.researchgate.net/>, e a outra, após contato direto com a autora (ZOTESSO, 2021), foi encaminhada via *e-mail*.

Figura 1 – Fluxograma fundamentado na busca e seleção das publicações.



Fonte: As autoras, a partir das teses e dissertações pesquisadas na BDTD e no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES (2021).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para a exploração do material e com a finalidade de sistematização dos dados obtidos, foram realizadas análises quantitativas e qualitativas dos trabalhos selecionados.

3.1. Análise quantitativa das produções

Dos 09 (nove) estudos selecionados para análise, 07 (sete) são dissertações e 02 (dois) são teses. No que se refere às dissertações, 01 (uma) foi defendida no ano de 2015; 02 (duas) defendidas no ano de 2018; 02 (duas) defendidas no ano de 2019; 01 (uma) defendida no ano de 2020; e 01 (uma) defendida no ano de 2021. Quanto às teses, foram encontradas apenas 02 (duas) foram publicadas no período de busca selecionado: 01 (uma) defendida no ano de 2005 e 01 (uma) defendida no ano de 2021. Não foram encontrados estudos sobre essa temática entre os anos de 2006 e 2014, bem como, nos anos de 2016 e 2017.

No que diz respeito ao tipo de pesquisa, dos 09 (nove) estudos analisados, apenas 01 (um) contou com um estudo de caráter documental; 01 (um) se utilizou da observação participante e do método biográficoⁱⁱ; 01 (um) realizou um estudo multicaso; 04 (quatro) deles envolveram pesquisas de campo; e 02 (dois) coletaram seus dados de maneira *on-line*.

A seguir, no Quadro 1, visualizar-se-á a distribuição dos achados por tipo de produção acadêmica (tese ou dissertação), regiões brasileiras em que as pesquisas foram realizadas e por esfera administrativa/instituição.

Quadro 1. Distribuição das dissertações encontradas por regiões brasileiras e por esfera administrativa/instituição

Regiões Brasileiras	Teses (T) Dissertações (D)		TOTAL	Esferas administrativas			TOTAL
	T	D	T/D	Públicas Federais	Públicas Estaduais	Privadas	
Norte	-	-	-	-	-	-	-
Nordeste	-	1	1	1	-	-	1
Centro-Oeste	-	-	-	-	-	-	-
Sudeste	2	4	6	4	1	1	6
Sul	-	2	2	1	1	-	2
TOTAL	2	7	9	6	2	1	9

Fonte: As autoras, a partir das dissertações pesquisadas na BDTD e no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES (2021).

Ao realizar uma análise do Quadro 1, nota-se que não foram encontrados estudos nas regiões Norte e Centro-Oeste do Brasil que se enquadrassem nos critérios de nossa busca e que, apesar de presentes, as produções feitas em universidades públicas estaduais brasileiras correspondem a pouco mais de 22% das pesquisas examinadas.

As 07 (sete) dissertações encontradas pertencem a Programas de Pós-Graduação de áreas distintas, sendo eles: Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Programa de Pós-Graduação em Administração, Programa de Pós-Graduação em Ciências Humanas – Mestrado Profissional Interdisciplinar, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pós-Graduação em Sociologia e Ciência Política e Programa de Pós-Graduação em Controladoria e Contabilidade. Já as 02 (duas) teses são pertencentes aos Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria e Saúde Mental e ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem.

No que tange à distribuição dos estudos selecionados dentro do território brasileiro, observa-se que a região Sudeste lidera a produção com 06 (seis) trabalhos, sendo 03 (três) deles produzidos em Minas Gerais, 02 (dois) em São Paulo e 01 (um) no Rio de Janeiro. Encontrou-se, também, 01 (um) trabalho produzido na região Nordeste, no estado do Piauí, e 02 (dois) trabalhos realizados na região Sul do país, nos estados de Santa Catarina e Paraná, respectivamente.

Nota-se ainda, a partir do Quadro 1, que, dos 09 (nove) estudos analisados, 08 (oito) deles (89%) foram produzidos dentro de Programas de Pós-Graduação vinculados a universidades públicas, sejam elas federais, sejam estaduais. Apenas um deles (12%) foi produzido em uma universidade particular. Esse dado está em concordância com aquilo que Hilu e Gisi (2011) apontam, ao afirmarem que 90% dos artigos indexados no país foram gerados em universidades públicas, evidenciando a pouca participação das instituições de Ensino Superior privadas na produção científica brasileira.

3.2. Análise qualitativa das produções

O primeiro estudo encontrado é a tese de Louzada (2005), intitulada "Formação do pesquisador, trabalho científico e saúde mental", que objetivou identificar os impactos da organização do trabalho acadêmico/científico sobre os pós-graduandos e suas carreiras. À vista disso, a autora se utilizou, metodologicamente, de entrevistas abertas (método biográfico) e da observação participante, tendo como sujeitos da pesquisa um grupo de pós-graduandos de dois laboratórios do Departamento de Bioquímica Médica (DBM), atual Instituto de Bioquímica Médica da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Cabe ressaltar que os dois laboratórios foram escolhidos pela autora em função da sua alta produtividade científica, campo fértil para compreender a relação do trabalho acadêmico com a saúde mental.

Todos os pós-graduandos formalmente matriculados no programa – e que exerciam atividades nos dois laboratórios selecionados – foram entrevistados. Destarte, a amostra total da pesquisa se constituiu de 21 (vinte e um) pós-graduandos, dos dois laboratórios, sendo 06 (seis) mestrandos e 15 (quinze) doutorandos, de ambos os sexos e a maioria solteiros. Os sujeitos foram contatados e entrevistados, individualmente, em seu próprio lugar de formação. Todo o material colhido nas entrevistas foi submetido a uma análise de conteúdo proposta por Bardin (1987) e integrada às anotações oriundas das observações participantes.

Os resultados obtidos com a pesquisa demonstraram que há uma grande exigência do programa de pós-graduação em relação ao tempo que os pós-graduandos dedicam à sua pesquisa, o que inclui finais de semana e uma jornada longa de atividade diárias, de até 12 (doze) horas. Para além disso, aponta-se para o sucateamento das estruturas físicas dos laboratórios, bem como a superlotação destes, sendo o ambiente frequentado por estudantes de iniciação científica, técnicos, orientadores, mestrandos e doutorandos, de modo a tornar o espaço ruidoso e o uso de equipamentos concorrido.

Louzada (2005) avalia que a preocupação com o mercado de trabalho e com a busca por um emprego fixo pós-doutoramento desperta muita preocupação nos estudantes participantes da pesquisa. Revela-se, também, que um maior bem-estar foi experienciado por pós-graduandos que apresentaram uma inserção precoce na pesquisa e um vínculo constante com o laboratório. Já o mal-estar foi, superficialmente, relatado por todos os pós-graduandos pesquisados; porém, poucos o detalharam. Percebe-se, assim, que o sofrimento existe, mas ele aparece de maneira deveras naturalizada. No que diz respeito à figura do orientador, aferiu-se que os pós-graduandos se sentiam apoiados e encorajados por seus mentores, o que talvez, segundo ela, integre e subsidie a construção de um firme alicerce para o enfrentamento de tantos desafios e estressores presentes no ambiente da pós-graduação. Para além disso, observa-se a importância de uma escuta mais cuidadosa do sofrimento vivenciado na pesquisa, bem como a definição mais clara e objetiva do lugar de pertencimento do pós-graduando na atividade científica brasileira.

Com o título "Síndrome de *Burnout* e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação *stricto sensu* em enfermagem", dissertação de Galdino (2015), o segundo estudo integrante desta revisão teve como objetivo avaliar a ocorrência da síndrome de *Burnout* e sua relação com a qualidade de vida entre mestrandos e doutorandos de Programas de Pós-Graduação em Enfermagem de universidades públicas paranaenses. Para isso, o estudo analítico-descritivo do tipo transversal e de abordagem quantitativa coletou seus dados em 03 (três) Programas de Pós-Graduação em Enfermagem, todos situados no estado do Paraná. A amostra total da pesquisa é composta por 129

(cento e vinte e nove) pós-graduandos, sendo 79 (setenta e nove) mestrandos e 50 (cinquenta) doutorandos.

Como instrumento para a coleta de dados, a autora utilizou: um questionário semiestruturado, para levantar informações sociodemográficas, acadêmicas, ocupacionais e de hábitos de vida; o *World Health Organization Quality of Life Assessment Instrument – Bref (WHOQOL-Bref)* – Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Versão Abreviada (WHOQOL – Bref)ⁱⁱⁱ; e *Maslach Burnout Inventory™ – Student Survey (MBI-SS)*^{iv}. Os dados foram coletados entre os meses de novembro de 2014 a fevereiro de 2015, de maneira eletrônica, optando-se pelo envio de um *e-mail* aos participantes, que continha um *link* com os 03 (três) instrumentos, cujas respostas, a posteriori, foram armazenadas diretamente em um banco de dados eletrônicos.

É de suma importância destacar que as análises e discussões dos dados levantados pela autora se transformaram, dentro de sua dissertação, em três artigos distintos nomeados por ela como: “Manuscrito 1: Síndrome de *burnout* entre mestrandos e doutorandos em enfermagem”; “Manuscrito 2: Qualidade de vida de mestrandos e doutorandos em enfermagem”; e “Manuscrito 3: Síndrome de *burnout* e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação *stricto sensu* em enfermagem”.

Os resultados revelam que a idade dos pós-graduandos analisados permaneceu na média de 30 (trinta) anos para os mestrandos e 35 (de trinta e cinco) anos para os doutorandos, sendo a maioria deles do sexo feminino, sem filhos e com a renda individual mensal, variando em R\$3.764,00 reais. Apurou-se, também, que 69,8% dos pós-graduandos apresentaram uma alta pontuação em exaustão emocional, 27,1% demonstraram alta despersonalização, 24,8% demonstraram uma baixa eficácia acadêmica, sendo que 11,6% dos sujeitos amostram tinham indicativo para a síndrome de *Burnout* e 14,7% manifestaram uma predisposição para desenvolvê-la, tendo em vista a alta taxa de exaustão emocional e de despersonalização. Para a autora, as variáveis que podem justificar os achados correspondem à percepção dos pós-graduandos em relação ao curso e às exigências dos programas, à insatisfação com o tema de pesquisa, bem como menores oportunidades de lazer e uma baixa percepção de apoio social.

Para além disso, Galdino (2015) apontou que os pós-graduandos que conciliavam estudo com trabalho apresentavam uma menor percepção de qualidade de vida, a julgar, também, o fato de que os mestrandos apresentavam essa percepção com inferioridade no primeiro ano do curso, ao contrário dos doutorandos, que julgavam um declínio apenas nos últimos anos da pós-graduação, relacionando-a ao aumento das atribuições acadêmicas, à sobrecarga de trabalho e à escrita e ao desenvolvimento da tese. Ademais, constatou-se que, quanto maior for o nível de *Burnout* apresentado, menor será a percepção de qualidade de vida dos pós-graduandos. Em contrapartida, observou-se que o bom relacionamento com os docentes do curso e a satisfação com o tema/objeto de pesquisa aumentavam e favoreciam a percepção sobre a qualidade de vida desses discentes.

Galdino (2015) conclui seu trabalho alertando para a necessidade de se implementar estratégias institucionais que busquem auxiliar os pós-graduandos em suas dificuldades acadêmicas, visando a promover um ambiente acolhedor que proporcione saúde e bem-estar aos sujeitos ali inseridos.

O terceiro estudo analisado, “Prazer e sofrimento: um estudo de caso com pós-graduandos no curso de Mestrado Acadêmico em Administração na cidade de Belo Horizonte – MG”, é a dissertação de Caldas (2018), cujo objetivo foi o de descrever e analisar, diante da configuração da psicodinâmica, as manifestações de prazer e sofrimento dos alunos no Curso de Mestrado Acadêmico em

Administração, de instituições privadas, na cidade de Belo Horizonte – MG. Com esse intuito, efetuou-se um estudo multicaso, de abordagem quanti-qualitativa, que contou com a participação de 115 (cento e quinze) estudantes matriculados no Mestrado Acadêmico em Administração, em 03 (três) instituições privadas de Ensino Superior da cidade de Belo Horizonte, no estado de Minas Gerais. Para a coleta de dados, utilizou-se uma combinação de instrumentos, sendo o primeiro deles um questionário embasado no Inventário sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento – ITRA^v, realizado de forma eletrônica e encaminhado aos pós-graduandos via *e-mail* e grupos de *WhatsApp*®. Posteriormente, realizou-se uma entrevista semiestruturada, cujo roteiro foi elaborado pela própria autora após a análise dos dados obtidos por meio do questionário aplicado.

Caldas (2018) considera que a atividade intelectual desenvolvida pelos estudantes de pós-graduação dentro das universidades deve ser reconhecida como uma forma padronizada de trabalho/ofício, tendo em vista a produtividade exigida e a grande quantidade de horas despendidas para o trabalho acadêmico. Assim, com base nos dados coletados e no aporte teórico utilizado, constatou que há, entre os mestrandos do curso de Administração, uma ambivalência de sentimentos, pois, ao mesmo tempo em que a experiência formativa na pós-graduação suscita satisfação, contentamento e bem-estar, envolve, também, um sentimento de tristeza, incerteza e inquietação (CALDAS, 2018). Como fonte de prazer, os pós-graduandos apontam o contentamento, o reconhecimento pessoal, a gratificação, o bom relacionamento interpessoal e a cooperação entre pares que edificam a busca pelo título de mestre. Como fonte de desprazer, citam-se a intensificação e a sobrecarga do trabalho acadêmico, o produtivismo e a superficialidade das produções requeridas, conflitos intrafamiliares, falta de liberdade de expressão, relação fragmentada entre orientador (a) – orientando (a), além de uma exigência de maior nível cognitivo para o desempenho de suas atribuições no período do curso.

Destarte, ressalta-se que o sofrimento é considerado por Caldas (2018) uma reação, um manifesto de resistência diante do esgotamento profissional e emocional dos pós-graduandos. Para ela, é preciso que as instituições de Ensino Superior repensem suas propostas de formação acadêmica, considerando que o alto nível de exigência dos programas para com os estudantes e professores colabora para a construção de um ambiente inóspito e repleto de fatores estressores que potencializam a existência do sofrimento psíquico discente.

O quarto estudo, denominado “Ansiedade, estresse, depressão e qualidade de vida: um estudo com pós-graduandos da Universidade de São Paulo”, refere-se à dissertação elaborada por Pontes (2018), que contou com a participação de 200 (duzentos) discentes de cursos de pós-graduação *stricto sensu* (mestrado – doutorado) da Universidade de São Paulo, câmpus Cidade Universitária “Armando Salles de Oliveira”.

A pesquisa, de cunho quantitativo, teve como objetivo avaliar o nível de sintomas de depressão, ansiedade, estresse e a qualidade de vida de estudantes de pós-graduação *stricto sensu* da Universidade de São Paulo, câmpus Cidade Universitária, verificando, também, o nível de correlação entre essas variáveis. Para tanto, três instrumentos distintos para a coleta de dados foram utilizados: Questionário sociodemográfico, o Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Versão Abreviada (WHOQOL – Bref) e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (EADS – 21)^{vi}.

Os resultados da pesquisa revelaram que mais da metade da amostra total analisada (mais de cem pós-graduandos) apresentaram algum tipo de sintoma de ansiedade, depressão e/ou estresse, sendo 10% em estado grave. Quando analisados os graus severo e muito severo, observou-se que 14,5%

dos sujeitos da amostra apresentavam depressão, 17,5% ansiedade e 20,5% estresse. Nota-se, também, que há correlação negativa entre as variáveis estresse – depressão – ansiedade – qualidade de vida, sendo, no entanto, forte em alguns domínios e sintomas, e moderada ou fraca em outros. Segundo Pontes (2018), os dados levantados são considerados alarmantes e apenas enfatizam a urgente necessidade de mais pesquisas na área da saúde mental de pós-graduandos, bem como o surgimento de uma gestão mais colaborativa entre os diversos atores da universidade, priorizando o diálogo, o respeito e a criticidade diante do modelo competitivo imposto pelo sistema acadêmico atual.

O quinto estudo, designado “Sofrimento mental e comportamento suicida em pós-graduandos *stricto sensu*: prevalência e fatores associados”, é uma dissertação de autoria de Oliveira (2019), que objetivou avaliar a presença de sofrimento mental, comportamento suicida e fatores associados em pós-graduandos *stricto sensu* de uma universidade pública. Participaram desse estudo, de cunho observacional, analítico, correlacional e transversal, um total de 227 (duzentos e vinte e sete) estudantes de pós-graduação de uma universidade pública do estado do Piauí. Os dados foram obtidos a partir da aplicação de um questionário sociodemográfico elaborado pela própria autora, além dos instrumentos *Self Report Questionnaire* (SRQ- 20)^{vii} e *Beck Scale for Suicide Ideation* (BSI)^{viii}.

No que se refere aos resultados da pesquisa, observou-se que havia prevalência de sofrimento mental em 46,7% da amostra total analisada. Identificou-se que há maior predomínio no desenvolvimento desse sofrimento em sujeitos do sexo feminino, jovens, bolsistas, mestrandos, com relacionamentos pessoais insatisfatórios que não contavam com apoio de amigos; que já apresentaram pensamentos suicidas ou ideia de morte em algum momento da vida; que se sentiam estressados com frequência e insatisfeitos com o tema de sua pesquisa e/ou com seu orientador. Ao analisar os dados referentes ao comportamento suicida, revelou-se que 32,2% dos pós-graduandos analisados já tiveram pensamentos suicidas ao longo da vida, 1,8% demonstraram ter, atualmente, a ideia de se suicidar, enquanto 19,4% já planejaram cometer suicídio e 6,8%, efetivamente, atentaram contra sua própria vida, utilizando-se, como artifícios, dosagens excessivas de medicamentos. Para além disso, uma grande parte dos discentes participantes revelou associar, parcialmente, seus pensamentos suicidas à pós-graduação, na mesma medida em que estudantes que referiam histórico familiar de suicídio ou tentativa deste manifestaram um maior risco de apresentarem pensamentos suicidas no decorrer da vida em comparação aos demais, sendo maior, também, o risco de tentativas de suicídio entre aqueles que revelam obter um relacionamento familiar insatisfatório.

Segundo Oliveira (2019), é primordial pesquisarmos mais sobre as medidas de prevenção e promoção de saúde mental na universidade, buscando ressignificar as práticas pedagógicas na academia, ao implementar ações e políticas direcionadas, especificamente, para o fomento de um acolhimento em saúde mental mais sensível e democrático, bem como para a prevenção do sofrimento psíquico nos programas de pós-graduação do país.

A dissertação intitulada: “Ansiedade, autoeficácia e motivação nos cursos *stricto sensu* de Ciências Contábeis” é o sexto estudo analisado nesta revisão. Escrita por Coelho (2019), a pesquisa descritiva e de abordagem quantitativa intentou estudar o fenômeno da ansiedade, analisando a sua relação com a autoeficácia e a motivação dos estudantes *stricto sensu* de Ciências Contábeis. Para tanto, analisou-se uma amostra de 322 (trezentos e vinte e dois) estudantes regularmente matriculados nos programas de pós-graduação *stricto sensu* de Ciências Contábeis do Brasil. É importante frisar que

uma amostra de 382 (trezentos e oitenta e dois) pós-graduandos preencheram somente o questionário sociodemográfico com o perfil do respondente; assim, o autor considerou 382 (trezentos e oitenta e duas) respostas para a descrição social e demográfica da amostra. Os instrumentos utilizados para a coletas de dados foram encaminhados aos pós-graduandos pelos seus programas de origem, exclusivamente via *e-mail*, sendo eles compostos por: questionário sociodemográfico com 13 (treze) questões; *State-Trait Anxiety Inventory* (Inventário de Ansiedade Traço-Estado – IDATE)^{ix}; Escala Geral de Autoeficácia Percebida^x; e a Echelle de Motivation en Education (EME) – Escala de Motivação Acadêmica^{xi}.

Os resultados da pesquisa revelam que os discentes dos Programas de Pós-Graduação *stricto sensu* em Ciências Contábeis do Brasil são, em sua maioria, mestrandos (75,9%) que têm idade média de 33 (trinta e três) anos, do gênero feminino (51,8%), casados (45,8%) e que não recebem o auxílio de bolsas acadêmicas e de suporte psicológico/psiquiátrico^{xii} durante a sua jornada na pós-graduação (57,1%). Chegou-se à conclusão de que a motivação para a continuação dos estudos não se difere de acordo com o gênero; no entanto, há indícios de que os doutorandos são mais dispostos a prosseguir com sua vida acadêmica, em detrimento dos mestrandos. 43% dos discentes pesquisados revelaram que, frequentemente e/ou quase sempre, sentem-se cansados com facilidade e apenas 5% disseram se sentir descansados. Para além disso, 4% declararam se sentirem deprimidos (sendo este o mesmo percentual de discentes que alegaram receber apoio psicológico/psiquiátrico). Ademais, segundo Coelho (2019), 39,1% dos sujeitos da amostra revelaram ter baixa ansiedade, 48,1% têm ansiedade moderada e 12,7% têm ansiedade alta, sendo as mestrandas e doutorandas, do gênero feminino, as mais ansiosas. Concomitantemente a isso, o autor conclui que os mestrandos são mais ansiosos que os doutorandos, isto é, que a autoeficácia se correlaciona negativamente com a desmotivação e com a ansiedade: quanto menor for a autoeficácia, maiores serão os níveis de desmotivação e de ansiedade apresentados pelos estudantes *stricto sensu* de Contabilidade. Por fim, Coelho (2019) apontou que discentes com idade inferior a 24 (vinte e quatro) anos apresentam um maior nível de ansiedade em comparação a outras faixas etárias e que, quanto mais motivado com os estudos estiver o discente, menos ansiedade ele experienciará.

Para Coelho (2019), é importante que gestores institucionais e coordenadores de curso possam compreender a importância de se falar sobre essa proposição no ambiente da pós-graduação. Para além disso, é preciso que as instituições fomentem espaço de diálogo e de debate, de modo a convidar seus discentes a falarem sobre suas próprias experiências no espaço acadêmico, livrando-se, de antemão, de todo o tipo de preconceito e punição.

Com o título “Adoecimento e atendimento psicológico de pós-graduandos: perfil, queixas e fatores associados aos sintomas de ansiedade”, o sétimo estudo integrante desta revisão foi escrito por Câmara (2020) e se propôs a entender o processo de adoecimento psíquico e sintomas de ansiedade nos estudantes de pós-graduação da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM). A dissertação, de cunho quantitativo e de caráter observacional e descritivo, contou com a análise documental de 87 (oitenta e sete) prontuários oriundos do banco de dados dos Prontuários Psicológicos Eletrônicos (PPE) do Serviço de Psicologia da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, relativos aos atendimentos psicológicos individuais, voltados para estudantes de pós-graduação *lato sensu* e *stricto sensu*, no período de 2015 a 2018. É importante salientar que a organização dessa dissertação se deu por meio da elaboração de dois artigos e de um relatório técnico que contaram com a análise dos dados coletados, apresentados de maneira conjunta e subsequente.

No primeiro artigo apresentado na dissertação, intitulado "Perfil e principais queixas de pós-graduandos usuários do Serviço de Psicologia de uma universidade federal", Câmara (2020) expõe que 18% do total de queixas apresentadas nos prontuários revelam sintomas de ansiedade nos discentes acolhidos, 17% apresentavam problemas acadêmicos, 16% relataram conflitos de relacionamento, 13% sentiam desânimo e 12% sofriam de problemas emocionais. No que se refere ao perfil dos discentes acolhidos, a maioria consistia em mestrandos, do sexo feminino, com menos de 30 (trinta) anos, que buscaram atendimento de forma espontânea, com queixas e sintomas de ansiedade, desânimo, problemas acadêmicos, de relacionamento e/ou emocional.

Para Câmara (2020), o crescimento e a expansão das universidades – e, sobretudo, dos programas de pós-graduação – podem representar o fator crucial para o aumento do adoecimento estudantil, aliando-se à ausência de políticas específicas de saúde mental e qualidade de vida direcionadas aos discentes e docentes das instituições de Ensino Superior.

Já no segundo e último artigo da dissertação, titulado "Fatores associados à ansiedade em estudantes de pós-graduação em uma universidade federal", Câmara (2020) revela que em 36 (trinta e seis) (41,4%), considerando os 87 (oitenta e sete) prontuários analisados, o psicólogo responsável pelo atendimento observou a presença de queixas relacionadas à ansiedade, sendo que, no ano de 2018, quase 60% dos atendimentos apontavam para essa prevalência. O autor considera que o predomínio de sintomas ansiosos em pós-graduandos deve ser ponderado como uma associação a outras queixas e sintomas recorrentes, como a dificuldade de adaptação, problemas de ordem emocional e/ou acadêmico, desânimo e estresse. Destarte, considerar as diferenças entre os discentes de graduação e pós-graduação – e entre as idiosincrasias de cada indivíduo, bem como compreender o perfil e os fatores associados a esse público – deve permitir a proposição de campanhas preventivas que sejam mais focais e efetivas, buscando a promoção de uma saúde mental sensível a todos os estudantes universitários.

Por fim, no relatório técnico denominado "Atendimento psicológico aos estudantes de pós-graduação da UFVJM", Câmara (2020) aponta que 74,7% dos discentes que procuraram o serviço de atendimento psicológico da universidade eram do sexo feminino, 80,2% estavam na faixa etária de 22 (vinte e dois) a 29 (vinte e nove) anos, sendo 86% oriundos do mestrado. Para além disso, 43% dos discentes já tinham sido atendidos anteriormente pelo serviço, considerando que apenas 14% deles foram encaminhados para serviços de psicologia e/ou psiquiatria fora da universidade. Destarte, desvela-se a necessidade de que as universidades viabilizem constantes estudos sobre o perfil de seus estudantes de pós-graduação, permitindo a consolidação de campanhas mais individualizadas e específicas para seu público-alvo, com a finalidade de promover a saúde na pós-graduação (CÂMARA, 2020).

O oitavo estudo analisado, a dissertação de Fortes (2021), denomina-se "A vida nervosa na pós-graduação". Nela, buscou-se estudar o sofrimento durante a formação de doutores e mestres a partir de um grupo de estudantes da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), observando se o trabalho acadêmico, conforme vivenciado, afeta a saúde mental dos sujeitos estudados. A pesquisa, de abordagem mista e com caráter descritivo e analítico, utilizou a entrevista semiestruturada como instrumento para a coleta de dados, cuja amostra foi composta por 60 (sessenta) pós-graduandos da Universidade Federal de Santa Catarina, de diferentes áreas do conhecimento, sendo: 26 (vinte e seis) doutorandos e 34 (trinta e quatro) mestrandos. Os dados, inicialmente, foram coletados de maneira presencial; no entanto, devido às restrições aplicadas no contexto da pandemia de covid-19,

o trabalho foi finalizado de maneira remota. As entrevistas foram gravadas e, posteriormente, transcritas na íntegra, tendo o seu conteúdo analisado de acordo com a proposta de Bardin (1987).

De acordo com os resultados da pesquisa, 66,33% dos pós-graduandos participantes eram do gênero feminino, cuja faixa etária predominante se deu entre 28 (vinte e oito) a 32 (trinta e dois) anos. Revela-se, também, que a maioria dos entrevistados apresentava sinais de humor depressivo-ansioso (98,33%); contudo, no gênero feminino, predominavam-se os pensamentos depressivos e um decréscimo da energia vital. Percebeu-se, para além disso, que os alunos que recebiam alguma bolsa de estudo apresentavam mais pensamentos depressivos, em detrimento de estudantes que não recebiam auxílio financeiro proveniente de bolsas, salientado que 60% dos entrevistados tinham algum tipo de trabalho fora do ambiente acadêmico. 46,67% dos pós-graduandos revelaram se sentir pressionados ao cumprimento de prazos, 55% se sentem pressionados pelo tempo de titulação e 65% alegaram sofrer pressões constantes para publicações. Em todos os casos, os mestrandos revelam se sentir sempre mais pressionados, em comparação aos doutorandos. Já no que se diz respeito à sensação de acolhimento na pós-graduação, 64,71% dos mestrandos não consideram a pós acolhedora, sendo que 53,85% dos doutorandos se sentem da mesma maneira.

Fortes (2021) revela que 93,33% dos pós-graduandos da amostra apresentam um decréscimo da energia vital, sendo que 73,33% deles têm pensamentos depressivos. Para a autora, a pressão por publicações aparece como a principal fonte geradora do mal-estar entre os estudantes inseridos no ambiente da pós-graduação *stricto sensu*, tendo em vista o fato de que produzir – ou não – desencadeia sentimentos, como a ansiedade, o pensamento depressivo, constituindo-se, também, uma grande fonte de cansaço. Para além disso, revela-se que muitos estudantes se sentem sozinhos e não acolhidos pelos programas de pós-graduação. Na acepção da autora, é preciso que as instituições abram espaço para ouvir mais do que os discentes têm a dizer, buscando tornar o ambiente acolhedor e passível de diálogos e reflexões constantes. Quanto mais acolhido e integrado estiver o aluno, menos presentes estarão os sentimentos depressivos e a ansiedade.

O último estudo encontrado e analisado corresponde à tese de Zotesso (2021), intitulada “Sofrimento psicológico em pós-graduandos: aspectos emocionais e comportamentais”, que buscou investigar o acometimento e a incidência de estresse, pensamentos depressivos e percepção de suporte social e de competição em estudantes de pós-graduação, provenientes de três universidades públicas do interior paulista (Universidade de São Paulo – USP, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – UNESP – e Universidade Federal de São Carlos – UFSCar). Para isso, a pesquisa, de cunho exploratório e transversal, investigou 189 (cento e oitenta e nove) pós-graduandos, inseridos em uma das quatro grandes áreas de estudo (Engenharias, Ciências da Saúde, Ciências Humanas e Ciências Sociais), sendo: 136 (cento e trinta e seis) mestrandos e 57 (cinquenta e sete) doutorandos. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados consistiram em: Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISLL)^{xiii}; Escala de Pensamentos Depressivos (EPD)^{xiv}; Escala de Percepção do Suporte Social (versão adulta) (EPSUS – A)^{xv}; Roteiro para registro de dados básicos de pós-graduandos^{xvi}; e a Escala analógica visual – EVA^{xvii}.

Os resultados obtidos foram separados em 09 (nove) grupos, de acordo com a universidade e com o curso, sendo eles: Grupo 1 (G1): Ciências Sociais – Unesp Marília; Grupo 2 (G2): Fonoaudiologia – Unesp Marília; Grupo 3 (G3): Educação – Unesp Marília; Grupo 4 (G4): Educação – Unesp Bauru; Grupo 5 (G5): Engenharia – USP São Carlos; Grupo 6 (G6): Engenharia – Unesp Bauru; Grupo 7 (G7): Design – Unesp Bauru; Grupo 8 (G8): Psicologia – Unesp Bauru; e Grupo 9 (G9): Psicologia – UFSCar.

Os dados revelaram que a amostra total apresentou uma predominância de respondentes do gênero feminino (75,76%) e que, em todos os grupos investigados, mais de 50% dos sujeitos que compuseram cada equipe apresentavam estresse. Ademais, revelou-se que todos os grupos tiveram uma média superior elevada para baixa autoestima e desesperança. Segundo a autora, os dados levantados corroboram com as suas hipóteses de que os cursos que têm uma nota CAPES menor apresentam um maior índice de estresse entre seus discentes, assim como os cursos com notas CAPES elevadas manifestam um alto nível de competição entre pares, em comparação aos outros cursos, o que certifica a premissa de que, durante o mestrado e/ou doutorado, os níveis de estresse, o esgotamento emocional, a redução do suporte social, dentre outros aspectos, podem ser precípuos para o desenvolvimento de problemas psíquicos. A propósito, a falta de financiamento por bolsas de estudos eleva as condições de estresse e denota uma baixa produção acadêmica, além da alta dedicação à pesquisa, um fato que agrava, ainda mais, essa condição.

Zotesso (2021) afirma que novas pesquisas precisam ser realizadas, com a finalidade de compreender as atuais variações comportamentais dos pós-graduandos, no contexto de pós-pandemia da covid-19. Também é preciso que tanto os programas de pós-graduação quanto as agências de fomento e incentivo à pesquisa no nosso país, estejam dispostos a apoiar e a valorizar os pós-graduandos, respeitando-os como profissionais pesquisadores que são.

Após a descrição e análise das pesquisas que compuseram o corpus analítico deste estudo, apreendeu-se que o sofrimento psíquico de pós-graduandos se vincula a uma associação de fatores estressores presentes no ambiente acadêmico e na vida pessoal dos sujeitos, que acabam por torná-los mais suscetíveis e vulneráveis ao sofrimento psicológico durante o período em que frequentam a academia. Dentre esses fatores estressantes podem-se elencar: excesso de tempo dedicado à sua pesquisa, o que inclui finais de semana; ausência de escuta das coordenações de curso sobre os problemas vivenciados pelos pós-graduandos; falta de bolsas de estudos para que os pós-graduandos possam ter tempo para se dedicar aos estudos; ter que conciliar estudo com trabalho; exigência de alta produtividade (elaboração de artigos e participação em eventos científicos com apresentação de trabalhos); relação conflituosa com o orientador; relacionamentos interpessoais insatisfatórios, marcados pela competição entre os pares; dentre outros.

No mais, descortina-se o fato de que há, ainda, poucos estudos sobre a temática da saúde mental e do sofrimento psíquico em estudantes de pós-graduação no Brasil, evidenciando, assim, uma lacuna de conhecimento (CRESWELL, 2007) que desponta para a indispensabilidade de novas propostas de pesquisas, as quais adentrem nessa temática com enfoque na comunidade científica.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo, conforme idealizado, buscou analisar o estado do conhecimento sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico em pós-graduandos, orientando-se a partir de uma revisão de literatura de teses e dissertações produzidas no Brasil, entre os anos de 2005 e 2021.

A partir das pesquisas encontradas e analisadas, conclui-se que o fenômeno da saúde mental e do sofrimento psíquico dentro do ambiente de Ensino Superior é ainda, muitas vezes, desestimado e exíguo, reconhecendo-se, assim, o quão frágil, delicado e inexplorado é esse tema de estudo. Revela-se também, que há uma invisibilidade do sofrimento psíquico em nossa sociedade, principalmente ao considerarmos a escassez de estudos encontrados no espaço de tempo determinado (2005 a 2021)

para a coleta de dados, o que apenas afirma a insuficiência de pesquisadores (as) que tencionam investigar esse tema.

Dados suscitados pelas produções analisadas demonstram que há universalidade em relação à presença de sintomas, como a ansiedade e o estresse em pós-graduandos. Para além disso, aponta-se para a presença de inúmeros fatores estressores (como o produtivismo e a exigência acadêmica) que potencializam e desencadeiam o sofrimento e o sofrimento psíquico, de forma a acabar por deteriorar, progressivamente, a saúde mental desses estudantes. No mais, evidencia-se que há uma ambivalência de sentimentos presentes entre os pós-graduandos, pois, ao mesmo tempo em que se incorrem a insegurança e o desânimo, há o entusiasmo e a satisfação. Essa dualidade demonstra o quão polissêmico e multifacetado é o ambiente da pós-graduação, capaz de despertar potencialidades e/ou inquietações, de ser propulsor de sonhos e desejos ou de medos e angústias, de proporcionar o fazer ciência ou desencadear o pensamento e ideação suicida em seus discentes.

Concernentes aos limites deste estudo, pontua-se que, por se tratar de uma revisão de literatura envolvendo trabalhos publicados apenas em português, é possível que estudos relevantes publicados em outras línguas não tenham sido encontrados. Nesse sentido, sugere-se, para trabalhos futuros, um aumento no recorte temporal no momento das buscas e a ampliação destas em outras bases de dados, como o *Google Scholar*, uma vez que algumas pesquisas podem estar disponíveis nos repositórios dos programas de pós-graduação.

Almeja-se que este estudo possa fornecer subsídios que favoreçam novas pesquisas sobre a saúde mental de pós-graduandos, buscando ressignificar e reelaborar o processo de escuta e acolhida desses sujeitos na instituição de Ensino Superior, ao tencionar o aprimoramento de práticas de diálogo e reflexões oriundas das políticas públicas para o fomento da saúde nas pós-graduações do Brasil.

5. REFERÊNCIAS

- AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2007.
- ARBEX, Daniela. **Holocausto brasileiro: vida, genocídio e 60 mil mortes no maior hospício do Brasil**. 1. ed. São Paulo: Geração Editorial, 2013.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1987.
- BASTOS, Elaine Marinho; MAIA, Alexandre Miranda; OLIVEIRA, Catarina de Laboure Ferreira; FERREIRA, Sara do Nascimento. Sofrimento psíquico de universitários: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 5, n. 10, p. 17681-17694, 2019.
- BOARINI, Maria Lúcia. A higiene mental e o saber instituído. **Mnemosine**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 3-17, 2007.
- BOARINI, Maria Lucia; QUIJO, Izildinha. A Reforma Psiquiátrica e as andorinhas. **Revista do Departamento de Psicologia – UFF**, Niterói, v. 19, n. 2, p. 369-380, 2007.
- CALDAS, Cristiane Chaves. **Prazer e sofrimento: um estudo de caso com pós-graduandos no curso de Mestrado Acadêmico em Administração na cidade Belo Horizonte – MG**. 2018. 115 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Unihorizontes, Belo Horizonte, 2018.
- CÂMARA, Victor Mayer dos Santos. **Adoecimento e atendimento psicológico de pós-graduandos: perfil, queixas e fatores associados aos sintomas de ansiedade**. 2020. 95 f.

- Dissertação (Mestrado Profissional Interdisciplinar em Ciências Humanas) –Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.
- CAPES – COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. **GeoCapes**. 2019. Disponível em: <https://geocapes.capes.gov.br/geocapes/>. Acesso em: 12 jul. 2021.
- COELHO, Weverton Eugenio. **Ansiedade, autoeficácia e motivação nos cursos *stricto sensu* de ciências contábeis**. 2019. 166 f. Dissertação (Mestrado em Controladoria e Contabilidade) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2019.
- COSTA, Everton Garcia da; NEBEL, Letícia. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis**, Santiago, v. 17, n. 50, p. 207-227, 2018.
- CRESWELL, John W. **Projeto de Pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.
- FORTES, Christine Sodré. **A vida nervosa na pós-graduação**. 2021. 105 f. Dissertação (Mestrado em Sociologia e Ciência Política) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2021.
- GALDINO, Maria José Quina. **Síndrome de *Burnout* e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação *stricto sensu* em enfermagem**. 2015. 183 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2015.
- GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019.
- HILU, Luciane; GISI, Maria Lourdes. Produção científica no Brasil: um comparativo entre universidades públicas e privadas. *In*: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO; SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE REPRESENTAÇÕES SOCIAIS, SUBJETIVIDADE E EDUCAÇÃO, 1., 2011, Curitiba. **Anais [...]**. Curitiba: EDUCERE, 2011.
- JODELET, Denise. **Loucuras e representações sociais**. Petrópolis: Vozes, 2005.
- LEÃO, Thiago Marques; IANNI, Aurea Maria Zöllner; GOTO, Carine Sayuri. Individualização e sofrimento psíquico na universidade: entre a clínica e a empresa de si. **Humanidades e Inovação**, Palmas -Tocantins, v. 6, n. 9, p. 131-143, 2019a.
- LEÃO, Thiago Marques; IANNI, Aurea Maria Zöllner; GOTO, Carine Sayuri. Sofrimento psíquico e a universidade em tempos de crise estrutural. **EM PAUTA**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 44, p. 50-64, 2019b.
- LOUZADA, Rita de Cássia Ramos. **Formação do pesquisador, trabalho científico e saúde mental**. 2005. 169 f. Tese (Doutorado em Psiquiatria e Saúde Mental) –Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2005.
- NISIIDE, Ana Carolina Becker. **Reclames ao Judiciário: o caso da saúde mental**. 2020. 247 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2020.
- OLIVEIRA, Danielle Machado. **Sofrimento mental e comportamento suicida em pós-graduandos *stricto sensu***: prevalência e fatores associados. 2019. 99 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal do Piauí, Teresina, 2019.

PONTES, Felipe Marangoni. **Ansiedade, estresse, depressão e qualidade de vida**: um estudo com pós-graduandos da Universidade de São Paulo. 2018. 207 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

SGUISSARDI, Valdemar. Produtivismo acadêmico. *In*: OLIVEIRA, Dalila Andrade; DUARTE, Adriana Maria Cancela; VIEIRA, Lívia Maria Fraga. **Dicionário**: trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

WANDERBROOCK JUNIOR, Durval. Soldados de todo o país: Higienizai-vos! A Liga Brasileira de Higiene Mental e as Forças Armadas (1914-1945). *In*: BOARINI, Maria Lucia (org.). **Raça, higiene social e nação forte**. Maringá: Eduem, 2011.

ZOTESSO, Marina Cristina. **Sofrimento psicológico em pós-graduandos**: aspectos emocionais e comportamentais. 2021. 99 f. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, 2021.

Submissão: 06/02/2022

Aceito: 16/03/2022

ⁱ “Fenômeno em geral derivado dos processos oficiais ou não de regulação e controle, supostamente de avaliação, que se caracteriza pela excessiva valorização da quantidade da produção científico-acadêmica, tendendo a desconsiderar a sua qualidade” (SGUISSARDI, 2010, p. 1).

ⁱⁱ “O método biográfico caracteriza-se pela coleta de relatos mais livres, oferecendo maior acesso a aspectos subjetivos” (LOUZADA, 2005, p. 59).

ⁱⁱⁱ Versão abreviada do World Health Organization Quality of Life – 100. Trata-se de um instrumento desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), com o intuito de avaliar a qualidade de vida de uma forma geral. Examina a qualidade de vida a partir de 24 facetas que, em conjunto, compõem 4 domínios, sendo eles: físico, psicológico, das relações sociais e do meio ambiente, estruturando-se de 26 questões do tipo *likert* em uma escala de 1 a 5 (PONTES, 2018).

^{iv} “O MBI-SS surgiu da ampliação do conceito de *Burnout* e foi construído especificamente para avaliar a síndrome em estudantes, ou seja, como estes vivenciam seu estudo, de acordo com três dimensões conceituais: exaustão emocional, despersonalização e eficácia acadêmica” (GALDINO, 2015, p. 81). O instrumento é composto por 15 questões autoaplicáveis, com uma escala tipo *likert* de 7 pontos.

^v “O Inventário Sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento (ITRA) é um instrumento estruturado que tem por objetivo traçar um perfil dos antecedentes, medidores e efeitos do trabalho no processo de adoecimento” (CALDAS, 2018, p. 45).

^{vi} Instrumento que conta com 21 itens que investigam fatores associados às subescalas de depressão, estresse e ansiedade (PONTES, 2018).

^{vii} O *Self Report Questionnaire* (SRQ-20) é recomendado pela Organização Mundial para estudos comunitários e em atenção básica à saúde. É composto “[...] por 20 itens para rastreamento de transtornos mentais não-psicóticos, contendo respostas do tipo sim/não, sendo quatro sobre sintomas físicos e dezesseis sobre transtornos psicoemocionais. Os grupos de sintomas investigados no SRQ-20 referem-se a humor depressivo-ansioso, decréscimo de energia vital, sintomas somáticos e pensamentos depressivos” (OLIVEIRA, 2019, p. 34).

^{viii} A BSI “[...] é uma medida escalar de autorrelato que além de detectar a presença de ideação suicida, avalia os planos, atitudes e comportamentos que podem ser apresentados pelo indivíduo como possibilidades de cometer o suicídio. É constituída por 21 itens e as afirmações variam entre 0 a 2” (OLIVEIRA, 2019, p. 34).

^{ix} Escala utilizada para determinar o nível de ansiedade que o respondente tem como traço de sua personalidade, composta por 20 itens, distribuídos em uma escala *likert* de 4 pontos (COELHO, 2019).

^x Instrumento que avalia a autoeficácia em 3 dimensões: nível, força e generalidade (COELHO, 2019).

-
- ^{xi} Com a finalidade de investigar questões relacionadas à motivação, o instrumento tem 3 dimensões de medida, sendo elas: motivação extrínseca, motivação intrínseca e desmotivação (COELHO, 2019).
- ^{xii} Apenas 3,9% dos sujeitos da amostra de pós-graduandos analisada recebem algum tipo de apoio/auxílio psicológico e/ou psiquiátrico (COELHO, 2019).
- ^{xiii} “É composta por três quadros referentes ao estresse, no total apresenta 37 itens de natureza somática e 19, psicológica, que avaliam a intensidade, fase do mesmo e tipo de sintoma” (ZOTESSO, 2021, p. 44).
- ^{xiv} Com 26 itens, objetiva-se avaliar distorções de pensamentos que são comumente encontradas em pessoas com depressão (ZOTESSO, 2021).
- ^{xv} Composta por 36 itens, agrupados nas 4 dimensões: Afetivo, Interações Sociais, Instrumental e Enfrentamento de Problemas (ZOTESSO, 2021).
- ^{xvi} Roteiro elaborado pela autora que compreende 17 questões de caráter sociodemográfico (ZOTESSO, 2021).
- ^{xvii} Instrumento que avalia medidas de características subjetivas ou atitudes; consiste em uma escala com pontuações que variam de 0 a 10, as quais mensuram a extensão da variação de uma dada característica (ZOTESSO, 2021).