

Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem**Mental health at the university: report of a psychotherapy service for students of nursing****Salud mental en la universidad: relato de un servicio de psicoterapia para estudiantes de enfermería****Deise Coelho de Souza¹****Lucas Rossato²****Vivian Fukumasu da Cunha³****Patrícia Paiva Carvalho de Oliveira⁴****Suzana Oliveira Campos⁵****Fabio Scorsolini-Comin⁶****Recebido: 25/11/2019****Aprovado: 11/05/2020****Publicado: 01/08/2020**

Este é um relato de experiência que tem por objetivo apresentar um serviço de apoio psicológico desenvolvido na Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo para o atendimento de estudantes de graduação em Enfermagem. O serviço foi inaugurado no primeiro semestre de 2019 e oferece acolhimento em intervenções nas modalidades individual e grupal. As atividades são coordenadas por um docente e desenvolvidas por pós-graduandos com formação em Psicologia. No ano de 2019 foram atendidos 51 estudantes. Sabe-se que o percurso de estudantes no ensino superior é marcado por mudanças nas esferas afetiva, social e profissional, exigindo ajustamentos que nem sempre são respondidos adequadamente. Deste modo, os serviços prestados até o momento possibilitaram o acolhimento e escuta qualificada em intervenções que procuraram auxiliar na saúde mental e na qualidade de vida. Iniciativas como essa contribuem na prevenção ao adoecimento psíquico e na melhoria das condições emocionais de estudantes que já estão vivenciando sintomas psicopatológicos.

Descritores: Psicoterapia; Estudantes de enfermagem; Saúde mental; Educação superior; Serviços de saúde para estudantes.

This is an experience report that aims to present a psychological support service developed at the University of São Paulo at Ribeirão Preto College of Nursing to assist undergraduate nursing students. The service was opened in the first half of 2019 and offers psychological interventions in individual and group modalities. The activities are coordinated by a professor and developed by graduate students with a background in Psychology. In 2019, 51 students were served. It is known that the trajectory of students in higher education is marked by changes in affective, social and professional spheres, requiring adjustments that are not always answered properly. In this way, the services provided so far have enabled psychological reception and qualified listening in interventions that seek to assist in mental health and quality of life. Initiatives like this contribute to prevention of mental illness and to improvement of emotional conditions of students who are already experiencing psychopathological symptoms.

Descriptors: Psychotherapy; Students, Nursing; Mental health; Education, Higher; Student health services.

Se trata de un informe de experiencia que tiene por objeto presentar un servicio de apoyo psicológico desarrollado en la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidade de São Paulo para asistir a los estudiantes universitarios de Enfermería. El servicio se inauguró en el primer semestre de 2019 y ofrece acogida en intervenciones en las modalidades individual y grupal. Las actividades son coordinadas por un profesor y desarrolladas por estudiantes de posgrado con formación en Psicología. En 2019 se atendieron 51 estudiantes. Se sabe que el camino de los estudiantes de la enseñanza superior se caracteriza por cambios en las esferas afectiva, social y profesional, que requieren ajustes a los que no siempre se responde adecuadamente. De esta manera, los servicios prestados hasta ahora han permitido recibir y escuchar intervenciones calificadas que buscaban ayudar en la salud mental y la calidad de vida. Iniciativas como éstas contribuyen a la prevención de las enfermedades psicológicas y a la mejora de las condiciones emocionales de los estudiantes que ya están experimentando síntomas psicopatológicos.

Descriptores: Psicoterapia; Estudiantes de enfermería; Salud mental; Educación superior; Servicios de salud para estudiantes

1. Psicóloga. Especialista em Psicologia Hospitalar. Especialista em Neuropsicologia. Mestre em Psicologia. Doutoranda em Enfermagem Psiquiátrica pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP), Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0002-2602-7362 E-mail: deisecsouza@hotmail.com

2. Psicólogo. Mestre em Psicologia. Doutorando em Enfermagem Psiquiátrica pela EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0003-3350-0688 E-mail: rossatousp@usp.br

3. Psicóloga. Especialista em Psicoterapia Comportamental e Cognitiva. Mestre em Psicologia. Doutoranda em Enfermagem Psiquiátrica pela EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0002-0963-956X E-mail: vivianfcunha@usp.br

4. Psicóloga. Especialista em Psicoterapia Comportamental e Cognitiva. Especialista em Expressão Ludocriativa. Mestre em Psicologia. Doutoranda em Enfermagem Psiquiátrica pela EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0002-7072-320X E-mail: ppcpsico@gmail.com

5. Psicóloga. Mestre em Psicologia. Professora do Instituto Taquaritinguense de Ensino Superior, Taquaritinga, SP, Brasil. ORCID: 0000-0003-4708-9551 E-mail: suzanaoc@yahoo.com.br

6. Psicólogo. Pedagogo. Especialista em Gestão Educacional. Mestre e Doutor em Psicologia. Bolsista de Produtividade em Pesquisa do CNPq. Professor do Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas da EERP-USP, Ribeirão Preto, Brasil. ORCID: 0000-0001-6281-3371 E-mail: fabio.scorsolini@usp.br

INTRODUÇÃO

Com o final do ensino médio, as preocupações com o futuro são particularmente ativas na vida dos adolescentes, pois para uma parcela significativa destes ocorre a preparação para a entrada no ensino superior¹. A transição do ensino médio para a universidade representa um passo importante no caminho educacional dos sujeitos, uma vez que este processo é um dos fatores associados com o futuro profissional dos mesmos.

O ingresso no ensino superior caracteriza-se como um evento marcante na vida dos estudantes e é permeada por transformações que incidirão sobre o desenvolvimento. Este período é demarcado por complexas mudanças nas esferas pessoal, afetiva, social e profissional que poderão interferir na capacidade do aluno de se adaptar a esse novo contexto de vida².

As vivências no novo contexto de ensino serão permeadas por eventos que poderão ser experienciados como desafiadores e interferirão na qualidade de vida e nos aspectos da saúde física e emocional. O impacto do ingresso no ensino superior na vida dos sujeitos demanda ajustamentos, como a necessidade de organização de ações que promovam uma boa adaptação a este contexto³⁻⁵.

Ingressar no ensino superior exige do estudante o saber lidar com situações relacionadas à vida acadêmica, relacionamentos interpessoais, expectativas em relação ao futuro profissional, adaptação a novos contextos, entre outros aspectos. A entrada na universidade, em muitas situações, irá requerer mudanças e adaptações a novos contextos, situações e relações interpessoais que mudarão significativamente os percursos desenvolvimentais desses estudantes.

Entre as situações mais recorrentes podem ser encontradas as relacionadas à saída de casa, ter que residir em outra cidade, o distanciamento dos pais, familiares e amigos, a construção de novos vínculos afetivos, a necessidade de gestão financeira, as exigências e pressões do ambiente acadêmico, a necessidade de maior independência nos estudos e de maior autonomia, a aquisição de novas responsabilidades, a solidificação da escolha profissional, dentre outras tantas demandas que antes não existiam^{6,7}.

O ingresso no ensino superior também deve ser considerado como um período importante das vivências dos estudantes uma vez que, para a maioria, demarca o início da vida adulta. Esse período de transição entre a adolescência e a vida adulta pode ser especialmente importante por permitir a convivência de características de ambas as fases. Assim, ao ingressarem na universidade, muitos estudantes conservam características típicas da adolescência, ao passo que necessitam cada vez mais expressarem e desenvolverem características associadas ao universo adulto, notadamente em termos de maior autonomia e responsabilidade pelo próprio percurso desenvolvimental.

Neste período há uma necessidade de ajustamento a um novo contexto, em que se intensificam as responsabilidades, questões relacionais, amorosas e sexuais, pressões socioeconômicas e preocupações com o mercado de trabalho⁸. Além disso, a maior parte dos estudantes já ingressa na universidade com grandes expectativas, sentindo-se pressionados a corresponder às demandas internas e externas, fatores que, associados, podem gerar intensa angústia e insegurança^{7,9}.

Tais situações presentes no cotidiano dos universitários requerem um processo constante de adaptação que pode contribuir para o seu amadurecimento, bem como para o seu desenvolvimento cognitivo e afetivo. Quando tais situações se associam a vulnerabilidades emocionais e sociais, podem levar ao sofrimento psíquico. As demandas oriundas da universidade podem desencadear ou agravar problemas de saúde física e mental^{7,8}. Assim, as vivências universitárias tanto podem contribuir com quadros anteriormente expressos pelos estudantes, potencializando-os, como também promoverem novos processos de adoecimento em razão das características desse novo período de vida, associado a um novo período da formação educacional.

Na população universitária tem sido comum a apresentação de sintomas psicopatológicos em decorrência de situações vivenciadas devido à entrada no ensino superior. É comum que universitários apresentem algum tipo de sintomatologia psicopatológica ao longo de sua formação, sendo frequentes sintomas que caracterizam episódios de depressão e ansiedade. Principalmente na área da saúde, esses estudantes apresentam altos níveis de estresse e ansiedade⁶. Por isso, recomenda-se atentar também para a maior vulnerabilidade dessa população acerca do uso de substâncias psicoativas⁹.

Assim, os cursos das áreas da saúde, por mobilizarem sentimentos em relação à futura atuação, haja vista que atuam diretamente com o humano, podem promover uma maior exposição do aluno ao estresse diante da responsabilidade de cuidar, de prestar um atendimento adequado e qualificado, bem como lidar emocionalmente com o sofrimento muitas vezes expresso pelas pessoas que buscam os serviços de saúde, por exemplo.

Esse cenário demonstra a necessidade do acompanhamento dos estudantes dos cursos da área de saúde, sendo importante que as instituições de ensino planejem e executem ações que avaliem as condições emocionais dos universitários e auxiliem na adaptação dos mesmos no contexto acadêmico, evitando a evasão e abandono do curso. Todas estas questões sublinham a relevância da ampliação de estratégias para prevenção e promoção de saúde mental de estudantes no contexto universitário¹⁰.

É evidente o papel que a universidade desenvolve nesse campo, de maneira que as instituições de ensino superior têm incentivado estratégias de enfrentamento do adoecimento psíquico com vistas à promoção da saúde dos universitários¹⁰. Neste sentido, têm sido observadas diversas atividades de acolhimento, grupos de discussão e reflexão sobre o ingresso, adaptação e permanência na universidade, grupos de escuta e reflexão sobre vivências do contexto acadêmico. Há também serviços com equipe multiprofissional que oferecem triagem psicológica, psicoterapia breve e acompanhamento educacional, além de grupos de terapia comunitária. Também são relatadas atividades acadêmicas e de extensão como as Ligas Acadêmicas, que permitem a integração entre calouros e veteranos, a afiliação acadêmica, entre outras possibilidades de integração, acolhimento e cuidado com o universitário.

A partir desse panorama e considerando a necessidade de compartilhar experiências exitosas no campo tanto do acolhimento estudantil quanto das intervenções em saúde mental junto a universitários, este estudo teve por objetivo apresentar um serviço de apoio psicológico desenvolvido na Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo para o atendimento a estudantes de graduação em Enfermagem.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência profissional. A experiência alvo da narrativa é um serviço de apoio psicológico – o Centro de Psicologia da Saúde – desenvolvido na Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP) para o atendimento de estudantes de graduação em Enfermagem. O serviço foi inaugurado no primeiro semestre de 2019 e a experiência narrada no presente estudo recobre a descrição e a análise do seu primeiro ano de funcionamento. A experiência será descrita a partir do modo como esse serviço foi implementado em 2019, sendo que a discussão estará articulada à produção científica tanto no campo do acolhimento estudantil como da saúde mental de universitários.

RESULTADOS

A partir da necessidade de promoção da saúde e prevenção de doenças no público universitário, somado à demanda da EERP-USP observada por meio das ações de acolhimento estudantil ao longo do ano de 2018, que apontavam para a necessidade de que muitos de seus alunos pudessem ter acesso a algum tipo de atendimento psicológico, em julho de 2018 foi

criado o Centro de Psicologia da Saúde da EERP-USP (CPS-EERP-USP), com o objetivo de realizar ações voltadas ao acolhimento e à promoção de saúde mental junto a esse público. O início das atividades do CPS-EERP-USP se deu também em decorrência da percepção da necessidade do investimento na saúde mental dos universitários da EERP-USP, devido a diversas queixas relatadas em espaços como comissões de graduação ou mesmo diretamente com alguns docentes.

O serviço em tela oferece acolhimento psicológico em intervenções nas modalidades individual e grupal. Os atendimentos ocorrem em uma sala reservada localizada em uma casa externa à EERP-USP, porém dentro do campus, na qual funcionam outros serviços de saúde mental, a exemplo do PROCURA, voltado a usuários de álcool e outras drogas e do Centro de Mindfulness, que desenvolve intervenções sociais, educativas e de saúde mental com diferentes públicos. O CPS-EERP-USP é coordenado por um docente da EERP-USP com formação em Psicologia. No ano de 2019 os atendimentos foram realizados por uma equipe composta por cinco psicoterapeutas e pós-graduandos da EERP-USP.

Em termos da quantidade de atendimentos realizados no CPS-EERP-USP, em 2019 foram triados 23 alunos de graduação durante o mês de setembro. Cinco alunos não compareceram ao momento de triagem e dois não tinham mais interesse no serviço por já estarem em processo de psicoterapia. Até o final de 2019 o serviço atendeu 18 graduandos e teve a incidência de três abandonos. Esses dados informam que 51 graduandos passaram por algum tipo de contato com o CPS-EERP-USP em 2019. Esse número representa 9,6% do total de graduandos da EERP-USP, conforme dados informados pela Instituição. A partir de fevereiro de 2020, em função da pandemia da COVID-19, os atendimentos presenciais não foram retomados após o período de férias. Dois casos passaram a ser acompanhados por atendimento *online*.

A seguir, a seção de Discussão apresentará reflexões sobre o modo como o serviço tem sido estruturado e tendo como referência os resultados obtidos no primeiro ano de construção do serviço. A discussão foi organizada em três eixos reflexivos: (a) O acolhimento na universidade como componente curricular; (b) O Centro de Psicologia da Saúde da EERP-USP e (c) Próximos passos e futuro do CPS-EERP-USP.

DISCUSSÃO

O acolhimento na universidade como componente curricular

Essas estratégias aqui narradas são importantes por constituírem um rol de ações que incluem o acolhimento estudantil como um componente curricular e não mais como uma ação da universidade em relação aos seus alunos. Essas políticas de atendimento ao aluno, sobretudo as relacionadas à transição para a universidade, passam a se orientar pela necessidade de acolhimento e orientação do aluno nesse momento, melhorando não apenas a sua saúde mental, mas também possibilitando que haja menores índices de evasão e que a formação profissional possa se dar de modo aliado à consideração de que a universidade precisa promover cuidado também a quem está se formando. No caso dos alunos de cursos de saúde, trata-se de retomar um lugar-comum quando se discute o cuidado: o cuidar de quem cuida. O cuidar de quem cuida, nesse sentido, deixa de ser uma estratégia possível ou desejável e passa a ser uma política institucional¹¹.

A Universidade de São Paulo (USP) tem desenvolvido diferentes ações no sentido de promover o acolhimento estudantil. Em que pesem os serviços já tradicionais existentes, como apoio do Serviço Social na concessão de auxílios (moradia, transporte, permanência, emergenciais), bem como oferta de atendimentos psicológicos em serviços-escolas, assim como o próprio apoio prestado pelas comissões organizadoras de cursos e as comissões de graduação, novas iniciativas vêm sendo pensadas e colocadas em práticas nos últimos anos. Um exemplo é a construção do Escritório de Saúde Mental, criado em 2018 no campus da capital, e que vem prestando atendimento psicológico, inclusive emergencial, a estudantes dos diversos cursos da USP São Paulo.

Nos campi do interior, também, diversas iniciativas vêm sendo desenvolvidas. Um exemplo de estratégia de cuidados é a realização de acolhimento com universitários ingressantes no curso da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP) com a proposta de dialogar a respeito da transição entre ensino médio e ensino superior¹². Destaca-se a integração dos universitários, a profunda participação e envolvimento dos integrantes ao longo do encontro e percepção dos estudantes verbalizada por meio do *feedback* positivo a respeito desse espaço de acolhimento oferecido pela instituição¹².

Essas ações, no entanto, não se restringem à USP, mas têm atravessado cada vez mais as diferentes instituições, tanto públicas como privadas. Outros serviços que também podem ser oferecidos aos estudantes universitários são: triagem, psicodiagnóstico, acolhimento, plantão psicológico, psicoterapia breve, psicoterapia em grupo, entre outros.

Esses atendimentos podem ser realizados de diferentes formas, sendo por meio de serviços-escola de Psicologia ou quando a instituição possui um quadro de psicólogos responsáveis pelo atendimento desta população. O atendimento às necessidades dos estudantes pelas instituições de ensino superior é importante, pois ao mesmo tempo em que criam espaços de acolhimento, promovem a discussão, reflexão e promoção de saúde, além de problematizar o impacto deste espaço na vida dos sujeitos e o debate acerca de como a vida universitária pode ser considerada como um evento estressor e de adoecimento dos sujeitos.

Tendo em vista o processo de adoecimento dos universitários, um público específico que tem demonstrado necessidade de maiores cuidados quanto à sua saúde mental são os estudantes de graduação de área da saúde. Esta população está exposta a diferentes contextos e situações potencialmente estressoras ligadas ao ambiente de ensino e de atendimento à população, à competição a rotina de estudos, estágios, avaliações, relações de poder entre professores e estudantes, entre outros marcadores.

No caso da Enfermagem, há demandas específicas do curso, como carga horária elevada, a inserção em espaços de atendimento que lidam com a vida e a morte, a inserção em estágios que exigem tempo, dedicação, longas horas de trabalho, o rigor exigido na execução de procedimentos que podem ser invasivos para os pacientes, a exposição a riscos e o medo constante de errar ou ser avaliado negativamente pelos professores que supervisionam as práticas. Esses elementos fazem este percurso ser altamente estressor e desgastante emocionalmente. Deste modo, percebe-se que, devido ao contexto da formação em Enfermagem, há uma maior exposição a elementos considerados de vulnerabilidade, o que coincide com a construção de uma identidade profissional¹³⁻¹⁵.

Considerando que a adaptação ao ensino superior consiste em um processo importante de ser considerado pelas instituições de ensino, a EERP-USP tem procurado desenvolver ações e criar espaços que propiciem o acolhimento e estimulem a promoção da saúde mental de seus graduandos. Um exemplo foi a criação do Comitê de Acolhimento Estudantil em 2018, integrado por docentes, estudantes e funcionários com o intuito de desenvolvimento de atividades de acolhimento com enfoque no cuidado do estudante.

Essas atividades ocorrem por meio da construção de espaços de atenção, escuta, orientação, convívio, integração e pertencimento ao ambiente acadêmico. A criação do Programa de Tutoria da EERP-USP, implementado em setembro de 2019 e também da Liga de Acolhimento Estudantil da EERP-USP, com atividades iniciadas em agosto de 2019, são algumas das atividades realizadas pelo Comitê.

O Centro de Psicologia da Saúde da EERP-USP

O CPS-EERP-USP consiste em um grupo de cultura e extensão coordenado por um docente do curso de Enfermagem que promove acolhimento e atendimentos a estudantes da graduação em Enfermagem (Bacharelado em Enfermagem e Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem). As atividades do CPS-EERP-USP são desenvolvidas por meio do trabalho voluntário de psicólogos, vinculados a atividades do Programa de Pós-Graduação em

Enfermagem Psiquiátrica e visam a desenvolver um trabalho de referência por meio de intervenções breves nas modalidades individual e grupal, ampliando a promoção de saúde e prevenção do adoecimento psíquico.

Todos os profissionais que prestam atendimento possuem experiência no atendimento psicoterápico e cada um realiza seus atendimentos seguindo orientações técnicas da abordagem que orienta a atuação. Atualmente, há psicoterapeutas vinculados às abordagens psicodinâmica, cognitivo-comportamental e sócio-histórica.

Os atendimentos psicológicos oferecidos no CPS-EERP-USP são gratuitos e exclusivos aos alunos de graduação da Enfermagem da USP do Campus de Ribeirão Preto. Inicialmente a modalidade de atendimentos planejada foi a de psicoterapia breve, sendo possível a realização de até oito encontros, com duração de 50 minutos cada.

A inauguração do serviço foi realizada no primeiro semestre de 2019 e se deu a partir da divulgação por meio da criação de perfis do CPS-EERP-USP nas redes sociais (*Facebook e Instagram*), comunicado eletrônico institucional para as turmas de graduação e cartazes fixados nos quadros de aviso, com a finalidade de recrutar interessados no serviço. Diante da condição de voluntariado dos psicólogos que participam do serviço, a estratégia de comunicação adotada entre os interessados e a equipe de profissionais foi por meio de correio eletrônico (e-mail).

A partir de um e-mail manifestando o interesse pelo serviço, a equipe solicitava informações sobre os dados pessoais como nome completo, período cursado, idade, e-mail, número telefônico para contato e o motivo principal pelo qual tem interesse no serviço. Todas as informações eram listadas por ordem de inscrição a partir desse contato. A quantidade de inscrições e de interessados levou à necessidade de criar uma fila de espera para os atendimentos que seguia a prioridade de atender sempre a ordem da solicitação de inscrição.

Com o início dos atendimentos, na prática a tentativa de priorizar a ordem de inscrição nem sempre foi possível por questões como: (a) conflito de horários disponível dos graduandos e do psicólogo; (b) solicitação de atendimento emergencial a partir de solicitações da EERP-USP (como a partir das comissões organizadoras de cursos ou mesmo de docentes buscando atendimento para alunos em maior sofrimento). Com o passar do tempo, a quantidade de inscrições com o número de horários disponíveis e ofertados acabou não suprimindo as necessidades de atendimento solicitadas.

Conforme as atividades foram sendo desenvolvidas, percebeu-se a necessidade de se reanalisar o formato dos atendimentos, oferecendo a ampliação do número de sessões a depender das demandas dos estudantes. Assim, o número de estudantes na lista de espera aumentou significativamente no decorrer dos meses iniciais da oferta do serviço. Consequentemente, o tempo de disponibilidade para uma nova vaga aumentou e a lista de espera acabou não sendo atendida com fluidez, demandando novos ajustes no procedimento de oferta de atendimento.

Como estratégia para acolher a demanda dos alunos em fila de espera, a equipe optou por realizar um período de triagem ao longo do mês de setembro de 2019 para conhecer os estudantes que se inscreveram para os atendimentos e compreender as demandas que os motivaram a procurar o serviço. Esse momento foi importante para analisar aspectos comportamentais e subjetivos dos graduandos que pudessem evidenciar a necessidade de acolhimento e estabelecer prioridades na ordem de atendimento que não apenas a ordem de inscrição no serviço.

As preocupações em oferecer algum suporte psicológico aos graduandos da EERP-USP se adensam quando se retoma a informação de que o curso de Enfermagem é composto, predominantemente, por graduandos do sexo feminino e que dados apontam que as mulheres são mais susceptíveis ao desenvolvimento e à manifestação de diferentes subtipos de ansiedade e também apresentam pior qualidade de vida em comparação com o sexo masculino, independentemente do curso⁶. Tais questões suscitam à equipe do CPS-EERP-USP a proposta

de um novo desafio que é ofertar o mesmo tipo de acolhimento psicológico na modalidade grupal, visando prover algum suporte mais imediato, tendo em vista a fila de espera. O intuito também é oferecer uma resposta à quantidade de inscritos, tendo como norte o número de voluntários engajados no serviço.

O percurso das atividades de triagens e psicoterapia breve até o momento retratam os desafios de lidar com o sofrimento psíquico no contexto universitário, além de indicar a importância de iniciativas e programas que possam dar conta dessas questões diante de evidências que demonstram a necessidade desses cuidados¹⁰. As principais demandas suscitadas pelos universitários atendidos referem-se à dificuldade em lidar com a transição necessária para a adaptação ao Ensino Superior¹⁰, havendo relatos de sintomas ansiosos, depressivos e estressores⁸⁻¹³, ideação suicida, dificuldades de expressão de habilidades sociais e de autocuidado⁶⁻¹⁵ e o estabelecimento de relações interpessoais dentro do contexto universitário, familiar e pessoal³⁻⁵.

Compreende-se que a maioria dessas demandas estão alinhadas aos desafios tanto da transição da adolescência para a vida adulta na contemporaneidade quanto da transição para o ensino superior, o que deve ser acompanhado pela adoção de estratégias de enfrentamento e também de adaptação ao novo contexto e suas características. Essas demandas, desse modo, são coerentes com os estudos mencionados no presente relato que tratam da saúde de universitários.

Um desafio do trabalho são as barreiras institucionais que também fazem parte de facilidades ou dificuldades nesse percurso. A EERP-USP não provê uma estrutura física que possa aumentar a quantidade dos atendimentos mesmo que se tenha uma maior quantidade de voluntários, pois há limitações de materiais e de sala, o que deve ser pensado e articulado a partir de modelos que garantam ao usuário a qualidade do serviço psicológico, como sigilo, preservação de suas identidades, segurança e conforto para se expressar livremente. Não há também uma articulação de parceria multiprofissional, necessária em casos de transtornos mais graves e de medicalização. Em contrapartida, a Instituição manifesta apoio para a iniciativa através da divulgação do serviço, disponibilidade de materiais de escritório, não interpondo, também, novos impeditivos.

Outro destaque é dado para os limites da própria equipe de psicólogos voluntários que, por vezes, tem horários disponíveis, mas que não se enquadram na disponibilidade de horários livres dos graduandos. Há que se considerar que o curso de Bacharelado em Enfermagem possui aulas nos períodos matutino e vespertino, ao passo que o curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem possui atividades vespertinas e noturnas. No caso de graduandos dos últimos anos, acrescentam-se os estágios, que podem ocorrer em períodos distintos aos das aulas, e mesmo em serviços e equipamentos fora do campus, o que pode dificultar o acesso aos atendimentos.

Diante dessas condições, observa-se que o que é oferecido nem sempre vai ao encontro das possibilidades dos graduandos, refletindo limitações da equipe, mas também as delimitações desse serviço a partir da condição institucional. Foi na prática que tais questões se revelaram e exigiram novas adequações dos voluntários, que também sofrem com as vicissitudes de suas questões pessoais e profissionais. Além disso, a configuração do voluntariado está atrelada à condição de vínculo institucional, um grupo composto, majoritariamente, por doutorandos da EERP-USP. Neste contexto, não há garantias para que o serviço continue a existir por muito tempo caso não se tenha pós-graduandos com formação em Psicologia vinculados ao Programa de Pós-graduação em Enfermagem Psiquiátrica.

Próximos passos e futuro do CPS-EERP-USP

Diante do percurso trilhado até o momento, observa-se a necessidade de constante adaptação e aprimoramento do serviço ofertado. Desde o início das atividades o CPS-EERP-USP passou e ainda passa por adaptações típicas de um serviço público de atendimento relacionado à gestão de recursos físicos e de pessoal.

O *setting* psicoterapêutico em que os encontros são realizados, por exemplo, tem sido adaptado e organizado conforme a alocação de recursos financeiros vai sendo distribuída. Assim, o espaço ganha forma através da aquisição de mobiliários e materiais que vêm por meio de recursos públicos, bem como por doações, com vista a proporcionar um espaço confortável e que promova melhoria constante na qualidade dos serviços ofertados.

Por mais que existam as barreiras que interfiram no desenvolvimento das atividades, existem elementos que são essenciais como: uma equipe comprometida, que se ajusta e está em constante adaptação frente aos desafios que são postos, a troca de experiências e discussões de casos entre os psicólogos, a análise de cada caso e procura de estratégias de intervenção eficazes para as demandas apresentadas, o incentivo da instituição para o desenvolvimento das ações e a disponibilização de espaço físico, de recursos materiais, divulgação, disponibilidade de técnicos administrativos para auxiliarem quando necessário para que as atividades práticas ocorram, a orientação e acompanhamento de um docente que esteja comprometido com o serviço prestado, entre outros.

Na atualidade, além dos serviços já ofertados, o acolhimento psicológico na modalidade grupal está sendo planejado para promover um espaço de trocas de experiências entre os estudantes. Os atendimentos grupais vão disponibilizar mais um recurso aos estudantes para trabalharem os aspectos relacionados à sua saúde mental, de forma a compartilharem experiências vividas e criarem um espaço de escuta empática, dialogando sobre questões de ordem pessoal e acadêmicas. Compreende-se que a modalidade grupal de atendimento pode ser importante por permitir não apenas o compartilhamento de experiências relacionadas à transição para o ensino superior¹², mas também uma forma de estreitar relações, de fomentar o apoio social e a adoção de estratégias coletivas para fazer frente aos desafios desse período.

A partir desses elementos, destaca-se que o CPS-EERP-USP constitui um serviço que pode disparar importantes reflexões institucionais, não apenas na Universidade de São Paulo, mas também em outras universidades. O atendimento às demandas dos estudantes de graduação em termos de um cuidado em saúde mental vem se mostrando uma realidade e, mais do que isso, um convite para que os gestores educacionais possam inserir esse cuidado como um componente curricular necessário à formação desses alunos.

Ao promover saúde e acolhimento aos alunos desses cursos, a universidade também se engaja na tarefa de pensar o cuidado, nesse caso, iniciando com o cuidado prestado a quem ela se propõe a formar. Quando o cuidado e o acolhimento passam a ser componentes curriculares podem se tornar uma política a ser desenvolvida e amadurecida institucionalmente, criando condições materiais para que serviços ou ações possam ser implementados, acompanhados e desenvolvidos visando à promoção do bem-estar de seus alunos. O CPS-EERP-USP trata-se, portanto, de uma iniciativa importante a ser compartilhada com os gestores educacionais de diferentes instituições de ensino superior.

CONCLUSÃO

Atentar-se para as condições de saúde mental dos estudantes do ensino superior tem sido uma demanda recorrente nos dias atuais devido aos números de casos de adoecimento psíquico desta população. As consequências do adoecimento psíquico no público universitário têm impactado o sistema de ensino e influenciado nos índices de evasão universitária uma vez que, em muitas situações, os estudantes acabam abandonando o curso por não conseguirem lidar com as demandas que lhes são apresentadas.

O ingresso no ensino superior consiste em um processo delicado, pois envolve uma série de ajustamentos e exigências aos sujeitos que nem sempre estão em condições de responderem adequadamente às demandas que lhes são conferidas. Assim, as instituições de ensino também precisam desenvolver ações, programas e serviços que sejam capazes de auxiliar os estudantes a enfrentarem os desafios que são postos neste processo.

Serviços de atendimento aos estudantes como os oferecidos pelo CPS-EERP-USP são importantes de serem estabelecidos, pois podem acolher demandas que surgem na população universitária. As atividades desenvolvidas por estes programas auxiliam os estudantes a enfrentarem situações difíceis que são de ordem pessoal e que podem interferir diretamente no desempenho acadêmico.

Sabe-se que vivências desadaptativas no espaço universitário podem trazer consequências significativas ao desenvolvimento dos sujeitos, interferindo nas suas condições de saúde física, psicológica, nos aspectos cognitivos e relacionais. Consequentemente, estes aspectos incidirão sobre a qualidade de vida dos sujeitos e poderão definir sua permanência ou desistência do curso escolhido.

Em relação aos atendimentos ofertados pelo CPS, embora não se tenha conseguido atender à total demanda institucional, os serviços prestados até o momento possibilitam oferecer um espaço de acolhimento, escuta atenta e intervenções que procuraram melhorar as condições de saúde mental dos atendidos. Além disso, as triagens realizadas possibilitaram conhecer os estudantes que ainda não haviam sido atendidos, compreender suas demandas, analisar o estado emocional e possíveis quadros psicopatológicos, fornecendo dados para o planejamento e organização de novas atividades.

Tais itinerários podem ser importantes para contribuir com que novas iniciativas sejam desenvolvidas e implementadas, visando a criar um rol de ações que possam efetivamente ser corporificadas pelas instituições de ensino superior com vistas à inclusão do acolhimento como componente curricular e, com isso, promover uma importante inovação no modo como estão se formando os alunos para o mercado de trabalho, para a atuação em saúde, para a sociedade e também para a vida.

REFERÊNCIAS

1. Kindelberger C, Safont-Mottay C, Lannegrand-Willems L, Galharret JM. Searching for autonomy before the transition to higher education: how do identity and self-determined academic motivation co-evolve? *J Youth Adolesc.* [Internet]. 2019 [citado em 25 mar 2020]: 1-14. DOI: 10.1007/s10964-019-01137-5
2. Cabras C, Mondo M. Coping strategies, optimism, and life satisfaction among first-year university students in Italy: gender and age differences. *High Educ.* [Internet]. 2018; 75(4):643-54. doi: 10.1007/s10734-017-0161-x
3. Maunder RE. Students' peer relationships and their contribution to university adjustment: The need to belong in the university community. *J Furth High Educ.* [Internet]. 2018 [citado em 25 mar 2020]; 42(6):756-68. DOI: 10.1080/0309877X.2017.1311996
4. Meehan C, Howells K. In search of the feeling of 'belonging' in higher education: undergraduate students transition into higher education. *J Furth High Educ.* [Internet]. 2019 [citado em 25 mar 2020]; 43(10):1376-90. DOI: 10.1080/0309877X.2018.1490702
5. Van Rooij ECM, Jansen EPWA, Van de Grift WJCM. First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *Eur J Psychol Educ.* [Internet]. 2018 [citado em 25 mar 2020]; 33(4):749-67. DOI: 10.1007/s10212-017-0347-8
6. Lantyer AS, Varanda CC, Souza FGD, Padovani RDC, Viana MDB. Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Rev Bras Ter Comport Cogn.* [Internet]. 2016 [citado em 25 mar 2020]; 18(2): 4-19. DOI: 10.31505/rbtcc.v18i2.880
7. Silva CP, Souza FAD, Albuquerque FDN, Almeida TA, Araújo LFD. Psicologia e saúde mental: um estudo das representações entre universitários de psicologia. *Salud Soc.* [Internet]. 2018 [citado em 25 mar 2020]; 9(3):210-20. DOI: 10.22199/S07187475.2018.0003.00001
8. Lacerda AN. Índícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários. (monografia). Brasília, DF: Universidade de Brasília; 2016.

9. Santos MVF, Pereira DS, Siqueira MM. Uso de álcool e tabaco entre estudantes de psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo. J Bras Psiquiatr. [Internet]. 2013 [citado em 25 mar 2020]; 62(1):22-30. DOI: 10.1590/S0047-20852013000100004
10. Padovani RC, Neufeld CB, Maltoni J, Barbosa LNF, Souza WF, Cavalcanti HAF, et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológico do estudante universitário. Rev Bras Ter Cogn. [Internet]. 2014 [citado em 25 mar 2020]; 10(1):2-10. DOI: 10.5935/1808-5687.20140002
11. Scorsolini-Comin F, Gabriel CS. O que pode ser considerado inovador no ensino superior contemporâneo? Considerações sobre o acolhimento estudantil. Rev SPAGESP. 2019; 20(2):1-6.
12. Rossato L, Scorsolini-Comin F. Chega mais: O grupo reflexivo como espaço de acolhimento para ingressantes no ensino superior. Rev SPAGESP [Internet]. 2019 [citado em 25 mar 2020]; 20(1):1-8. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702019000100001&lng=pt
13. Guo L, Jones MC, Liu Y, Yv S, Zhu Y, Guo Y. Cross-cultural validation of the Student Nurse Stress Index Scale: a descriptive survey targeting student nurses in China. J Affect Disord. [Internet]. 2019 [citado em 25 mar 2020]; 251:31-8. DOI: 10.1016/j.jad.2019.03.017
14. Labrague LJ, McEnroe-Petitte DM, De Los Santos JAA, Edet OB. Examining stress perceptions and coping strategies among Saudi nursing students: a systematic review. Nurse Educ Today [Internet]. 2018 [citado em 25 mar 2020]; 65:192-200. DOI: 10.1016/j.nedt.2018.03.012
15. Smith GD, Yang F. Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. Nurse Educ Today [Internet]. 2017 [citado em 25 mar 2020]; 49:90-5. DOI: 10.1016/j.nedt.2016.10.004

CONTRIBUIÇÕES

Deise Coelho de Souza, Lucas Rossato, Vivian Fukumasu da Cunha e Patrícia Paiva Carvalho de Oliveira contribuíram com a coleta dos dados, análise e redação. **Suzana Oliveira Campos** participou da coleta dos dados e revisão. **Fabio Scorsolini-Comin** atuou na elaboração do projeto que deu origem ao estudo, na análise, redação e revisão.

Como citar (Vancouver)

Souza DC, Rossato L, Cunha VF, Oliveira PPC, Campos SO, Scorsolini-Comin F. Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem. REFACS [Internet]. 2020 [citado em *inserir dia, mês e ano de acesso.*]; 8(Supl. 1):648-657. Disponível em: *inserir link de acesso.* DOI: *inserir link do DOI.*

Como citar (ABNT)

SOUZA, D. C.; ROSSATO, L.; CUNHA, V. F.; OLIVEIRA, P. P. C.; CAMPOS, S. O.; SCORSOLINI-COMIN, F. Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem. **REFACS**, Uberaba, MG, v. 8, p. 648-657, 2020. Supl. 1. Disponível em: *inserir link de acesso.* Acesso em: *inserir dia, mês e ano de acesso.* DOI: *inserir link do DOI.*

Como citar (APA)

Souza, D. C., Rossato, L., Cunha, V. F., Oliveira, P. P. C., Campos, S. O., & Scorsolini-Comin, F. (2020). Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem. *REFACS*, 8(Supl. 1), 648-657. Recuperado em: *inserir dia, mês e ano de acesso de inserir link de acesso.* DOI: *inserir link do DOI.*