

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAPÁ
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE FARMÁCIA**

**ALICE MARA ROSÁRIO DA COSTA
HIAGO JONHE DA COSTA**

**AVALIAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE FARMÁCIA
EM UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA**

Macapá
2023

**ALICE MARA ROSÁRIO DA COSTA
HIAGO JONHE DA COSTA**

**AVALIAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE FARMÁCIA
EM UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Farmácia da
Universidade Federal do Amapá, como
parte dos requisitos para obtenção do grau
de Bacharel em Farmácia.

Macapá
2023

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Biblioteca Central/UNIFAP-Macapá-AP
Elaborado por Mário das Graças Carvalho Lima Júnior – CRB-2 / 1451

- C837 Costa, Alice Mara Rosário da.
Avaliação da saúde mental de estudantes do curso de farmácia em uma universidade pública / Alice Mara Rosário da Costa, Hiago Jonhe da Costa. - Macapá, 2023.
1 recurso eletrônico. 55 folhas.
- Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal do Amapá, Coordenação do Curso de Farmácia, Macapá, 2023.
Orientadora: Taysa Ribeiro Schalcher.
- Modo de acesso: World Wide Web.
Formato de arquivo: Portable Document Format (PDF).
1. Serviços de saúde para estudantes. 2. Acadêmicos de farmácia. 3. Saúde mental. I. Schalcher, Taysa Ribeiro, orientadora. II. Universidade Federal do Amapá. III. Título.

CDD 23. ed. – 615

ALICE MARA ROSARIO DA COSTA

HIAGO JONHE DA COSTA

**AVALIAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE FARMÁCIA
EM UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Farmácia da
Universidade Federal do Amapá, como parte
dos requisitos para obtenção do grau de
Bacharel em Farmácia.

Data de Aprovação: ____/____/____



Documento assinado digitalmente
TAYSA RIBEIRO SCHALCHER
Data: 09/05/2023 11:01:03-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Orientador: Prof. Msc. TAYSA RIBEIRO SCHALCHER - UNIFAP



Documento assinado digitalmente
MAYARA AMORAS TELES FUJISHIMA
Data: 09/05/2023 11:22:50-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Avaliadora: Prof. Dra. MAYARA AMORAS TELES FUJISHIMA – UNIFAP



Documento assinado digitalmente
CAROLINA MIRANDA DE SOUSA LIMA
Data: 10/05/2023 15:29:21-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Avaliadora: Prof. Dra. CAROLINA MIRANDA DE SOUSA LIMA - UNIFAP

AGRADECIMENTOS

Em agradecimento conjunto, agradecemos à vida e às inúmeras oportunidades de aprendizado que vivenciamos ao longo destes cinco anos de graduação e também à nossa orientadora Prof^ª. Msc. Taysa Ribeiro Schalcher por todo amparo em meio a tantos dias difíceis.

Em meu nome, Alice, agradeço imensamente à minha mãe Lindomara Rosário e meu 'paidrasto' Rosivan Santos, a quem tanto amo e admiro e aos meus avós, Manoel e Celina, que foram e são a ferramenta basilar do meu existir e durante toda a minha formação, cito também meus irmãos José Jaime e Aline Rebeca que me impulsionam a ser sempre o melhor de mim e à minha família que esteve sempre acreditando que eu chegaria até aqui, eu não seria nada sem vocês, sou grata por toda compreensão e o suporte que me deram ao longo de minha graduação. Também dedico ao meu amado, Lucas Magalhães, que me acompanhou no decorrer desta trajetória sempre resiliente e a quem tanto sou grata pela compreensão, incentivo e apoio, por todos os momentos de dificuldades que superamos, por acreditar no meu crescimento pessoal e profissional, e pelo amor que cultivamos. Às minhas amigas Luiza Marques e Brenda Freire, que foram essenciais para que meus dias fossem mais leves e mais amáveis e estiveram comigo mesmo em dias cinzentos. Em suma, a cada um dos citados, sou infinitamente agradecida por cada gesto de amor que tiveram por mim e por darem um colorido tão bonito à minha vida.

Em meu nome, Hiago Jonhe, agradeço à minha filha Sofia e a minha esposa Milena Vieira por tudo o apoio, aos meus pais Milton Carlos e Milena Valente pelo apoio ao longo desta caminhada. Em primeiro lugar, gostaria de agradecer à minha esposa por todo o apoio e compreensão ao longo deste processo. Sem sua paciência, amor e incentivo, suas palavras encorajadoras e sua presença sempre presente me ajudaram a superar momentos difíceis e a continuar avançando em direção ao meu objetivo. eu não teria conseguido chegar até o final deste TCC. Também gostaria de expressar minha gratidão à minha filha por ser uma fonte constante de inspiração e motivação. Por fim, mas não menos importante, gostaria de agradecer aos meus pais, que sempre me apoiaram e me encorajaram em todas as etapas da minha vida. Sua confiança em mim e em minhas habilidades me deu a força para enfrentar os desafios que surgiram ao longo deste caminho. Não poderia ter alcançado este marco sem o amor e o apoio inabaláveis da minha família.

“[...] Recomece, se refaça; relembre o que foi bom; reconstrua cada sonho; redescubra algum dom; reaprenda quando errar; rebole quando dançar; E se um dia, lá na frente; a vida der uma ré; recupere a sua fé; e RECOMECE novamente.” Bráulio Bessa

RESUMO

A garantia da promoção da saúde mental da comunidade acadêmica tem sido foco de debate em várias instituições de ensino superior. Vários fatores podem afetar negativamente o desempenho de um estudante de graduação e um deles está relacionado a questão de problemas acadêmicos e não acadêmicos que podem afetar sua saúde mental. O objetivo do presente trabalho foi verificar a percepção dos alunos do curso de farmácia de uma universidade pública sobre saúde mental no ambiente acadêmico. A metodologia foi realizada a partir um estudo descritivo, transversal, quali-quantitativo, onde foi aplicado um questionário via google forms para os alunos do curso de farmácia da universidade Federal do Amapá. O referido instrumento de pesquisa apresentava perguntas abertas e fechadas nas quais os acadêmicos puderam mostrar sua percepção sobre os fatores que afetam sua saúde mental, bem como, a avaliação sobre os serviços de apoio ao estudante nesta área. Foram incluídos na pesquisa os estudantes do curso de farmácia regularmente matriculados nos cursos de graduação no campus Marco Zero da Unifap com idade igual ou maior de 18 anos que aceitem participar da pesquisa mediante o aceite do termo de consentimento livre e esclarecido. Obtendo-se, assim, resultados parciais na qual observou-se que a maioria dos participantes da pesquisa consideram sua saúde mental como regular ou péssima. Mais de um fator acadêmico está relacionado ao comprometimento da saúde mental do discentes, tais como, excesso de atividades, carga horária e dificuldade de relacionamento com professores. Em relação a fatores externos, os problemas financeiros e familiares são os mais apontados como fatores que causam problemas de saúde mental. Destaca-se ainda que em caso de problemas nesta área, a maioria dos participantes relata que passa pela situação sozinho. Os estudantes do curso de farmácia de uma universidade pública têm a percepção de que sua saúde mental não está bem e que é necessárias melhorias nas políticas sobre o assunto na instituição e no curso.

Palavras-chave: Serviços de Saúde para Estudantes. Faculdades de Farmácia. Estudantes de Farmácia. Saúde mental.

ABSTRACT

The promotion of mental health in the university has been the focus on the debate in several higher education institutions. Several factors can affect the performance of an undergraduate students and one of them is related to the issue of academic and non-academic problems that can affect their mental health. This study verified the perception of pharmacy students at a public university about mental health. It was carried out a descriptive, cross-sectional, quali-quantitative study. A questionnaire was applied by google forms to students of the pharmacy undergraduate at the public university in Amapá. This research instrument had questions about the student's perception of the factors that affect their mental health, as well as the evaluation of student support services in this area. It could participate pharmacy students regularly enrolled in undergraduate. The results showed that the majority of the participants consider their mental health as regular or terrible. More than one academic factor is related to the problems of the students' mental health, such as excessive activities, heavy workload and difficulty in relationships with professors. The non-academics factors as financial and family problems were the most related with mental health problems. Most of the participants reported that they went through the situation alone. Pharmacy students at a public university have the perception that their mental health is not good and that it is necessary to improve policies about mental health at the institution and the pharmacy school.

Keywords: Student Health Services. Pharmacy Schools. Pharmacy Students. Mental health.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1-	Perfil dos estudantes do curso farmácia da UNIFAP que participaram da pesquisa.....	15
Quadro 2-	Atividades que os alunos de farmácia desenvolvem em paralelo com as atividades acadêmicas para promoção de sua saúde física e mental.....	16
Quadro 3-	Doenças relatadas pelos alunos participantes da pesquisa, com diagnóstico médico, que avaliaram sua saúde mental como regular ou péssima.....	19
Quadro 4 -	Como os problemas relacionados à sua saúde mental afetam/afetaram os discentes participantes da pesquisa durante a graduação.....	20
Quadro 5 -	Fatores acadêmicos que contribuem para o comprometimento da saúde mental dos entrevistados.....	20
Quadro 6 -	Fatores acadêmicos que contribuem para o comprometimento da saúde mental dos entrevistados.....	21
Quadro 7-	Avaliação dos entrevistados do curso de farmácia sobre os serviços de apoio ao discente.....	24

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 -	Percepção dos entrevistados sobre sua saúde mental.....	17
Gráfico 2 -	Fatores responsáveis pelo aparecimento de problemas de saúde com diagnóstico médico em estudantes do curso de farmácia entrevistados.....	19
Gráfico 3 -	Fatores externos ao meio acadêmico que afetam a saúde mental dos entrevistados.....	22
Gráfico 4 -	Opções de refúgio/apoio buscado pelos entrevistados buscados pelos entrevistados em caso de enfrentamento de problemas acadêmicos.....	23
Gráfico 5 -	Avaliação da assistência prestada aos alunos após recorrer à coordenação ou a docentes do curso.....	23

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	06
2	OBJETIVOS	08
2.1	OBJETIVOS GERAIS.....	08
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	08
3.	REFERENCIAL TEÓRICO.....	09
3.1	SAÚDE MENTAL	09
3.2	FATORES ASSOCIADOS AOS DISTÚRBIOS MENTAIS NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO.....	10
3.3	AÇÕES NAS UNIVERSIDADES SOBRE SAÚDE MENTAL.....	12
4	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	14
4.1	DESENHO DO ESTUDO.....	14
4.2	DELINEAMENTO DO ESTUDO.....	14
4.3	CRITÉRIOS DE INCLUSÃO.....	14
4.4	ASPECTOS ÉTICOS.....	14
5	RESULTADOS PARCIAIS.....	15
5.1	INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE OS ESTUDANTES.....	15
5.2	PERCEPÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ACADÊMICO.....	16
5.3	PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DE COMO FATORES EXTERNOS E INTERNOS À ACADEMIA AFETA A VIDA ACADÊMICA.....	20
5.4	PERCEPÇÃO DOS DISCENTES SOBRE APOIO AO DISCENTE EM QUESTÕES RELACIONADAS À SAÚDE MENTAL.....	22
6	DISCUSSÃO.....	26
7	CONCLUSÃO.....	31
	REFERÊNCIAS.....	
	ANEXO A - CERTIFICADO DE ACEITE DO COMITÊ NACIONAL DE ÉTICA EM PESQUISA.....	
	ANEXO B - AUTORIZAÇÃO DA COORDENAÇÃO DO CURSO DE FARMÁCIA PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA.....	
	APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO ONLINE APLICADO AOS ALUNOS DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM SAÚDE DO CAMPUS MARCO ZERO DA UNIFAP.....	
	APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	

**APÊNDICE C - REPOSTAS SOBRE MELHORIAS QUE DEVERIAM SER
IMPLEMENTADAS NO ÂMBITO DO CURSO DE FARMÁCIA.....**

**APENDICE D - REPOSTAS SOBRE MELHORIAS QUE DEVERIAM SER
IMPLEMENTADAS NO ÂMBITO DA UNIVERSIDADE.....**

1 INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2013) pode-se definir saúde mental como “o estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a comunidade”. Ao se tratar de Saúde Mental, deve-se levar em consideração o meio social na qual está inserido o indivíduo e suas condições de acesso aos serviços de atendimento psicológicos e psiquiátricos (SANTOS; SIQUEIRA, 2010).

Na última década, a saúde mental de estudantes universitários da área da saúde tornou-se foco de atenção da comunidade acadêmica (BENETON et al., 2021). Estes alunos demonstram maior propensão a níveis elevados de fatores estressores que as demais áreas, esse fator se justifica devido a longa carga horária de atividades diárias e, conseqüentemente, contribuindo para a utilização de substâncias psicoativas e de medicamentos associados ao tratamento de distúrbios mentais, o que repercute de maneira negativa no processo de ensino-aprendizagem e interfere diretamente no desenvolvimento profissional do acadêmico (BUBLITZ et al., 2016).

As dificuldades acadêmicas, problemáticas externas, o pouco aporte psicológico por parte das instituições e a ausência de redes de apoio dentro das próprias graduações são fatores situações que podem ser enfrentadas pelos estudantes durante os anos em que estão na universidade (ROCHA, 2021).

As principais psicopatologias observadas dentro dos cursos da saúde durante os anos na universidade são o transtorno de ansiedade (social ou generalizada), estresse, depressão e distúrbios alimentares (CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005). Além disso, boa parte dos universitários apresentaram recorrência de sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

A redução do período de sono e o aparecimento de episódios recorrentes de insônia nos acadêmicos são fatores relevantes a serem relacionados à ansiedade no aspecto universitário, gerando um aumento no número de acadêmicos com baixo rendimento e que apresentam índices ansiedade cada vez mais elevados (VIZZOTTO; JESUS; MARTINS, 2022).

Neste sentido, trabalhos como este cujo objetivo é mostrar as questões relacionadas à saúde mental dos estudantes do curso de farmácia geram resultados que podem orientar a coordenação do curso e as demais instâncias da universidade

ao estabelecimento e/ou aperfeiçoamento de políticas de saúde mental no campus, para que desta forma sejam garantidos ao discente além da formação técnica-profissional, um sistema de suporte que promova ou recupere sua saúde do mesmo durante os anos em que desenvolve suas atividades acadêmicas na instituição de ensino superior.

2 OBJETIVO

2.1 OBJETIVO GERAL

Verificar a percepção dos alunos do curso de farmácia de uma universidade pública sobre saúde mental no ambiente acadêmico.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Verificar quais os fatores acadêmicos e não acadêmicos contribuem para o comprometimento da saúde mental dos estudantes do curso de farmácia;
- b) Mostrar como os discentes do curso de farmácia avaliam os serviços relacionados ao apoio do estudante em questões de saúde mental na universidade;
- c) Averiguar o que os estudantes sugerem que pode ser feito como melhoria para promoção da saúde mental na universidade.

3 REFERÊNCIAL TEÓRICO

3.1 SAÚDE MENTAL

Segundo a organização Mundial da Saúde (2013, p. 38), define-se como saúde mental “um bem-estar no qual o indivíduo desenvolve suas habilidades pessoais, consegue lidar com os estresses da vida, trabalha de forma produtiva e encontra-se apto a dar sua contribuição para sua comunidade”.

Nem a saúde mental, nem a saúde física podem existir sozinhas, elas funcionam em interdependência com o social, por isso, a saúde mental deve ser um assunto que deve interessar a todos, indivíduos, famílias, comunidade, organizações comerciais, profissionais de saúde, além dos tomadores de decisão nos governos e organismos internacionais, pois é a base para o bem-estar do indivíduo, bem como, para o bom funcionamento da coletividade em que o mesmo está inserido (OMS, 2004).

No que refere-se ao Brasil, no período final da década de 1970, as primeiras etapas a respeito do desenvolvimento de políticas públicas nacionais focalizadas na urgência de se estabelecer medidas de modificações do sistema psiquiátrico vigente, levando em consideração as crises enfrentadas no grande número de hospitais psiquiátricos descritos por sua qualidade precária de cuidados e as constantes violações dos direitos humanos, tornou imprescindível que houvesse uma rígida reforma nos serviços de saúde mental (GUIMARÃES, 2010).

A partir dos esforços realizados para que pudesse haver reformas na esfera assistencial no que tange a saúde mental, foi publicada a lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001, que dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental, atribuindo ao “estado o desenvolvimento da política de saúde mental, a assistência e a promoção de ações de saúde aos portadores de transtornos mentais, com a devida participação da sociedade e da família”

A implementação da Política Nacional de Saúde Mental (PNSM), visando ações com o objetivo de consolidar um molde assistencial de saúde mental com base comunitária, ou seja, alterações no modelo terapêutico com o fito de retirar-se de um lugar de isolamento, e torná-lo ao convívio com a família e a comunidade (DELGADO, 2011).

A PNSM delega a respeito da livre circulação das pessoas com distúrbios psíquicos por toda a esfera social e seus serviços, de modo a oferecer atendimento embasado nos recursos que a comunidade oferece (CORTÊS, 2009). Este modelo depreende uma rede de serviços e equipamentos diversificados, tais como: os Serviços Residenciais Terapêuticos (SRT), os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), os Centros de Convivência e Cultura e os leitos de atenção integral (em Hospitais Gerais, nos CAPS III). O Programa de Volta para Casa que oferece bolsas para egressos de longas internações em hospitais psiquiátricos, também faz parte desta Política (ALMEIDA, 2019).

Nesse ínterim, por conseguinte, os CAPS são entidades com o objetivo de acolher os pacientes com distúrbios mentais, estimular sua integração social e familiar, auxiliar em suas iniciativas de retomada da autonomia, oferecer-lhes atendimento médico e psicológico. Sua característica principal é buscar integrá-los a um ambiente social e cultural concreto, designado como seu “território”, o espaço da cidade onde se desenvolve a vida cotidiana de usuários e familiares. Os CAPS engendram-se como a principal estratégia do processo de reforma psiquiátrica (FERREIRA, 2016).

3.2 QUESTÕES RELACIONADAS À SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO

Na última década, a saúde mental de estudantes universitários da área da saúde tornou-se foco de atenção da comunidade acadêmica. Os problemas relacionados à saúde mental dos alunos são resultado de exposição às situações estressantes, precariedade de formação consonante à preservação da saúde mental, o que afeta tanto o desempenho acadêmico do aluno, como causa seu adoecimento psíquico (BENETON et al., 2021).

Os estudantes da área da saúde tendem a apresentar maior nível de fatores estressores que as demais áreas devido às atividades de longa carga horária, em consequência disso, sendo o grupo de estudantes que mais faz uso de substâncias psicoativas (SPAs) e de medicamentos associados ao tratamento de distúrbios mentais, o que repercute de maneira negativa no processo de ensino-aprendizagem e interfere diretamente no desenvolvimento profissional do acadêmico (BUBLITZ et al., 2016). De acordo com análises sobre a saúde mental dos estudantes realizadas

por De Assis e De Oliveira (2010) em uma universidade pública da região Sul do Brasil, notou-se que boa parte desses alunos apresentavam recorrência de sintomas que envolvem insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas tais como surgimento de gastrite devido ao estresse (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

Os estudantes do primeiro ano, ou os calouros, frequentemente enfrentam desafios únicos na universidade, incluindo a ansiedade de se adaptar a uma nova rotina e ambiente, a pressão por obter bons resultados acadêmicos e a falta de conexão social e apoio emocional. Para apoiar esses estudantes, as universidades podem implementar as seguintes medidas (SOUZA, 2017).

Uma série de fatores está relacionado com o adoecimento no ambiente acadêmico. Um dos relacionados a ansiedade, é a redução do período de sono e o aparecimento de episódios recorrentes de insônia nos acadêmicos. Em consequência disso, há um aumento no número de acadêmicos com baixo rendimento e que apresentam índices ansiosos cada vez mais elevados (VIZZOTTO; JESUS; MARTINS, 2022). Outro fator nocivo no ambiente universitário é o estresse resultante de situações diárias da vida acadêmica, como a realização de provas, apresentação de trabalhos que podem desencadear desequilíbrios de ordem fisiológica, emocional, cognitiva e comportamental (FREIRES, 2018; DE SOUZA, 2018).

Problemas relacionados à alimentação também estão presentes no contexto universitário, seja na busca constante de alimentos pouco saudáveis e lanches rápidos e até jejum prolongados que acarretam distúrbios gastrointestinais (REIS; SILVA JÚNIOR; PINHO, 2014). Oliveira, Figueiredo e Córdas (2020) identificaram que 4% da população em geral é sujeita a alto risco de desenvolver distúrbios alimentares, entretanto esse valor é ainda maior entre os acadêmicos. De acordo com pesquisado por Nunes et al. (1998), os estudantes universitários que apresentaram distúrbios alimentares tendem a apresentar um histórico de transtornos como ansiedade e depressão, dinâmica familiar conflituosa e/ou problemas com a imagem corporal e em situação de vulnerabilidade a respeito do viés cultural pela qual se excede a valorização da forma física e estabelecendo padrões corporais (CARAM; LAZARINE, 2013).

Em um estudo realizado por Brito et al. (2022) a saúde mental e qualidade de vida dos estudantes da área da saúde, são intrinsecamente relacionados ao modelo

educacional da universidade, este estudo se utilizou dos alunos dos cursos de medicina, enfermagem, farmácia, odontologia e psicologia, de forma que foi identificado que as principais queixas atribuídas ao surgimento de transtornos mentais, tem em sua maioria, problemáticas envolvendo a carga horária exigida dos referidos cursos tensão exagerada e cobrança excessiva. Em consonância a tal fato, o estudo demonstra que o uso de drogas lícitas e ilícitas, surge como tentativa da manutenção de alto rendimento acadêmico, o que tende a corroborar com boa parte dos casos de transtornos identificados.

3.3 AÇÕES NAS UNIVERSIDADES SOBRE SAÚDE MENTAL

A Saúde mental tem sido abordada de diversas maneiras nas universidades brasileiras. Neste sentido, as rodas de conversa tem sido uma excelente maneira de abordar o tema da saúde mental nas universidades. Elas permitem que os estudantes se reúnam em um ambiente acolhedor e seguro para discutir questões relacionadas à saúde mental e emocional, como ansiedade, depressão, estresse e problemas relacionados ao transtorno mental. (DE COSTA; MOREIRA, 2016). Além disso, as rodas de conversa podem ajudar a destruir estigmas e tabus ao tornar o assunto da saúde mental mais acessível e normal. Isso pode ajudar os estudantes a se sentirem mais confortáveis em procurar ajuda e suporte quando precisarem (NETO, 2016).

As universidades também podem convidar profissionais da saúde mental para participar dessas rodas de conversa, para fornecer informações e orientações precisas e úteis aos estudantes. Isso pode ajudar a melhorar a compreensão dos estudantes sobre saúde mental e como procurar ajuda de maneira eficaz (COSTA; FILHO; DE MEDEIROS, 2015).

Para ajudar os estudantes do primeiro ano no momento de ingresso na universidade, as instituições de ensino superior podem implementar programas com objetivo de ajudar na adaptação destes alunos ao ambiente universitário e desenvolver habilidades para lidar com desafios, promovendo atividades de orientação, grupos de apoio, acesso a serviços de saúde mental, mentorias, eventos sociais e atividades extracurriculares (CASTRO, 2018).

Outra ação importante que deve ser prioridade nas universidades é a criação de comissões sobre saúde mental. A presença destas comissões é uma forma eficaz

de lidar com questões relacionadas à saúde mental e emocional dos estudantes, pois as mesmas são responsáveis por criar, implementar e monitorar programas e iniciativas para melhorar a saúde mental na universidade (CAGE, 2021).

Sob essa ótica, as atribuições dessas comissões podem incluir o desenvolvimento de políticas e procedimentos para promover a saúde mental na universidade, fornecer treinamento e educação sobre saúde mental para estudantes, funcionários e faculdade, identificar e responder às necessidades específicas relacionadas à saúde mental da comunidade universitária, trabalhar com os departamentos de atendimento médico e psicológico da universidade para garantir que os estudantes tenham acesso aos recursos de saúde mental de que precisam e criar campanhas de conscientização sobre saúde mental e combate a estigmas. (CERCHIARI, 2004).

Promover um ambiente saudável envolve uma abordagem multidisciplinar que abrange aspectos psicológicos, sociais, físicos e emocionais. Algumas pesquisas apontam para a importância de se fomentar relações positivas, práticas de atividade física regular, alimentação saudável, bem-estar emocional e acesso a cuidados de saúde mental. Outras pesquisas destacam a importância de se promover a diversidade, a inclusão e a equidade, bem como o desenvolvimento de habilidades de resiliência e autoeficácia (ANTUNEZ, et al., 2021).

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

4.1 DESENHO DO ESTUDO

Foi realizado um estudo descritivo, transversal, quali-quantitativo

4.2 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Foi aplicado um questionário (Apêndice A) elaborado via google forms, que constavam de perguntas abertas e fechadas nas quais os acadêmicos podiam mostrar sua percepção sobre os fatores acadêmicos e não acadêmicos que afetam a saúde mental, bem como, fazer a avaliação sobre os serviços de apoio ao estudante nesta área ofertados pela universidade.

O link que foi compartilhado com os representantes das turmas do curso de farmácia via aplicativo WhatsApp e/ou através de QR code que ficou fixado nos murais de aviso no bloco de sala de aulas do curso de farmácia. Através deste link os alunos tinham acesso primeiramente ao termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) (Apêndice B) A e em seguida ao questionário com as perguntas da pesquisa.

4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Os critérios para participação na pesquisa foram os discentes estarem regularmente matriculados no curso de farmácia no campus Marco Zero da Unifap, apresentar idade maior ou igual a 18 anos e aceitar participar da pesquisa mediante o aceite do TCLE

4.4 ASPECTOS ÉTICOS

O referido trabalho obedeceu a todas as normas estabelecidas na resolução CNS nº 466, de 12 de dezembro de 2012, sendo cadastrado no sistema CEP/CONEP, para submissão ao comitê de ética e pesquisa com seres humanos e tem como número de aprovação no referido comitê CAAE: 64134822.0.0000.0003 (anexo A).

5 RESULTADOS

5.1 INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE OS ESTUDANTES

Participaram da pesquisa 45 discentes do curso de farmácia. Observou-se a maioria dos participantes é do sexo feminino, jovens e solteiros (tabela 1).

Quadro 1- Perfil dos estudantes do curso farmácia da UNIFAP que participaram da pesquisa.

VARIÁVEL	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
Sexo		
Feminino	33	73,3
Masculino	12	26,6
Idade(anos)		
18	1	2,2
19 – 25	39	86,6
26 – 30	4	8,8
≥ 31	1	2,2
Estado Civil		
Solteiro	40	88,8
Casado	1	2,2
Namorando	1	2,2
União Estável	3	6,6
Ano de Ingresso no Curso		
2022	5	11,1
2021	7	15,5
2020	11	24,4
2019	9	20
2018	11	24,4
2017	2	4,4
Total	45	100

Próprio autor

Quando se analisa a prática de atividades que contribuem para promoção de saúde tanto física quanto mental dos entrevistados, observa-se, que grande parte dos

discentes, por conta da rotina universitária, não consegue adotar em sua vida diária hábitos saudáveis, que promovam saúde mental em (tabela 2).

Quadro 2 – Atividades desenvolvidas pelos discentes de farmácia participantes da pesquisa para promoção de sua saúde física e mental

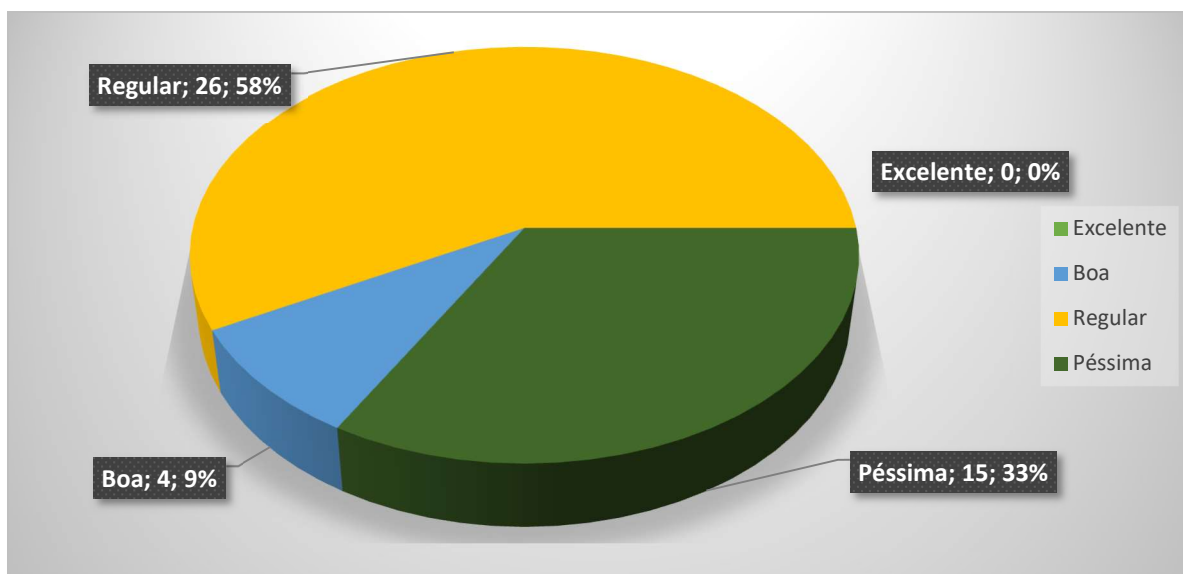
VARIÁVEL	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
Atividade Física (3x na semana – 30 a 40 min)		
Sim	10	22,2%
Não	35	77,8%
Alimentação Adequada		
Sim	15	33,3%
Não	30	66,7%
Tempo de Sono (7 - 8h)		
Sim	8	17,8%
Não	37	82,2%
Realizar Atividades de promoção da Saúde Mental		
Sim	8	17,8%
Não	37	82,2%
Total	45	100%

Próprio autor

5.2 PERCEPÇÃO DOS ALUNOS SOBRE SUA SAÚDE MENTAL

Nenhum dos entrevistados considerou sua saúde mental como excelente, a maioria tinha percepção de que a mesma não estava boa e um pequeno grupo de entrevistados fez uma avaliação positiva da sua saúde mental (gráfico 1).

Gráfico 1- Percepção dos estudantes de farmácia que participaram da pesquisa sobre sua saúde mental



Próprio autor

Dentre os estudantes que classificaram sua saúde mental como regular, nem todos justificaram a razão de apresentarem esta percepção. Os que justificaram, foi possível identificar fatores relacionados ao curso e a universidade, um sentimento de incapacidade, indisposição, ansiedade por parte do aluno frente a vida acadêmica conforme relatos apresentados abaixo:

“Me sinto emocionalmente instável, às vezes muito ansiosa, principalmente com atividades da própria faculdade, um sentimento de incapacidade.” A39

“Crises de ansiedade em relação aos assuntos mais extenso do curso, as apresentações e o medo de não ser suficiente pra terminar o curso.” A30

“Indisposição a todo momento, não consigo fazer nada que eu gosto sem me sentir indisposta e conseqüentemente, fico triste e me isolo.” A 27

“Acabo me sentindo inútil ou que não pertenço ao meu curso quando vou mal em alguma prova ou quando alguns discentes são duros com os alunos. A quantidade de trabalhos que devemos conciliar também acaba me fazendo sentir pressionada.” A20

“A universidade e o medo de não ser o suficiente e não dar conta das exigências da universidade.” A37

“Notei que desde o início do curso tenho andado sempre muito preocupada e estressada. Apesar de estar no curso a pouco mais de um ano ainda não encontrei

um cronograma de estudo adequado que me faça "render" uma vez que o meu anterior mostrou-se ineficaz para o ambiente acadêmico.” A38

“Me sinto emocionalmente instável, as vezes muito ansiosa, principalmente com atividades da própria faculdade, um sentimento de incapacidade.” A40

Os que categorizaram sua saúde mental como péssima, afirmam que esse fato ocorre em virtude de alguns apresentarem alguma doença com diagnóstico médico, ou a sintomas como ansiedade, insônia, desânimo, grande demanda de atividades curriculares e/ou carga horária exaustiva e questões relacionadas aos professores.

“Problemas psiquiátricos (Ansiedade, TDAH e Depressão)” A25.

“Transtorno afetivo bipolar, ansiedade constante e alguns pormenores causados pelas angústias do dia a dia combinadas com o próprio transtorno.” A35

“Prazos de atividades inacessíveis, aulas péssimas e cobrança de excelência dos alunos, professores com atitudes abusivas”. A1

“Carga horária exaustiva, falta de empatia, professores abusadores, falta de acolhimento e compreensão dos professores”. A8

“Principalmente a rotina extenuante, conteúdo superficialmente abordado em sala e cobrança do ambiente social e acadêmico, no qual tenho que investir cerca de 3 horas diárias apenas em transporte público, além da carga horária teórica relativa às disciplinas cerca de 4 a 8 horas diárias, onde invisto o restante do tempo diário para acompanhar o desenvolvimento e compreensão do conteúdo ministrado diariamente, acarretando em um período de sono e descanso inferior a 6 horas diárias”. A4

Observou-se que dentre os participantes que definiram sua saúde mental como regular, 11 discentes apresentam diagnóstico médico para problemas de saúde física e/ou mental. Entre aqueles que relataram a saúde mental como péssima, a maioria (n=12) tem diagnóstico médico para alguma patologia. Alguns estudantes apresentam mais de um problema de saúde (quadro 3). Foi considerado “**não especificado**” os casos de alunos que relataram problemas de saúde diagnosticados por médico, porém não especificaram qual.

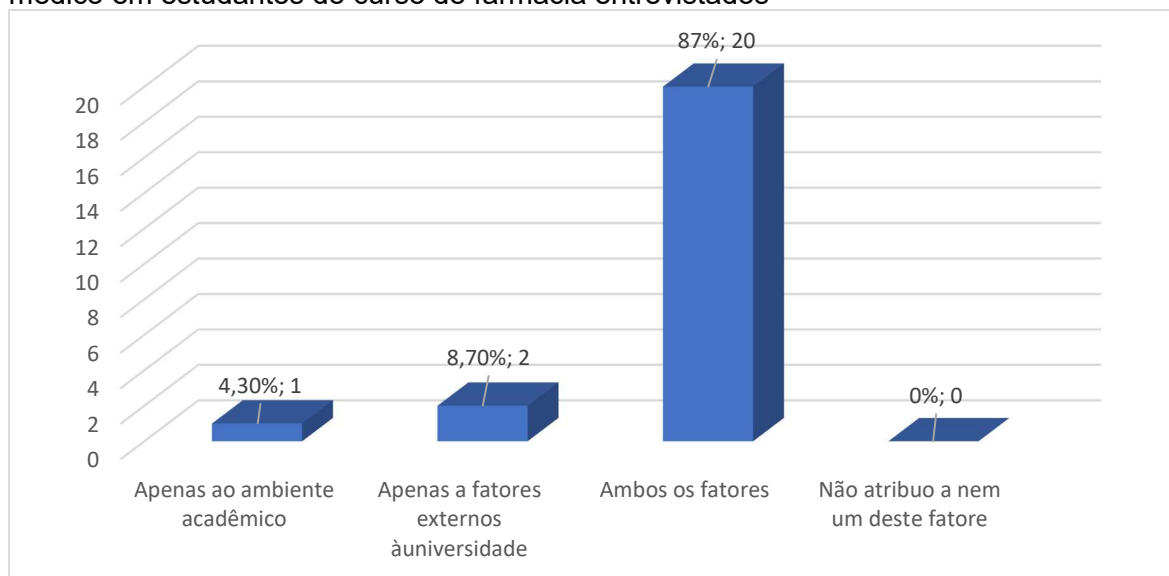
Quadro 3 – Doenças relatadas pelos alunos participantes da pesquisa, com diagnóstico médico, que avaliaram sua saúde mental como regular ou péssima

VARIÁVEL	FREQUÊNCIA
Ansiedade	16
Depressão	5
Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade	1
Transtorno afetivo bipolar que varia para o transtorno esquizoafetivo	1
Carência das vitaminas do complexo B e anemia.	1
Transtorno de conduta não especificado	1
Transtorno Depressivo Recorrente	1
Tireoidite de Hashimoto.	1
Gastrite	1
Fibromialgia	1
Não especificado	2
Total	31

Próprio autor

Dos que afirmaram ter diagnóstico de algum problema de saúde (físico/mental), apenas 23 alunos responderam quais tipos de fatores eles atribuíam o desenvolvimento e/ou aparecimento dos seus problemas (gráfico 2).

Gráfico 2- Fatores responsáveis pelo aparecimento de problemas de saúde com diagnóstico médico em estudantes do curso de farmácia entrevistados



Próprio autor

5.3 PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DE COMO FATORES EXTERNOS E INTERNOS À ACADEMIA AFETA A VIDA ACADÊMICA

A maioria dos participantes (n= 38/84,4%) já sentiram vontade de desistir ou abandonar uma matéria ou semestre. Observou-se em suas respostas que mais de uma disciplina estavam relacionadas ao desejo de abandonar um componente curricular ou semestre letivo, e que as matérias relacionadas a este sentimento se encontram principalmente no eixo básico, entre o 1º e 5º semestre, com destaque a disciplinas que envolvem química e algumas do eixo profissionalizante (Quadro 4).

Quadro 4 - Disciplinas relacionadas ao desejo de abandono do curso por parte dos discentes entrevistado

SEMESTRE	DISCIPLINA	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
1º	Biossegurança	1	2,2%
	Fisiologia E Biofísica	8	17,7%
3º	Farmacognosia	8	17,7%
	Bioquímica	6	13,3%
	Química Orgânica	22	59,4%
4º	Química Analítica Quantitativa	3	6,6%
	Epidemiologia	1	2,2%
	Físico- Química	3	6,6%
	Mecanismos De Reações Orgânicas	13	28,8%
	Patologia	1	2,2%
5º	Farmacotécnica	3	6,6%
	Química Farmacêutica	3	6,6%
7º	Fitoterapia	5	11,1%

Próprio autor

Observou-se que os problemas de saúde mental têm um impacto muito grande no desempenho acadêmico dos alunos entrevistados e muitos demonstram que são afetados de mais de uma forma por estas questões (quadro 5). No caso dos discentes que responderam outros, havia diversas situações como falta de amigos (n=1), aumento do peso (n=1), dificuldade em conciliar vida pessoal com a universidade (n=1), auto cobrança e sentimento de incapacidade (n=1).

Quadro 5 – Como os problemas relacionados à sua saúde mental afetam/afetaram os discentes participantes da pesquisa durante a graduação

VARIÁVEL	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
Desenvolvimento de baixa autoestima	32	71,1%
Redução do rendimento acadêmico	30	66,7%
Piora dos problemas de saúde	29	64,4%
Ausência nas aulas/ falta de vontade de ir as mesmas	21	46,7%
Vontade de abandonar ou desistir do curso	21	46,7%
Outros	4	8,9%

Próprio autor

Os participantes da pesquisa relataram a existência de mais de um fator acadêmico causador do comprometimento de sua saúde mental no ambiente universitário (quadro 6). Os mais citados estão relacionados a dinâmica de funcionamento do curso, problemas de relacionamento com docentes e falta de suporte para os mesmos. Um discente respondeu outro e referia-se à falta de acolhimento por parte dos demais estudantes devido a sua forma de ingresso e a não adequação no espaço acadêmico.

Quadro 6 - Fatores acadêmicos que contribuem para o comprometimento da saúde mental dos entrevistados

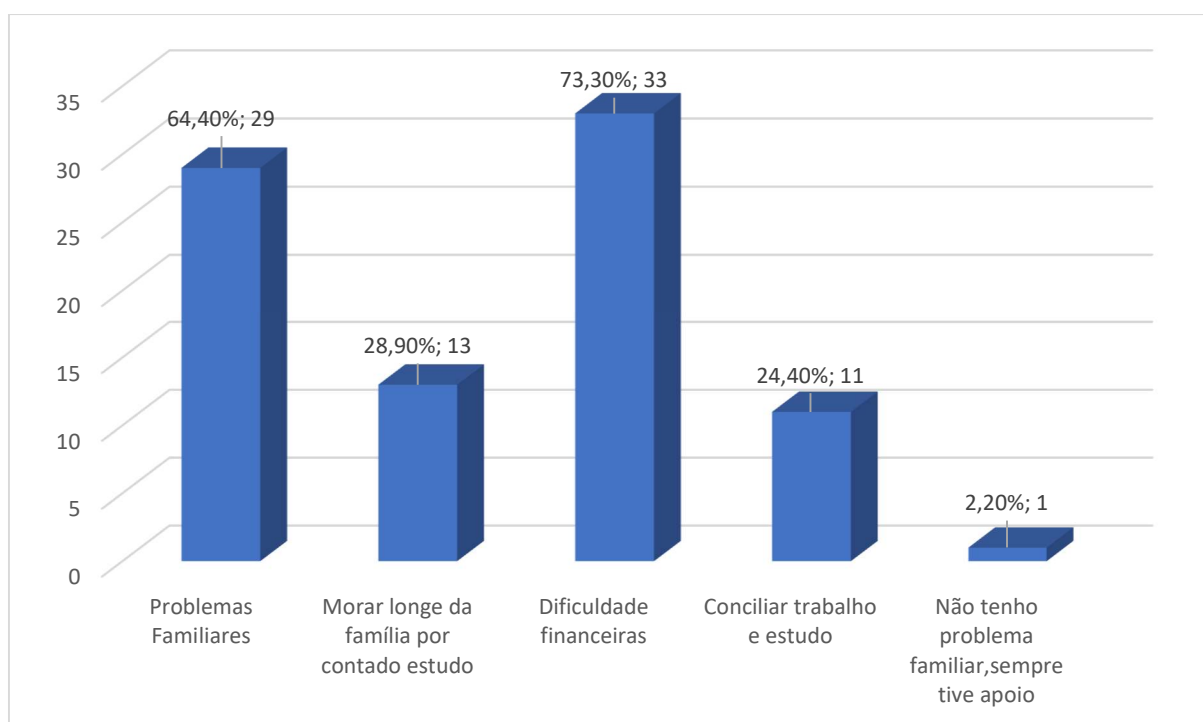
FATORES ACADÊMICOS	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
Excesso de trabalhos e atividades acadêmicas	38	84,4%
Carga horária elevada	37	82,2%
Dificuldades de relacionamento com o professor/orientador	30	66,7%
Não ter suporte do curso/universidade quando se tem uma dificuldade acadêmica	29	64,4%
Pressão para manter coeficiente de rendimento elevado	22	48,9%
Inadaptação à metodologia do ensino superior	12	26,7%
Competitividade entre os estudantes	6	13,3%

Outro	1	2,2%
-------	---	------

Próprio autor

Em relação aos fatores externos que contribuíram para o comprometimento de sua saúde mental dos estudantes, observou-se novamente a presença de mais de um fator relacionado, destacando-se as questões financeiras e problemas familiares (gráfico 3). O aluno que marcou outro respondeu que teve problemas maiores relacionados à parte estrutural de sua moradia.

Gráfico 3 - Fatores externos ao meio acadêmico que afetam a saúde mental dos entrevistados

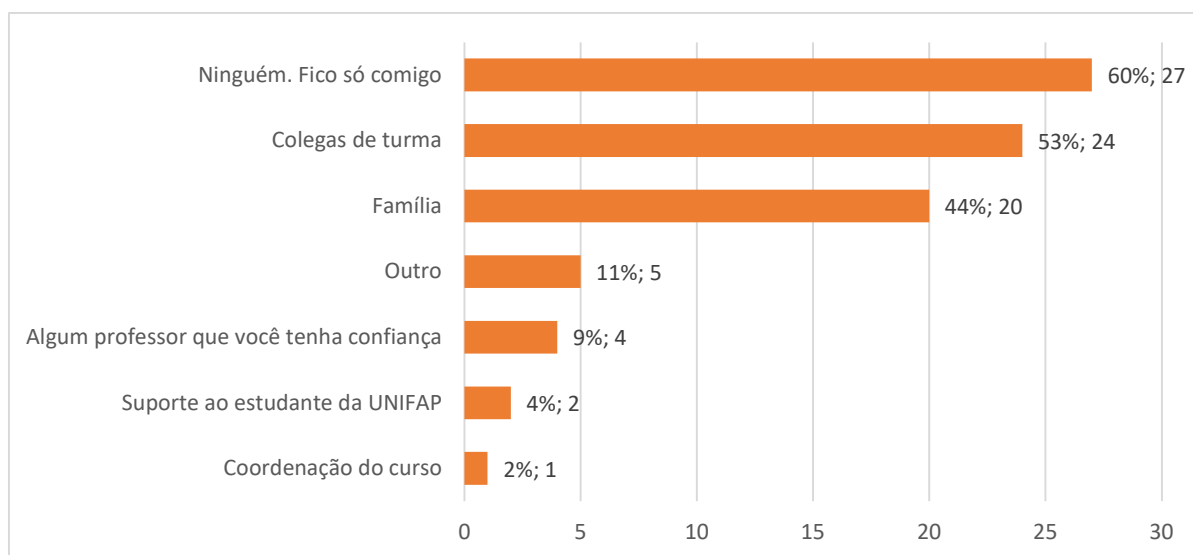


Próprio autor

5.4 PERCEPÇÃO DOS DISCENTES SOBRE APOIO AO DISCENTE EM QUESTÕES RELACIONADAS À SAÚDE MENTAL

Ao serem perguntados a quem o aluno recorreria caso tivesse um problema acadêmico que o afetasse emocional / psicologicamente, observou-se que os alunos responderam mais de uma resposta. Mas grande parte dos entrevistados não busca ajuda e fica sofrendo sozinho. A coordenação do curso e os serviços de suporte ao discente foram os últimos a serem procurados pelos discentes (gráfico 3). Os que responderam outros relataram recorrer à fé e religiosidade e parceiros afetivos.

Gráfico 4 – Opções de refúgio/apoio buscado pelos entrevistados buscados pelos entrevistados em caso de enfrentamento de problemas acadêmicos

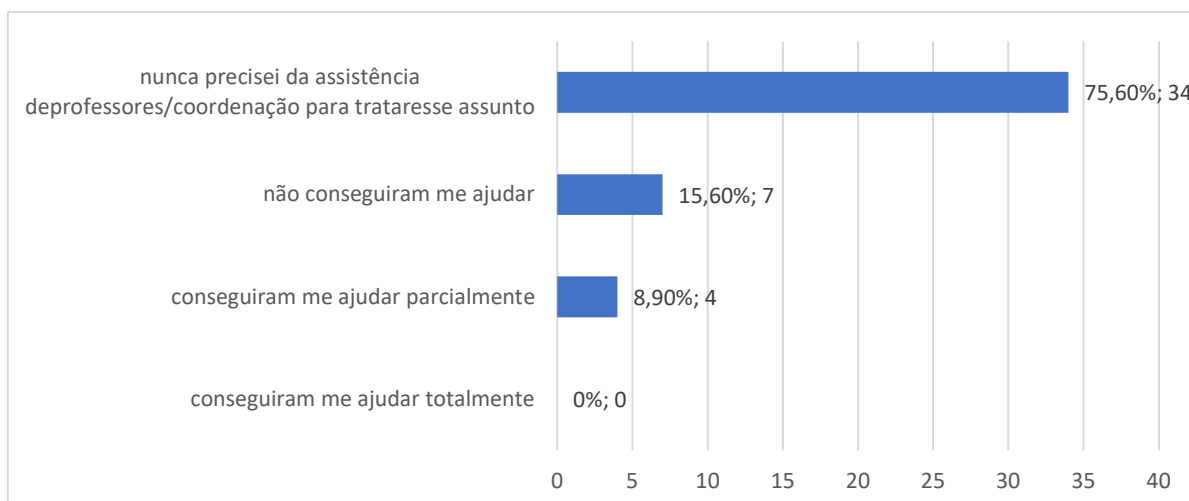


Próprio autor

A maioria dos alunos afirma que apenas alguns professores do curso de farmácia estão preparados para lidar com alunos que estão em sofrimento ou passando por situações que afetem sua saúde mental (n= 40, 88,9%).

Os discentes que precisaram da assistência da coordenação do curso/professores para lidar com alguma situação/ sofrimento que afetem sua saúde mental (n= 12), responderam que em alguns casos conseguiram ter seus problemas resolvidos parcialmente (Gráfico 5):

Gráfico 5 – Avaliação dos discentes entrevistados sobre a assistência prestada aos mesmos após recorrer à coordenação ou a docentes do curso



Próprio Autor

Entre os entrevistados 49% (n= 22) tem conhecimento da existência de serviços/ políticas na universidade que promova a saúde mental dos discentes e 51% (n= 23) desconhecem este tipo serviço. Apesar de um considerável número de alunos ter conhecimento do serviço, apenas 7 estudantes já procuram os serviços de apoio ao discente ofertados pela instituição para atender alguma demanda de saúde mental (tabela 3)

Tabela 3- respostas referentes à procura do discente pelos serviços de apoio ao estudante para atender alguma demanda relacionada a saúde mental

Frequência de ida ao serviço	Frequência	Porcentagem
Sim. Já utilizei uma vez	5	11,2
Sim. Utilizo com frequência	2	4,4
Não. Nem sabia que existia esse serviço	10	22,2
Não. Nunca utilizei	28	62,2
Total	45	100

Próprio autor

Dos entrevistados que afirmaram já ter utilizado alguma vez o serviço de atendimento ao discente, a maioria avaliou o serviço como, bom (n= 5) havendo 1 caso de avaliação péssima e 1 resposta classificando a referido atendimento como regular. Quando analisado, perguntados, qual a justificativa da sua avaliação, as respostas encontradas foram as seguintes:

Quadro 7 - Avaliação dos entrevistados do curso de farmácia sobre os serviços de apoio ao discente

AVALIAÇÃO	JUSTIFICATIVA
Péssimo	<i>“Ninguém me atendeu” A10</i>
Regular	<i>“Achei regular, porém não conseguiu me ajudar de forma eficiente, já que a duração de terapia foi somente de 4 semanas e a psicóloga não foi muito proficiente” A9</i>
Bom	<i>“Promovem ações que ajudam o indivíduo a lidar com seu problema” A12</i>
Bom	<i>“A informação não é divulgada então não sabia até pouco tempo” A27</i>
Bom	<i>“O serviço foi bom, mas parei porque o responsável disse que meu problema teria que ser resolvido por outra profissional” A33</i>
Bom	<i>“Sem justificativa” A34</i>
Bom	<i>“Pois me ajudou naquele momento” A39</i>

Próprio autor

Quando perguntados aos discentes ao que podia ser feito algo no âmbito do curso para promover a saúde mental dos estudantes de farmácia, as respostas foram mais diversas (APÊNDICE C), entretanto, as ideias centrais das respostas estavam relacionadas ao acolhimento e escuta ativa das demandas dos alunos, promoção de atividades de ajuda e de assistência à saúde mental de estudantes e professores, capacitação do corpo docente do curso em relação à metodologia de ensino e sobre

a humanização da relação com o discente, locais de descanso e lazer e momentos de interação entre os alunos

Quando perguntados sobre o que poderia ser feito no âmbito da universidade no âmbito da saúde mental dos estudantes, as respostas tinham como ideias centrais que na instituição pudessem ser disponibilizados mais atendimento psicológico, que houvesse melhoria na divulgação de atividades, eventos e serviços ofertados pela Universidade relacionado ao assunto; capacitação dos docentes sobre a temática, a criação de espaços de lazer, descanso e vivências que promovam a saúde mental (APÊNDICE D).

6 DISCUSSÃO

Nos resultados obtidos durante a pesquisa, foi possível observar que a avaliação de grande parte dos estudantes universitários do curso de farmácia a respeito de sua saúde mental não foi positiva, estando atrelada a fatores acadêmicos e não acadêmicos. Em relação aos fatores acadêmicos, destaca-se a sobrecarga de trabalho, carga horária excessiva e na dificuldade de relacionamento com professores do curso.

Nesse contexto, os estudantes sugeriram melhor capacitação de docentes sobre a temática de saúde mental, acolhimento de alunos e professores e que eventos sobre saúde mental sejam mais frequentes e mais bem divulgados no âmbito da universidade. Além disso, torna-se necessário rever o plano pedagógico do curso de forma que esta carga horária possa ser reduzida, algo que já proposto nas novas diretrizes curriculares do curso de farmácia (resolução CNE/CES nº 6, de 19 de outubro de 2017), além de se adotar metodologias educativas que foquem na aprendizagem ativa do aluno e que todos os professores, principalmente os que ministram ou ministrarão os componentes curriculares mais relacionados a desistência dos alunos possam ser capacitados para aplicação de uma disciplina positiva em sala de aula.

Um estudo descritivo na Faculdade Pernambucana de Saúde a respeito da qualidade de vida dos acadêmicos de farmácia e analisou que 77,04% dos entrevistados não avalia sua qualidade de vida como boa, na qual associa tal fato a carga de exigência atrelada ao curso e a ausência de boas práticas de saúde mental durante toda a graduação o que, conseqüentemente, tende a causar impactos consideráveis na atuação profissional futura desses estudantes, observando, também, o aumento dos riscos para Síndrome de Burnout e exaustão emocional, dada a falta de estratégias de gerenciamento de problemáticas que aflijam o aspecto mental (BRENO et al., 2019)

Em estudo de Lima et al. (2016) relacionou em seu estudo a prevalência de fatores estressores em estudantes da saúde e a qualidade do rendimento acadêmico durante a graduação na Universidade Federal do Paraná, na qual sugeriu que a vida acadêmica é um forte estressor e que tende a ter impactos significativos no desempenho estudantil do indivíduo. É possível observar que há uma relação

paradoxal entre a busca por maior rendimento e o cumprimento dos deveres diários em detrimento da queda desses índices, uma vez que há uma extensa problemática associada ao uso de substâncias psicoativas, a redução do tempo de descanso e baixa qualidade alimentar (VASCONCELOS et al., 2015).

Sob essa ótica, Capdeville (s/d) explicita a necessidade da humanização do ensino superior, de modo que os estudantes estejam amparados por três eixos principais, sendo eles: a reflexão no âmbito da integração curricular, a humanização e capacitação do corpo docente e atividades de promoção e prevenção de saúde mental por meio de práticas de autocuidado.

Ademais, é válido salientar que a implementação de um ensino humanizado tende a tornar os estudantes mais autoconfiantes e melhora sua produtividade no ambiente acadêmico, sendo primordial a modificação da figura do professor como o detentor do conhecimento tornando-o um direcionador, de modo a construir junto do aluno uma relação de bons resultados tanto na formação acadêmica, quanto na vida profissional futura e no desenvolvimento pessoal do estudante (BIZARRO; MARRA; PEDRO, 2016).

Sendo assim, ao elaborar reflexões sob o viés da humanização do ensino, é possível indicar ações que estabelecem a reestruturação do espaço da sala de aula; a valorização do bom convívio e o relacionamento professor-estudante; atividade colaborativas com espaço para a manifestação da subjetividade dos envolvidos, organizando o ensino na perspectiva inter/transdisciplinar (RIOS; SIRINO, 2015).

Logo, sugere-se que tanto a universidade quanto o curso de farmácia comecem a incorporar tanto no calendário acadêmico, e em suas rotinas acadêmicas eventos e atividades de promoção da humanização e saúde mental e física de discentes, docentes, técnicos e que não só melhorem a divulgação destes eventos e atividades, mas que, permitam que nesses dias estes públicos sejam liberados para participar de tais eventos. Além disso, é necessário começar a promover no curso de farmácia políticas de humanização, não apenas relacionadas ao corpo discente, mas no colegiado como um todo, pois a construção de um ambiente humanizado e saudável no curso perpassa pela conscientização de que este tema é importante para a saúde mental e promoção de bem-estar de todos vinculados ao curso.

Durante a pesquisa, observou-se que a maioria dos alunos entrevistados do curso de farmácia da UNIFAP não se alimenta bem, não dorme o número de horas

suficiente e nem tem tempo para prática de atividades físicas e de promoção de saúde mental. Esta falta de tempo pode estar relacionada algumas questões que foram relatadas pelos entrevistados como excesso de atividades, elevada carga horária do curso.

A prática de atividade física, promove não só a manutenção do bem-estar, como também a melhora da autoestima e evitam o surgimento de diversos problemas de saúde de ordem física e mental. Um estudo realizado com estudantes dos cursos de ciências da saúde e biológicas (farmácia, bioquímica e odontologia) indicou que os estudantes praticantes de atividades físicas possuem condições mais saudáveis a respeito de sua saúde mental, em contrapartida, os alunos não praticantes têm maior risco de desenvolver problemas de saúde, sendo o principal deles a obesidade (SILVA et al., 2007). Nesse sentido, uma sugestão é que a instituição comece a repensar a forma de viver a universidade, no sentido de incorporar e estimular a participação dos alunos em atividades esportivas, atentar em firmar contratos com empresas que prestem serviços ao restaurante universitário que ofereçam um cardápio saudável aos alunos.

Dentre os fatores não acadêmicos que afetam a saúde mental dos estudantes de farmácia da UNIFAP, destaca-se a questão financeira e problemas familiares. Os problemas relacionados a falta de suporte financeiro e a tentativa de conciliar estudos e trabalho, tende a contribuir para o surgimento de psicopatologias dado a extenuante rotina que os estudantes levam (BERGAMASCHI, 2019).

A Universidade Federal do Amapá já possui rede de suporte financeiro para os estudantes em situação de baixa renda, sendo um dos principais critérios na concessão dos benefícios, que estejam em condição de vulnerabilidade social e também aos que apresentam problemas familiares, podendo o estudante ter acesso ao auxílio moradia, auxílio transporte, alimentação e fotocópia, tendo valor específico em cada categoria e não podendo constar o auxílio moradia agregado aos demais em somatória.

De acordo com os dados obtidos, a oferta de vagas, contudo, é insuficiente para a demanda de acadêmicos que necessitam de atendimento no aspecto citado. A casa do estudante, por exemplo, é um serviço que já está em processo de cadastro e seleção, mas ainda não teve seu prédio entregue aos acadêmicos.

Ademais, pode-se observar que já existe o estabelecimento de assistência ofertado pela Pró-reitoria de Extensão e Ações Comunitárias (Proeac) que visa minimizar os problemas estruturais que envolvem os estudantes da instituição, mas esses benefícios ainda carecem e muito de melhorias na oferta de serviço, uma vez que não foi observado nas avaliações dos entrevistados uma atuação efetiva por parte da universidade que, de fato, consiga atenuar a problemática do desamparo.

Logo, sugere-se que tão importante quanto a universidade e o colegiado de farmácia pensarem em políticas que melhorem os fatores acadêmicos, é importante também pensar em políticas que atendam os estudantes que passam por dificuldades financeiras, já que este fator afeta diretamente a permanência do aluno no curso e também está relacionada a questões que pode comprometer sua saúde mental.

Outro ponto importante neste estudo é o fato de que se por um acaso os discentes tiverem um problema acadêmico, a maioria sofre sozinho, e a coordenação do curso e o suporte ao estudante da Unifap, aparece como último recurso de busca pelo aluno. Além disso, a maioria dos entrevistados afirmar que apenas alguns professores do curso de farmácia estão preparados para lidar com alunos que estão em sofrimento ou passando por situações que afetem sua saúde mental. Estes resultados mostram que é preciso fortalecer a relação entre alunos e instituição, para que a mesma se torne a primeira opção de busca do discente para resolução de problemas acadêmicos, para isso é necessário como foi obtido nas respostas da própria pesquisa, escutar os alunos e promover dentro do que é possível a resolução das questões por eles apresentadas.

Já há em algumas universidades atividades desenvolvidas nesse sentido. Na Universidade Federal de Minas Gerais, como forma de integrar o estudante de maneira humanizada e acolhedora, houve a criação de um projeto que visa atender a essas necessidades durante a entrada do no ensino superior, o Ambiente Livre e Colaborativo do Estudante (ALCE), que tem como finalidade reduzir o estresse da mudança de rotina associada ao meio acadêmico e melhorar o relacionamento entre alunos e professores (MATTE; SARTORI; PEREIRA, 2019).

Outra instituição que também tem demonstrado significativos avanços no que diz respeito à saúde mental, é a Universidade de Brasília – UnB, que dispõe de alguns serviços de apoio a estudantes e servidores (docentes ou técnico-administrativos) que estejam em vulnerabilidade psicossocial, dividindo e categorizando os serviços de

acordo com as necessidades dos acadêmicos e a área de estudo, possuindo parcerias de atendimento com o Hospital Universitário e com o Hospital São Vicente de Paula, além de grupos de roda de conversas, grupos de apoio e acolhimento para alunos com necessidades especiais (SABADINI; LEAL, 2020).

Na Universidade Federal de Viçosa em Minas gerais, haja vista a necessidade dos estudantes de compreensão e apoio, sendo muito relevante que esse suporte possa vir também do corpo técnico que estará ao longo de anos acompanhando a formação acadêmica do discente, sendo uma alternativa os grupos de apoio comunitários e as ligas acadêmicas voltadas a saúde mental. Estas ferramentas são cruciais para atenuar as problemáticas associadas ao risco de adoecimento mental (ANDRADE; ARAÚJO, 2019).

Os estudos a respeito dos estudantes de instituições de ensino superior diagnosticados com psicopatologias, inferem que as universidades tem papel de responsabilidade para com a saúde mental de seus estudantes de modo a contribuir com o suporte necessário nas esferas do ensino, pesquisa e extensão, uma vez que há um papel social a ser desenvolvido por parte das universidades que contemplem o aluno como um indivíduo que atenderá à sociedade em um futuro breve (GAJOTTO et al., 2022).

Sugere-se que professores e demais recursos humanos possam ser capacitados tanto para atender as demandas e fazer os devidos encaminhamentos na instituição de situações que envolvam questões relacionadas à saúde mental dos estudantes e deles próprios. Bem como, promover atividades que possam melhorar o relacionamento dos mesmos.

7 CONCLUSÃO

Portanto, a partir dos dados obtidos na pesquisa, foi possível analisar que a percepção dos acadêmicos do curso de farmácia de uma universidade pública a respeito de sua saúde mental classifica-se como regular ou péssima de modo que os fatores acadêmicos estão intrinsecamente relacionados ao comprometimento desta.

Consoante a isso, os serviços de apoio específicos à saúde mental, carecem não somente de melhorias, como também de divulgação pelos órgãos responsáveis dentro do ambiente universitário, sendo também indispensável o preparo do corpo técnico docente do curso de farmácia no âmbito do acolhimento e no gerenciamento das necessidades apresentadas pelos discentes referente a questão mental.

Nesse aspecto, os fatores acadêmicos demonstram relevante contribuição para a piora ou o surgimento de problemáticas que comprometem a saúde mental sendo os fatores mais citados a carga horária excessiva e problemas atrelados ao relacionamento discente/docente. Nesse contexto, os fatores não acadêmicos também contribuem para o quadro de adoecimento mental dos acadêmicos, em que se destacaram os problemas familiares e dificuldades financeiras.

A respeito da avaliação dos discentes do curso de farmácia sobre os serviços de apoio apontam que há uma precariedade no que tange ao atendimento e nas políticas públicas que poderiam atenuar a problemática de adoecimento e piora dos estudantes, de modo que não há o devido suporte e menos ainda a divulgação sobre tais serviços, tendo boa parte dos estudantes que responderam à pesquisa, afirmando que busca outras formas de amparo, em que não são citadas nem a coordenação do curso de farmácia e nem os órgãos responsáveis da universidade.

Nesse íterim, os acadêmicos que sugeriram melhorias alegam, principalmente, a maior disponibilidade de atendimento com profissionais da psicologia e psiquiatria, além da promoção de rodas de conversas e grupos de apoio para que os estudantes tenham o devido acolhimento, além de preparo do corpo técnico a fim de promover um bom relacionamento junto aos docentes, além de mudanças relacionadas a carga horária das disciplinas, visando o resguardo da saúde mental e possibilidade de promoção de atividades que possam engendrar melhora fora do ambiente acadêmico.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, José Miguel Caldas de. Política de saúde mental no Brasil: o que está em jogo nas mudanças em curso. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, p. e00129519, 2019.
- ANDRADE, João Vitor; ARAÚJO, Dayse Carvalho. O uso da terapia comunitária como estratégia para apoiar estudantes. **Vivências**, v. 15, n. 28, p. 165-170, 2019.
- ANTUNEZ, Andrés Eduardo Aguirre; Colagrossi, Ana Luiza Raggio; Colombi, Erika Rodrigues; Zolty, Frida; Silva, Nara Helena Lopes Pereira da. Rodas de conversa na universidade pública durante a pandemia covid-19: educação e saúde mental. *Constr. psicopedag.*, São Paulo, v. 30, n. 31, p. 6-18, dez. 2021. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542021000200002&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 12 fev. 2023. <http://dx.doi.org/10.37388/CP2021/v30n31a01>.
- ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Revista psicologia em pesquisa**, v. 12, n. 3, 2018.
- BERGAMASCHI, Raquel. A saúde mental dos estudantes universitários através do olhar dos gestores. 2019.
- BENETON, Emanuelli Ribeiro; SCHMITT, Marina; ANDRETTA, Ilana. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. **Revista da SPAGESP**, v. 22, n. 1, p. 145-159, 2021.
- BIZARRO, Rosa; MARRA, José; PEDRO, Luciana Guimarães. A humanização do ensino superior: ações educativas que promovem a aprendizagem The humanization of higher education: educational activities that promote learning. *Ensino em revista*. 2016.
- BUBLITZ, Susan; GUIDO, Laura de Azevedo; LOPES, Luis Felipe Dias; FREITAS, Etiane de Oliveira. Associação entre estresse e características sociodemográficas e acadêmicas de estudantes de enfermagem. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 25, 2016.
- BRITO, Gabriel Rodrigues; BOTEELHO, Matheus de Lima; COELHO, Lukas Oliveira; NUNES, Rodrigo Disconzi. Transtornos mentais em acadêmicos da área da saúde: uma revisão sistemática da literatura Mental disorders in healthacademics: a systematic review of the literature. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 6, p. 48161-48167, 2022.
- CAETANO, Dorgival. Classificação de transtornos mentais e de comportamento da CID-10: descrições clínicas e diretrizes diagnósticas. In: *Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10: Descrições clínicas e diretrizes diagnósticas*. **Editora Artes Médicas Sul**, 1993.
- CASTRO, Vinicius Rennó. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: Estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensinoDisponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf>.
- CAPDEVILLE, Evelyn Najjar. Saúde Mental De Estudantes Da Área Da Saúde: Um Ensaio Sobre Currículo Integrado, Humanização E Resiliência No Ensino Superior.

CARAM, Ana Lúcia Alves; LAZARINE, Isabela Francine. Atitudes alimentares em universitários dos cursos de Nutrição, Educação Física e Psicologia de uma instituição privada. **J Health SciInst**, v. 31, n. 1, p. 71-4, 2013.

CAGE, Eilidh et al. Student mental health and transitions into, through and out of university: student and staff perspectives. **Journal of Further and Higher Education**, v. 45, n. 8, p. 1076-1089, 2021.

CERCHIARI, EAN. Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários. 2004. Tese (Doutorado em Ciências Biomédicas) - Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas; Campinas, 2004.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes; CAETANO, Dorgival; FACCENDA, Odival. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. **Estudos de psicologia (Natal)**, v. 10, n. 3, p. 413-420, 2005.

CORTÊS, Soraya Maria Vargas; SILVA, Marcelo Kunrath; RÉOS, Janete Cardoso; BARCELOS, Márcio. Conselho Nacional de Saúde: histórico, papel institucional e atores estatais e societários. Participação e saúde no Brasil. Rio de Janeiro: **FIOCRUZ**, 2009. p. 41-71, 2009.

COSTA, Raphael Raniere de Oliveira; FILHO, João Bosco; DE MEDEIROS, Soraya Maria; DA SILVA, Maria Betania Maciel. As rodas de conversas como espaço de cuidado e promoção da saúde mental. *Revista Brasileira Ciências da Saúde - USCS*, v. 13, n. 43, 16 mar. 2015.

OLIVEIRA NETO, Antonio Bolis. **Saúde mental entre direitos e cuidados: conversações**. 2016. 111 f. Dissertação (Mestrado Em Psicologia Social e Institucional) - Universidade Federal Do Rio Grande Do Sul, Porto Alegre, 2016.

DELGADO, Pedro Gabriel Godinho. Saúde mental e direitos humanos: 10 anos da Lei 10.216/2001. **Arquivos brasileiros de psicologia**, v. 63, n. 2, p. 114-121, 2011.

DA SILVA GOMES, Lucélia Maria Lima. LEITÃO, Heliane de Almeida Lins. SANTOS, Kyssia Marcelle Calheiros. ZANOTTI, Susane Vasconcelos. Saúde Mental Na Universidade: Ações E Intervenções Voltadas Para Os Estudantes. 2022.

DE COSTA, Marcelo; MOREIRA, Yanne Barros. Saúde mental no contexto universitário. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<http://pdf.blucher.com.br.s3-sa-east-1.amazonaws.com/designproceedings/sed2016/009.pdf>>.

FERREIRA, Jhennipher Tortola; MESQUITA, Nathalia; SILVA, Vanessa; LUCAS, Welliton; BATISTA, Eraldo. (2016). Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): uma instituição de referência no atendimento à saúde mental. **Rev. Saberes, Rolim de Moura**, v. 4, n. 1, p. 72-86, 2016.

FREIRES, Leogildo Alves; DE SOUSA, Erlândio Andrade; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; Gouveia, Valdiney Veloso; Monteiro, Renan Pereira. Estresse Acadêmico: Adaptação e evidências psicométricas de uma medida. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 12, n. 3, 2018.

GAOTTO, Emiliana Maria Grando. TRAPÉ, Carla Andrea. CAMPOS, Celia Maria Sivalli. FUJIMORI, Elizabeth. CARRER Fernanda Campos de Almeida. NICHIAI, Lucia Yassuko Izumi. MARITSA, Luciana Cordeiro. DE BORTOLI, Carla Tatiana Yonekura. TOMA, Tereza Setsuko. SOARES, Cassia Baldini. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, 2022.

GUIMARÃES, Andréa Noeremberg; FOGAÇA, Marina Marques; BORBA, Letícia de Oliveira; PAES, Marcio Roberto; LAROCCA, Lilliana Muller; MAFTUM, Mariluci Alves. O tratamento ao portador de transtorno mental: um diálogo com a legislação federal brasileira (1935-2001). **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 19, p. 274-282, 2010.

LIMA, Rebeca Ludmila; SOARES, Maryella Eduarda Correa; PRADO Stefani Niehues do; DE ALBUQUERQUE, Guilherme Souza Cavalcanti. Estresse do estudante de medicina e rendimento acadêmico. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, p. 678-684, 2016.

LIRA, Breno Henrique Xavier de et al. Avaliação da qualidade de vida, nível de burnout e enfrentamento do estresse em estudantes de farmácia de uma instituição de ensino superior do Recife. 2019.

MATTE, Ana Cristina Fricke; SARTORI, Adriane Teresinha; PEREIRA, Daniervelin Renata Marques. Uma proposta de acolhimento do estudante do Ensino Superior: o ALCE. **Revista Docência do Ensino Superior**, v. 9, p. 1-16, 2019.

REIS, Jeudi Aguiar dos; SILVA JÚNIOR, Carlos Reeves Rodrigues; PINHO, Lucinéia de. Factors associated with the risk of eating disorders among academics in the area of health. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 35, p. 73-78, 2014.

RIOS, Izabel Cristina; SIRINO, Caroline Braga. A humanização no ensino de graduação em medicina: o olhar dos estudantes. **Revista brasileira de educação médica**, v. 39, p. 401-409, 2015.

SABADINI, Gabriela; LEAL, Renata. Estratégias e vivências dos sujeitos diante do mal-estar mental na Universidade de Brasília (UnB). **Revista Textos Graduados**, v. 6, n. 1, 2020.

SANTOS, Tamires; FIRPO, Patrícia Forgiarini. ACOLHIMENTO AO ESTUDANTE DO ENSINO SUPERIOR POR MEIO DO APLICATIVO WHATSAPP. **Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 11, n. 1, 2019.

SILVA, Glauber dos Santos Ferreira da et al. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. **Revista brasileira de medicina do esporte**, v. 13, p. 39-42, 2007.

SOUZA, Deise Coelho de. Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social. 2017. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, 2017.

VASCONCELOS, Tatheane Couto DIAS, Bruno Rafael Tavares; ANDRADE, Larissa Rocha; MELO, Gabriela Figueirôa; BARBOSA, Leopoldo; SOUZA, Edvaldo. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, p. 135-142, 2015.

VIZZOTTO, Marília Martins; JESUS, Saul Neves de; MARTINS, Alda Calé.

Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. **Revista de Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 9, n. 1, p. 59-73, abr. 2017.

ANEXO A – CERTIFICADO DE ACEITE DO COMITÊ NACIONAL DE ÉTICA EM PESQUISA



UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAPÁ
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

CERTIFICADO

Título da Pesquisa: Percepção dos alunos de Farmácia de uma Universidade Pública sobre saúde mental do ambiente acadêmico

Pesquisador Responsável: Taysa Ribeiro Schalcher

CAAE: 64134822.0.0000.0003

Submetido em: 27/09/2022

Instituição Proponente: Fundação Universidade Federal do Amapá

Situação da Versão do Projeto: Parecer Consubstanciado Emitido (Aprovado)

Localização atual da Versão do Projeto: Pesquisador Responsável

Certificamos que o Projeto cadastrado está de acordo com os Princípios Éticos na Experimentação Humana, adotados pelo Comitê Nacional de Ética em Pesquisa – CONEP, e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), em reunião realizada em 24/11/2022.

Macapá, 29 de novembro de 2022

Prof.ª Dra. Cecília Maria Chaves Brito Bastos

Vice Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa/PROPESPG/UNIFAP

PORTARIA Nº 0703/2021

Universidade Federal do Amapá
Comitê de Ética em Pesquisa – CEP - UNIFAP
Rod. JK km 2, Marco Zero CEP 68908-130 – Macapá – AP – Brasil
Email: cep@unifap.br

ANEXO B- AUTORIZAÇÃO DA COORDENAÇÃO DO CURSO DE FARMÁCIA PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA

23/09/2022 16:31

https://sipac.unifap.br/sipac/protocolo/documento/documento_visualizacao.jsf?imprimir=true&idDoc=847148



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAPÁ

DECLARAÇÃO Nº 32 / 2022 - CCCFARM (11.02.25.09.03)

Nº do Protocolo: 23125.025622/2022-46

Macapá-AP, 23 de Setembro de 2022

Declaro que a Coordenação do Curso de Ciências Farmacêuticas da UNIFAP tem ciência e autoriza a realização do TCC que tem como título **"PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DO CURSO DE FARMÁCIA DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA SOBRE SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ACADÊMICO"** sob a orientação da Professora Msc Taysa Schalcher. O referido projeto será realizado com os alunos do curso e tem como objetivo não apenas verificar a percepção dos alunos sobre a temática da saúde mental e poderá nortear a coordenação para o planejamento de políticas de assistência à saúde mental dos discentes do curso.

(Assinado digitalmente em 23/09/2022 16:29)

FABIO RODRIGUES DE OLIVEIRA

COORDENADOR DE CURSO

Matrícula: 1058679

Para verificar a autenticidade deste documento entre em <https://sipac.unifap.br/documentos/> informando seu número, ano, tipo, data de emissão e o código de verificação: **f95b95f17b**

APÊNDICE A- QUESTIONÁRIO ONLINE APLICADO AOS ALUNOS DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM SAÚDE DO CAMPUS MARCO ZERO DA UNIFAP

Parte 1: Informações Gerais

- 1. Iniciais do nome:**
- 2. Gênero:**
- 3. Idade:**
- 4. Estado civil;**
() Solteiro () Casado () União estável () Divorciado () Viúvo () Outro.
- 5. Qual o ano que você ingressou no curso de farmácia:**
- 6. Qual o semestre que você está cursando atualmente?**
- 7. Com a sua rotina na universidade você tem conseguido fazer atividade física regularmente (pelo menos 3x por semana cerca de 30-40 minutos)?**
() Sim () Não
- 8. Com sua rotina na universidade. Você tem conseguido realizar atividades que promovam sua saúde mental?**
() Sim () Não
- 9. Com sua rotina na universidade você tem conseguido se alimentar adequadamente?**
() Sim () Não
- 10. Com sua rotina na universidade você tem conseguido dormir pelo menos 7 à 8 horas por dia?**
() Sim () Não

Parte 2: Perguntas sobre a percepção da saúde mental no ambiente acadêmico

- 11. Como você avalia sua saúde mental atualmente?**
() Péssima () Regular () Bom () Excelente
- 12. Se você respondeu péssima ou regular na questão 11 qual os fatores que tem contribuído para você percebê-la desta maneira?**
- 13. Como os problemas relacionados à sua saúde mental lhe afetam/afetaram no curso?**

- ☐ () Meu rendimento acadêmico tem reduzido;
- ☐ () Falto as aulas/ não tenho vontade de ir as aulas
- ☐ () Piora de questão mental ou de outros problemas de saúde
- ☐ () Baixa autoestima
- ☐ () Vontade de abandonar ou desistir do curso
- ☐ () Outros

14. Se você respondeu “outros” na questão 13, especifique que outra forma você os problemas relacionados à saúde mental lhe afetaram na universidade

15. Houve semestre (s) em que você teve vontade de desistir/abandonar ou desistiu/abandonou uma matéria/ do semestre/ do curso por conta de estresse, ansiedade, ou qualquer outro problema de saúde seja física ou mental?

- ☐ () sim ☐ () não

16. Se você respondeu sim para questão 15, especifique qual foi o semestre/matéria/disciplina do curso? E porque você queria desistir ou desistiu da mesma (s).

17. Quais fatores acadêmicos relacionados abaixo você acredita que contribuam para o comprometimento de sua saúde mental no ambiente universitário? (você pode marcar mais de uma)

- ☐ () Carga horária elevada
- ☐ () Excesso de trabalhos e atividades acadêmicas
- ☐ () Pressão para manter coeficiente de rendimento elevado
- ☐ () Dificuldades de relacionamento com o professor/orientador
- ☐ () Competitividade entre os estudantes
- ☐ () Inadaptação à metodologia do ensino superior
- ☐ () Não ter suporte do curso/universidade quando se tem uma dificuldade acadêmica
- ☐ () Não consigo opinar sobre este tópico

- ☐ Até o momento não tenho nenhum problema relacionado à saúde mental
- ☐ Outros

18. Se você respondeu outros na questão 17, escreva neste espaço quais são os outros fatores que você acredita que afetem a saúde mental no ambiente universitário.

19. Quais fatores externos a sua vida acadêmica que você acredita que contribuem para o comprometimento de sua saúde mental dos estudantes do curso de farmácia? (você pode marcar mais de uma alternativa)

- ☐ Problemas familiares
- ☐ Morar longe da família por conta do estudo
- ☐ Dificuldade financeiras
- ☐ Conciliar trabalho e estudo
- ☐ Ausência/ poucos momentos de vida social
- ☐ Outros

20. Se você marcou outros na questão 19. Explique quais são os outros fatores fora da acadêmica que afetam sua saúde mental.

21. Imagine que hoje você tem um problema acadêmico que esteja afetando seu emocional / psicológico, a quem você recorre (pode marcar mais de uma):

- ☐ Colegas de turma
- ☐ Família
- ☐ Algum professor que você tenha confiança
- ☐ Suporte ao estudante da UNIFAP
- ☐ Coordenação do curso
- ☐ Ninguém. Fico só comigo
- ☐ Outros

22. Se você marcou outros na questão 21, especifique neste espaço, a quem você iria recorrer:

23. Se você precisou da assistência da coordenação do curso/professores para lidar com alguma situação/ sofrimento que afetem sua saúde mental, você pode afirmar:

- ☐ Conseguiram me ajudar totalmente
- ☐ Conseguiram me ajudar parcialmente
- ☐ Não conseguiram me ajudar
- ☐ Nunca precisei da assistência de professores/coordenação para tratar esse assunto

24. Durante todo o tempo que você esteve na graduação até o momento atual você desenvolveu e tem o diagnóstico de algum problema de saúde e/ou de saúde mental?

- ☐ sim ☐ não

25. Se você respondeu sim na questão 24 especifique qual foi/é o problema de saúde diagnosticado (falta fazer tabela)

26. Se você respondeu sim na questão 24 a que você atribui o aparecimento/desenvolvimento deste problema:

- ☐ apenas ao ambiente acadêmico
- ☐ apenas a fatores externos à universidade
- ☐ ambos os fatores
- ☐ Não atribuo a nem um destes fatores

27. Com base na sua vivência na universidade/curso farmácia e suas experiências e a de amigos/conhecidos que estudam no seu curso e/ou em outros cursos da universidade, qual a sua percepção sobre saúde mental no curso?

- ☐ muito ruim ☐ ruim ☐ regular ☐ boa ☐ excelente

Parte 3: avaliação sobre políticas de saúde mental na universidade

28. Você tem conhecimento da existência de algum serviço/política na universidade que promova a saúde mental dos discentes?

☐ sim ☐ não

29. Você já precisou utilizar os serviços de apoio ao discente que existe na universidade para atender alguma demanda de saúde mental?

- ☐ Sim. Utilizei uma vez
- ☐ Sim utilizo com frequência
- ☐ Não. Nem sabia que existia este serviço
- ☐ Não. Nunca precisei

30. Se você respondeu sim na questão 29, como você avalia esse serviço (péssimo, regular, bom, excelente) e diga o por que desta avaliação.

31. O que você acha que poderia ser feito no âmbito do curso para promover a saúde mental dos estudantes de farmácia?

32. O que você acha que poderia ser feito no âmbito da universidade sobre promoção de saúde mental dos estudantes?

APÊNDICE B- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Estou sendo convidado a participar da pesquisa intitulada **“Percepção dos alunos do curso de farmácia de uma universidade pública sobre saúde mental no ambiente acadêmico”** que será realizada pelos discentes do curso de farmácia da Unifap Alice Mara Rosario da Costa e Hiago Jonhe da Costa sob orientação da professora Taysa Schalcher. Este estudo tem por objetivo verificar a percepção dos alunos de farmácia da Unifap sobre saúde mental no meio acadêmico e para isso, o discente responderá um questionário on-line com perguntas sobre o tema.

Os resultados obtidos neste estudo serão utilizados para publicação de trabalhos científicos e acadêmicos tendo garantido que não haverá a divulgação de qualquer informação que permita a identificação dos participantes, garantindo sigilo e confidencialidade das informações coletadas.

Esta pesquisa oferece riscos e desconfortos mínimos já que o participante apenas responderá questões de um questionário e o mesmo poderá ainda recusar-se a participar ou mesmo retirar o seu consentimento em qualquer momento da realização desta pesquisa, sem nenhum prejuízo.

Se o participante precisar de mais informações sobre a pesquisa poderei solicitar aos pesquisadores pelos e-mails: professora Taysa: taysaschalcher@unifap.br; os discentes Hiago e Alice. Além disso, você também poderá obter informações sobre esta pesquisa e/ou sobre a sua participação, entrando em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Amapá pelo e-mail: cep@unifap.br e telefone: (96)40092805 e (96)40092804.

Os pesquisadores garantem que este trabalho seguirá toda as diretrizes preconizadas na Resolução CNS nº 466 de 12 de dezembro de 2012, que regulamenta e normatiza pesquisa envolvendo seres humanos.

- Autorizo a divulgação dos dados obtidos neste estudo em qualquer publicação científica e acadêmica tendo garantido que não haverá a divulgação de qualquer informação que permita minha identificação. Diante dos esclarecimentos prestados, concordo em participar, da pesquisa “Percepção da saúde mental de estudantes do curso de farmácia em uma universidade pública”

a) Aceito

b) Não aceito

**APÊNDICE C - REPOSTAS SOBRE MELHORIAS QUE DEVERIAM SER
IMPLEMENTADAS NO ÂMBITO DO CURSO DE FARMÁCIA**

ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A1	<i>Pelo menos uma organização entre os professores para não deixarem todos os trabalhos com prazos de entrega para o mesmo dia.</i>
A2	<i>Ouvir e respeitar os estudantes, tanto quanto exigem respeito deles! Trocar professores que não sabem dar aula e não são acessíveis e quando os alunos pedirem apoio, que sejam ouvidos. Pois já reclamou-se de situação que afetava a saúde mental de vários alunos e NUNCA fomos ouvidos, NUNCA tivemos suporte. Ser ouvido, ter suporte e ser atendido já é um bom começo.</i>
A3	<i>Reduzir a carga horária do estágio, colocar um local de descanso para o bloco da saúde, pois o curso é integral, fiscalizar os professores e os alunos, colocar questionários para avaliar a matéria e o professor que dar a disciplina</i>
A4	<i>Divulgar mais sobre as assistências existentes, para o caso de precisar. Dar mais voz aos problemas dos estudantes.</i>
A5	<i>Mais empatia com os estudantes. Incentivo por parte do corpo docente</i>
A6	<i>Resolver questões pessoais de conduta de professores</i>
A7	<i>Acolhimento</i>
A9	<i>Ajuda psicológica para os alunos e também para professores, não se sabe quais problemas eles passam também. Creio que isso melhoraria a qualidade de saúde mental para todos. Visto que quem é o mais prejudicado é o aluno, que infelizmente sofre em mãos de professor que só querem prejudicar e não ajudar</i>
A10	<i>Maior empatia por parte dos professores</i>
A11	<i>Consultas semestrais ou ao menos anuais com psiquiatra, já q é muito difícil conseguir no estado pelo sus e conciliar essas consultas e conseguir elas com a graduação em ensino integral e mais difícil ainda. Para que os alunos tenham acesso a diagnóstico e tratamento. Acho também que as consultas com psicólogos deveriam ser mais divulgadas e acho q poderia ter uma disponibilidade maior para os alunos e principalmente que esses psicólogos fossem direcionados a cada curso.</i>
A12	<i>Acredito que promover uma maior sensibilidade de alguns, haja vista que a jornada desgastante piora está situação.</i>

ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A13	<i>Promover a Saúde mental dos professores, porque se eles não conseguem conciliar seu trabalho com suas atividades externas e descontam nos discentes, como que a gente fica?</i>
A14	<i>Acompanhamento psicológico dos acadêmicos e dos professores</i>
A15	<i>Mudar a didática de certas matérias, ajustar a carga horária que é muito longa e cansativa. Ter um ambiente de saúde mental na área da saúde em si para ajudar os alunos. Até mesmo, para mostrar para os professores como é difícil está ali como aluno.</i>
A16	<i>Diminuição da carga horária e divulgação de ajuda para os docentes e promover a terapia.</i>
A17	<i>Um dia, onde tiramos uma "folga" de aulas e tarefas para nós estudantes pudermos nos organizar, um dia de interação entre os acadêmicos do curso.</i>
A18	<i>Empatia e diálogo! Promover um ambiente seguro para o diálogo sobre saúde mental, no âmbito acadêmico e como podemos melhorar a dinâmica ao longo do semestre, que é desgastante inevitavelmente!</i>
A19	<i>Acredito que se todos os discentes sejam tratados de forma humanizada pelos docentes grande parte da problemática seria solucionada, visto que constantemente somos expostos a comentários do tipo "você não é bom o bastante" ou algo semelhante.</i>
A20	<i>Capacitação obrigatória dos professores acerca da importância da saúde mental dos alunos</i>
A21	<i>Um serviço eficiente para receber as questões que acontecem dentro de sala de aula</i>
A22	<i>Mais apoio, incentivo e compreensão aos estudantes, pode ser meio óbvio, mas o fato de muitos problemas e reclamações permanecerem durante os anos só evidencia o quanto os estudantes são ignorados.</i>
A23	<i>Promover mais serviços e ações de apoio a saúde mental.</i>
A24	<i>Professores chamarem alunos para conversas individuais, para ouvir desabaços.</i>
A25	<i>Uma área de descanso ou lazer</i>
A26	<i>Rodas de conversa com o corpo discente e docente, com a presença de profissionais para mediar essa conversa tão importante.</i>
A27	<i>Promover conscientização dos professores à saúde mental de seus alunos, visto que não é todos que têm compreensão</i>
A29	<i>Não sei</i>
A31	<i>A coordenação do curso poderia desenvolver projetos voltados a saúde mental dos alunos e reavaliar o seu corpo docente</i>

ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A32	<i>Momentos de convivência. Ações em prol de alguma causa. Acho que as vezes, o professor ou os outros colegas podem encaminhar esse aluno ao serviço, não ficar esperando que ele busque sozinho, mas levá-lo lá no departamento onde o profissional está e incentiva-lo a continuar.</i>
A33	<i>Os professores poderiam facilitar com relação a comunicação com eles, cumprirem o que relatam, não desmerecer ou debochar dos alunos fazendo com que se sintam inferiores e até mesmo burros.</i>
A34	<i>Promoção de políticas institucionais voltadas para o tema; revisão de metodologia, didática e postura de determinados docentes; maior rigor quanto a apuração de abusos e assédios denunciados por discentes; criação de comissão específica do tema e a adoção de uma postura de não invisibilidade quanto ao problema, que é pertinente</i>
A35	<i>Rodas de conversas, os professores e a coordenação desse mais importância.</i>
A36	<i>Não sei</i>
A37	<i>Está na faculdade já é algo desafiador para os discentes, é um novo mundo, novas descobertas e é normal que haja frustrações. No entanto a universidade deveria olhar com mais empatia para os alunos dos cursos de tempo integral, alguns moram longe e precisam passar o dia todo na unifap, então o ideal era que universidade tivesse instalações que oferecessem o mínimo de conforto, como por exemplos: banheiros adequados para banho, locais para descansos contendo colchões, as salas de aulas com suas centrais funcionando, entre outros cuidados. Outro ponto importante são as temíveis disciplinas do 3 e 4 semestres. Rolam muitas fofocas pelos corredores que é difícil uma turma passar por esses semestres sem que haja um grande número de reprovações e desistência e com isso a coordenação do curso já deveria ter parada para indagar se o problema estar nos alunos de todos os anos ou na metodologia adotada pelo professor. Isso sem mencionar que existem professores focados em outros projetos que seguem empurrando a disciplina com a barriga, sem dar um conteúdo de qualidade e depois diz que os alunos devem se virar pq no tempo dele foi assim.</i>
A38	<i>nunca parei para pensar nisso</i>
ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A39	<i>As aulas deveriam ser menos extensas para o tanto de atividades que nos são passadas. Temos</i>

	<i>aulas extensas e cansativas e quando chegamos em casa ainda temos que fazer trabalhos de muitas disciplinas. Muitas vezes sentimos que não damos conta de fazer tudo, é estressante e cansativo. Acredito que a didática das aulas deveria melhorar nesse sentido.</i>
<i>A40</i>	<i>Não consigo imaginar uma possibilidade que seja aplicável</i>
<i>A41</i>	<i>Diminuir a carga horária de algumas disciplinas.</i>
<i>A42</i>	<i>Uma capacitação para os professores</i>
<i>A44</i>	<i>Primeiro conscientizar os professores do curso sobre as exigências/pressão que podem exercer sobre os alunos e que afetam a saúde mental dos mesmos. Além disso, rodas de conversa sobre o assunto poderiam ser feitas periodicamente com os alunos e professores do curso.</i>
<i>A45</i>	<i>Atendimentos psicológico para alunos e professores, carga horária menos exaustiva, professores mais compreensíveis com essas situações e também a coordenação saber dar atenção e ajuda quando os alunos se encontra com ansiedade e depressão</i>
<i>A46</i>	<i>Acredito que a capacitação tanto dos alunos como dos professores sobre metodologias pra diminuir ansiedade e estresse. Uma maneira para que a didática não prejudique a saúde mental dos alunos e que consigam amenizar as interferências externas no seu rendimento acadêmico.</i>

**APÊNDICE D- REPOSTAS SOBRE MELHORIAS QUE DEVERIAM SER
IMPLEMENTADAS NO ÂMBITO DA UNIVERSIDADE**

ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A1	<i>Aumentar a <u>divulgação de grupos de apoio</u> talvez</i>
A2	<i>Um espaço de acolhimento para os alunos, que serão ouvidos, bem tratados e cuidados da maneira adequada.</i>
A3	<i>Promover palestra sobre saúde mental, implementar o curso de psicologia.</i>
A4	<i>Atendimento psicológico ao público discente, palestras sobre o assunto</i>
A5	<i>Não sei</i>
A6	<i>Uma melhor divulgação e promoção da importância</i>
A7	<i>Ser criado um canal para acolhimento e instrução dos alunos que se sintam incapazes de lidar sozinhos com esses problemas</i>
A9	<i>Palestras, atividades dinâmicas na sala de aula.</i>
A10	<i>Apoio psicológico de qualidade</i>
A11	<i>Disponibilizar projetos e áreas de lazer assim como atividade física, com disponibilidade tempo na carga horária curricular para tal. Algo que dificulta esse tipo de coisa é a falta de segurança na universidade, principalmente na parada e também baixa disponibilidade de ônibus, para alunos que moram longe é extremamente inviável. Além disso a Orientação dos docentes quanto a cobranças e à estar disponível para ensinar extra aulas (poderia ser criado um programa de "plantão de dúvidas/resolução exercícios").</i>
A12	<i>Acredito que rodas de debates sobre isso, atualmente vejo que está situação é omitida.</i>
A13	<i>Deixar de ser incompetente</i>
A14	<i>Rodas de conscientização</i>
A15	<i>Não sei opinar sobre</i>
A16	<i>Mais divulgação do programa de saúde mental</i>
A17	<i>Psicóloga no curso de farmácia</i>
A18	<i>Uma área de vivência, confortável estruturalmente, para promover o descanso e relaxamento durante os intervalos, para promover um tempo de descanso que é escasso ao longo do semestre.</i>
A19	<i>Soube enquanto respondia o questionário que existem serviços para a saúde mental, então acredito que a melhor divulgação desses serviços iria quebrar o tabu relacionado a busca de ajuda.</i>

A20	<i>Capacitação obrigatória dos professores acerca da importância da saúde mental dos alunos</i>
A21	<i>Serviço de conversas</i>
ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A23	<i>Disponibilizar profissionais de saúde mental para os estudantes terem acesso</i>
A24	<i>Acesso a psicólogos e Psiquiatras</i>
A25	<i>Mais psicológicos na universidade</i>
A26	<i>Não tenho conhecimento sobre, porém deveriam dispor de psicólogos em todos os colegiados, visto que problemas deste tipo é bem recorrente na universidade</i>
A27	<i>Maior divulgação e incentivo aos programas que a unifap oferece para ajudar seus alunos</i>
A29	<i>Não sei</i>
A31	<i>Disponibilizar mais atendimento psicológico para alunos</i>
A32	<i>Maior valorização dos profissionais que dão assistência, bem como maior visibilidade desse serviço.</i>
A33	<i>Poderia ser feito projetos para auxiliar no âmbito acadêmico, envolvendo tanto alunos como professores, onde os alunos pudessem expor seus pontos de vistas, para que o próprio rendimento e saúde dos alunos e professores não fosse afetadas tão bruscamente, uma vez que se sabe que os professores também podem se sentir pressionados com relação às metas que precisam cumprir com relação aos assuntos.</i>
A34	<i>Promoção de políticas institucionais voltadas para o tema; revisão de metodologia, didática e postura de determinados docentes; maior rigor quanto a apuração de abusos e assédios denunciados por discentes; criação de comissão específica do tema e a adoção de uma postura de não invisibilidade quanto ao problema, que é pertinente.</i>
A35	<i>Além de palestra, é necessário divulgação máxima de atendimentos na UBS.</i>
A36	<i>Promover ajuda aos discentes com um profissional da saúde, e que na UBS tenha pessoas preparadas para lidar com estudantes com crises. Pois eu já levei amiga com crise de pânico na UBS e não havia ninguém para ajudar ela.</i>
A37	<i>Promover saúde mental vai muito além de reuniões e divulgações de grupo de apoio. Conhecer os problemas enfrentado por cada curso e propor intervenções que realmente funcione. Mostrar que a graduação é uma construção entre o professor/orientar e o aluno onde precisa haver entendimento e respeito mútuo, pois não adianta o professor ter um currículo renomeado mundo a fora e mesmo assim não saber se comunicar com seus alunos.</i>
A38	<i>proporcionar uma estrutura mais confortável para os discentes, principalmente de cursos de ensino integral</i>

A39	<i>Deveriam oferecer mais atividade de lazer voltadas aos estudantes. Cinema, música, zumba.</i>
A40	<i>Não consigo opinar</i>
ENTREVISTADO	PROPOSTA DE MELHORIA
A41	<i>Divulgar mais sobre os atendimentos que a universidade oferece, e ampliar o número de profissionais que fazem o atendimento.</i>
A42	<i>Aproximação maior alunos e professores</i>
A44	<i>A universidade deveria promover ações voltadas a conscientizar as coordenações dos cursos sobre a importância de discutir esse assunto em sala de aula e divulgar mais sobre os serviços que têm na universidade de saúde mental</i>
A45	<i>Mais atendimentos psicológicos aos alunos, realizar palestra e grupo de apoio com profissional pra esclarecer sobre a saúde mental, capacitar os professores outros funcionários</i>
A46	<i>Melhoras o acesso aos atendimentos especializados como psicólogo, terapias em grupo, atividades recreativas que gerem conforto no ambiente de maneira que os alunos se sintam acolhidos.</i>