



UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAPÁ
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

AMANDA DOS SANTOS GONÇALVES
ELLEN PATRÍCIA PESSOA BATISTA

ENFERMAGEM NA ATENÇÃO PSICOSSOCIAL SOB
A PERCEPÇÃO DOS UNIVERSITÁRIOS

Macapá/AP

2024

**AMANDA DOS SANTOS GONÇALVES
ELLEN PATRÍCIA PESSOA BATISTA**

**ENFERMAGEM NA ATENÇÃO PSICOSSOCIAL SOB A
PERCEPÇÃO DOS UNIVERSITÁRIOS**

Trabalho de Conclusão de Curso II, apresentado
como requisito final à obtenção do Título de
Bacharel em Enfermagem da universidade Federal
do Amapá

Orientador: Prof. Dr. José Luís da Cunha Pena

Macapá/AP
2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Biblioteca Central/UNIFAP-Macapá-AP
Elaborado por Cristina Fernandes – CRB-2 / 1569

G635e Gonçalves, Amanda dos Santos; Batista, Ellen Patrícia Pessoa.
Enfermagem na atenção psicossocial sob a percepção / Amanda dos Santos Gonçalves,
Ellen Patrícia Pessoa Batista. - Macapá, 2024.
1 recurso eletrônico. 17 folhas.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal do Amapá.
Coordenação do Curso de Enfermagem. Macapá, 2024.
Orientador: Dr. José Luís da Cunha Pena.
Coorientador: .

Modo de acesso: World Wide Web.
Formato de arquivo: Portable Document Format (PDF).

1. Saúde Mental. 2. Enfermagem. 3. Impacto psicossocial. I. Pena, José Luís da Cunha,
orientador. II. Universidade Federal do Amapá. III. Título.

CDD 23. ed. – 610.7340981

GONÇALVES, Amanda dos Santos; BATISTA, Ellen Patrícia Pessoa. Enfermagem na atenção psicossocial sob a percepção. Orientador: Dr. José Luís da Cunha Pena. 2024. 17 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Enfermagem. Universidade Federal do Amapá. Macapá, 2024.

AMANDA DOS SANTOS GONÇALVES
ELLEN PATRÍCIA PESSOA BATISTA

**ENFERMAGEM NA ATENÇÃO PSICOSSOCIAL SOB A
PERCEPÇÃO DOS UNIVERSITÁRIOS**

DATA DE APROVAÇÃO: ____/____/____

Examinador (a): Professora Dra. Francineide Pereira da Silva Pena
Universidade Federal do Amapá – UNIFAP

Examinador (a): Professora Dra. Mayla Rosa Guimarães
Universidade Federal do Amapá – UNIFAP

Orientador: Professor Dr. José Luís da Cunha Pena
Universidade Federal do Amapá – UNIFAP

Macapá/AP
2024

Artigo Original

ENFERMAGEM NA ATENÇÃO PSICOSSOCIAL SOB A PERCEPÇÃO DOS UNIVERSITÁRIOS

NURSING IN PSYCHOSOCIAL CARE UNDER THE PERCEPTION OF UNIVERSITY STUDENTS

ENFERMERÍA EN ATENCIÓN PSICOSOCIAL BAJO LA PERCEPCIÓN DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Descritores

Saúde Mental; Enfermagem; Impacto psicossocial

Descriptors

Mental health; Nursing; Psychosocial impact

Descriptores

Salud mental; Enfermería; Impacto psicossocial

Resumo

Objetivo: Analisar a percepção dos universitários sobre o processo de atuação do projeto Enfermagem na Atenção Psicossocial: grupo de apoio à saúde mental, para aquisição do cuidado e bem-estar em saúde mental. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa realizado nas dependências da Universidade Federal do Amapá - UNIFAP. **Resultados:** A maior parte dos participantes está se graduando em cursos da área da saúde, estudam de forma integral e já necessitaram de atendimento nos serviços de saúde mental. Foram determinadas três categorias: importância do projeto enfermagem na atenção psicossocial, como contributo ao bem estar; fatores positivos e negativos à mudança de vida; percepção dos universitários acerca do atendimento ofertado. **Conclusões:** O projeto "Enfermagem na Atenção Psicossocial" configura-se como um instrumento indispensável à promoção de saúde mental no contexto universitário, uma vez que contribui para a formação de pessoas à autonomia, resilientes e aptos a lidar com os desafios da vida acadêmica e da vida em geral.

Abstract

Objective: To analyze the perception of university students about the process of

action of the Nursing in Psychosocial Care project: mental health support group, to acquire care and well-being in mental health **Methods:** This is a descriptive study with a qualitative approach held on the premises of the Federal University of Amapá - UNIFAP. **Results:** Most of the participants are graduating from health courses, are studying full-time and have already required assistance from mental health services. Three categories were determined: importance of the nursing project in psychosocial care, as a contribution to well-being; positive and negative life-changing factors; perception of university students about the service offered. **Conclusions:** The project "Nursing in Psychosocial Care" is an indispensable instrument for promoting mental health in the university context, as it contributes to the formation of people with autonomy, resilient and capable of dealing with the challenges of academic life and life. in general.

Resumen

Objetivo: Analizar la percepción de estudiantes universitarios sobre el proceso de actuación del proyecto Enfermería en Atención Psicosocial: grupo de apoyo en salud mental, para adquirir cuidados y bienestar en salud mental. **Métodos:** Se trata de un estudio descriptivo con enfoque cualitativo realizado en las instalaciones de la Universidad Federal de Amapá - UNIFAP. **Resultados:** La mayoría de los participantes se gradúan de cursos de salud, estudian a tiempo completo y ya han requerido asistencia de los servicios de salud mental. Se determinaron tres categorías: importancia del proyecto de enfermería en la atención psicosocial, como contribución al bienestar; factores positivos y negativos que cambian la vida; Percepción de los estudiantes universitarios sobre el servicio ofrecido. **Conclusiones:** O projeto "Enfermagem na Atenção Psicossocial" configura-se como um instrumento indispensável à promoção de saúde mental no contexto universitário, uma vez que contribui para a formação de pessoas à autonomia, resilientes e aptos a lidar com os desafios da vida acadêmica e da vida em general.

INTRODUÇÃO

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, estima-se que em 2019 no período pré-pandemia, cerca de 970 milhões de pessoas no mundo viviam com

algum transtorno mental, os quais 82% encontravam-se em países de baixa ou média renda (LMICs). O sofrimento psíquico é hoje a principal causa de anos vividos com deficiências (Years Lived With Disability - YLD). Em um contexto geral, as consequências econômicas das condições de saúde mental são preocupantes e abundantes. Os custos indiretos e as perdas de produtividade para a comunidade muitas vezes superam os custos de saúde, além de serem dispendiosas, os sistemas de saúde mental são sucateados e marcados pelo desequilíbrio e carência de recursos. ⁽¹⁾

Ainda segundo a OMS, em 2019, 14% dos adolescentes no mundo viviam com um transtorno mental. Para mais, o suicídio ocasionou a morte de 1 a cada 100 pessoas no mundo, sendo estes 58% ocorridos em pessoas com idades inferiores a 50 anos. No mundo, os transtornos mentais tornaram-se a principal causa de incapacidade, sendo estes responsáveis por encurtar a vida de quem os detém em média 10 a 20 anos a menos que a população em geral.

Nesse contexto, destaca-se o sofrimento psíquico como tema recorrente nas pautas relacionadas ao Ensino Superior. A vivência acadêmica é idealizada como um dos melhores momentos de transição no processo de evolução de uma pessoa, criando grandes expectativas quanto à realização de novos vínculos e relações, sejam elas de amizade, de conhecimento, de dúvidas e de novas escolhas que poderão surgir. Esse momento ocorre em um período específico do desenvolvimento humano, perpassando aspectos físicos, cognitivos, sociais e psicológicos. ⁽²⁾

De acordo com uma pesquisa realizada pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior – ANDIFES, os principais fatores de vulnerabilidade que afetam os universitários dentro das Instituições de Ensino Superior (IES) são, os obstáculos financeiros, responsável por afetar 42,21% do total dos universitários, seguindo da carga excessiva de trabalhos acadêmicos (31,14%); má disciplina e/ou hábito de estudo (28,78%); dificuldade de adaptar-se a novas situações (21,85%); dificuldades no relacionamento interpessoal entre docentes e universitários (19,8%), dentre outros fatores. Além disso, a pesquisa traz alguns sofrimentos psíquicos como, ansiedade, pensamento e ideação suicida, privação ou alteração do sono e problemas alimentares como fatores que também interferem diretamente na vida acadêmica. ⁽³⁾

No convívio universitário, existem estratégias a fim de prover saúde tanto física quanto mental, seja através de promoção de atividades físicas ou melhoria nas condições estruturais das universidades. No entanto, há necessidade de propor ações que apoiem o entendimento do estudante sobre seu novo papel social e a administração das novas necessidades. Nesse cenário, técnicas em grupos como a legitimação das vivências diante de outros se mostram mais eficientes, pois possibilitam o compartilhamento de experiências e métodos de enfrentamento.⁽⁴⁾

Grupos são conjuntos de pessoas, cuja associação está fundamentada na comunhão de interesses, valores, normas ou propósitos.⁽⁵⁾ Nesse sentido os grupos de apoio se mostram uma importante ferramenta psicossocial para canalização de sentimentos como angústias, medos e ansiedades.⁽⁶⁾ Portanto, o objetivo deste estudo foi: Analisar a percepção dos universitários sobre o processo de atuação do projeto Enfermagem na Atenção Psicossocial: grupo de apoio à saúde mental, para aquisição do cuidado e bem-estar em saúde mental.

MÉTODO

- Tipo de estudo

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa. A pesquisa qualitativa trabalha predominantemente com dados coletados pelo pesquisador e não é expressa em números, ou em conclusões que baseiam-se em quantitativos numéricos. Para assegurar o rigor metodológico apropriado para pesquisas qualitativas, o presente estudo foi conduzido seguindo as diretrizes do guia Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research (COREQ).

- Local de Estudos

O presente estudo se desenvolveu nas dependências da Universidade Federal do Amapá - UNIFAP, no bloco de enfermagem.

- Participantes do estudo

Os participantes do estudo foram 14 universitários que integraram o projeto Enfermagem na Atenção Psicossocial: grupo de apoio à saúde mental, desenvolvido pelo grupo de pesquisa e extensão de Enfermagem em saúde mental e psiquiatria da UNIFAP.

Os critérios de inclusão definidos: ter participado do projeto de Extensão e Pesquisa "Enfermagem na Atenção Psicossocial: grupo de apoio à saúde mental". Foram excluídos os participantes que não compareceram ou se recusaram a

participar das entrevistas.

- **Coleta de dados**

A coleta de dados foi realizada no período de fevereiro a março de 2024. Foram utilizados para coleta de dados, um questionário sócio econômico e uma entrevista semiestruturada com os universitários. As entrevistas foram conduzidas pelas autoras principais, graduandas em enfermagem, capacitadas para conduzir as entrevistas. Estas, ocorreram de acordo com a disponibilidade dos participantes; individualmente; de forma presencial nas dependências da UNIFAP; gravadas mediante autorização prévia (com duração média de 13 minutos); transcritas (revisadas); armazenadas em documentos no programa Microsoft Word 2010; e em seguida foram analisadas.

Foram abordadas nas entrevistas perguntas acerca da percepção dos universitários a respeito do processo de atuação do projeto Enfermagem na Atenção Psicossocial: grupo de apoio à saúde mental e sobre as mudanças ocorridas em suas vidas a partir da participação nas sessões de cuidado. As mesmas, só foram coletadas após a elucidação e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e do Termo de Autorização para o uso de Voz.

- **Análise de Dados**

A análise dos dados qualitativos foi realizada através da análise de conteúdo da temática de Bardin. Esta é definida como um instrumento metodológico que busca analisar comunicações a partir de narrativas, falas e inúmeras temáticas, que objetiva compreender o conteúdo das mensagens, extraindo conhecimento e significados relacionados a estas. Na análise de conteúdo há três fases para aplicação do método, são eles: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Na pré-análise, há a realização da leitura flutuante do material e escolhas dos documentos que serão estudados e preparados. Na segunda fase realiza-se a exploração do material, dividindo-os em três partes, codificação (recorte das unidades), enumeração e categorização do material preparado. A terceira fase engloba a exploração do material e tratamento dos resultados, onde, o pesquisador reúne os resultados brutos obtidos, com propósito de torná-los significativos e válidos. Nesta fase a inferência entra como técnica de tratamento dos dados, norteadas por pólos de

comunicação: o emissor, o receptor, a mensagem e o canal. ⁽⁷⁾

Utilizou-se com o intuito de analisar os dados, o software ATLAS.ti® Qualitative Data Analysis versão 8.0, empregado para arquivar, criptografar e analisar todos os dados qualitativos coletados durante as entrevistas. O software em questão é constituído por vários elementos, destacam-se os principais: unidade hermenêutica, documentos primários, códigos e notas de análise. Destarte, os resultados obtidos foram ordenados através da Unidade Hermenêutica, tratando-se do projeto estendido, composto por 14 documentos primários (entrevistas) e 15 códigos (unidades de registro). Com base na codificação, desenvolveu-se três categorias para viabilização da discussão dos resultados.

- Aspectos éticos

O presente estudo se apoia na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que define as diretrizes e normas regulamentadoras relacionadas aos aspectos éticos de pesquisas envolvendo seres humanos. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Amapá, com o CAAE sob o NÚMERO 63353022.9.0000.0003 e o Parecer Consubstanciado 5.770.788.

Com o objetivo de preservar a identidade dos participantes e manter o sigilo, estes foram distinguidos por códigos alfanuméricos: PART 01, PART 02, entre outros.

RESULTADOS

Sobre o perfil socioeconômico dos universitários participantes do projeto de Extensão e Pesquisa "Enfermagem na Atenção Psicossocial: grupo de apoio à saúde mental", destaca-se o seguinte: 50% (n=7) do sexo feminino e 50% do sexo masculino, 85,7% (n=12) na faixa etária até 25 anos, 71,4% (n=10) possui como fonte de renda principal a ajuda financeira dos pais ou família, a mesma porcentagem está matriculada em cursos da área da saúde e estudam de forma integral, 78,5% utilizam o sistema único de saúde, 85,7% já necessitou de atendimento médico-psiquiátrico ou psicológico e 57,1% teria acesso a serviços de saúde mental caso sentisse necessidade.

Usando como base as entrevistas foram determinadas três categorias: a) Importância do projeto enfermagem na atenção psicossocial, como contributo ao bem estar; b) Fatores positivos e negativos à mudança de vida; c) Percepção dos

universitários acerca do atendimento ofertado.

a) Importância do projeto enfermagem na atenção psicossocial, como contributo ao bem estar

As atividades desenvolvidas ao decorrer dos encontros do projeto levaram os participantes a se aproximarem do reconhecimento pessoal. Os relatos apontam para compreensão de comportamentos destrutivos e gatilhos, assim como tentativas de afastamento dessas condutas. Essa atitude influencia diretamente na evolução individual dos participantes.

A partir do momento que eu consigo entender o que eu to passando, entender quem eu sou e como eu me posiciono, eu posso mudar tudo que eu faço no futuro. [...]quando eu me conheço eu consigo controlar ou limitar as minhas ações que poderiam ser mais incisivas ou agressivas. (Part.06)

Foi muito importante na situação do autoconhecimento, para eu ver situações da minha vida e clarear as dúvidas ou que eu não sabia o que fazer, como fazer ou não tinha coragem, eu recebi incentivo durante as sessões e me ajudou com a minha autoestima, a me conhecer, olhar pra mim, encarar os problemas que eu tava tendo e resolver eles de fato (Part.05)

Eu me vi uma pessoa muito negativa, aí eu ficava só remoendo as coisas, tudo de ruim que acontecia eu ficava sempre remoendo e remoendo depois que falaram sobre os pensamentos negativos e sobre controlar eles, trocar por outros pensamentos. E agora eu fico me podendo, porque parece que quanto mais a gente pensa, mais acontece depois disso eu consegui ter uma evolução. (Part. 14)

Durante a análise das entrevistas foi possível perceber a predominância de falas relacionadas de como o projeto contribuiu para o crescimento pessoal dos participantes. Esse aspecto é importante, pois possibilita aos participantes viverem o cotidiano de maneira mais leve, afastando-se de sentimentos e ações prejudiciais a si e aos outros, o que possui impacto direto ao bem estar singular.

[...] a gente tá tão focado no que a gente está sentindo que não percebe o outro e eu tava me tornando uma pessoa que não liga para os outros. [...] ver que outras pessoas estão em uma situação

parecida com a minha fez eu me tornar um pouquinho mais empática.
(Part. 14)

[...] identificar que existem coisas que eu vou sentir e vão interferir no meu cotidiano e eu preciso percebê-las para mudá-las. [...] eu pude perceber alguns comportamentos durante a sessão, que me guiaram para que eu perceba, entenda e retorne a outro determinado pensamento positivo quando for proveitoso.(Part. 07)

[...]a gente discutia muitas questões em relação a lidar com professores do curso, saber lidar com esses professores, a saber lidar com colegas também, todas as questões ligadas a faculdade, eu acho que eu já consegui lidar um pouco melhor com essas questões também. (Part.03)

b) Fatores positivos e negativos à mudança de vida

Nesta categoria destacam-se aspectos relacionados às mudanças ocorridas na vida dos participantes após a participação no projeto. Observou-se que o projeto desencadeou inúmeras mudanças aos participantes no tocante a lidar com as questões cotidianas, do âmbito acadêmico, relações interpessoais e sobrecargas. Durante a vivência no período de graduação saber administrar o tempo e as tarefas possuem influência direta no desempenho acadêmico e pessoal, e conseqüentemente no equilíbrio de emoções e manutenção da saúde mental. Os relatos mostram o reconhecimento de fatores negativos que possibilitaram mudanças positivas.

Então, no início eu entrei e eu estava na época meio mal por causa de uma certa disciplina, mas com o tempo eu fui aprendendo a lidar um pouco com ela, é claro que eu não consegui sair de lá bem, mas me ajudou muito (Part.03)

[...] eu sentia muita dificuldade em me abrir e queria fazer isso com alguém que tivesse conhecimento técnico. [...] a partir do entendimento que o grupo me proporcionou eu pude trabalhar mais com o raciocínio podendo diferenciar o que me faz bem e o que me faz mal. (Part. 04)

Na época eu estava com muita saudade de uma tia que tinha falecido e estava tendo conflitos com a minha mãe e essas duas coisas me afetam dentro da universidade, principalmente minha relação com a minha mãe, de forma negativa, eu não conseguia me concentrar, só ficava pensando nisso, não conseguia estudar e eu não conseguia enxergar nada além do grupo que me ajudasse. (Part.01)

Dentre os relatos destacam-se discursos de entendimento de aspectos positivos e desenvolvimento deles para contribuição na melhoria, principalmente, do ambiente acadêmico e do desenvolvimento pessoal. Esses fatores somam a personalidade de cada participante e os afastam do sofrimento psíquico, a partir da apresentação de mecanismos de enfrentamento.

Eu acho que me aceitar em questão do meu jeito único quanto profissional de enfermagem, aceitar o meu jeito, aceitar as minhas dificuldades, entendeu? E assim, sempre lembrar das minhas facilidades, dos pontos positivos também. (Part.03)

[...] as pessoas acham que não adianta tanto fazer parte de um projeto desse, mas foi isso, a principal coisa é você entender que tá tudo bem se você não der conta, está tudo bem se der errado, você pode conseguir, você consegue enxergar que tá todo mundo no mesmo barco, todo mundo ruim, que todos estão tentando e que tá ok se não der certo. (Part.08)

c) Percepção dos universitários acerca do atendimento ofertado.

Na última categoria, evidenciam-se falas sobre o entendimento de como ocorreu o atendimento no projeto, é possível destacar a percepção das ações desenvolvidas durante os encontros e como isso contribuiu diretamente para a melhora na saúde mental dos participantes.

[...] o mais importante pra mim porque muitas das coisas que eu sentia eu não sabia que já eram sinais de ansiedade e por ali eu descobri e sobre se acalmar, eu ainda utilizo algumas ferramentas que foram ensinadas no grupo, a questão da respiração e ficar prestando atenção no ambiente. (Part.14)

[...] poder também conversar com outras pessoas, compartilhar com elas foi interessante e geralmente a saúde mental masculina é negligenciada, o homem é estimado a ser forte, a não expressar seus sentimentos, e lá foi um ambiente sem julgamentos, onde eu pude compartilhar. (Part.11)

No que tange o ambiente e a evolução acadêmica os participantes relataram sobre como o projeto os ajudou de forma positiva na permanência na universidade. Os discursos apontam para entendimento dos limites, análise de alternativas, controle emocional, e ainda melhor administração das relações interpessoais.

Eu consegui terminar o semestre, consegui ir para campo que era uma coisa que eu não estava conseguindo ir também, consegui retomar minhas atividades dentro do laboratório também. E eu

atribuo isso a minha participação no grupo porque foi meio que a porta de entrada. (Part.13)

E o grupo surgiu para me ajudar a desabafar e me soltar e isso me ajudou a não abandonar o curso ou trancar alguma matéria, tirou um peso e levar a graduação com mais leveza. (Part.05)

DISCUSSÃO

O ambiente acadêmico exerce influências sobre as relações interpessoais dos universitários, que ao adentrarem nesse espaço estão atravessando uma fase do desenvolvimento psicossocial.⁽⁸⁾ Desta forma, uma vez estabelecidas, estas relações podem influenciar de forma positiva ou negativa a saúde mental. A percepção de pouco apoio social atrela-se à predominância de sofrimento psíquico, enquanto que pessoas que possuem este apoio estão mais propensas a perceber seu desempenho acadêmico de forma positiva, tornando-os menos suscetíveis aos sofrimentos.⁽⁹⁾

Nesse sentido, durante as entrevistas as experiências grupais foram apontadas como espaço seguro para o autoconhecimento, permitindo a exploração de seus pensamentos, sentimentos e comportamentos sem julgamentos.⁽¹⁰⁾ Essa jornada de autodescoberta foi responsável pelo empoderamento frente aos desafios, gerando impactos positivos na qualidade de vida dos mesmos. Consonante a isso, o processo de autoconhecimento permitiu a identificação de padrões comportamentais destrutivos, gerando inquietação, as quais os influenciaram a buscar alternativas e hábitos mais saudáveis de vida, o que viabilizou o desenvolvimento da autoestima, da autoconfiança e da capacidade de tomar decisões mais assertivas.⁽¹¹⁾

Para além, a “reação de espelho”⁽¹²⁾, processo no qual as pessoas projetam uns nos outros seus conflitos e objetivos, possibilita a realização de uma reflexão a respeito de seus comportamentos, sentimentos, hábitos, opiniões e suas atitudes em relação aos outros. Desta forma, à medida que as trocas aconteciam, os participantes desenvolveram o sentimento de pertencimento, o que refletiu no desenvolvimento da capacidade de perceber em si e nos demais membros os resultados promovidos por esta experiência.⁽¹³⁾ Isto posto, ao promover o autoconhecimento, o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e a construção de relações interpessoais saudáveis, o grupo impactou positivamente a saúde mental dos participantes. Através dos relatos foi possível observar uma

redução dos sintomas de ansiedade e depressão, um aumento da autoestima e uma melhora na qualidade de vida dos participantes.

Os relatos obtidos neste estudo revelam que os universitários compreendem o sofrimento psíquico como fator causador de desorganização e fomentador de crises.⁽¹⁴⁾ Os mesmos apontam que fatores estressores como mudanças de hábitos e círculos sociais, dificuldade de administração de tempo e desenvolvimento acadêmico, carga horária de estudos excessiva, somados as cobranças e pressões estudantis, contribuíram para o surgimento de diversas patologias e sentimentos negativos como insegurança, ansiedade, angústia e medo, desta forma fragilizando a saúde mental e prejudicando a sua qualidade de vida.⁽¹¹⁾

Aspectos como renda familiar, vida sexual, religião, estado civil, número de filhos e realização de atividades físicas mostram-se como apoio positivos à vida de universitários. Pessoas que possuem alguma religião e praticam atividade física, possuem melhor qualidade de vida e conseqüentemente um maior equilíbrio emocional.⁽⁹⁾ As narrativas alcançadas durante esse estudo evidenciam o desconhecimento dos universitários acerca dos fatores contributivos para o apoio emocional, o reconhecimento desses fatores possibilitou aos participantes o desenvolvimento de mecanismos de enfrentamento que modificaram a forma com a qual lidavam com as adversidades vivenciadas, como o luto, conflitos familiares e outros desafios emocionais.

Através da experiência vivida por determinada pessoa, há a descoberta das relações de reciprocidade e interatividade. Esse fenômeno nos proporciona o entendimento acerca do significado de percepção. Perceber implica enxergar partindo de uma perspectiva original, salientando e explorando as experiências particulares de cada pessoa ou de cada dado coletado. Através da percepção, a pessoa se relaciona com o mundo ao seu redor e constrói sua própria realidade.⁽¹⁵⁾

Nesse sentido, a percepção não se limita à recepção passiva de estímulos, mas sim um processo ativo de construção de sentido, permeado pela corporeidade e pelas relações com o mundo.⁽¹⁵⁾ Essa concepção encontra eco nas falas dos participantes, que relatam como as atividades desenvolvidas no grupo de apoio à saúde mental impactaram suas percepções e contribuíram para o seu bem-estar. Ao experimentarem diferentes técnicas de relaxamento e respiração, os participantes puderam ampliar seu repertório de respostas ao estresse e à ansiedade, construindo

novas estratégias de enfrentamento.

Para além, as percepções elencadas revelam a importância do ambiente acolhedor e livre de julgamentos proporcionado pelo grupo de apoio. Esse espaço seguro permitiu que compartilhassem suas experiências, vulnerabilidades e desafios sem medo de críticas ou de reprovações. Essas vivências propiciam o reconhecimento da importância da relação com o outro na construção da nossa própria percepção de mundo. Ao compartilhar suas histórias com os demais participantes, os universitários puderam se reconhecer em suas experiências, diminuindo o sentimento de isolamento e fortalecendo suas redes de apoio. ⁽¹⁶⁾

Destaca-se ainda, a importância da autoconsciência e da aceitação para o bem-estar mental. As atividades do grupo, ao promoverem o autoconhecimento e a reflexão crítica, contribuíram para o desenvolvimento dessas habilidades nos participantes. ⁽¹⁷⁾ As percepções destes universitários revelam um impacto positivo do grupo de apoio no que concerne à sua saúde mental e a sua trajetória acadêmica. Ao desenvolverem autoconhecimento, habilidades de enfrentamento e relações interpessoais saudáveis, os mesmos sentiram-se mais aptos a lidar com os desafios da vida universitária, como o estresse, a ansiedade e as dificuldades de relacionamento.

- **Limitações do estudo**

É importante ressaltar que este estudo apresenta algumas limitações. A pesquisa foi realizada com um número de participantes equivalente a 80% dos que aceitaram a participação no projeto, e que no total seriam o mínimo para vinte e quatro (24) e o máximo de trinta e duas (32) a oferta, o que limita os resultados encontrados. Além disso, o estudo foi realizado em uma única instituição de ensino, o que não representa a realidade de outras universidades e faculdades.

- **Contribuições para a prática**

O estudo contribui para o campo como peça fundamental na promoção à saúde mental dos universitários e apoio a seu desenvolvimento acadêmico, atrelado a isso, evidencia essa área de estudo como ampla e ilimitada, a qual permite a atuação multiprofissional e interdisciplinar. Destarte realça o papel da enfermagem como segmento ativo na linha de cuidados e ao bem estar do ser humano.

CONCLUSÕES

O projeto "Enfermagem na Atenção Psicossocial" configura-se como um instrumento indispensável na promoção à saúde mental no contexto universitário. Com a oferta de um ambiente seguro e propício para o autoconhecimento, o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e a construção de relações interpessoais saudáveis, o projeto contribui para a formação de pessoas à autonomia, resilientes e aptos a lidar com os desafios da vida acadêmica e da vida em geral. A implementação de iniciativas semelhantes em outras instituições de ensino torna-se imperativa para a construção de uma rede de apoio sólida e eficaz à saúde mental da população universitária, com isso contribuirá à promoção de bem-estar e o desenvolvimento pleno de uma importante parcela da sociedade.

REFERÊNCIAS

- 1 Organização Mundial Da Saúde et al. Relatório Mundial sobre Saúde Mental: Transformando a Saúde Mental para Todos. 2022.
- 2 De Almeida, Jorge Salvador Pinto. A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: estudo de prevalência e correlação. 2014. Tese de Doutorado. Instituto Politécnico de Castelo Branco (Portugal).
- 3 Andifes. IV Pesquisa do Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior Brasileiras.
- 4 Farinha, Marciana Gonçalves et al. Ruedas de conversación con universitarios: prevención y promoción de la salud. Revista do NUFEN, v. 11, n. 2, p. 19-38, 2019.
- 5 Townsend, Mary C e Morgan, Karyn I. Enfermagem psiquiátrica: conceitos de cuidados na prática baseada em evidências. . Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2021.
- 6 Vivenzio, Rafaella Andrade et al. Grupo terapêutico on-line: dispositivo de cuidado para saúde mental de universitários em tempos de pandemia//On-line therapeutic group: care device for the mental health of college students in pandemic times. Revista de Psicologia, v. 13, n. 2, p. 71-79, 2022.
- 7 Bardin, Laurence. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2016.
- 8 Nogueira-Martins, Luiz Antonio; Nogueira-Martins, Maria Cezira Fantini. Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. Revista

- Psicologia, Diversidade e Saúde, v. 7, n. 3, p. 334-337, 2018.
- 9 Graner, Karen Mendes; Cerqueira, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, p. 1327-1346, 2019.
 - 10 De Oliveira, Rodrigo Monteiro; Rosa, Carlos Mendes; Do Nascimento, Ana Carolina Peixoto. Os grupos psicoterapêuticos como ferramenta para a redução do sofrimento psíquico nas universidades. *Humanidades & Inovação*, v. 6, n. 9, p. 144-156, 2019.
 - 11 Barroso, Sabrina Martins; SOUSA, Arthur Afonso Silva; ROSENDO, Letícia dos Santos. Impacto da Solidão na Qualidade de Vida de Universitários de Minas Gerais. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 43, p. e243909, 2023.
 - 12 Foulkes, S.H. *Psicoterapia de grupo analítica – Metodos y principios*. México: Gedisa, 1986.
 - 13 Bechelli, Luiz Paulo de C.; Santos, Manoel Antônio dos. O paciente na psicoterapia de grupo. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 13, p. 118-125, 2005.
 - 14 Simon, R.; Yamamoto, K. Psicoterapia Breve Operacionalizada em Situação de Crise Adaptativa. *Mudanças - Psicologia da Saúde*, v. 16, n. 2, p. 144–151, 2008.
 - 15 Merleau-Ponty, M. (2006). *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes.
 - 16 De Matos, Mariana Gouvêa; Lampreia, Carolina. Intersubjetividade na psicanálise: contornando a problemática solipsista ou rompendo com o pensamento moderno?. *Psicologia em Revista*, v. 24, n. 1, p. 60-78, 2018.
 - 17 Dos Santos, Carla Larisse Ferreira; Da Cruz, Vanessa Alves. Teorias da aprendizagem: Gestalt. *Revista Brasileira de Administração Científica*, v. 11, n. 3, p. 298-303, 2020.