



Afrontamentos y desgastes de la vida académica: una propuesta de asignatura para la licenciatura*

Confrontations and wear and tear of academic life: a proposal for an undergraduate course
Enfrentamentos e desgastes da vida acadêmica: uma proposta de disciplina para a graduação

Como citar este artículo:

Santoro R, Trapé CA, Campos CMS, Germani ACCG, Oliveira IC, Guimarães PM. Confrontations and wear and tear of academic life: a proposal for an undergraduate course. Rev Esc Enferm USP. 2025;59:e20250115. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2025-0115en>

-  Ricardo Santoro¹
-  Carla Andrea Trapé¹
-  Célia Maria Sivalli Campos¹
-  Ana Claudia Camargo Gonçalves Germani²
-  Iasmin Cordeiro de Oliveira¹
-  Paulo de Melo Guimarães¹

* Extraído da dissertación “Enfrentamentos e desgastes da vida acadêmica: uma proposta de disciplina para a graduação”, Universidade de São Paulo, 2025.

¹ Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem, Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva, São Paulo, SP, Brasil.

² Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Departamento de Medicina Preventiva, São Paulo, SP, Brasil.

ABSTRACT

Objective: To identify the contributions of the course “Coping with the wear and tear of university life” to promote the joint development of strategies by students to strengthen their academic experience. **Method:** This is a descriptive study with a qualitative approach based on participant research, the product of a master’s thesis. Students were asked to answer open-ended questions related to the causes of the stresses of academic life and coping strategies applied on the first and last days of class. **Results and Discussion:** Nine undergraduate students participated in the course. At the end of the course, the students’ conceptions of the wear and tear of academic life and its causes began to include the structural dimension of the reproduction of neoliberal values in the university, and coping strategies focused on those related to student movements and collective participation. **Conclusion:** The course contributed to the understanding of the roots of the wear and tear of the students’ academic experience and the development of proposals for collective coping.

DESCRIPTORS

Universities; Stress, Psychological; Policy; Community-Based Participatory Research.

Autor correspondiente:

Ricardo Santoro
Rua Dom Antônio Barreiros, 73, Vila Gumerindo
04134-090 – São Paulo, SP, Brasil
santorocaps@gmail.com

Recibido: 24/03/2025
Aprobado: 04/10/2025

INTRODUCCIÓN

La experiencia universitaria se ha caracterizado por una sobrecarga de producción, en un contexto marcado por la necesidad de responder a diversas demandas, lo que genera competitividad e inseguridad sobre el futuro, produciendo un desgaste que se manifiesta en forma de sufrimiento psíquico⁽¹⁾.

Una investigación realizada con 136 000 estudiantes universitarios identificó que el 80 % de ellos manifestaban ansiedad, sensación de desánimo y falta de voluntad, insomnio, desamparo en el entorno familiar, soledad, trastornos alimentarios, síndrome de pánico y pensamientos suicidas⁽²⁾. Un estudio realizado con estudiantes de la carrera de salud encontró resultados preocupantes: el 70.7 % presentaba manifestaciones de sufrimiento psíquico, con probabilidades 2.4 veces mayores de ocurrir en estudiantes de familias de grupos sociales con condiciones más inestables en cuanto a trabajo y vida⁽³⁾.

Este estudio se basa en los fundamentos teórico-metodológicos del campo de la salud colectiva, que define los resultados del proceso salud-enfermedad como el resultado del choque entre los potenciales de fortalecimiento y desgaste derivados de los perfiles de reproducción social característicos de las distintas clases sociales⁽⁴⁾.

Se parte del supuesto de que el desgaste se experimenta de manera desigual por los estudiantes de diferentes condiciones sociales⁽⁵⁾ y, considerando que la mayoría de los estudiantes universitarios son jóvenes, los diferentes perfiles de reproducción social determinan los distintos perfiles de la juventud universitaria, con condiciones heterogéneas de trabajo, vida y salud⁽⁵⁾. Por lo tanto, comprender la juventud a partir de la reproducción social, identificando los potenciales de fortalecimiento y desgaste, permite superar las teorías hegemónicas del proceso salud-enfermedad⁽⁶⁾ que descartan la relación entre la inserción de clase y las condiciones de salud de la población.

Desde esta perspectiva, es importante considerar que los jóvenes de diferentes clases sociales viven de manera desigual el contexto social y, en consecuencia, el universitario⁽⁶⁾. El sufrimiento es la expresión en el cuerpo de lo que se produce en la sociedad neoliberal capitalista y se reproduce en las universidades, afectando a los estudiantes universitarios y potenciando el desgaste generado por las presiones derivadas del alto nivel de competitividad, la desesperanza en la inserción en el mercado laboral, las exigencias de aumento de la productividad académica, entre otras⁽⁷⁾.

La sociabilidad capitalista refuerza valores asociados al éxito individual, la riqueza, entre otros, e incentiva sentimientos como la envidia y los celos, en una realidad en la que las relaciones de producción solo se establecen si existen desigualdades de condiciones⁽⁸⁾.

Así, la competencia social es uno de los elementos constitutivos de la sociabilidad capitalista y *“no solo está presente en la realidad cotidiana y en la mentalidad del individuo, sino que le exige un comportamiento competitivo, so pena de ser considerado ‘perezoso’, ‘anormal’, ‘fracasado’, etc.”*^(8:31).

Sin embargo, aunque son cuestiones relacionadas con la estructura de la sociedad las que están en el origen del desgaste

de los estudiantes, las instituciones educativas tienden a proponer respuestas a nivel individual, lo que puede estimular el aumento del peso que representa la autogestión del sufrimiento⁽⁷⁾.

Esta tendencia de respuestas institucionales centradas en los individuos se identificó en una síntesis de evidencias, en la que la gran mayoría de los estudios, más allá de la dimensión individual, no tienen en cuenta aspectos relacionados con las dimensiones socioestructurales, colectivas e institucionales en los orígenes del sufrimiento psíquico de los estudiantes; por lo tanto, no presentan respuestas colectivas a los problemas identificados⁽¹⁾.

Por lo tanto, se puede afirmar que las respuestas institucionales en las universidades se han asociado predominantemente con el estímulo de acciones de autocuidado, en la dimensión individual, como formas de aliviar el sufrimiento psíquico de los universitarios, formas que no remiten el sufrimiento, pero permiten que los estudiantes regresen un poco más aliviados para el desempeño de lo que se espera, aunque no tarde mucho tiempo en volver el sufrimiento. Partiendo de la premisa de que las acciones que inciden únicamente en el ámbito biopsíquico individual son insuficientes para hacer frente al desgaste de la vida académica, se implementó la asignatura optativa “Afrontamiento del desgaste de la vida universitaria”, abierta a todos los estudiantes de grado de la Universidad de São Paulo, para proporcionar un espacio de discusión y escucha sobre las experiencias académicas, con miras a la construcción conjunta de estrategias para afrontar el desgaste y sus implicaciones en la formación universitaria. El presente estudio se propuso identificar los cambios en las concepciones de los estudiantes sobre el desgaste de la vida académica y sus causas, y elaborar junto con los estudiantes la propuesta de prácticas y estrategias para fortalecer la experiencia académica a lo largo de la asignatura.

MÉTODO

TIPO DE ESTUDIO

Se trata de un estudio descriptivo con un enfoque cualitativo basado en la investigación participante, producto de una tesis de maestría. En este enfoque, la relación objeto-investigador se sustituye por la relación sujeto-sujeto y, a través del diálogo, se comparten diferentes conocimientos que producen la comprensión de la realidad social y su transformación⁽⁹⁾.

SOBRE LA ASIGNATURA Y LOS SUJETOS DE LA INVESTIGACIÓN

La asignatura se creó con el fin de superar las propuestas de acciones orientadas al fomento del autocuidado individual, en respuesta al desgaste, y se fijó los siguientes objetivos: a) Caracterizar a los diferentes jóvenes con distintos perfiles de reproducción social en la contemporaneidad; b) Identificar y analizar los potenciales de fortalecimiento/desgaste de la experiencia universitaria; c) Elaborar propuestas conjuntas para hacer frente a los potenciales de desgaste de la experiencia universitaria.

La disciplina se ofreció por primera vez en noviembre de 2023, vinculada a la Rectoría de la universidad, en modalidad optativa para los estudiantes y titulada “Afrontamiento del desgaste de la experiencia universitaria”. Se impartió en una de las 42 unidades de enseñanza de la Universidad de São Paulo, que

cuenta con unos 60 000 estudiantes. Aunque solo se ofrecieron 30 plazas para estudiantes de todas las carreras de esta universidad, se inscribieron 776 estudiantes. Se optó por aceptar la selección del sistema de matriculación, que eligió a los primeros treinta estudiantes que dependían de los créditos de la asignatura para graduarse. Finalmente, participaron en la asignatura y en la investigación nueve estudiantes, ya que los demás habían interpretado que la oferta sería en formato remoto, al igual que la mayoría de las asignaturas vinculadas a la Vicerrectoría de Graduación¹, y no pudieron participar de forma presencial.

Los sujetos de la investigación fueron los estudiantes que se inscribieron en esta asignatura y que aceptaron participar en la investigación. La invitación se hizo al final de la asignatura, después de la entrega de las calificaciones, y los estudiantes optaron por permitir que sus registros se utilizaran como material de análisis de la investigación, tras dar su consentimiento oficializado con la firma del Término de Consentimiento Libre e Informado (TCLE).

DESARROLLO DE LA ASIGNATURA

La asignatura fue desarrollada por tres profesores de dos unidades de enseñanza distintas y un monitor. Se utilizaron estrategias y métodos activos para abordar los temas: juventud y contemporaneidad, la Universidad como organización social, la experiencia universitaria, la educación emancipadora como instrumento de mejora de la experiencia universitaria, estrategias para hacer frente al desgaste en la universidad, la participación política y los movimientos sociales como herramientas para hacer frente al desgaste.

Con el fin de identificar mejoras en las concepciones de los estudiantes sobre el desgaste de la vida académica y sus causas, se pidió a los estudiantes que respondieran, al inicio y al final del primer encuentro, a preguntas abiertas, siguiendo el modelo de pre y post test, a ejemplo del estudio de Cordeiro et al.⁽¹⁰⁾. Tras explicar el objetivo de esta actividad, los estudiantes dispusieron de unos 40 minutos para responder a las preguntas. En la primera sesión, las preguntas fueron: – En su experiencia universitaria, ¿qué aspectos positivos de la vida académica identifica? – ¿Cuáles serían los desgastes y sus causas? – ¿Cuáles serían las formas de afrontar estos desgastes? En la última sesión de la asignatura se repitieron las preguntas de la primera sesión, añadiendo la siguiente: – ¿Crees que participar en la asignatura ha contribuido a tu proceso de formación? ¿En qué aspectos?

Las respuestas a estas preguntas, referidas al inicio y al final de la asignatura, se analizaron para identificar la contribución de la asignatura a la mejora de los conceptos y perspectivas de los estudiantes de licenciatura sobre los potenciales de desgaste/ fortalecimiento de la experiencia universitaria y a la elaboración de propuestas para afrontarlos.

ANÁLISIS DE LOS DATOS

Las respuestas de los estudiantes se analizaron mediante el método de análisis de contenido⁽¹¹⁾. El análisis contempló la fragmentación de los registros en un proceso de construcción

de unidades de significado o temas, a partir de los cuales se identificaron las categorías empíricas, con el fin de organizar e interpretar el contenido aportado en las respuestas de los estudiantes.

Tras la organización del contenido, el análisis se realizó utilizando los conceptos del campo de la Salud Colectiva.

ASPECTOS ÉTICOS

El proyecto matriz fue sometido al Comité de Ética e Investigación de la Escuela de Enfermería de la USP, que emitió un dictamen final favorable, con el número 6.749.093. La investigación cumplió con todas las especificaciones de la Resolución 466, de 12 de diciembre de 2012, que aprueba las directrices y normas reguladoras de las investigaciones con seres humanos. Se invitó a los participantes a leer y firmar el Término de Consentimiento Libre y Esclarecido (TCLE) que fue presentado por el proponente del proyecto principal. Todos aceptaron participar en la investigación.

RESULTADOS

Todos los participantes tenían entre 22 y 23 años de edad, tres eran mujeres y seis eran hombres, y cursaban diferentes carreras/escuelas: Ciencias de la Computación, Audiovisual, Farmacia, Geología, Ingeniería Eléctrica y Enfermería. De ellos, seis estaban en el último semestre de la carrera y dos en el cuarto semestre, es decir, ya habían cursado la mitad de la licenciatura.

A continuación se presentan resúmenes del contenido de los registros individuales de los estudiantes de licenciatura realizados el primer día de clase, denominado pretest, y en la última sesión, denominado postest.

El Cuadro 1 presenta los temas obtenidos a partir de las respuestas a la pregunta sobre qué desgastes permean la vida académica y cuáles son las causas de esos desgastes.

Es importante destacar aquí que dos temas llamaron la atención de los investigadores, ya sea porque estuvieron mucho más presentes al final de la asignatura (postest) en comparación con los registros del primer día de clase (pre-test), o porque se presentaron exclusivamente el último día, lo que denota cambios en las concepciones de los estudiantes sobre el potencial de desgaste y fortalecimiento de la vida académica, así como propuestas para hacer frente al desgaste identificado.

Así, la **“Insuficiencia de las políticas de permanencia para atender al perfil social de los estudiantes”** se identificó como una de las causas del desgaste en ambos momentos (pre y post test), pero en el último día de clase este tema fue planteado con mayor intensidad por los estudiantes. El tema **“Valores neoliberales y la exigencia del productivismo académico”**, por su parte, solo se mencionó en el post-test y los registros de los estudiantes explicitaron la reproducción de los valores neoliberales en la universidad, como la competitividad y el aislamiento, tal y como se puede identificar en el siguiente fragmento:

“Las principales razones de este desgaste están ligadas al estado de la sociedad capitalista moderna. El ambiente universitario se refleja en el ambiente externo, por lo que es perceptible su cambio durante los últimos años. El ambiente universitario es cada vez más productivista

¹Las asignaturas que no son ofrecidas por ninguna unidad de enseñanza específica, sino por la propia vicerrectoría, están abiertas a los estudiantes de todos los cursos de licenciatura de la universidad y se caracterizan por su transversalidad y multidisciplinariedad.

Cuadro 1 – Temas identificados en el pre-test y el post-test para la pregunta “¿Cuáles serían los desgastes y sus causas?” – São Paulo, SP, Brasil, 2024.

Temas PRE-TEST	Temas POST-TEST
• Enfermedad psicológica de la comunidad académica • Entorno académico competitivo y con altas expectativas • Sobrecarga y sentimiento de culpa • Elaboración de un plan de estudios con exceso de contenidos y sin áreas libres • Dificultad para establecer relaciones interpersonales • Falta de didáctica de los profesores y relaciones conflictivas entre docentes y estudiantes • Insuficiencia de las políticas de permanencia para atender al perfil social de los estudiantes • Sensación de pérdida de tiempo durante el desplazamiento a la universidad, que podría utilizarse para estudiar • Sentimientos de inseguridad e incertidumbre • Sentimiento de identificación y pertenencia perjudicado por los prejuicios • Plantilla docente insuficiente	• Enfermedad psicológica de la comunidad académica • Estímulo del ambiente académico a la competitividad y el aislamiento • Fomento del ambiente académico a la sobrecarga de actividades • Falta de didáctica de los profesores y relaciones conflictivas entre docentes y alumnos • Insuficiencia de las políticas de permanencia para atender al perfil social de los estudiantes • Sensación de no pertenencia • Valores neoliberales y exigencia de productividad académica

Cuadro 2 – Temas identificados en el pre-test y el post-test a la pregunta “En su experiencia universitaria, ¿qué aspectos positivos de la vida académica identifica?” – São Paulo, SP, Brasil, 2024.

Temas PRE-TEST	Temas POST-TEST
• Redes de apoyo formadas por compañeros y familiares • Buena relación con profesores y mentores • Factores institucionales que contribuyen a la permanencia de los estudiantes • Aprovechamiento de las oportunidades que ofrece la licenciatura • Organización del plan de estudios que tiene en cuenta las necesidades de los estudiantes	• Redes de apoyo formadas por compañeros y familiares (además de comentarios sobre el hecho de que la proximidad es mayor entre personas con las mismas condiciones sociales) • Buena relación con profesores y mentores • Factores institucionales que contribuyen a la permanencia de los estudiantes • Aprovechamiento de las oportunidades que ofrece la licenciatura • Organización del plan de estudios que tiene en cuenta las necesidades de los estudiantes • Comprensión de la fuerza colectiva • Comprensión de las cuestiones estructurales (políticas y económicas) que afectan a la universidad • Comprensión de las causas del desgaste

y competitivo, los profesores se ven obligados a publicar el mayor número posible de artículos para que la universidad pueda alcanzar las metas de productividad y obtener inversión del gobierno, priorizando la cantidad sobre la calidad (...)”

El Cuadro 2 contiene los temas obtenidos a partir de los registros de la pregunta sobre los aspectos positivos de la vida académica señalados por los estudiantes.

Se observa que los tres últimos temas solo se encontraron en la prueba posterior, en la que las perspectivas de fortalecimiento individual se sumaron a las experiencias colectivas. Uno de los temas añadidos fue la “**Comprensión de la fuerza colectiva**”, en el que los estudiantes señalan que la participación política y la movilización colectiva promueven una lucha más eficaz contra el desgaste presente en el entorno universitario.

Otro tema señalado exclusivamente en la prueba posterior, “**Comprensión de las cuestiones estructurales (políticas y económicas) que atraviesan la universidad**”, sigue la lógica de que la comprensión de la universidad como una institución promotora de desgastes y fortalecimientos, reproductora de los valores en los que se basa la sociedad a la que pertenece, puede configurarse como un punto de fortalecimiento para los universitarios, tal y como explicó uno de los estudiantes el último día de clase:

“[La asignatura] me hizo comprender y darme cuenta de que cierta “culpa” que sentía por no haber hecho tantas cosas, en comparación con algunos compañeros, tiene una raíz y un origen que no proviene de mí. Además, la asignatura en su conjunto me hizo más consciente de los problemas de la vida académica actual. Aunque siempre están presentes, incluso en mi rutina, detenerme a pensar y aclarar cuáles son los desgastes que todos enfrentamos fue bueno para adquirir más autoconocimiento”.

El último tema, “**Comprensión de las causas del sufrimiento**”, se refiere a la comprensión de las raíces del desgaste de la vida universitaria, de modo que la culpa deja de ser exclusivamente del individuo al reconocer la influencia de los valores neoliberales que reproduce la universidad.

A continuación se presentan los temas relacionados con las propuestas de acciones y estrategias para hacer frente al desgaste identificadas por los participantes al inicio y al final de la asignatura (Cuadro 3).

Al final de la asignatura quedó claro hasta qué punto los estudiantes habían empezado a considerar las cuestiones colectivas y las respuestas políticas en el proceso de lucha contra el desgaste. En esta perspectiva, el tema “**Compromiso político y social en la universidad**” fue el más citado como forma de afrontar el desgaste, con seis estudiantes manifestándose sobre

Cuadro 3 – Temas identificados en el pre-test y el post-test a la pregunta “¿Cuáles serían las formas de hacer frente a este desgaste?” – São Paulo, SP, Brasil, 2024.

Temas PRE-TEST	Temas POST-TEST
• Promoción de espacios de convivencia • Participación en actividades extracurriculares • Reorientación del plan de estudios • Estrategias para atender las necesidades pedagógicas de los estudiantes • Acceso a servicios de apoyo psicológico • Políticas de permanencia más asertivas • Estrategias asertivas para combatir los prejuicios y el acoso • Reestructuración y formación pedagógica del cuerpo docente • Estrategias individuales como afrontamiento (organización del tiempo entre los estudios y la convivencia familiar)	• Promoción de espacios de convivencia y articulación entre estudiantes y personal administrativo, y entre docentes y personal técnico-administrativo • Mejora de la formación y participación en actividades de extensión • Reorientación del plan de estudios • Estrategias para atender las necesidades pedagógicas de los estudiantes • Acceso a servicios de apoyo psicológico • Compromiso político y social en la universidad • Disciplinas que promuevan espacios de reflexión sobre la universidad • Uso de métricas cualitativas para evaluar la enseñanza en la universidad

cómo la participación activa en movimientos políticos y sociales, en colectivos estudiantiles, en acciones que promueven la unión de los sectores que componen la comunidad universitaria, en círculos de conversación, en la representación estudiantil en los departamentos, son de suma importancia para la construcción de estrategias de enfrentamiento.

“La forma de enfrentar el desgaste es la unión de los tres sectores que componen la Universidad y la organización para cambios políticos, así como la realización de debates, reuniones y disciplinas que tengan como objetivo transferir cuáles son los desgastes y cuáles son sus causas, para que haya conciencia y contribuciones de todos”.

Cabe destacar la afirmación sobre la necesidad de participación de los tres sectores (estudiantes, docentes y personal técnico-administrativo) en los espacios de discusión. La representación estudiantil en comisiones y entidades colectivas estudiantiles de la universidad también se mencionó como estrategia de compromiso político.

Por último, el último tema/estrategia identificado solo en el análisis de la prueba posterior fue la oferta de **“Disciplinas que promuevan un espacio de reflexión sobre la universidad”**, en el que los estudiantes señalaron que la creación institucional de estos espacios promueve un potencial para hacer frente al desgaste.

DISCUSIÓN

Entre los posibles desgastes enumerados por los estudiantes, registrados en la prueba previa, se relacionaron las condiciones materiales de existencia y permanencia de los estudiantes que interfieren directamente en la vida universitaria⁽¹²⁾.

Actualmente existen iniciativas que amplían los programas que favorecen la permanencia de los estudiantes. Sin embargo, incluso con la existencia de estos programas, como comedores universitarios y becas de alimentación, reconocidos por los estudiantes como potenciales fortalecedores de la vida académica, no son suficientes para responder de manera eficaz a la rápida transformación de los perfiles de reproducción social de los estudiantes que ingresan en las instituciones de educación superior^(4,12,13).

Además de la necesidad de recursos que apoyen las políticas de permanencia en la universidad, también es necesario fortalecer las redes de apoyo y las relaciones interpersonales. La

falta de apoyo familiar y la dificultad para establecer relaciones interpersonales son elementos que perjudican la experiencia universitaria⁽⁹⁾. La pertenencia a grupos, el apoyo familiar y las amistades contribuyen a afrontar las dificultades, ya que se sienten parte de colectivos^(4,12,14).

Desde la perspectiva de las relaciones interpersonales, es importante destacar que la competencia estimulada en el entorno académico debilita los lazos y las redes de apoyo, sustituyendo las relaciones solidarias por relaciones competitivas.

La “cultura de la competitividad” es uno de los aspectos negativos de la experiencia de los estudiantes universitarios⁽¹²⁾. La intensa competitividad observada en el ámbito académico se considera una consecuencia de la reproducción de los ideales neoliberales en la universidad^(13,15).

La sociedad neoliberal, en general, atribuye cada vez más al individuo toda la responsabilidad de su éxito o fracaso en todos los ámbitos de su vida. Esta lógica, reforzada por el proceso de individualización⁽¹⁶⁾, conlleva la ruptura de los vínculos colectivos, ya que las relaciones sociales se vuelven más vacías y con menos sentido. De este modo, recae exclusivamente en el sujeto la obligación de dedicarse lo suficiente para alcanzar sus objetivos⁽¹⁵⁾.

La dificultad de lidiar con esta responsabilidad excesiva, con la escasez de oportunidades y con el abandono por parte de las instituciones conduce a un sentimiento de impotencia y culpa, lo que potencia el sufrimiento por no alcanzar el nivel impuesto como ideal^(7,13,15).

En la universidad, este contexto se ve agravado por el “productivismo académico”, fenómeno que se estructura en la lógica de la valoración excesiva de la cantidad de producción científica y académica en detrimento de su calidad^(17,18).

La universidad está inmersa en el conjunto de relaciones sociales del modo de producción hegemónico; por lo tanto, se rige por la sociabilidad capitalista, en la que son constitutivos elementos como la mercantilización y la burocratización de las relaciones sociales. La Universidad deja de orientar sus prácticas de formación de trabajadores e investigación para responder a las necesidades de la sociedad, para dar prioridad a las necesidades del mercado, la producción de mercancías. De esta manera, la universidad pública asume su carácter de universidad operativa, que prioriza la individualización, el rendimiento y la eficacia⁽¹⁹⁾.

Los estudiantes que participaron en este estudio identificaron como uno de los factores de desgaste de la vida

académica la falta de didáctica de los profesores, lo que repercute directamente en la calidad de la enseñanza y en la disponibilidad del profesor para ser docente, además de ser un gran generador de desgaste para los estudiantes de licenciatura. La dificultad para realizar la transición del contenido teórico al práctico, las estrategias pedagógicas obsoletas, la falta de atención a los estudiantes y la falta de actualización de los conocimientos provocan descontento con respecto al curso⁽²⁰⁾.

Un agravante es que también hay falta de diálogo y de escucha por parte de los profesores y los estudiantes sobre los procesos de construcción de la matriz curricular⁽²⁰⁾. La intensa carga horaria o el período integral, la acumulación de actividades obligatorias y la carga horaria de las universidades son causas de desgaste⁽⁴⁾.

Así, se verifica que el desgaste en la vida académica se relaciona con cuestiones que van más allá de las dificultades individuales de los estudiantes y que tienen que ver con el proceso de adaptación a la vida académica. Se refieren a elementos estructurales que implican, entre otros aspectos, la falta de atención a las distintas necesidades de los estudiantes determinadas por sus perfiles de reproducción social, la relación jerárquica entre profesores y alumnos y la organización de la matriz curricular.

Por otro lado, las universidades, al identificar las manifestaciones del desgaste en el sufrimiento psíquico, ofrecen estrategias de atención, predominantemente curativas, es decir, centradas en los síntomas, y acciones centradas en el autocuidado^(1,14). El fenómeno se homogeneiza e individualiza^(6,17).

Es necesario pensar en estrategias colectivas que permitan afrontar institucionalmente el sufrimiento psíquico de estos jóvenes universitarios⁽¹⁾, tal y como señalan los estudiantes. El compromiso político y social y la organización de los sujetos en grupos, en torno a un objetivo/tema común, representan una forma de combatir el proceso de individualización. Para que estos espacios permitan el desarrollo de instrumentos para hacer frente al desgaste, deben tenerse en cuenta las dimensiones colectivas de los orígenes del sufrimiento⁽⁷⁾, tal y como se registró en la prueba posterior.

Es importante que se implementen acciones colectivas en el entorno académico, ya que tienen un potencial de fortalecimiento y transformación. Los espacios colectivos promueven la salud y cuestionan las conductas que enferman a los estudiantes⁽²¹⁾. Los encuentros proporcionan el poder de actuar y, en consecuencia, de hacer frente al desgaste.

CONCLUSIÓN

A partir de los registros de los estudiantes, se verificó que la disciplina provocó reflexiones sobre cómo la participación política y social, además de la organización de los sujetos en grupos, es un importante potencial de fortalecimiento para la experiencia académica, impregnada por la lógica desgastante y enfermiza de la sociabilidad capitalista.

La asignatura contribuyó a que los estudiantes perfeccionaran sus concepciones sobre el desgaste de la experiencia universitaria y sus causas, sobre los potenciales de fortalecimiento durante la licenciatura como formas de proponer un enfrentamiento a los potenciales de desgaste.

Desde esta perspectiva, se identificaron mejoras en lo que respecta a la perspectiva colectiva de la confrontación, explicando la necesidad de actuar sobre las raíces del desgaste, a través de una participación política activa.

El presente trabajo tuvo como limitación el número de participantes. Es importante que se realicen nuevos estudios a partir de futuras ofertas de la disciplina con otros criterios de selección para ampliar el número de estudiantes.

Se postula que la disciplina debe ofrecerse de manera continua, propiciando un espacio de reflexión, discusión y facilitación de acciones colectivas de fortalecimiento de la vida académica.

DISPONIBILIDAD DE DATOS

El conjunto de datos que respaldan las conclusiones de este estudio está disponible previa solicitud al autor correspondiente.

RESUMO

Objetivo: Identificar as contribuições da Disciplina “Enfrentamento dos desgastes da vivência universitária” para propiciar a construção conjunta de estratégias pelos estudantes para o fortalecimento da vivência acadêmica. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa pautado na pesquisa-participante, produto de uma dissertação de mestrado. Foi solicitado aos estudantes que respondessem questões abertas relacionadas às causas dos desgastes da vida acadêmica e estratégias de enfrentamento aplicadas no primeiro e último dia de aula. **Resultados e Discussão:** Participaram da disciplina 9 estudantes de graduação. Ao final da disciplina, as concepções dos estudantes sobre os desgastes da vida acadêmica e suas causas passaram a incluir a dimensão estrutural da reprodução dos valores neoliberais na universidade e as estratégias de enfrentamento se concentraram nas relacionadas aos movimentos estudantis e participação de coletivos. **Conclusão:** A disciplina contribuiu para a compreensão das raízes dos desgastes da vivência acadêmica dos estudantes e elaboração de propostas de enfrentamento coletivas.

DESCRIPTORES

Universidades; Estresse Psicológico; Políticas; Pesquisa Participativa Baseada na Comunidade.

RESUMEN

Objetivo: Identificar las contribuciones de la asignatura “Afrontamiento del desgaste de la vida universitaria” para propiciar la construcción conjunta de estrategias por parte de los estudiantes para fortalecer la experiencia académica. **Método:** Se trata de un estudio descriptivo con enfoque cualitativo basado en la investigación participante, producto de una tesis de maestría. Se pidió a los estudiantes que respondieran preguntas abiertas relacionadas con las causas del desgaste de la vida académica y las estrategias de afrontamiento aplicadas en el primer y último día de clase. **Resultados y Discusión:** Participaron en la asignatura nueve estudiantes de licenciatura. Al final de la asignatura, las concepciones de los estudiantes sobre el desgaste de la vida académica y sus causas pasaron a incluir la dimensión estructural de la reproducción de los valores neoliberales en la universidad, y las estrategias de afrontamiento se centraron en las relacionadas con los movimientos estudiantiles y la participación de colectivos. **Conclusión:** La asignatura contribuyó a la comprensión de las raíces del desgaste de la experiencia académica de los estudiantes y a la elaboración de propuestas de afrontamiento colectivo.

DESCRIPTORES

Universidades; Estrés Psicológico; Políticas; Investigación Participativa Basada en la Comunidad.

REFERENCIAS

1. Gaiotto EMG, Trapé CA, Campos CMS, Fujimori E, Otrenti E, Carrer FCA, et al. Síntese rápida para enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários: é tempo de uma política. São Paulo: EEUSP; 2021. 153 p.
2. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. IV pesquisa do perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior brasileiras. Uberlândia: FONAPRACE; 2014 [citado 2022 junio 4]. 291 p. Disponible en: http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduandos-das-IFES_2014.pdf.
3. Mango EJ, Campos CMS, Soares CB, Trapé CA. Manifestations of psychological distress in students from different social groups at the University of São Paulo. *Rev Esc Enferm USP*. 2024;58:e20240231. doi: <https://doi.org/10.1590/1980-220x-reeusp-2024-0231>. PubMed PMID: 39992180.
4. Viana N, Soares CB, Campos CMS. Reprodução social e processo saúde-doença: para compreender o objeto da saúde coletiva. In: Soares CB, Campos CMS, organizadores. *Fundamentos de saúde coletiva e o cuidado de enfermagem*. Barueri: Manole; 2013.
5. Campos CMS, Oliveira JPS, Silva SG, Otrenti E, Dias VFG. Desgastes e fortalecimentos de graduandos de enfermagem expressos em mídia social: uma análise potencializadora de ações de enfrentamento. *Rev Med*. 2019;98(2):114–9. doi: <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i2p114-119>.
6. Soares CB. Mais que uma etapa no ciclo vital: a adolescência como um construto social. In: Borges ALV, Fujimori E, organizadores. *Enfermagem e a saúde do adolescente na atenção básica*. Barueri: Manole; 2009.
7. Leão TM, Ianni AMZ, Goto CS. Sofrimento psíquico e a universidade em tempos de crise estrutural. *Rev Em Pauta Teor Soc Real Contemp*. 2019;17(44):1–15.
8. Viana N. Universo psíquico e reprodução do capital. In: Viana N, editor. *Universo psíquico e reprodução do capital: ensaios freudo-marxistas*. São Paulo: Escuta; 2008. p. 17–40.
9. Brandão CR, Borges MC. A pesquisa participante: um momento da educação popular. *Revista de Educação Popular*. 2007 [citado 2025 mayo 26];6(1):1–10. Disponible en: <https://seer.ufu.br/index.php/reveducpop/article/view/19988>.
10. Cordeiro L, Soares CB, Oliveira E, Oliveira LC, Coelho HV. Avaliação de processo educativo sobre consumo prejudicial de drogas com agentes comunitários de saúde. *Saude Soc*. 2014;23(3):897–907. doi: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902014000300013>.
11. Bardin L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70; 2016.
12. Severo JLRDL, Carreiro GDN, Moraes MSD, Paiva CDLC, Duré RC. “Ser estudante” no ensino superior: aspectos valorativos da experiência na perspectiva discente. *Linhas Críticas*. 2020;26:1–21. doi: <https://doi.org/10.26512/lc.v26.2020.32512>.
13. Santos VS. *Permanência, pertencimento e travessia: reflexões sobre saúde mental na moradia estudantil da usp (crusp) [dissertação]*. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2021.
14. Oliveira CT, Dias ACG. Dificuldades na trajetória universitária e rede de apoio de calouros e formandos. *PSICO*. 2014;45(2):187–97. doi: <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2014.2.13347>.
15. Rocha TA. O culto da performance: o novo modelo de trabalho do século XXI. *Revista Sem Aspas*. 2018;7(1):156–67. doi: <https://doi.org/10.29373/semaspas.unesp.v7.n1.jan/jun.2018.11330>.
16. Beck U. *Sociedade de Risco: rumo a uma outra modernidade*. São Paulo: Editora 34; 2010. 384 p.
17. Sguissardi V. Produtivismo acadêmico. In: Oliveira DA, Duarte AC, Vieira LF, editors. *Dicionário de trabalho, profissão e condição docente*. Belo Horizonte: UFMG; 2010.
18. Alcadipani R. Resistir ao produtivismo: uma ode à perturbação Acadêmica. *Cad EBAPE BR*. 2011;9(4):1174–8. doi: <https://doi.org/10.1590/S1679-39512011000400015>.
19. Chauí MS. *A Universidade Operacional*. São Paulo: Folha de São Paulo; 1998 Dec 9 [citado 2025 mayo 26]. Disponible en: <https://www1.folha.uol.com.br/fsp/mais/fs09059903.htm>.
20. Soares AB, Rodrigues IDS, Santos GGBD, Lima CDA. A satisfação de estudantes universitários com o curso de ensino superior. *Psicologia (Cons Fed Psicol)*. 2021;41:e220715. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003220715>.
21. Rosa LA, Sandoval SAM. Participação política e potência de agir: a produção de saúde ético-política em ocupações estudantis paulistas. *Psicol USP*. 2022;33:e190139. doi: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e190139>.

EDITORIA ASOCIADA

Líli de Souza Nogueira



Este es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons.