



Enfrentamentos e desgastes da vida acadêmica: uma proposta de disciplina para a graduação*

Confrontations and wear and tear of academic life: a proposal for an undergraduate course

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

Como citar este artigo:

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 dissertação “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 correspondente:

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

Recebido: 24/03/2025
Aprovado: 04/10/2025

INTRODUÇÃO

A vivência universitária tem se caracterizado por sobrecarga de produção, em contexto marcado pela necessidade de respostas a variadas demandas, que geram competitividade e inseguranças no futuro, produzindo desgastes manifestados como sofrimento psíquico⁽¹⁾.

Pesquisa realizada com 136 mil graduandos identificou que 80% desses estudantes sinalizaram ansiedade, sensação de desânimo e falta de vontade, insônia, desamparo no meio familiar, solidão, transtornos alimentares, síndrome do pânico e pensamento suicida⁽²⁾. Estudo realizado com graduandos da área da saúde encontrou resultados preocupantes; 70,7% apresentavam manifestações de sofrimento psíquico, com chances 2,4 vezes maiores de ocorrerem em estudantes de famílias de grupos sociais com condições mais instáveis nas condições de trabalho e vida⁽³⁾.

Este estudo ancora-se nas bases teórico-metodológicas do campo da Saúde Coletiva, que define os resultados do processo saúde-doença como resultado do embate entre potenciais de fortalecimento e desgaste advindos dos perfis de reprodução social característicos das distintas classes sociais⁽⁴⁾.

Parte-se do pressuposto de que os desgastes são vivenciados desigualmente pelos estudantes de diferentes condições sociais⁽⁵⁾ e, considerando-se que a maior parte dos graduandos é jovem, os diferentes perfis de reprodução social determinam os distintos perfis de juventude universitária, com heterogêneas condições de trabalho, vida e saúde⁽⁵⁾. Sendo assim, compreender a juventude a partir da reprodução social, identificando potenciais de fortalecimento e desgaste possibilita a superação de teorias hegemônicas do processo saúde-doença⁽⁶⁾ que desconsideram a relação entre inserção de classe e condições de saúde da população.

Nessa perspectiva, é importante considerar que os jovens de distintas classes sociais vivenciam desigualmente o contexto social e, consequentemente, o universitário⁽⁶⁾. O sofrimento é a expressão no corpo do que é produzido na sociedade neoliberal capitalista e reproduzido nas universidades, afetando os graduandos e potencializando os desgastes gerados pelas pressões decorrentes do alto nível de competitividade, desesperança na inserção no mercado de trabalho, exigências pelo aumento da produtividade acadêmica, entre outros⁽⁷⁾.

A sociabilidade capitalista reforça valores associados a sucesso individual, riqueza, entre outros e incentiva sentimentos como inveja, ciúmes, numa realidade em que as relações de produção se estabelecem somente se houver desigualdades de condições⁽⁸⁾.

Assim, a competição social é um dos elementos constitutivos da sociabilidade capitalista e *“não só está presente na realidade cotidiana e na mentalidade do indivíduo, como exige dele um comportamento competitivo, sob pena de ser considerado ‘preguiçoso’, ‘anormal’, ‘fracassado’, etc.”*^(8:31).

No entanto, embora sejam questões relacionadas à estrutura da sociedade que estão nas raízes dos desgastes dos estudantes, as instituições de ensino tendem a propor respostas a eles no âmbito individual, o que pode estimular o aumento do peso que representa a autoadministração do sofrimento⁽⁷⁾.

Essa tendência de respostas institucionais focalizadas nos indivíduos foi identificada em síntese de evidências, em que a grande maioria dos estudos, para além da dimensão individual, não tomam em conta aspectos ligados às dimensões socioestruturais, coletivas e institucionais nas origens do sofrimento psíquico de estudantes; logo, não apresentam respostas coletivas aos problemas identificados⁽¹⁾.

Portanto, é possível afirmar que as respostas institucionais em universidades têm sido preponderantemente associadas ao estímulo a ações de autocuidado, na dimensão individual, como formas de aliviar o sofrimento psíquico de universitários, formas essas que não remitem o sofrimento, mas permitem que os estudantes retornem um pouco mais aliviados para o desempenho do que é esperado, mesmo que não demore muito tempo para o sofrimento retornar. Partindo-se do pressuposto de que ações que incidam apenas no âmbito biopsíquico individual são insuficientes para enfrentar os desgastes da vida acadêmica, foi implementada a disciplina optativa – “Enfrentamento dos desgastes da vivência universitária” – aberta a todos os estudantes de graduação da Universidade de São Paulo, para propiciar espaço de discussão e escuta a respeito das vivências acadêmicas, com vistas à construção conjunta de estratégias para enfrentamento de desgastes e de suas implicações na formação universitária. O presente estudo se propôs a identificar mudanças de concepções dos estudantes sobre os desgastes da vida acadêmica e suas causas e elaborar em conjunto com os estudantes a proposição de práticas e estratégias para o fortalecimento da vivência acadêmica no decorrer da disciplina.

MÉTODO

TIPO DE ESTUDO

Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa pautado na pesquisa-participante, produto de uma dissertação de mestrado. Nessa abordagem, a relação objeto-investigador é substituída pela relação sujeito-sujeito e, por meio do diálogo, diferentes conhecimentos são compartilhados produzindo a compreensão da realidade social e sua transformação⁽⁹⁾.

SOBRE A DISCIPLINA E OS SUJEITOS DA PESQUISA

A disciplina foi criada com a finalidade de superar as propostas de ações voltadas ao incentivo do autocuidado individual, em resposta aos desgastes e tomou por objetivos: a) Caracterizar as diversas juventudes com distintos perfis de reprodução social na contemporaneidade; b) Identificar e analisar potenciais de fortalecimento/desgaste da vivência universitária; c) Elaborar propostas conjuntas para o enfrentamento dos potenciais de desgaste da vivência universitária.

A disciplina foi oferecida pela primeira vez em novembro de 2023, vinculada à Pró-reitoria da universidade, na modalidade optativa para os estudantes e intitulada “Enfrentamento dos desgastes da vivência universitária”. Foi ministrada em uma das 42 unidades de ensino da Universidade de São Paulo que conta com cerca de 60.000 alunos. Embora tenham sido disponibilizadas apenas 30 vagas para estudantes de todos os cursos de graduação desta universidade, 776 estudantes se inscreveram. Optou-se por aceitar a seleção do sistema de matrículas que escolheu os primeiros trinta alunos que dependiam dos créditos da disciplina

para se formarem. Por fim participaram da disciplina e da pesquisa nove estudantes, pois os demais haviam interpretado que o oferecimento seria no formato remoto, da mesma forma que a maior parte das disciplinas vinculadas à Pró-reitoria de graduação¹, e não puderam participar presencialmente.

Os sujeitos da pesquisa foram os estudantes que se matricularam nessa disciplina e que aceitaram participar da pesquisa. O convite foi feito no final da disciplina, após a entrega das notas e os estudantes optaram por permitir que seus registros fossem utilizados como material de análise da pesquisa, após consentimento oficializado com a assinatura em Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

DESENVOLVIMENTO DA DISCIPLINA

A disciplina foi desenvolvida por três docentes de duas unidades de ensino distintas e um monitor. Foram utilizadas estratégias e métodos ativos, para abordagem dos temas: juventudes e contemporaneidade, a Universidade como organização social, vivência universitária, educação emancipatória como instrumento de aprimoramento da vivência universitária, estratégias de enfrentamento dos desgastes na universidade, participação política e movimentos sociais como ferramentas para o enfrentamento de desgastes.

Com a finalidade de se identificar aprimoramentos nas concepções dos estudantes sobre os desgastes da vida acadêmica e suas causas, foi solicitado que os estudantes respondessem, no início do primeiro encontro e no último, questões abertas, nos moldes de pré e pós-teste, a exemplo do estudo de Cordeiro et al.⁽¹⁰⁾. Após a explicação do objetivo dessa atividade os estudantes dispuseram de cerca de 40 minutos para responder as perguntas. No primeiro encontro as questões foram: – Na sua vivência universitária, quais fortalecimentos da vida acadêmica você identifica? – Quais seriam os desgastes e suas causas? – Quais seriam as formas de enfrentar esses desgastes? No último encontro da disciplina se repetiram as perguntas do primeiro encontro, acrescidas da questão: – Você acredita que participar da disciplina trouxe contribuições para seu processo de formação? Em que aspectos?

As respostas a essas perguntas, referentes ao início e final da disciplina, foram analisadas, para identificar a contribuição da disciplina no aprimoramento de conceitos e perspectivas dos graduandos a respeito dos potenciais de desgaste/fortalecimento da vivência universitária e na elaboração de propostas de enfrentamento.

ANÁLISE DOS DADOS

As respostas dos estudantes foram analisadas pelo método da análise de conteúdo⁽¹¹⁾. A análise contemplou a fragmentação dos registros num processo de construção de unidades de significação ou temas, a partir das quais identificou-se as categorias empíricas, com a finalidade de organização e interpretação do conteúdo trazido nas respostas dos graduandos.

Após a organização do conteúdo, a análise foi feita utilizando os conceitos do campo da Saúde Coletiva.

ASPECTOS ÉTICOS

O projeto matriz foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da Escola de Enfermagem da USP que emitiu parecer final favorável, sob o número 6.749.093. A pesquisa atendeu a todas as especificações da Resolução 466, de 12 de dezembro de 2012, que aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Os participantes foram convidados a ler e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que foi apresentado pelo proponente do projeto matriz. Todos concordaram em participar da pesquisa.

RESULTADOS

Todos os participantes tinham entre 22 e 23 anos de idade, três do sexo feminino e seis do sexo masculino e estavam em cursos/Escolas diferentes: Ciência da Computação, Audiovisual, Farmácia, Geologia, Engenharia Elétrica e Enfermagem. Destes, seis estavam no último semestre do curso e dois no quarto semestre, ou seja, já haviam cursado metade da graduação.

A seguir serão apresentadas sínteses dos conteúdos dos registros individuais dos graduandos realizados no primeiro dia de aula, denominado de pré-teste, e no último encontro, denominado pós-teste.

O Quadro 1 apresenta os temas obtidos a partir das respostas à pergunta sobre quais os desgastes que permeiam a vida acadêmica e quais as causas desses desgastes.

É importante ressaltar aqui que dois temas chamaram a atenção dos pesquisadores ou porque estiveram muito mais presentes no final da disciplina (pós-teste) em comparação aos registros do primeiro dia de aula (pré-teste), ou ainda porque foram apresentados exclusivamente no último dia denotando mudanças nas concepções dos estudantes a respeito dos potenciais de desgastes e fortalecimentos da vida acadêmica, bem como propostas de enfrentamento dos desgastes identificados.

Assim, a **“Insuficiência das políticas de permanência para atender ao perfil social dos estudantes”** foi identificada como uma das causas dos desgastes em ambos os momentos (pré e pós teste), mas no último dia de aula esse tema foi trazido com mais intensidade pelos estudantes. O tema **“Valores neoliberais e a exigência do produtivismo acadêmico”**, por sua vez, foi citado apenas no pós-teste e os registros dos estudantes explicitaram a reprodução dos valores neoliberais na universidade, como competitividade e isolamento, como pode ser identificado no trecho:

“Os principais motivos desses desgastes estão atrelados ao estado da sociedade moderna capitalista. O ambiente universitário se espelha no ambiente externo, por isso é perceptível sua mudança durante os últimos anos. O ambiente universitário está cada vez mais produtivista e competitivo, os professores são obrigados a publicar o maior número possível de artigos para que a universidade consiga bater as metas de produtividade para conseguir investimento do governo, priorizando quantidade sobre qualidade (...)”

¹Disciplinas que não são oferecidas por nenhuma unidade de ensino específica, mas sim pela própria pró-reitoria, são abertas a alunos de todos os cursos de graduação da universidade e caracterizam-se pela transversalidade e multidisciplinaridade.

Quadro 1 – Temas identificados no pré e pós teste para a pergunta “Quais seriam os desgastes e suas causas?” – São Paulo, SP, Brasil, 2024.

Temas PRÉ-TESTE	Temas PÓS-TESTE
• Adoecimento psicológico da comunidade acadêmica • Ambiente acadêmico competitivo e de altas expectativas • Sobrecarga e sentimento de culpa • Formulação da matriz curricular com sobrecarga de conteúdos e sem áreas livres • Dificuldade de estabelecer relações interpessoais • Falta de didática dos professores e relações conflituosas entre docentes e discentes • Insuficiência das políticas de permanência para atender ao perfil social dos estudantes • Sensação de desperdício de tempo durante a locomoção para a universidade, que poderia ser utilizado para estudo • Sentimentos de insegurança e incerteza • Sentimento de identificação e pertencimento prejudicado pelo preconceito • Quadro docente insuficiente	• Adoecimento psicológico da comunidade acadêmica • Estímulo do ambiente acadêmico à competitividade e isolamento • Estímulo do ambiente acadêmico à sobrecarga de atividades • Falta de didática dos professores e relações conflituosas entre docentes e discentes • Insuficiência das políticas de permanência para atender ao perfil social dos estudantes • Sensação de não pertencimento • Valores neoliberais e a exigência do produtivismo acadêmico

Quadro 2 – Temas identificados no pré e pós teste para a pergunta “Na sua vivência universitária, quais fortalecimentos da vida acadêmica que você identifica?” – São Paulo, SP, Brasil, 2024.

Temas PRÉ-TESTE	Temas PÓS-TESTE
• Redes de apoio formadas por colegas e familiares • Boa relação com docentes e mentores • Fatores institucionais que contribuem para a permanência estudantil • Aproveitamento das oportunidades da graduação • Organização do currículo que considera as necessidades dos estudantes	• Redes de apoio formadas por colegas e familiares (acrescidas de falas sobre o fato de que a proximidade é maior entre pessoas com as mesmas condições sociais) • Boa relação com docentes e mentores • Fatores institucionais que contribuem para a permanência estudantil • Aproveitamento das oportunidades da graduação • Organização do currículo que considera as necessidades dos estudantes • Compreensão da força coletiva • Compreensão sobre questões estruturais (políticas e econômicas) que atravessam a universidade • Compreensão das causas dos desgastes

O Quadro 2 contém os temas obtidos a partir dos registros para a pergunta sobre os fortalecimentos da vida acadêmica levantados pelos estudantes.

Verifica-se que os últimos três temas foram encontrados somente no pós-teste, nas quais perspectivas de fortalecimento individuais foram somadas a experiências coletivas. Um dos temas adicionados foi a “**Compreensão da força coletiva**”, no qual os estudantes apontam que a participação política e mobilização coletiva promovem um combate mais efetivo dos desgastes presentes no ambiente universitário.

Outro tema apontado exclusivamente no pós-teste, “**Compreensão sobre questões estruturais (políticas e econômicas) que atravessam a universidade**”, segue a lógica de que a compreensão da universidade como uma instituição promotora de desgastes e fortalecimentos, reprodutora de valores nos quais a sociedade à qual pertence se baseia, pode se configurar como um ponto de fortalecimento para os universitários como explicitado por um dos estudantes no último dia de aula:

“[a disciplina] me fez entender e perceber que uma certa “culpa” que eu sentia por não ter feito tantas coisas, comparado a alguns colegas, tem uma raiz e origem que não vem de mim. Além disso, a disciplina como um todo me fez mais consciente dos problemas na vivência acadêmica hoje em dia. Apesar de eles sempre estarem presentes, até na minha rotina, parar pra pensar e esclarecer quais são os desgastes enfrentados por todos foi bom para ter adquirir mais autoconhecimento.”

O último tema “**Compreensão das causas do sofrimento**”, relaciona-se a uma compreensão acerca das raízes dos desgastes da vivência universitária, de modo que a culpa deixa de ser exclusivamente do indivíduo a partir do reconhecimento da influência dos valores neoliberais que a universidade reproduz.

A seguir apresentam-se os temas relacionados às propostas de ações e estratégias de enfrentamento dos desgastes identificadas pelos participantes no início e no final da disciplina (Quadro 3).

Ao final da disciplina ficou explícito o quanto os estudantes passaram a considerar questões coletivas e respostas políticas no processo de enfrentamento dos desgastes. Nessa perspectiva, o tema “**Engajamento político e social na universidade**” foi o mais citado como forma de enfrentamento de desgastes, com seis estudantes se manifestando sobre como a participação ativa em movimentos políticos e sociais, em coletivos estudantis, em ações que promovem a união dos setores que compõem a comunidade universitária, em rodas de conversa, em representação discente em departamentos, são de suma importância para a construção de estratégias de enfrentamento.

“A forma de enfrentamento dos desgastes é a união dos três setores que compõem a Universidade e a organização para mudanças políticas, também a realização de debates, reuniões e disciplinas que visem transferir quais são os desgastes e quais suas causas, para que haja consciência e contribuições de todos.”

Quadro 3 – Temas identificados no pré e pós teste para a pergunta “Quais seriam as formas de enfrentar esses desgastes?” – São Paulo, SP, Brasil, 2024.

Temas PRÉ-TESTE	Temas PÓS-TESTE
• Promoção de espaços de convivência • Envolvimento em atividades extracurriculares • Reorientação da matriz curricular • Estratégias de atendimento às necessidades pedagógicas dos estudantes • Acesso a serviços de apoio psicológico • Política de permanência mais assertivas • Estratégias assertivas de combate ao preconceito e o assédio • Recomposição e formação pedagógica do corpo docente • Estratégias individuais como enfrentamento (organização do tempo entre estudos e convivência familiar)	• Promoção de espaços de convivência e articulação entre discentes e servidores e entre docentes e técnico-administrativos • Aprimoramento da formação e envolvimento em atividades de extensão • Reorientação da matriz curricular • Estratégias de atendimento às necessidades pedagógicas dos estudantes • Acesso a serviço de apoio psicológico • Engajamento político e social na universidade • Disciplinas que promovam espaço de reflexão sobre a universidade • Uso de métricas qualitativas para avaliação do ensino na universidade

Ressalta-se a afirmação sobre a necessidade de participação dos três setores (discentes, servidores docentes e servidores técnicos-administrativos) em espaços de discussão. A representação discente em comissões e entidades coletivas estudantis da universidade também foi citada como estratégia de engajamento político.

Por fim, o último tema/estratégia identificado somente na análise do pós-teste foi o oferecimento de **“Disciplinas que promovam espaço de reflexão sobre a universidade”**, na qual os discentes sinalizaram que a criação institucional desses espaços promove um potencial de enfrentamento aos desgastes.

DISCUSSÃO

Dentre os potenciais de desgaste elencados pelos estudantes, registrados no pré-teste, foram relacionadas às condições materiais de existência e permanência estudantil que interferem diretamente na vivência universitária⁽¹²⁾.

Atualmente existem iniciativas que ampliam os programas que favorecem a permanência estudantil. Entretanto, mesmo com a existência desses programas, como restaurantes universitários e bolsas-alimentação, reconhecidos como potenciais de fortalecimento da vida acadêmica pelos estudantes, não são suficientes para responder de maneira eficaz à rápida transformação dos perfis de reprodução social dos estudantes que ingressam nas instituições de ensino superior^(4,12,13).

Além da necessidade de recursos que apoiem políticas de permanência na universidade, é necessário também o fortalecimento de redes de apoio e de relações interpessoais. A falta de apoio familiar e a dificuldade em estabelecer relacionamentos interpessoais são elementos que prejudicam a vivência universitária⁽⁹⁾. O pertencimento a grupos, o apoio familiar e as amizades contribuem para o enfrentamento das dificuldades, já que se sentem pertencentes a coletivos^(4,12,14).

Na perspectiva das relações interpessoais é importante destacar que a competição estimulada no ambiente acadêmico enfraquece os laços e as redes de apoio, substituindo as relações solidárias por relações competitivas.

A “cultura de competitividade” é um dos aspectos negativos da experiência dos estudantes universitários⁽¹²⁾. A intensa competitividade observada no meio acadêmico é considerada uma consequência da reprodução de ideais neoliberais na universidade^(13,15).

A sociedade neoliberal, de modo geral, cada vez mais coloca sobre o indivíduo toda a responsabilidade pelo seu sucesso ou fracasso em todas as áreas de sua vida. Essa lógica, reforçada pelo processo de individualização⁽¹⁶⁾, acarreta a quebra de vínculos coletivos, já que as relações sociais se tornam mais vazias e com menos sentido. Desse modo, cabe exclusivamente ao sujeito o dever de dedicar-se o suficiente para alcançar os seus objetivos⁽¹⁵⁾.

A dificuldade de lidar com essa responsabilidade excessiva, com a escassez de oportunidades e com o desamparo por parte das instituições leva ao sentimento de impotência e culpa, potencializando o sofrimento por não alcançar o patamar imposto como ideal^(7,13,15).

Na universidade esse contexto é agravado pelo “produtivismo acadêmico”, fenômeno que se estrutura na lógica da excessiva valorização da quantidade da produção científico-acadêmica em detrimento de sua qualidade^(17,18).

A Universidade está imersa no conjunto das relações sociais do modo de produção hegemônico; portanto, é regida pela sociabilidade capitalista, em que são constitutivos elementos como a mercantilização e a burocratização das relações sociais. A Universidade deixa de direcionar suas práticas de formação de trabalhadores e de pesquisas para responder às necessidades da sociedade, para dar prioridade às necessidades do mercado, a produção de mercadorias. Dessa forma, a universidade pública assume o seu caráter de universidade operacional, que prioriza a individualização, o desempenho e eficácia⁽¹⁹⁾.

Os estudantes participantes deste estudo identificaram como um dos potenciais de desgaste da vida acadêmica a falta de didática dos professores, o que impacta diretamente na qualidade do ensino e na disponibilidade do docente para ser professor, além de ser um grande gerador de desgaste para os graduandos. A dificuldade de realizar a transição do conteúdo teórico para o prático, estratégias pedagógicas ultrapassadas, falta de atenção dada aos estudantes, falta de atualização do conhecimento, trazem descontentamento em relação ao curso⁽²⁰⁾.

Um agravante é que há também falta de diálogo e escuta dos docentes e discentes sobre os processos de construção da matriz curricular⁽²⁰⁾. A carga horária intensa ou com período integral, o acúmulo de atividades obrigatórias e a carga horária das universidades são causadores de desgastes⁽⁴⁾.

Assim, verifica-se que os desgastes na vida acadêmica se relacionam a questões para além de dificuldades individuais dos estudantes e são concernentes ao processo de adaptação à vida acadêmica. Dizem respeito a elementos estruturais que envolvem, entre outros aspectos, o não atendimento das necessidades distintas dos estudantes determinadas pelos seus perfis de reprodução social, à relação hierarquizada entre docentes e discentes e à organização da matriz curricular.

Por outro lado, as universidades, ao identificarem as manifestações dos desgastes em sofrimento psíquico, ofertam estratégias de cuidado, predominantemente curativas, ou seja, voltadas a sintomas, e ações centradas no autocuidado^(1,14). O fenômeno é homogeneizado e individualizado^(6,17).

É necessário que sejam pensadas estratégias coletivas que possibilitem o enfrentamento institucional do sofrimento psíquico desses jovens universitários⁽¹⁾, como sinalizado pelos estudantes. O engajamento político e social e a organização dos sujeitos em grupos, em torno de um objetivo/tema comum, representa uma forma de combater o processo de individualização. Para que esses espaços possibilitem o desenvolvimento de instrumentos para o enfrentamento de desgastes, devem ser consideradas as dimensões coletivas das origens de sofrimento⁽⁷⁾, como foi registrado no pós-teste.

É importante que ações coletivas sejam implementadas no ambiente acadêmico, já que são potenciais de fortalecimento e de transformação. Os espaços coletivos promovem saúde e contestam as condutas que adoecem os estudantes⁽²¹⁾. Os encontros proporcionam a potência de agir e, conseqüentemente, de enfrentar desgastes.

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.

REFERÊNCIAS

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 em 2022 jun 4]. 291 p. Disponível em: http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduandos-das-IFES_2014.pdf.

CONCLUSÃO

A partir dos registros dos estudantes, verificou-se que a disciplina provocou reflexões sobre como a participação política e social, além da organização dos sujeitos em grupos, é um importante potencial de fortalecimento para a vivência acadêmica, permeada pela lógica desgastante e adoecedora da sociabilidade capitalista.

A disciplina contribuiu para que os estudantes aprimorassem concepções acerca dos desgastes da vivência universitária e suas causas, sobre os potenciais de fortalecimento durante a graduação como formas de propor embate aos potenciais de desgaste.

Nessa perspectiva, identificaram-se aprimoramentos no que diz respeito à perspectiva coletiva do enfrentamento, explicitando-se a necessidade de agir sobre as raízes dos desgastes, por meio de uma participação política ativa.

O presente trabalho teve como limitação o número de participantes. É importante que novos estudos sejam feitos a partir de futuros oferecimentos da disciplina com outros critérios de seleção para ampliar o número de estudantes.

Acredita-se que a disciplina deva ser oferecida continuamente, propiciando espaço de reflexão, discussão e facilitação de ações coletivas de fortalecimento da vida acadêmica.

DISPONIBILIDADE DE DADOS

Todo o conjunto de dados que dá suporte aos resultados deste estudo está disponível mediante solicitação ao autor correspondente.

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-2024-0231en>. 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 em 2025 maio 26];6(1):1–10. Disponível em: <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 em 2025 maio 26]. Disponível em: <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>.

EDITOR ASSOCIADA

Líli de Souza Nogueira



Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons.