APOIO A SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS: um estudo na Ufes.

ANDRESSA PETERSEN CARONE

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES)

TACIANA DE LEMOS DIAS

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES)

MARILENE OLIVIER FERREIRA DE OLIVEIRA

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES)

Agradecimento à órgão de fomento:

Os autores agradecem a todos que participaram da pesquisa realizada, a colaboração dos servidores da Ufes.

APOIO A SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS: um estudo na Ufes

1. Introdução

O ingresso dos estudantes na vida acadêmica é um acontecimento importante na vida dos adolescentes, que criam muitas expectativas de mudanças significativas em sua trajetória. Entretanto, a tão sonhada entrada na universidade, tem apresentado dificuldades diversas aos novos acadêmicos (PINHO, 2016).

Muitos estudantes vivenciam sensações que oscilam entre a euforia e o medo, sentimentos que funcionam como gatilho para uma série de sintomas, com intensidades diversas. São mudanças significativas na vida do estudante que ingressa no universo acadêmico, afetando o desempenho e trazendo prejuízos à saúde (CURVO, 2022).

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) nos últimos anos 3,6% da população mundial apresentou alta prevalência de transtorno de ansiedade e que a maior incidência desses casos acomete 9,3% da população no Brasil (SOARES, MONTEIRO; SANTOS, 2020). A Organização Mundial da Saúde (OMS), volta a destacar no segundo semestre de 2023 que um a cada três universitários apresentam problemas com a saúde mental, assim 35% dos estudantes universitários ao iniciarem a vida acadêmica passam a apresentar algum tipo de transtorno mental.

Segundo estudos de Soares, Monteiro e Santos (2020) ao ingressarem na universidade, um mundo complexo se descortina aos estudantes, tais como: um ambiente desconhecido, cujas procedimentos e normas precisam ser conhecidos e introjetados, onde diversas situações como dificuldades de adaptação às novas rotinas de aprendizagem, de relacionamento com os novos pares e professores, dentre outros fatores, em ritmo diferente daquele que o estudante está habituado.

Essa situação já foi objeto de interesse de pesquisas cujos resultados evidenciaram relações entre problemas psicológicos e a saúde mental dos universitários. De acordo com Soares, Monteiro e Santos (2020, p.993) é importante [...], conhecer e caracterizar os fatores relacionados ao transtorno de ansiedade (que) podem conduzir a ações de prevenção ou mesmo de intervenção”: Recentemente, Lima et al. (2021, p. 352) registrou que “compreender os elementos que influenciam o desempenho acadêmico dos discentes apresenta-se entre os principais interesses das equipes pedagógicas que se dedicam a aprimorar a qualidade do processo de ensino-aprendizagem”.

A partir da identificação de fatores que afetam a saúde mental dos estudantes do ensino superior, torna-se importante, mediante estudos, verificar programas que auxiliem na prevenção e no apoio psicológico dos universitários. Principalmente, considerando, segundo Garcia et. al. (2020), a necessidade da criação de mecanismos e investimentos públicos e privados para que novos conhecimentos produzidos pelas universidades sejam disseminados e novas práticas sejam discutidas para que estes cheguem à população universitária.

Diante do exposto surgiu a seguinte questão de pesquisa: quais ações a instituição promove, conforme percepção de seus responsáveis, para apoio a saúde mental dos estudantes universitários?

O objetivo geral da pesquisa tem por finalidade nortear os procedimentos de campo, tendo como base a visão geral da problemática. Dessa forma, a proposta foi: analisar as ações de apoio à saúde mental de estudantes da Ufes à luz da percepção dos responsáveis por esse segmento institucional.

A pesquisa sobre a saúde mental de estudantes universitários, torna-se relevante ao buscar através dos estudos teóricos, que contribuem com essa temática para além de disseminar as ações de apoio psicológico das universidades, mas também descrever o papel do apoio psicológico na saúde mental dos estudantes. Dessa forma, a pesquisa se justifica pelas numerosas contribuições teóricas que oferecem análises relevantes sobre a saúde mental, destacando o problema e tornando-o um objeto de estudo. Para os resultados obtidos serem úteis tanto para estudantes quanto para gestores, e associem ações e/ou intervenções como suporte psicológico, considerando os sintomas que afetam a saúde mental dos estudantes, é necessário

buscar informações junto aos responsáveis pelos programas e intervenções oferecidos pela universidade. Portanto, as ações de apoio psicológico são fundamentais na área de ensino e aprendizagem, por contribuírem para o sucesso acadêmico dos estudantes, reduzem a evasão escolar, melhoram a reputação da instituição e promovem o bem-estar geral da comunidade acadêmica.

2 Referencial Teórico

2.1 Saúde Mental de Universitários

O referencial teórico é apresentado em três subseções: saúde mental de universitários, ações para apoio psicológico de universidades, fatores de sucesso dos programas de apoio psicológico de instituições públicas federais.

Ao adentrar o ensino superior, os acadêmicos se defrontam com “[...] uma série de desafios a serem enfrentados como, por exemplo, o surgimento de novos vínculos afetivos, uma nova metodologia de ensino com a responsabilidade da aprendizagem de novos saberes e, para muitos, o distanciamento da família e de amigos” (LEDRA; ASCARI; KRAUZER, 2019, p. 1). As mudanças que ocorrem na vida dos jovens adultos são caracterizadas pela escolha da profissão que desejam seguir e sua preparação para o mercado de trabalho, que vem se tornando mais exigente e complexo, continuamente.

Há evidências de que o primeiro passo seja um bom curso universitário para se preparar para o mundo do trabalho e iniciar um planejamento de carreira (GARCIA; CAPELLINI; REIS et al., 2020). Entretanto, embora a transição para a vida universitária tenha para muitos o significado de independência, trata-se também de um período crítico de adaptação, demandando mais responsabilidades, sobrecarga de trabalho e pouco tempo livre, resultando em um cansaço mental, conforme cita Gomes et al. (2023).

A partir de estudos realizados sobre a saúde mental nas últimas décadas, o Brasil apresentou indícios de altos níveis de sofrimento psicológico entre estudantes universitários, com alta prevalência de vários problemas voltados para transtornos mentais (FLORIANO et al., 2020), como, por exemplo, a ansiedade e o estresse.

Segundo American Psychiatric Association (APA) (Associação Americana de Psiquiatria) (2014, p. 189) em seu Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais V (DSM-V).

Os transtornos de ansiedade incluem transtornos que compartilham características de medo e ansiedade excessivos e perturbações comportamentais relacionadas. Medo é a resposta emocional à ameaça iminente real ou percebida, enquanto ansiedade é a antecipação de ameaça futura.

Ainda de acordo com a APA (2014, p. 190)

As características principais do transtorno de ansiedade generalizada são ansiedade e preocupação persistentes e excessivas acerca de vários domínios, incluindo desempenho no trabalho e escolar, que o indivíduo encontra dificuldade em controlar. Além disso, são experimentados sintomas físicos, incluindo inquietação ou sensação de “nervos à flor da pele”; fadigabilidade; dificuldade de concentração ou “ter brancos”; irritabilidade; tensão muscular; e perturbação do sono. (Grifo nosso)

A ansiedade pode também estar associada ao estresse, podendo se tornar prejudicial quando as pessoas estão diante de eventos que representam mudanças ou ameaças na vida das pessoas. Quando esses estados se prolongam, podem resultar em consequências negativas para a qualidade de vida e o desempenho profissional dos indivíduos (RAMOS et al., 2019).

Assim, dado que o ingresso na universidade potencializa a emergência de tais reações, este período da vida dos jovens transformou-se em alvo de estudos, que apontam para o investimento em espaços de acolhimento e manejo destas situações junto aos estudantes, auxiliando-os em uma adaptação que possa ser saudável, evidenciando uma preocupação para além das questões

acadêmicas e da formação técnica, priorizando a atenção e os cuidados integrais à população universitária (OLIVEIRA et al 2014, apud MURAKAMI et al. 2018, p. 110).

As publicações entre 2005 a 2019 revelam que: a) o aumento dos transtornos de ansiedade com alta prevalência na população estudantil, dificuldades de desempenho acadêmico e efeitos na saúde mental (SOARES, MONTEIRO e SANTOS, 2020); b) taxas elevadas de Transtornos Mentais Comuns (TMC) estão relacionadas a sobrecarga de estudo, cobranças de desempenho (FLORIANO et al. 2020) e, c) muitos estudantes que necessitam trabalhar, tentam conciliar as duas responsabilidades, não estando preparados para enfrentar tantas obrigações.

Por sua vez, Barros e Peixoto (2023, p.2) analisou se há influência dos fatores que contribuem negativamente na saúde mental dos estudantes, para levantar dados que comprovem as análises de prevalência de transtornos. Os resultados mostram as seguintes ocorrências: gênero, “desinteresse pela área de estudo, uso atual de álcool, pouco dinheiro mensal, apoio social ruim foram alguns dos fatores significativamente associados ao sofrimento mental”.

As contribuições de Barros e Peixoto (2023, p.3) destacam ainda que um “estudo brasileiro realizado com 378 estudantes universitários encontrou prevalência de 39,99% de casos suspeitos de transtornos do humor, ansiedade e somatização” e que a ocorrência é maior para o sexo feminino.

Barros e Peixoto (2023) investigaram a influência sobre gênero para comparar os indicadores de Transtornos Mentais Comuns de homens e mulheres, para a partir da investigação buscar programas que atendam o público que apresenta problemas com a saúde mental, especificamente o gênero que apresenta maior prevalência.

Por fim, Ramos et al. (2018, p. 223) sugere que

Nesse contexto, entende-se que cuidar da saúde mental do universitário e do desenvolvimento de sua carreira é também ampliar as condições de sua permanência na universidade, tendo em vista a interface entre os processos de saúde-doença e o desempenho acadêmico e profissional.

2.2 . Apoio psicológico de universidade

Neste subitem são abordados alguns programas e intervenções de apoio psicológico adotados pelas instituições públicas federais, além do fórum de políticas sociais.

O apoio psicológico aos estudantes universitários revela-se fundamental para a manutenção de seu bem-estar, dado que eles farão parte de processo que exige muita capacidade de adaptação, em função das exigências de aprendizagem, que está relacionada ao nível de autonomia, às habilidades cognitivas, ao seu interesse pelo curso e as perspectivas do que encontrará pela frente (MERCURI; POLYDORO, 2004).

Esse novo contexto no qual se encontra o estudante universitário, de modo geral ainda calouro, possui características que podem gerar um estado de vulnerabilidade, levando-o a transtornos de ordem psicológica que, por sua vez, afetam seu desenvolvimento pessoal e acadêmico Almeida e Soares (2004, p. 15-40).

Dessa forma, a complexidade de transição do ambiente de ensino, exige certas habilidades do aluno, como enfrentamento aos desafios no ensino superior, sendo necessário programas que ofereçam suporte à população universitária. Para Ramos et al. (2018) muitos autores concordam que as ações e intervenções nas universidades ainda são insuficientes para proporcionar o apoio necessário no enfrentamento dos desafios enfrentados pelos estudantes.

Nesse sentido, conforme Garcia, Capellini e Reis (2020) já existem algumas discussões sobre a implementação de novos instrumentos e investimentos, tanto públicos quanto privados, com o intuito de disseminar conhecimentos e práticas, garantindo que o conhecimento produzido nas universidades seja acessível à população, incluindo o acolhimento e assistência psicológicas.

Esse tipo de suporte iniciou nas décadas de 1960 a 1980, quando surgiram os primeiros serviços de apoio psicológico voltados para a saúde mental de estudantes universitários de medicina. Entre os serviços estabelecidos, destaca-se o Centro de Atendimento da Psicologia (Ceap), fundado em 1966 na Universidade Federal de Minas Gerais; o Serviço de Benefício ao

Estudante (Sebe), criado em 1976 na Universidade Federal do Piauí; e a Coordenação de Assistência e Integração do Estudante (Codae) (BALDASSIN, 2012).

Conforme o Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (Fonaprace) (2015), às discussões sobre políticas de promoção e apoio estudantil no ambiente acadêmico levaram à criação do Fonaprace em 1987. Este fórum ficou responsável por debater, elaborar e propor ao Ministério da Educação (MEC) políticas voltadas para a promoção e apoio aos estudantes. Em 1994, o Fonaprace conduziu a primeira pesquisa sobre o perfil socioeconômico e cultural dos estudantes, visando formular e implementar políticas sociais que garantissem a permanência dos alunos na instituição.

De acordo com Ramos et al. (2018), a Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) desenvolveu três Projetos de Extensão que beneficiaram 705 estudantes entre 2015 e 2017,, oferecendo serviços de apoio psicológico aos estudantes, sob a supervisão de três professores da área de Psicologia. Os projetos são: "Triagem Psicológica (Triapsi)", "Serviço de Atenção Psicológica ao Graduando (Sapsig)" e "Educação para a Carreira (E-car)". Além disso, há o projeto institucional de apoio acadêmico intitulado "Sou Universitário, e agora? Uma preparação psicológica para a vida acadêmica (Projeto SUA)" foram realizadas duas edições, uma em 2015 e a segunda em 2016.

Em 1990, foi criado o Centro de Apoio Estudantil e Psicológico (CAEP) na Universidade de São Paulo em Ribeirão Preto (USP). Este centro elabora relatórios de atividades e apresenta a sistematização ao Comitê de Ética em Pesquisa conforme o processo HCRP nº1785/2016. Muitos estudantes buscam auxílio individual dos serviços de ações psicológicas oferecidas, como triagem psicológica, psicoterapia breve e orientação educacional (psicopedagógica e/ou pedagógica), resultando em um total de 3.996 atendimentos. Segundo Murakami et al. (2018, p. 112), foram analisados os registros das características demográficas dos estudantes e dos atendimentos individuais realizados entre 2014 e 2017.

É necessário que os programas ofereçam apoio direto em todos os processos vivenciados pelos universitários ao longo da graduação, inclusive para os novos ingressantes. Conforme descrito pelo autor, o CAEP tem uma participação ativa durante a matrícula dos calouros dos cursos administrados pela Faculdade, com o intuito de orientar estudantes e familiares sobre as diversas atividades de suporte psicológico, psicopedagógico e pedagógico oferecidas pelo serviço (MURAKAMI et al., 2018).

2.3 Fatores de sucesso das ações de apoio psicológico nas universidades

Os fatores de sucesso dos programas apresentados pelos docentes da Ufes, como Triapsi, Sapsig e Projeto SUA, foram avaliados positivamente. Em relação ao Sapsig as questões sobre qual o nível de aprendizado do participante e se o participante se sentiu confortável nos encontros, obteve escore positivo acima da média.

O Projeto Sua, obteve avaliação positiva a partir de formulário constituído pelos integrantes do projeto aos participantes, obedecendo três eixos centrais, avaliados em dimensões específicas,

Os programas desenvolvidos na USP em Ribeirão Preto, conforme descrito por Murakami et al. (2018), oferecem serviços significativos através do CAEP. Esses serviços fornecem dados relevantes sobre o trabalho dos profissionais do centro de apoio psicológico. Investir na formação contínua desses profissionais tem demonstrado promover bons resultados, dados dos atendimentos prestados nas três modalidades entre 2014 e 2017, obteve números de atendimentos significativos devido à agregação de mais um profissional no apoio aos programas. A importância dos serviços desde sua implementação para os estudantes, nas modalidades de atendimento tanto individual quanto coletivo, consolidaram de forma gradual, reflexiva e permanente os serviços do CAEP e de todos os profissionais envolvidos no processo Murakami et al. (2018).

Sobre o sucesso das ações Ramos et al. (2018, p.222) pontua que “no entanto, quando as intervenções acontecem são ferramentas importantes, pois além de auxiliar na saúde mental, no apoio às habilidades profissionais e interpessoais, reduz a evasão escolar”, sendo assim a melhora na adaptação dos estudantes no ambiente acadêmico, destaca a eficácia profissional e melhorias na saúde mental.

3 Procedimentos Metodológicos

Para a elaboração desta pesquisa, utilizou-se um método qualitativo de natureza descritiva, fundamentado em um delineamento baseado em pesquisa bibliográfica e estudo documental.

Para descrever as ações de apoio psicológico da universidade a partir da perspectiva de seus gestores e equipe envolvida os sujeitos da pesquisa foram os psicólogos envolvidos nas ações de apoio a saúde mental da Ufes, como diretor e reitor, conforme o Quadro 1. Além do método qualitativo de caráter descritivo, foram realizados também uma pesquisa bibliográfica e estudo documental.

Quadro 1 - *Equipe de psicólogos*

Profissional	Titulação	Local de atuação	Frente de Trabalho	Observação
P1	Doutora	Campus Maruípe DAE/PROPAES	Acolhimento Psicológico	Em atividade
P2	Mestre	Campus Goiabeiras DAE/PROPAES	Acolhimento Psicológico	Em atividade
P3	Especialista	Campus Goiabeiras DAE/PROPAES	Acolhimento Psicológico	Licença
P4	Mestre	Campus Goiabeiras SAAD	Ações Afirmativas, Acolhimento Psicológico	Licença
P5	Doutora	Campus Goiabeiras DAE/PROPAES	Acompanhamento Acadêmico	Licença

Fonte: Elaborado pelas autoras (2024)

Conforme o quadro, os psicólogos em atividade são o P1 e o P2. Os demais encontram-se em licença de capacitação, os quais são o P3 e P5, e o P4 está de licença-maternidade. A amostra foi de 2 respondentes o P1 e P2.

Para a **coleta de dados**, o primeiro levantamento com o tema saúde mental ocorreu em novembro de 2023, a partir de artigos que descrevem pesquisas realizadas em universidades públicas do país.

Para a coleta de dados, utilizou-se a biblioteca virtual de informação científica e o portal de periódicos CAPES, acessado através da identificação da instituição de ensino - Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) - na Comunidade Acadêmica Federada (CAFe). Foram utilizados artigos e revistas para embasamento teórico, com palavras-chave como “ansiedade”, “saúde mental” e “ansiedade em estudantes universitários”, aplicando filtros para periódicos revisados por pares e o período entre 2018 e 2023.

Além disso, a pesquisa foi delimitada usando a plataforma Google Acadêmico para encontrar estudos mais aprofundados sobre o tema, com palavras-chave como “Intervenções psicológicas”, “Programas de apoio psicológicos” e “atendimento psicológico para universitários”. A busca priorizou autores brasileiros e utilizou ferramentas de filtragem para categorizar artigos mais recentes, dissertações e artigos revisados por pares em português no período entre 2018 e 2023. Critérios para inclusão, artigos sobre saúde mental de universitários e abordassem programas desenvolvidos nas instituições públicas e selecionar material bibliográfico com classificação A1, A2, A3, A4 e B1 na Plataforma Sucupira, os critério de exclusão, não abordar aspectos relacionados à Covid-19.

Além do material bibliográfico selecionado, foram elaborados questionários para entrevistas com os responsáveis pelos serviços voltados para saúde mental oferecidos pela instituição para atender a demanda universitária. Também foi realizada uma análise documental para mapear os serviços e ações em saúde mental no site da universidade, no período de 2018 a 2023.

O levantamento documental baseou-se nos Relatórios de Gestão de 2018 a 2023, bem como no Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI) 2021-2030, aprovado pelo Conselho Universitário em 21 de março de 2021, e outras informações relevantes disponíveis no site oficial da Ufes. Foi realizada uma reunião presencial com o diretor da Diretoria de Assistência Estudantil (DAE) para solicitar autorização para a coleta de informações e a participação dos responsáveis, além de discutir as ações de atenção ao estudante de maneira geral.

Como **instrumento de coleta**, adotou-se um roteiro elaborado contendo perguntas relacionadas à pesquisa sobre saúde mental dos estudantes, abordando ações de apoio psicológico, perfil dos participantes, oportunidades e desafios, bem como planos de longo prazo. Esse instrumento foi acompanhado com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Nos Relatórios de Gestão dos anos especificados procurou-se identificar as diretorias responsáveis pelas ações de apoio psicológico, atendimentos e acolhimento oferecidos aos estudantes. A Diretoria de Assistência Estudantil (DAE), responsável pelos atendimentos, apresenta nos relatórios informações sobre as modalidades de atendimento, a equipe responsável e tabelas com o número de atendimentos oferecidos anualmente aos estudantes assistidos.

As perguntas definidas foram divididas em três questionários: o primeiro para o Pró-reitor, o segundo para o Diretor do DAE e o terceiro para os(as) psicólogos(as) envolvidos nos processos de acolhimento e acompanhamento psicológico dos estudantes. Os questionários e a entrevista estão incluídos nos apêndices A, B, C, desta pesquisa respectivamente. Apenas o Diretor e uma Psicóloga participaram da pesquisa.

Realizou-se uma análise dos documentos disponíveis no site da instituição para mapeamento dos dados e identificação do alinhamento às estratégias do Plano de Desenvolvimento da Instituição e dos conteúdos das respostas aos questionários.

Quanto aos aspectos éticos da pesquisa não houve necessidade de submissão ao comitê de ética, já que todos os documentos foram disponibilizados no portal e sítios eletrônicos da instituição pesquisada e a pesquisa não possui dados sensíveis.

4 Resultados da análise documental

4.1 . Instituição pesquisada

A Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes), vinculada ao Ministério da Educação (MEC), é uma instituição autárquica que se destaca nas áreas de ensino, pesquisa e extensão. Suas atividades são complementadas por ações de assistência e gestão, que trabalham para alcançar a excelência em diversas áreas do conhecimento. (UFES, 2022, p. 10).

A instituição disponibiliza aos estudantes 103 cursos de graduação, 61 programas de mestrado e 39 de doutorado em várias áreas do conhecimento. Além disso, oferece cursos de graduação a distância, cuja quantidade varia conforme a demanda. A Ufes também proporciona cursos de curta duração visando promover formação continuada e atualização. Essas informações estão disponíveis no site oficial da Ufes.

A Ufes abrange todas as áreas do conhecimento, sendo reconhecida como a maior instituição de pesquisa do estado, com foco na inovação. A universidade mantém programas que incentivam a produção científica tanto na graduação quanto na pós-graduação. As atividades de extensão, que incluem programas, projetos e cursos, são conduzidas por professores, estudantes e técnicos administrativos, e procuram expandir o conhecimento como um serviço à comunidade. Administrativamente, a Ufes está estruturada em setores como a Reitoria, três conselhos superiores, sete pró-reitorias, 11 centros de ensino, cinco superintendências, quatro secretarias e oito órgãos suplementares (UFES, 2023).

A Reitoria, como órgão máximo da instituição de ensino, é responsável por planejar, administrar, coordenar e supervisionar as atividades em colaboração com as pró-reitorias, colegiados e outras divisões administrativas. Ela também estabelece convênios e parcerias, viabilizando projetos que fortalecem a política universitária, promovendo maior desenvolvimento e visibilidade para as atividades acadêmicas. (UFES, 2023).

Além da Reitoria, diversas Secretarias, Diretorias e departamentos a instituição é

composta pelas seguintes Pró-reitorias: Pró-reitoria de Graduação (PROGRAD); Políticas Afirmativas e Assistência Estudantil (PROPAES); Pró-reitoria de planejamento e desenvolvimento institucional (PROPLAN); Pró-reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP); Pró-reitoria de Administração (PROAD); Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação (PRPPG); e, Pró-reitoria de Extensão (PROEX) (UFES, 2023).

As Pró-reitorias promovem eventos e palestras sobre saúde e mental . Esse foi um dos temas abordados nos últimos anos tanto no Campus da Ufes em Goiabeiras, quanto nos outros campi de Alegre, Maruípe e São Mateus, conforme as informações contidas no site da instituição.

4.2 . Pro-Reitoria de Políticas Afirmativas Estudantil (PROPAES)

Segundo o Relatório de Gestão de 2024, a Pró-reitoria de Assistência Estudantil e Cidadania (Proaeci) passou por uma reestruturação no ano de 2023 conforme Portaria UFES Nº 84, de 20 de junho de 2023, hoje conhecida como Pró-reitoria de Políticas Afirmativas e Assistência Estudantil (PROPAES). O objetivo dessa reestruturação é fortalecer a complementaridade entre as ações afirmativas e a assistência estudantil, destacando a institucionalização de ambas. Além disso, visa integrar essas ações com as propostas do Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI) 2021-2030 (UFES,2021), aprovadas na I Conferência de Ações Afirmativas da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), e seus objetivos estratégicos transversais.

A Propaes, além da assistência estudantil, é também responsável pelo acolhimento e acompanhamento psicológico de estudantes, além de interação, reconhecimento, diálogo multicultural e provimento de necessidades objetivas e subjetivas. Conforme outras pró-reitorias, a Propaes é estimulada por projetos de ensino, pesquisa e extensão na geração de demandas, onde a elaboração de todos os projetos e ações estão alinhados com as políticas do Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAE) (UFES, 2023, p. 04)

A divisão administrativa da Propaes é composta pelos seguintes setores: Diretoria de Ações Afirmativas e Diversidade (DAAD), Diretoria de Assistência Estudantil (DAE) e Divisão de Gestão Administrativa (DGA). Até junho de 2023, o Núcleo de Acessibilidade da UFES (NAUFES) também fazia parte dessa divisão. No entanto, com a Portaria Ufes nº 79, de 13 de junho de 2023, foi criada a Secretaria de Inclusão Acadêmica e Acessibilidade (SIAC), que agora integra o Naufes. A finalidade desta reestruturação é assegurar condições de acesso e permanência estudantil, consolidando o desempenho acadêmico e profissional do público-alvo. Contudo, a SAAD se encontra em processo de transição e estruturação das atividades, portanto a descrição das atividades são especificadas conforme a estrutura do DAAD apresentada no Relatório de Gestão de 2023 (UFES, 2023)

5 Análise e Discussão dos Resultados

5.1 Problemas de Saúde Mental

A psicóloga descreve que o foco das intervenções dos psicólogos é a promoção da saúde e a prevenção de agravos, sem substituir os serviços de saúde mental do Sistema Único de Saúde (SUS). E, ressalta que as políticas de atenção à assistência estudantil não cobrem atendimentos de alta complexidade, transtornos mentais graves ou situações de urgência e emergência. Sobre os fatores que afetam a saúde mental dos estudantes, destaca que “saúde mental não é um construto de fatores individuais, e sim psicossociais (individuais, sociais e estruturais)”.

Entre os fatores determinantes da saúde mental, ela cita políticas públicas, desigualdade social, normas sociais, pertencimento, comportamentos de risco, e cuidados nos primeiros anos de vida. A psicóloga enfatiza que a transição para a universidade coincide com a passagem da adolescência para a juventude, aumentando a responsabilidade, a migração e o distanciamento da família, além de mudanças econômicas que podem gerar estresse.

Outros estressores identificados incluem aumento do tempo de tela, estressores acadêmicos, déficits em habilidades sociais e de estudo, excesso de carga acadêmica, cobranças sem suporte adequado, frustração com

avaliações negativas, isolamento social, piora nos hábitos alimentares, redução da atividade física, redução do tempo de descanso, lazer e convivência social, redução nas horas de sono (aspecto central na saúde mental), e violências, discriminações e micro agressões contra minorias (raça, gênero, LGBTQA+) (Participante P1, p. 3-4).

Ela especifica que os principais sintomas que afetam a saúde mental dos estudantes assistidos pelo acolhimento psicológico são estresse e ansiedade, seguidos por outros sintomas ansiosos, resultantes dos fatores mencionados.

5.2 Principais ações psicológicas nas Universidades

A saúde mental dos universitários conforme a literatura, priorizando as teorias que ressaltam programas e intervenções como o ponto central do estudo, estão apresentadas no Quadro 2.

Quadro 2 - Programas/intervenções existentes nas Instituições pesquisadas

Referência	Serviços oferecidos
MURAKAMI et al. 2018,	Centro de Apoio Educacional e Psicológico (CAEP) Modalidades individuais: 1. Triagem Psicológica; 2. Psicoterapia Breve; 3. Orientação psicopedagógica. Modalidade em grupo: 1. Programa de Tutoria; 2. Oficinas de orientação psicopedagógica/pedagógica; 3. Grupos de reflexão; 4. Grupos focais.
GOMES, et al. 2023.	1. Acolhimento psicológico e o encaminhamento para a rede de atenção psicossocial, ambos realizados pela Proest; 2. realização de campanhas, de cunho nacional e internacional, tanto pela Proest como por outros setores, com destaque para a Progep
FLORIANO., et al.2020	Programa Universidade Estadual de Ponta Grossa -UEPG Abraça: - Acolhimento; - Acompanhamento psicossocial.
RAMOS et al. 2018	1. Triagem Psicológica (TRIAPSI); 2. Serviço de Atenção Psicológica ao Graduando (SAPSIG); 3. Sou universitário, e agora? (Projeto SUA)

Fonte: Elaborado pela autora a partir dos autores citados no corpo do Quadro (2024)

As ações de apoio psicológico realizadas nas universidades, onde equipes de psicologia e centros de apoio promovem e divulgam serviços variados para atender às necessidades dos estudantes e facilitar sua adaptação ao ambiente acadêmico.

Segundo Murakami et al. (2018), as atividades desenvolvidas pelo CAEP no formato individual estão divididas em três modalidades:

Triagem Psicológica: Consiste em uma entrevista com o participante;

Psicoterapia Breve: Consiste em atendimentos psicoterápicos semanais individuais, Acompanhamento Educacional (Psicopedagógico/Pedagógico): Baseado na metacognição, esta modalidade visa construir estratégias de aprendizado;

Na modalidade em grupo, Murakami et al. (2018) destacam as seguintes ações:

Programa de Tutoria: Envolve o apoio de docentes e veteranos para auxiliar novos estudantes;

Oficinas Psicopedagógicas/Pedagógicas: Intitulada "Meu Estilo de Aprendizagem", contribuem para o autoconhecimento do potencial e dificuldades individuais;

Grupos de Reflexão: Estratégia que permite aos estudantes promover reflexões positivas;

Grupo Focal: Dinâmica em grupo com fins pedagógicos que promove avaliações e análises de diversos temas por meio de técnicas específicas.

As ações e intervenções identificadas no referencial de Gomes et al. (2023) desenvolvidas pela Universidade Federal de Alagoas (Ufal) destacam as seguintes iniciativas:

Acolhimento Psicossocial: “Envolve uma escuta técnica qualificada das demandas trazidas pelo estudante, para orientá-lo sobre estratégias de enfrentamento para lidar com a situação vivenciada naquele momento” (GOMES et al, 2023, p.127);

Rede de Atenção Psicossocial (RAPS): Consiste no apoio de psicólogos e psiquiatras, visando orientar o estudante para encaminhamento a tratamento psicoterápico na Rede de Saúde;

Divulgação de Campanhas pela Ufal: Inclui iniciativas como Janeiro Branco, Dia Mundial da Saúde, Agosto Lilás, Setembro Amarelo e Dia Mundial da Saúde Mental.

Baseando-se no referencial de Floriano et al. (2020), que aborda o estudo das atividades do Programa "UEPG Abraça" da Universidade Estadual de Ponta Grossa, que oferece acolhimento e acompanhamento psicossocial à luz da interdisciplinaridade, destacam-se as seguintes ações do programa:

Acolhimento: Realizado por uma equipe de enfermagem e serviço social, mediante escuta qualificada feita por profissionais da Equipe de Saúde Mental;

Acompanhamento Psicossocial: Após o acolhimento, o acompanhamento ocorre por meio de um contrato formalizado entre o participante e o psicólogo, proporcionando apoio psicológico ao usuário.

As propostas de intervenção apresentadas por Ramos et al. (2018), para a Ufes, abrangem três Projetos de Extensão: “Sou Universitário, e agora? (SUA)”, “Triapsi” e “Sapsig”. Esses projetos utilizam abordagens teóricas variadas com o objetivo comum de fornecer serviços de apoio psicológico aos universitários.

Sou Universitário, e agora? (Projeto SUA): Este projeto ofereceu oficinas para universitários ingressantes nos 1º e 2º períodos, centradas em discussões e trocas de experiências sobre a vida acadêmica por meio de uma abordagem interativa, breve e preventiva

Triagem Psicológica (Triapsi): O Projeto Triapsi acolhe universitários interessados nas intervenções do Sapsig, avaliando suas demandas e direcionando-os para as modalidades de atendimento mais adequadas. A triagem individual ocorre em dois a cinco encontros de 50 minutos cada, seguindo a Abordagem Centrada na Pessoa, que é um pré-requisito para o atendimento no Projeto Sapsig.

Serviço de Atenção Psicológica ao Graduando (Sapsig): O Sapsig oferece oficinas e psicoterapia individual, conduzido pela clínica analítico-comportamental.

As propostas são divulgadas pela Proaeci da Ufes após a triagem do Triapsi. Entre 2015 e 2017, 279 universitários participaram de 17 oficinas conduzidas por 23 graduandos de Psicologia em duplas de terapeutas. Cada oficina conta com oito encontros de uma hora e meia, para até 15 participantes, sendo elas,

Oficinas de Habilidades Sociais: Visam desenvolver habilidades interpessoais para melhorar o envolvimento social em situações cotidianas, como falar em público, manter conversações, expressar opiniões e defender direitos;

Oficina de Orientação aos Estudos: Trabalha ferramentas para criação de hábitos de estudo eficientes, gestão do tempo, organização das atividades de estudo e combate à procrastinação;

Oficina de Controle da Ansiedade e Enfrentamento do Estresse e Psicoterapia Individual: O objetivo principal dessa oficina é auxiliar os estudantes a controlar suas emoções utilizando estratégias de enfrentamento, com o apoio da psicoterapia, que consiste em um atendimento psicológico individual. Esses atendimentos ocorrem semanalmente, com duração média de 50 minutos cada, e continuam pelo tempo necessário para resolver a questão trazida pelo estudante (Ramos et al., 2018, p.226).

Os resultados sobre programas e intervenções obtidos no levantamento bibliográfico mostram uma contribuição significativa das universidades estudadas, com um repertório bem definido de ações de apoio psicológico e uma atuação relevante em suas instituições até o período analisado. No entanto, a literatura indica que, apesar do interesse das instituições de ensino e da população acadêmica no tema, as ações, acolhimentos psicológicos, programas e oficinas desenvolvidas são relativos, sendo implementados principalmente após a identificação de prejuízos na saúde mental dos estudantes. Isso evidencia a falta de programas de prevenção.

Os resultados também apontam a escassez de intervenções, desafios na falta de estratégias institucionais e a necessidade de mais programas psicológicos.

5.3 Ações de apoio a saúde mental na Ufes

Neste estudo, são apresentados os resultados da análise das Ações de Apoio Psicológico na Ufes. O objetivo principal é discutir os serviços de apoio psicológico destinados a melhorar a saúde mental dos estudantes, com base nos Relatórios de Gestão desenvolvidos entre 2018 a 2023.

A análise documental desses relatórios, Ufes (2018; 2019; 2020; 2021; 2022a; 2023), revelou que, durante o período de 2018 a 2023, as ações de apoio psicológico da instituição foram limitadas, oferecendo poucas informações detalhadas. As ações eram principalmente preventivas e de orientação, com dados apresentados em tabelas sobre o número de atendimentos anuais, que incluíam apenas acolhimento psicológico breve e atendimentos de curta duração. Não foram identificados programas específicos ou oficinas voltadas à assistência psicológica para os estudantes. Os atendimentos foram realizados por psicólogos em diferentes campi (Goiabearas, Maruípe, Alegre, São Mateus) e por divisões administrativas como a DAE, SASAS/Proplan e DASAS/Proad.

As respostas dos questionários destacaram a falta de programas específicos de apoio psicológico para estudantes na UFES, apesar de algumas ações limitadas. Essa situação resultou em uma reestruturação em 2023, quando a Pró-reitoria de Assistência Estudantil e Cidadania (Proaeci) foi transformada na Pró-reitoria de Políticas Afirmativas e Assistência Estudantil (Propaes). Com isso, a Diretoria de Ações Afirmativas e Diversidade (DAAD) foi extinta, e suas funções, incluindo atendimentos psicológicos, foram transferidas para a Diretoria de Assistência Estudantil (DAE), que também incorporou temas de saúde mental em seus encontros pedagógicos.

A pesquisa destacou a necessidade de uma política voltada para a saúde mental na universidade, com responsabilidades claras e programas organizados, além de gestores dedicados exclusivamente a essa área. Também foi apontada a insuficiência de psicólogos na assistência estudantil, com o Fonaprace estimando que deveriam ser seis profissionais dedicados exclusivamente a essa função.

Os serviços de apoio psicológico mostraram-se significativos de 2018 a 2023, mas os dados disponíveis foram insuficientes, conforme informado pela DAE. Em 2024, o apoio psicológico na UFES mantém-se restrito ao acolhimento e atendimentos de curta duração, sem programas específicos ou perspectivas de novos projetos.

5.4 Avaliação e proposta de ações para a DAE/Ufes no Apoio à Saúde Mental do estudante

Conforme os resultados apresentados, a UFES não possui programas de apoio psicológico padronizados. Embora a instituição promova eventos relacionados à saúde mental, ela não dispõe de um centro de apoio psicológico formal. Além disso, os profissionais e gestores da diretoria não têm conhecimento das atividades de outros setores. Existem relatórios de gestão da área, mas eles oferecem poucos detalhes sobre as ações psicológicas.

A seguir, serão apresentadas a avaliação da situação atual e as propostas de melhorias, visando aprimorar e expandir as ações existentes. Além disso, são introduzidas novas iniciativas de apoio à saúde mental, com foco específico no apoio psicológico.

7.3.1 - SITUAÇÃO ATUAL DA UFES

Ausência de Programas Padronizados: A UFES não possui programas de apoio psicológico padronizados.

Eventos Relacionados à Saúde Mental: A instituição promove eventos significativos relacionados à saúde mental.

Falta de Centro de Apoio Psicológico Formal: Não há um centro de apoio psicológico formal na instituição.

Desconhecimento das Atividades: Profissionais e gestores da diretoria desconhecem

as atividades de outros setores.

Relatórios de Gestão: Relatórios de gestão oferecem poucos detalhes sobre as ações psicológicas.

As propostas sugeridas neste estudo são:

Política de Ações de Saúde Mental:

- Criação de um Centro de Apoio Psicológico.
- Manutenção das ações atuais de acolhimento psicológico e atendimentos individuais e em grupo.
- Oficinas para enfrentar desafios de adaptação ao ambiente acadêmico.

Workshops e Palestras: Ampliar a promoção de eventos sobre saúde mental com especialistas em saúde e comportamento social e emocional.

Programas de Prevenção e Educação:

- Ações regulares de conscientização sobre a importância da saúde mental.
- Campanhas de valorização da vida.
- Respeito à diversidade para combater o estigma.

Treinamento de Pessoal:

- Capacitação de professores e outros profissionais para identificar estudantes com dificuldades.
- Apoio psicológico oferecido pela equipe de psicólogos(as).

Grupos de Apoio:

- Criação de grupos focados em temas específicos, como ansiedade, depressão e estresse.
- Sessões de atendimento de maior duração.

Redes de Apoio:

- Implementação de programas de mentoria (psicológica, acadêmica e de adaptação) com estudantes veteranos apoiando novos alunos.
- Integração da mentoria como disciplina curricular.

Disciplinas e Atividades Complementares:

- Inclusão de disciplinas voltadas para a saúde mental.
- Promoção de atividades que incentivem o bem-estar, como yoga, meditação e esportes.

Semana da Saúde Mental:

- Designação de uma semana no calendário acadêmico para atividades focadas na saúde mental.
- Contagem dessas atividades como atividade complementar.

Pesquisa de Satisfação:

- Realização de pesquisas regulares para avaliar a saúde mental dos estudantes.
- Identificação de possíveis melhorias.

Palestras e Eventos Existentes:

- Adição de mais atividades interativas às palestras e eventos já realizados.
- Oferecimento de condições atrativas para aumentar a adesão dos estudantes.

Essas categorias podem ajudar a estruturar um plano de ação focado na melhoria do apoio psicológico na Ufes, visando atender às necessidades dos estudantes de forma mais eficiente e abrangente.

Considerando que a Ufes apresentou no primeiro semestre de 2023 um total aproximadamente de 24.500 estudantes entre graduação e pós-graduação conforme dados do site da instituição. Considerando os estudos de Soares; Monteiro e Santos (2020), que por meio de dados da OMS, destacam que 3,6 % da população mundial apresentou algum transtorno de ansiedade e que a maior incidência dos casos está no Brasil com 9,3%. E, que segundo uma revista eletrônica, onde também apresenta que no segundo semestre de 2023 a OMS destaca que um a cada três universitários apresentam problemas com a saúde mental, assim com base nesse estudo, dos 24.500, provavelmente 33% dos estudantes universitários ao iniciarem a vida acadêmica passam a apresentar algum tipo de transtorno mental.

6 Considerações Finais

Diversas produções científicas sobre programas de apoio psicológico à saúde mental dos universitários são consideradas relevantes e enriquecedoras, contribuindo significativamente para os estudos em instituições de ensino. Essas pesquisas promovem a realização de estudos mais abrangentes sobre saúde mental, cujos resultados podem auxiliar os estudantes a concluir sua trajetória acadêmica.

Esses números destacam a importância de medidas preventivas e de apoio psicológico nas instituições de ensino superior. A identificação precoce e o suporte contínuo são essenciais para promover o bem-estar e o desempenho acadêmico dos estudantes.

As ações de saúde mental desenvolvidas na Ufes apresentam uma condição limitada de serviços oferecidos, sendo necessário um estudo que viabilize a implementação das ações propostas e a criação de programas de apoio à saúde mental atendendo às demandas dos estudantes, gestores e pesquisadores. Portanto, o estudo propõe ações como: definição de políticas de ações de saúde mental, criação de um Centro de Apoio Psicológico e oficinas para enfrentar desafios de adaptação ao ambiente acadêmico dentre outros.

Para pesquisas futuras, é fundamental que as instituições de ensino apoiem todos os setores, invistam na formação contínua dos profissionais e promovam programas de apoio psicológico. Trabalhar com estratégias que visem o bem-estar social e emocional da população acadêmica é crucial para combater os problemas de saúde mental dos estudantes, além de melhorar a reputação institucional e agregar valor aos serviços oferecidos. Reconhecer a instituição como ativa em várias frentes, seja social, educacional ou de cuidado à saúde, com foco no estudante, é essencial.

É necessário que a gestão educacional da universidade esteja comprometida em alinhar estratégias e recursos, não apenas para o sucesso das ações psicológicas, psicossociais e psicopedagógicas voltadas aos estudantes, mas também para manter o compromisso ético das instituições públicas de ensino superior com o futuro do país. Portanto, é de suma importância que essas propostas de ações contribuam para o desenvolvimento do conhecimento na área de atenção psicológica aos universitários, visando a implantação de novos serviços que atendam às demandas e necessidades dos estudantes brasileiros.

A reunião e o retorno do questionário pelo Diretor fornecem uma visão detalhada da estrutura atual e das mudanças recentes na assistência estudantil da Ufes, destacando a reestruturação administrativa e a continuidade dos serviços de apoio psicológico e social oferecidos aos estudantes.

Referências

- ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. **Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial**. In: MERCURI, E.; POLYDORO, S. A. J. (Orgs.). *Estudante universitário: características e experiências de formação*. Taubaté: Cabral, 2004. p. 15-40.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. DSM-V. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BALDASSIN, S. Quem atende os estudantes de Medicina no Brasil? In: S. Baldassin (Coord.), **Atendimento psicológico aos estudantes de medicina – Técnica e ética** (pp. 17-22). São Paulo: Edipro, 2012.
- BARROS, R. N. de; PEIXOTO, A. de L. A., **Saúde Mental de Universitários: Levantamento de Transtornos Mentais Comuns em Estudantes de uma Universidade Brasileira**, *Quaderns de Psicologia, Universidade Federal da Bahia* | Vol. 25, Nro. 2, 2023.

BARROS, R.N de; PEIXOTO, A. de L. A., Saúde Mental e Cotas: um Estudo Comparativo entre Estudantes Universitários no Brasil. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, p. e255410, 2023.

BRASIL. Universidade Federal do Espírito Santo, **Portaria UFES nº 79**, de 13 de junho de 2023, BGP - Publicado em 14/06/2023 - Ano 7 Brasília, DF, 7 de julho de 2023, Edição 6.8. Disponível em: <https://proplan.ufes.br/sites/proplan.ufes.br/files/field/anexo/portaria_79-2023.pdf> Acesso em: 15 jul. 2024.

CURVO, H.C.C.; MIRANDA, Y.B.C, OLIVEIRA, R.G.D. de; RODRIGUES, T.C.M.M.; SANTOS, C.P.H.; **O papel das instituições de ensino superior no cuidado com a saúde mental dos universitários**, Univag, 2022.

FÓRUM Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis – FONAPRACE. **Mapeamento da assistência praticada nas IES**. 2015.

FLORIANO L. S. M.; MARTINS, A. R.; BRABICOSKI, C. V.; RODRIGUES, A. M. S., **Programa “UEPG Abraça”: uma perspectiva interdisciplinar sobre a saúde mental na universidade** – Revista Conexão UEPG, vol. 16, num. 1, fev. 2020.

GARCIA, L. M. ; CAPELLINI, V. L. M. F.; REIS, V. L. Dos, **Saúde mental na universidade: a perspectiva dos universitários da permanência estudantil**, Colloquium Humanarum, Presidente Prudente, v. 17 p. 167 - 181, jan/ dez. 2020.

GOMES, L.M.L. da S; LEITÃO, H. de A. L.; SANTOS, K. M. C., ZANOTTI, S.V., **Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes**, EDUR - Educação em Revista, Belo Horizonte, v.39 , 2023.

LEDRA, F.F.; ASCARI, T.M.; KRAUZER, I.M., **Apoio Psicológico ao Estudante Universitário**: Contribuições do Programa de Ensino valorizando a Vida e o Bem- estar das pessoas. 9º SEPE (Seminário de Ensino, Pesquisa e Extensão). Universidade do Estado de Santa Catarina. 2019. Disponível em: https://www.udesc.br/arquivos/ceo/id_cpmenu/2198/APOIO_PSICOLOGICO_AO_ESTUDANTE_FERNANDA_15803188804686_2198.pdf Acesso em:11 jul. 2024.

LIMA, G. A.; MEURER, A. M.; LOPES, I. F.; ANTONELLI, R. A.. **Síndrome de Burnout, ansiedade, desempenho acadêmico, e características autodeclaradas de estudantes da área de negócios**. Race, Joaçaba, v. 20, n. 3, p. 351-380, set./dez. 2021.

MERCURI, E.; POLYDORO, S. A. J. (Orgs.). **Estudante universitário: características e experiências de formação**. Taubaté: Cabral Editora e Livraria Universitária, 2004.

MURAKAMI, K.; BARROS, G. C. de; PERES, C. M. FLAUZINO, R. H.; COLARES, M. de F. A, **Atuações de um centro educacional e psicológico junto a estudantes universitários**, Revista Brasileira de Orientação Profissional jan.-jun. 2018, Vol. 19, No. 1, 109-119

OLIVEIRA, C. T., C., CARLOTTO, R. C., VASCOMCELOS, S. J. L., & DIAS, A. C. G. (2014). Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 15(2), 177-186.

PINHO, Regina. Caracterização da clientela de um programa de atendimento psicológico a estudantes universitários, *Psicología, Conocimiento y Sociedad* 6 (1), 114-130 (mayo–octubre 2016) Trabajos Originales

RAMOS, F. P.; ANDRADE, A. L. JARDIM, A. P. RAMALHETE, J. N. L.; PIROLA, G. P.; EGERT, C. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. **Rev. Bras. Orientac. Prof**, Florianópolis, v. 19, n. 2, p. 221-232, dez. 2018.

RAMOS, F.P.; KUSTER, N. S.; RAMALHETE, J. N. L.; NASCIMENTO, C. P. do; Oficina de controle de ansiedade e enfrentamento do estresse com universitários. **Revista Psi UNISC**, v. 3, n. 1, p. 121-140, 2019.

REVISTA ENSINO SUPERIOR. **35% dos estudantes têm problemas de saúde mental.**

Disponível em: <<https://revistaensinosuperior.com.br/2023/02/03/35-dos-estudantes-tem-problemas-de-saude-mental/>>. Acesso em: 8 abr. 2024.

SOARES, A. B.; MONTEIRO, M. C. L. M.; SANTOS, Z. A. Revisão sistemática da literatura sobre ansiedade em estudantes do ensino superior: **Contextos Clínicos 13.3** São Leopoldo, set. / dez. 2020.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO(UFES). _Disponível em: _

<<https://www.ufes.br/>>. Acesso em: 07 jun. 2024a;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). Como Funciona a UFES.

Disponível em: _ <<https://ufes.br/como-funciona-ufes#:~:text=A%20Ufes%20est%C3%A1%20organizada%20administrativamente,secretarias%20e%20oito%20%C3%B3rg%C3%A3os%20suplementares>>.

Acesso em: 08 jun. 2024b;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Ufes discute permanência estudantil e saúde mental: “bandeira que precisamos assumir”.** Disponível em: _

<<https://ufes.br/conteudo/ufes-discute-permanencia-estudantil-e-saude-mental-bandeira-que-precisamos-assumir>>. Acesso em: 05 jun. 2024c;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). Atendimento **Psicológico da Proaeci**. Disponível em: _ <<https://proaeci.ufes.br/conteudo/atendimento-psicologico>>. Acesso em: 28 jun. 2024d.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Relatório de Gestão 2023.**

2023. Disponível em: <<https://proplan.ufes.br/relatorio-de-gestao-2023>>. Acesso em: 07 jun.;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Relatório de Gestão**

2022.2022a. .. Disponível em: <<https://proplan.ufes.br/relatorio-de-gestao-2022>>. Acesso em: 07 jun.;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO. Conselho Universitário

Resolução/CUN/UFES/Nº 19, de 02 de setembro de 2022. Regulamenta o Programa de Assistência Estudantil da Universidade Federal do Espírito Santo (Proaes/Ufes), estabelece o formato para os auxílios estudantis e as normas para sua concessão. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2022b. Disponível em:

<https://proaeci.ufes.br/sites/proaeci.ufes.br/files/field/anexo/resolucao_no_19.2022.pdf> Acesso em: 4 jun. 2024.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Relatório de Gestão 2021.**

2021a. Disponível em: <<https://proplan.ufes.br/relatorio-de-gestao-2021>>. Acesso em: 07 jun.;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Plano de Desenvolvimento Institucional 2021-2030.** 2021b. Disponível

em:<https://proplan.ufes.br/sites/proplan.ufes.br/files/field/anexo/pdi_2021-2030.pdf>Acesso em: 28 jun.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Relatório de Gestão 2020.2020.**

Disponível em: <<https://proplan.ufes.br/relatorio-de-gestao-2020>>. Acesso em: 07 jun.;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Relatório de Gestão 2019.**

Disponível em: <<https://proplan.ufes.br/relatorio-de-gestao-2019>>. Acesso em: 07 jun. 2019.;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Relatório de Gestão 2018.**

2018. Disponível em: <<https://proplan.ufes.br/relatorio-de-gestao-2018>>. Acesso em: 07 jun. 2018;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). Como Funciona a UFES.

Disponível em: _ <<https://ufes.br/como-funciona-ufes#:~:text=A%20Ufes%20est%C3%A1%20organizada%20administrativamente,secretarias%20e%20oito%20%C3%B3rg%C3%A3os%20suplementares>>.

Acesso em: 08 jun. 2024b;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). **Ufes discute permanência estudantil e saúde mental: “bandeira que precisamos assumir”**. Disponível em: <<https://ufes.br/conteudo/ufes-discute-permanencia-estudantil-e-saude-mental-bandeira-que-precisamos-assumir>>. Acesso em: 05 jun. 2024c;

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO (UFES). Atendimento **Psicológico da Proaeci**. Disponível em: <<https://proaeci.ufes.br/conteudo/atendimento-psicologico>>. Acesso em: 28 jun. 2024d.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO. **InfoUfes:a Ufes em números**. Disponível em:<<https://www.ufes.br/ufes/infoufes-ufes-em-numeros>> Acesso em: 15 jul 2024e.