

## Saúde mental na pós-graduação: reflexões e perspectivas sobre o adoecimento entre estudantes

*Mental health in postgraduate programs: thoughts and perspectives on mental illness among the students*  
*Salud mental en la posgrado: reflexiones y perspectivas sobre el deterioro entre estudiantes*

Márcia Astrés Fernandes<sup>1</sup>

ORCID: 0000-0001-9781-0752

Amanda Alves de Alencar  
Ribeiro<sup>1</sup>

ORCID: 0000-0002-5729-6063

### EDITORIAL

A educação de pós-graduação representa um caminho de importante valor na formação profissional e no desenvolvimento de pesquisas e estudos notáveis para a comunidade científica. Para tanto, a qualificação desse ensino é objetivo permanente dos programas de pós-graduação e advém do esforço coletivo entre coordenadores, docentes e discentes, além de parceiras com outras instituições nacionais e internacionais de ensino superior.

Contudo, ainda que os caminhos sejam geralmente prósperos, a pós-graduação também resguarda desafios e dificuldades que podem ser obstáculos nessa experiência. Pesquisas recentes em saúde mental têm evidenciado a presença de sintomas depressivos, ansiosos ou de estresse entre os alunos de pós-graduação. Ainda que o adoecimento mental entre mestrandos e doutorandos seja um fenômeno complexo e multifacetado, algumas questões norteadoras podem ser pontuadas para o entendimento desse panorama.

As volumosas exigências do curso e a dedicação intensa à construção do projeto de pesquisa, combinadas a um conjunto multidimensional de fatores sociais, individuais, econômicos e/ou interpessoais, têm potencial de impactar significativamente no equilíbrio psicoemocional dos pós-graduandos e podem ser fatores preditivos para o sofrimento mental.

Além disso, a pressão contínua em manter a elevada produção de pesquisas originais de alta qualidade em periódicos de grande impacto científico – muitas vezes, sob prazos rigorosos – pode levar ao aumento dos sintomas de estresse agudo e a quedas na produtividade positiva em decorrência da sensação constante dos rendimentos muito abaixo das expectativas propostas.

O relacionamento com os orientadores também está entre os fatores basilares na experiência satisfatória, ou não, do discente na pós-graduação. Conflitos, falta de apoio ou dificuldades de comunicação nessa relação podem se transformar em razões significativas para o aumento do estresse emocional. Intensificada pela pressão acadêmica, a dinâmica dessas relações pode afetar profundamente o bem-estar psicológico e levar, inclusive, à potencial evasão estudantil.

Em meio a esses contextos, a cultura acadêmica habitualmente vincula a resistência aos altos níveis de demanda e pressão a comportamentos intrínsecos ao aluno de pós-graduação. Entretanto, de forma contraproducente, esse padrão de entendimento contribui para que as discussões sobre a saúde mental sejam negligenciadas ou colocadas em plano secundário de importância; o véu em torno dessas

<sup>1</sup>Universidade Federal do Piauí.  
Teresina, Piauí, Brasil.

Autor correspondente:  
Márcia Astrés Fernandes  
E-mail: [m.astres@ufpi.edu.br](mailto:m.astres@ufpi.edu.br)

questões desencoraja os alunos a buscarem ajuda ou a compartilhem abertamente as suas dificuldades e vivências.

Potenciais direcionamentos resolutivos, que atendam a essa complexidade de contextos, podem ser analisados quando se considera uma extensão ampliada e interconectadas dos eixos centrais do problema. A integração entre as políticas de saúde e de educação tem sido uma das premissas fundamentais estabelecidas a partir das estratégias globais de organizações mundiais. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), iniciativa da Organização das Nações Unidas (ONU)(1) direcionada à promoção do desenvolvimento sustentável em diferentes áreas, propõe 17 metas relacionadas a questões políticas, econômicas e ambientais, além do bem-estar social e mental das populações.

O ODS 3 e o ODS 4, em específico, são objetivos que versam sobre “Saúde e bem-estar” e “Educação de Qualidade”, respectivamente, e referem-se à implantação de normativas e atividades que priorizam demandas de saúde e de educação. A interconexão desses objetivos reconhece a singularidade de cada um desses domínios, mas também evidencia a expressiva interdependência entre eles.

Considerando essa vertente, torna-se imperativo que os programas de pós-graduações busquem alinhamento aos ODS por meio de uma sólida coesão entre educação de qualidade e promoção da saúde. A manutenção da qualidade dos programas pode ser influenciada por diversas raízes fatoriais e, certamente, o compromisso discente também faz parte dos elementos medulares para a qualificação desse ensino. Contudo, a interação entre programa e discente deve funcionar de maneira recíproca. Refletir sobre tais questões dentro dos muros acadêmicos é passo inicial para a implementação de mudanças significativas, transformando metas globais em ações potencialmente tangíveis.

A organização de evento e palestras direcionados à discussão sobre a importância da saúde mental e do bem-estar psicoemocional durante a pós-graduação, assim como o acolhimento psicológico aos estudantes nesse período, são ações viáveis que podem promover um ambiente acadêmico mais sustentável. Ressalta-se, ainda, que a significância dos ciclos de conversas, debates e palestras é permanente e deve manter-se durante todo o calendário, não restringindo-se apenas aos meses simbólicos, como o “Janeiro Branco”, mês de conscientização da importância, prevenção e promoção da saúde mental.

Isto posto, conclui-se que a qualificação do ensino precisa romper as barreiras dos critérios curriculares como fundamentos únicos para a excelência acadêmica. A integração de estratégias organizacionais nas instituições, que priorizem conjuntamente o envolvimento acadêmico e a atenção ao bem-estar e à saúde mental dos pós-graduandos, torna-se elementar para a viabilização de ambientes acadêmicos que desenvolvam e mantenham o sucesso dos programas de mestrado e doutorado..



**Como citar este artigo:** Fernandes MA, Ribeiro AAA. Saúde mental na pós-graduação: reflexões e perspectivas sobre o adoecimento entre estudantes [editorial]. Rev Enferm UFPI [internet]. 2024 [acesso em: dia mês abreviado ano];13:e5307. DOI: 10.26694/reufpi.v13i1.5307

## REFERÊNCIAS

1. United Nations (UN). Department of Economic and Social Affairs. The 17 Goals [Internet]. 2022 [cited 2024 Jan 08]. Disponível em: <https://sdgs.un.org/goals>

Conflitos de interesse: Não  
Submissão: 2024/09/01  
Revisão: 2024/10/01  
Aceite: 2024/10/01  
Publicação: 2024/25/01

Editor Chefe ou Científico: José Wicto Pereira Borges  
Editor Associado: Francisco Lucas de Lima Fontes

Autores mantêm os direitos autorais e concedem à Revista de Enfermagem da UFPI o direito de primeira publicação, com o trabalho licenciado sob a Licença Creative Commons Attribution BY 4.0 que permite o compartilhamento do trabalho com reconhecimento da autoria e publicação inicial nesta revista.