

DESAFIOS À ADAPTAÇÃO AO ENSINO SUPERIOR EM GRADUANDOS DE ENFERMAGEM

Thayná Bragagnollo Nery ¹; Lucas Rossato ¹; Fabio Scorsolini-Comin ¹

RESUMO

A transição para o Ensino Superior envolve expressivas mudanças. Este estudo teve como objetivo conhecer os principais desafios relatados por alunos ingressantes do primeiro ano de um curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem de uma Universidade pública. Trata-se de uma pesquisa qualitativa realizada com 78 estudantes que participaram de dois grupos de reflexão, um com ingressantes em 2018 (n=38) e outro em 2019 (n=40). Esses encontros foram audiogravados, transcritos e submetidos à análise de conteúdo temática. Os temas emergentes referem-se ao suporte social, à saúde mental e à elevada carga horária no curso. Os alunos veteranos possam compor uma significativa rede de apoio pelo fato de terem passado por situações semelhantes. Sugere-se que os desafios narrados em grupo podem ser apreciados coletivamente, evitando uma posição de culpabilização individual. Recomenda-se que a transição para o Ensino Superior possa ser refletida pela gestão universitária, disparando políticas mais inclusivas e acolhedoras voltadas a esse público.

Palavras-chave: Ensino Superior; enfermagem; estudante

Challenges to the adaptation to higher education in nursing undergraduate students

ABSTRACT

The transition to Higher Education involves significant changes. This study aimed to understand the main challenges reported by students entering the first year of a Bachelor's and Licentiate in Nursing course at a public university. This is a qualitative research carried out with 78 students who participated in two reflexive groups, one with freshmen in 2018 (n=38) and another in 2019 (n=40). These meetings were audio-recorded, transcribed and subjected to thematic content analysis. Emerging themes refer to social support, mental health and the high course load. Veteran students can form a significant support network because they have been through similar situations. It is suggested that the challenges narrated in a group can be appreciated collectively, avoiding a position of individual blame. It is recommended that the transition to Higher Education can be reflected by university management, triggering more inclusive and welcoming policies aimed at this public.

Keywords: Higher Education; nursing; student

Desafíos a la adaptación a la enseñanza universidad en graduandos de enfermería

RESUMEN

La transición a la enseñanza universitaria abarca expresivos cambios. En este estudio se tuvo como objetivo conocer los principales desafíos relatados por alumnos ingresantes del primer año de un curso Graduación y Licenciatura en Enfermería de una Universidad pública. Se trata de una investigación cualitativo realizado con 78 estudiantes que participaron de dos grupos reflexivos, un con ingresantes en 2018 (n=38) y otro en 2019 (n=40). Esos encuentros fueron audio grabados, transcritos y sometidos al análisis de contenido temática. Los temas emergentes se refieren al soporte social, a la salud mental y a la elevada carga horaria en el curso. Los alumnos veteranos pueden componer una significativa red de apoyo por el hecho de tener pasado por situaciones semejantes. Se sugiere que los desafíos narrados en grupo pueden ser apreciados colectivamente, evitando una posición de culpabilización individual. Se recomienda que la transición a la enseñanza universitaria pueda ser reflejada por la gestión universitaria, disparando políticas más inclusivas y acogedoras volcadas a ese público.

Palabras clave: enseñanza universitaria; enfermería; estudiante

¹ Universidade de São Paulo – Ribeirão Preto – SP – Brasil; thayna.nery@usp.br; lucas_2007_rossato@yahoo.com.br; fabio.scorsolini@usp.br



Ingressar em uma Universidade é uma experiência importante na vida de muitos jovens, especialmente no contexto brasileiro, no qual grande parte da população ainda é historicamente excluída desse processo por diversas razões que incluem elementos sociais, culturais, políticos e econômicos (Terra, Carraro, & Ferreira, 2019). Um dos desafios no ingresso ao Ensino Superior é assegurar a permanência estudantil, o desenvolvimento psicossocial, a qualidade da formação e a conclusão do curso (Barbosa, Oliveira, Melo-Silva, & Taveira, 2018; Dias, Carlotto, Oliveira, & Teixeira, 2019), o que posteriormente deverá ser acompanhado por indicadores relacionados, por exemplo, à transição para o mercado de trabalho.

Expectativas sociais e exigências acadêmicas para a formação de nível superior muitas vezes trazem a sensação de elevada pressão entre os universitários. Nesse cenário, podem ser geradas diversas dificuldades na adaptação e também na vivência desse período que se manifestam de diferentes formas, tais com a insatisfação, baixo rendimento acadêmico, problemas de saúde e evasão. Dessa forma, identificar e compreender as dificuldades emergentes nos percursos dos universitários pode favorecer a adaptação desse público ao novo contexto (Dias et al., 2019; Scorsolini-Comin & Gabriel, 2019).

Segundo a literatura, os desafios que o jovem enfrenta ao ingressar no Ensino Superior incluem temas acadêmicos, institucionais, de relacionamentos sociais, do seu desenvolvimento psicossocial e vocacional (Cabras & Mondo, 2018). Nesse percurso de mudanças e adaptações, a entrada na Universidade representa um passo importante no caminho educacional, sendo esta transição um processo que pode ser complexo e delicado, envolvendo uma sequência de mudanças nas esferas pessoal, afetiva, social e profissional, demandando a necessidade do aluno se adaptar a esse novo contexto de vida e suas especificidades (Cabras & Mondo, 2018).

O universitário pode expressar comportamentos ainda tipicamente esperados para a etapa da adolescência, como maior dependência dos pais ou questões relacionadas à autoimagem, assim como características típicas da vida adulta, como maior engajamento laboral, por exemplo (Preto, 2018). Essa fase, também compreendida como adultez emergente, pode recobrir o trânsito da adolescência para a adultez com todos os desafios inerentes a essa transição entre as etapas do ciclo vital (Barbosa et al., 2018).

Por outro lado, a adaptação ao Ensino Superior não tem sido mais investigada como uma condição exclusivamente centrada no próprio aluno e em suas capacidades para essa transição. Diante disso, fica evidente o dever de a instituição de Ensino Superior oferecer ajuda e suporte durante esse processo de adaptação do estudante, considerando uma melhor busca de resultados em sua trajetória, seja ela pessoal, acadêmica ou profissional (Scorsolini-Comin & Gabriel, 2019).

Embora os efeitos dessa transição possam afetar todos os universitários, estudos apontam especificidades de graduandos ligados às áreas de saúde como possuindo maior probabilidade de experienciar questões relacionadas à saúde mental devido à exposição ao estresse, à competição e a uma rotina extensa de estudos, estágios e avaliações (Almeida, Carrer, Souza, & Pillon, 2018; Marchi, Bárbaro, Miasso, & Tirapelli, 2013). No caso da Enfermagem, essas demandas relacionam-se à construção de uma carreira fortemente vinculada a extensas jornadas de trabalho e à realização de procedimentos que demandam rigor, manejo técnico e exposição a riscos e erros decorrentes dessas atividades (Almeida et al., 2018). Compreender que esses estudantes já estão sujeitos a lidar com o sofrimento humano na graduação é essencial para entender que o estresse ocupacional pode já estar presente desde o início da vida acadêmica (Marchi et al., 2013).

Dentre as modalidades do curso de Enfermagem no Brasil estão o Bacharelado, a Licenciatura e o Bacharelado e Licenciatura integrados. O Bacharelado forma o enfermeiro generalista para atuar na prestação de cuidados a indivíduos, famílias e grupos da comunidade, com vistas à promoção da saúde, prevenção e recuperação de doenças e levar a efeito estudos que possam responder às questões emergentes de saúde no país. Algumas instituições ainda oferecem a Licenciatura, voltada para profissionais que já são formados em Enfermagem, com o intuito de poder receber o título de enfermeiro professor e atuar em escolas técnicas de enfermagem, além do cuidado e gestão de setores.

Em 2006 foi criada mais uma modalidade, conhecida como Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem, que tem como meta formar o enfermeiro generalista, capacitado para atuar na prática assistencial de enfermagem e também na área da educação. Para tanto, o estudante tem oportunidades de aprendizagem trabalhando a formação do enfermeiro na área de competência do cuidado integral às necessidades individuais e coletivas segundo os princípios da atenção primária à saúde. No campo de atuação do chamado enfermeiro licenciado visa-se à oferta de um curso que possibilite ao estudante a construção de conhecimentos, competências e atitudes necessárias para a docência em escolas profissionalizantes de enfermagem que formam técnicos e auxiliares. Além disso, o enfermeiro licenciado está habilitado para a atuação na educação básica por meio de estratégias de promoção de saúde, estando também habilitado a prosseguir a formação em termos da pós-graduação, o que permitirá a esse profissional atuar na docência no ensino superior (Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - EERP/USP, 2018).

A modalidade de Bacharelado e Licenciatura tem duração mínima de cinco anos, diferente das outras duas modalidades que, geralmente, são concluídas em quatro anos. As pesquisas realizadas acerca dessa mo-

dalidade abrangem o incentivo à promoção de saúde no currículo (Nakano & Gonçalves, 2019), bem como as metodologias didático-científicas trabalhadas ao longo do curso (tais como portfólios, ciclos pedagógicos, relatórios e buscas) (Gonçalves, Andrade, & Silva, 2019). Uma lacuna emergente é a de justamente conhecer como esses alunos têm vivenciado o ingresso na Universidade, discutindo elementos que possam facilitar esse processo. A partir desse panorama, este estudo teve como objetivo conhecer os principais desafios relatados por alunos ingressantes do primeiro ano de um curso de Bacharelado e Licenciatura em enfermagem de uma Universidade pública. A identificação desses elementos pode favorecer, posteriormente, o delineamento de estratégias que possam fortalecer esse ingresso e auxiliar na permanência desses estudantes no Ensino Superior.

MÉTODO

Tipo de estudo e considerações éticas

Trata-se de uma pesquisa exploratória, descritiva, de abordagem qualitativa (Flick, 2009) e apoiada na metodologia dos grupos reflexivos (Dellarossa, 1979). O grupo de reflexão é uma modalidade indicada para favorecer a diminuição da ansiedade e do estresse dos participantes, tendo como norte o cotejamento de um fenômeno ou um disparador que seja comum a todos os participantes ou que possa ser suficientemente motivador a todos. No caso do presente estudo, esse fenômeno disparador foi o ingresso no Ensino Superior (Rossato & Scorsolini-Comin, 2019). O projeto que deu origem a esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (CAAE 99807118.0.0000.5393).

Participantes

Participaram do estudo 78 estudantes de um curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem de uma Universidade pública do Estado de São Paulo, distribuídos em dois grupos, um de ingressantes no ano de 2018 (n=38) e outro no ano de 2019 (n=40). Os estudantes estavam matriculados no segundo semestre do curso e foram convidados a participar do estudo a partir da divulgação da pesquisa em sala de aula.

Em 2018, participaram da pesquisa 38 estudantes dos 46 matriculados no 1º ano do Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem da referida instituição, ou seja, 79,2%. A maioria dos estudantes era do gênero feminino (76,3%). Em 2019, dos 48 alunos matriculados no 1º ano Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem, participaram 40, ou seja, 83,3%. Desses, 87,5% eram do gênero feminino, reforçando a consideração da feminilização da profissão de Enfermagem, o que também pode ser compreendido como reflexo de valores socioculturais e históricos corporificados pela profissão ao longo do tempo (Souza, Araújo, Silva, & Bêredo, 2014). Tais elementos associam a Enfermagem ao cuidado, sendo este ofertado, sobretudo, por mulheres. Além disso, pairam sobre essas

considerações o fato de a Enfermagem ser uma carreira com menor remuneração quando comparada a outras profissões da área de saúde, o que também não pode ser compreendido de modo dissociado das assimetrias nas relações de gênero e do modo como a profissão foi sendo retratada em nosso contexto, frequentemente associada a aspectos como a maternagem e os cuidados pessoais.

A maioria dos alunos ingressantes em 2018 (n=24; 63,1%) foi proveniente do Ensino Médio cursado em escolas públicas. No ano de 2019 esse número foi equilibrado (n=20; 50%), com metade dos alunos provenientes de escolas públicas e a outra metade de escolas particulares, o que pode refletir as atuais políticas de acesso ao Ensino Superior público, com a existência de ações afirmativas. As políticas de acesso estão inseridas nesse contexto, uma vez que no início da década de 2000 o sistema de cotas foi adotado por algumas Universidades e no ano de 2012 a Lei nº 12.711/2012 garantiu a reserva de 50% das matrículas por curso e turno nas instituições de Ensino Superior federais a alunos egressos integralmente do ensino médio público. Na instituição de Ensino Superior na qual os dados foram coletados, por seu caráter estadual, a adesão ao sistema de cotas ocorreu apenas a partir do ano de 2018. Assim, a presente pesquisa foi realizada nos dois primeiros anos dessa ação afirmativa na Universidade em tela.

Procedimento

Coleta de dados. As coletas de dados foram realizadas ao final do segundo semestre do ano de 2018 e ao final do semestre de 2019, de modo que os participantes pudessem trazer vivências relacionadas ao primeiro ano do curso, contemplando não apenas aquelas produzidas nas primeiras semanas, em que se observam maiores adaptações, como em termos do conhecimento do *campus*, do funcionamento da Universidade e também da nova rotina de estudos, mas também as produzidas ao longo do tempo.

A coleta de dados ocorreu em dois dias. O primeiro dia de coleta se deu no mês de dezembro do ano de 2018 com os alunos ingressantes no mês de fevereiro daquele ano. O segundo dia de coleta se deu em dezembro de 2019 e contou com a participação dos ingressantes no mês de fevereiro de 2019. Em ambos os momentos, o convite foi feito em sala de aula e foi explicado que a coleta seria realizada em um único dia, com duração máxima de duas horas, em uma sala reservada da própria instituição. Com cada turma de ingressantes foi realizado um único grupo, ou seja, um com os ingressantes em 2018 e outro com os de 2019. O *corpus* deste estudo, portanto, contou com dois grupos para análise. A partir do consentimento dos participantes, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi distribuído, lido coletivamente e posteriormente assinado.

Ambos os grupos foram conduzidos e coordenados por um psicólogo sem vínculos diretos com as turmas, doutorando dessa mesma Universidade, acompanhado

por um co-coordenador, também psicólogo, docente da instituição e que já havia entrado em contato com as turmas em disciplinas oferecidas no primeiro ano de curso. Os grupos foram acompanhados por uma graduanda do curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem que estava, à época, investigando o tema da adaptação ao Ensino Superior em uma iniciação científica. Ao coordenador coube organizar a dinâmica grupal, conduzir as discussões, realizar pontuações quando necessárias e interpretar os conteúdos que emergiam no campo grupal. Ao co-coordenador coube auxiliar na organização da dinâmica grupal. A estudante foi responsável pela realização de anotações sobre o movimento grupal que pudessem ser relevantes para a pesquisa e auxiliassem nas discussões.

A pergunta norteadora dos grupos foi: “Quais os desafios relacionados ao ingresso na Universidade?” Essa questão tinha o objetivo de compreender as demandas dos estudantes durante esse ingresso e como as possíveis dificuldades nesse processo puderam ser manejadas. A partir do consentimento das turmas, os grupos foram audiogravados e posteriormente transcritos na íntegra e literalmente. O material resultante dos 164 minutos registrados em áudio nos dois grupos compôs o *corpus* analítico.

Análise dos dados

Os dados foram organizados e analisados por meio da análise temática proposta por Braun e Clarke (2006), que se deu *a posteriori*, ou seja, considerando os conteúdos dos relatos grupais. Os temas foram primeiramente construídos em cada um dos grupos e depois foi feita uma nova análise integrando as categorias produzidas nesses dois momentos de coleta, a fim de não apenas comparar os sentidos produzidos em cada turma, mas, sobretudo, de compor um rol de temas que atravessassem de modo coletivo as experiências nesses dois anos de ingresso. Na análise foram identificados três grandes temas emergentes: (a) suporte social; (b) saúde mental na Universidade; (c) Carga horária no Ensino Superior. Posteriormente, esses temas foram interpretados a partir da literatura vigente tanto no campo da transição universitária como dos estudos sobre a saúde de universitários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram apontadas pelos estudantes, durante os grupos, várias situações relacionadas aos desafios na adaptação à Universidade, trazendo situações que influenciam diretamente na evasão escolar, saúde mental e adaptação. Entre os assuntos abordados, estavam: distância de casa, independência, ansiedade, responsabilidades, suporte social, carga horária excessiva, amadurecimento, falta de apoio dentro da Universidade e saúde mental. Durante a análise, foi observado como esse período de transição pode ser marcante, configurando um momento de grandes desafios e também de aprendizados. A seguir, serão discutidos os elementos

que emergiram com maior frequência em ambos os grupos.

Primeiro tema: Suporte social

Durante os grupos ficou evidente como o suporte social é considerado um alicerce nesse momento da vida dos estudantes. Nos discursos os alunos mencionam a família, amigos e vínculos adquiridos na Universidade como fatores que os mantêm fortes dentro do ambiente acadêmico. Essa configuração pode ser associada à saúde e ao bem-estar do indivíduo, o que pode auxiliar na compreensão de como as relações podem influenciar nessa trajetória, sejam elas positivas ou negativas. Ainda é apontado que o suporte social é maior quando o aluno se encontra morando com os pais, situação em que ele ainda compartilha responsabilidades, diminuindo, assim, a sobrecarga durante esse período da vida (Preto, 2018).

O suporte social apontado dentro do ambiente acadêmico é fornecido por alunos veteranos, já que o acolhimento proporcionado por pessoas que também foram sujeitas a essa adaptação passa a ser mais confiável, pois os ingressantes ainda lidam com incertezas. Os relatos destacam a importância desse acolhimento por parte dos alunos veteranos:

Aí eu vim pra cá e quando eu cheguei eu não sabia nem voltar pra casa da faculdade, não sabia onde que eu morava aqui, e eu tive que contar com a ajuda do pessoal que mora comigo também, que eu moro em uma república. [Participante 17, grupo 1]

Um diferencial daqui (...) é o acolhimento, que aqui eu recebi muito. (...) Aqui eu já vi que, na hora que eu vim fazer a matrícula, já alguns veteranos já me abraçaram, falaram que eu fazia parte da comunidade deles (...) foi um dos pontos que me fortaleceu. [Participante 32, grupo 1]

Conforme os relatos são apresentados, percebe-se que os pares oferecem suporte afetivo e emocional para situações que muitas vezes são difíceis na inserção dos estudantes na vida universitária. É comum a dissolução de laços de amizades que anteriormente tinham, devido à distância e à nova realidade enfrentada. Essa realidade, que se reflete em novas amizades dentro do próprio ciclo acadêmico, tornam os colegas de curso uma rede de apoio importante, que será desenvolvida e fortalecida durante a graduação. Apesar de a família ser uma instância fundamental de apoio para o ingressante no Ensino Superior, o círculo de amizades também se mostra efetivo e significativo, sendo essencial para os alunos trocarem experiências de curso, avaliações e compartilhar assuntos particulares (Elmir, Ramjan, Everett, & Salamonson, 2019).

As mudanças ainda se fazem muito presentes nessa época de adaptação. Entre elas, a saída da casa dos pais é uma das mais marcantes, pois pode representar

uma etapa de transição para a vida adulta, em que o jovem tem que lidar com responsabilidades, afazeres domésticos, questões financeiras, de segurança, dentre outros. Para a maioria dos estudantes, é necessário se deslocar para outra cidade, deixando a casa da família e passando a conviver com pessoas que, na maioria das vezes, nunca teve contato. Essas dificuldades de adaptação, juntamente com as questões emocionais, carga horária excessiva, além dos problemas familiares, tais como a distância e cobranças (Preto, 2018), podem se tornar uma situação desgastante e levar a prejuízos à vida acadêmica e pessoal dos estudantes. Ainda é observado grande apoio dentro do próprio ambiente de moradia estudantil (como repúblicas), devido às vivências cotidianas e desafios ao longo dessa jornada de estudos.

É como se recebesse um certificadozinho... Tá, agora eu vou ser adulto e tem que caminhar com suas próprias pernas. [Participante 18, grupo 2]

A transição foi difícil no começo também, moro também a 300 km de casa, então muitas vezes eu estava estressada, porque a carga horária daqui é bastante, a gente tem muitas horas de aula, muito trabalho e prova, então eu estava com muita saudade de casa. [Participante 29, grupo 1]

Além desses elementos, o corpo docente também pode interferir no processo de adaptação ao Ensino Superior, devendo estar disposto a ajudá-los conforme as necessidades surgirem. O acolhimento a partir do momento da inserção no curso de graduação é uma questão a ser discutida, pois auxilia o estudante a se sentir seguro e estar em um ambiente acolhedor, além de facilitar o desenvolvimento para enfrentar situações que estão por vir (Scorsolini-Comin & Gabriel, 2019).

Os fatores protetivos devem estar envolvidos nesse quesito, devido ao grande aumento de situações traumáticas e suas consequências quando expostos aos desafios no meio acadêmico (Brondani, Hollerbach, Silva, Pinto, & Corrêa, 2019). A partir disso, podem ser trabalhadas com os estudantes situações que diminuam os riscos de estes desenvolverem problemas emocionais, afetando a saúde mental. O suporte social parece ser um fator protetivo nesse itinerário (Karaca, Yildirim, Cangur, Acikgoz, & Akkus, 2019).

Segundo tema: Saúde mental na Universidade

Os participantes do estudo, predominantemente jovens adultos, sofrem um impacto emocional e físico decorrente dessa fase da vida. A transição do Ensino Médio para a Universidade se mostra muito desafiadora, uma vez que as atividades cotidianas têm um ritmo mais intenso, a carga horária se torna mais elevada, juntamente com a dificuldade devido à distância da família. Dessa forma, tais circunstâncias podem trazer ao sujeito sentimentos de irritabilidade e preocupação (Chaves et.al, 2015). Esse cenário traz consigo fatores

ansiosos, podendo ser considerados como possíveis disparadores para a depressão, estresse, ansiedade e solidão, acometimentos que cercam o jovem durante a graduação, mais evidentes durante o primeiro ano acadêmico (Marchi et al., 2013).

Nos cursos da área da saúde, a proximidade com o sofrimento e com a temática da morte, por exemplo, pode ser considerada um estressor. Outros estressores que permeiam a vida acadêmica podem envolver conflitos e questões pessoais (Pinho, Dourado, Aurélio, & Bastos, 2015), a ansiedade frente às expectativas acadêmicas, o afastamento da família, baixo rendimento acadêmico, baixa autoestima, dentre outros. A ansiedade, sintoma muito prevalente nos estudantes atualmente, pode se tornar patológica, sendo caracterizada por presença de insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas (Chaves et al., 2015), sendo comumente associada aos casos de depressão (Leão, Gomes, Ferreira, & Cavalcanti, 2018).

A prevalência média de depressão na população não universitária é de 9%, enquanto nos universitários chega a 30,6% (Fernandes, Vieira, Silva, Avelino, & Santos, 2018). Conforme as características e situações relacionadas ao perfil de cada aluno, todos os eventos apresentados podem influenciar diretamente na saúde do indivíduo. Alguns relatos envolvendo a saúde mental foram trazidos nos grupos:

Já tive um pico de ansiedade que até então eu nunca tive, porque eu sou uma pessoa que eu me considero bem tranquila (...) mas esse ano (...) eu dei um baque, assim, eu atingi um limite... que eu surtei pela primeira vez, porque eu nunca tive surto de ansiedade (...). [Participante 10, grupo 2]

Eu estou passando por várias coisas emocionais e assim... (...) é uma batalha vir pra cá, porque junta com o que eu tô passando. Nos meus 17 eu estava no meu terceiro colegial, foi um ano muito difícil... (Choro) um ano que eu entrei em depressão, e esse ano está sendo pior... [Participante 16, grupo 2]

Essas narrativas mostram não apenas que o ambiente universitário pode ser disparador de sofrimento, mas como alguns processos de maior engajamento emocional atravessam a escolarização progressiva, como no Ensino Médio. É importante, nesse sentido, que a Universidade possa representar para esse aluno um espaço de mudança, mas também de acolhimento (Scorsolini-Comin & Gabriel, 2019). Nesse sentido, observamos que fatores protetivos para tais situações devem ser considerados no meio acadêmico, mas para tal, devem ser identificadas características que estão associadas aos transtornos mentais comuns, propiciando ações mais assertivas para a promoção da saúde. Há também uma preocupação de observar os investimentos frente às pesquisas nessa área, tendo como foco a prevalência dos sintomas refe-

rentes à saúde mental dos estudantes, pois os estudos apontam um aumento significativo de transtornos psicológicos nessa etapa (Leão et al., 2018).

Ainda são apontados como riscos para associação com esse sofrimento características como baixa renda, baixo suporte social, dificuldade de criação de vínculos e idade, o que pode comprometer diretamente indivíduos que estão nessa fase de desenvolvimento (Feodrippe, Brandão, & Valente, 2013). Esses elementos podem estar presentes nessa transição, já que ainda muitos dos alunos dependem dos pais financeiramente, estão distantes de redes de apoio, como família e amigos, e estão inseridos em um ambiente novo, podendo dificultar a criação de vínculos e o estabelecimento de relações seguras e duradouras.

Além de todo esse problema relacionado a casos como os apresentados nos relatos, podemos observar a falta de suporte dentro da Universidade, o que pode ser considerado um fator de risco para os mesmos. Deve ser garantida uma ampliação de profissionais capacitados ao cuidado dentro das instituições, proporcionando um cuidado e uma atenção maior aos indivíduos acometidos ou sintomáticos (Leão et al., 2018).

É mister que o trabalho da Psicologia possa ser destacado nesse contexto, o que deve se dar a partir de uma atuação multiprofissional aliada à Psiquiatria, à Educação e ao Serviço Social, por exemplo. No que tange especificamente à prática psicológica, sugerem-se não apenas intervenções individuais e grupais em uma proposta clínica, mas também o acompanhamento educacional desses alunos com foco na adaptação ao Ensino Superior. A escuta, desse modo, deve ser proposta em uma perspectiva mais coletiva e integrada a aspectos educacionais e institucionais que constituem importantes marcadores desse período (Rossato & Scorsolini-Comin, 2019). Nesse sentido, a presente investigação é necessária, a fim de subsidiar ações de intervenção à saúde mental da comunidade estudantil. Ademais, é importante que o aluno compreenda a infraestrutura da Universidade, promovendo o desenvolvimento de estratégias que facilitem sua relação com o ambiente acadêmico (Pinho et al., 2015), melhorando o próprio desempenho escolar.

Terceiro tema: Carga horária no ensino superior

A carga horária no Ensino Superior é um assunto muito abordado pelos estudantes durante as discussões grupais quando manifestam as dificuldades enfrentadas no curso, principalmente pela modalidade em questão apresentar uma carga horária elevada. Nessa conjuntura, a carga horária é vista como uma das principais problemáticas frente aos desafios na transição do Ensino Médio para o Ensino Superior, sendo necessária a adaptação à nova realidade e às exigências acadêmicas. Esse ponto foi colocado como um fator que tem potencial de aumentar o desgaste durante a trajetória dentro do primeiro ano do curso, limitando a dedicações a atividades extracur-

riculares, maior engajamento no curso e atividades de lazer fora do ambiente acadêmico.

A grade horária no curso em tela, de 4575 horas, é elaborada de forma que as disciplinas voltadas para a área da educação estejam presentes desde o primeiro ano. Nas estratégias de ensino utilizadas destacam-se o uso de inovações tecnológicas como simulações, ciclo pedagógico, portfólios, estudos de caso, entre outras. Esses dispositivos podem ser considerados como facilitadores do processo de aprendizagem, porém devem ser integrados a um currículo na concepção pedagógica crítico-reflexiva (Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, 2018).

A carga horária elevada durante a graduação pode gerar nos estudantes a sensação de despreparo e insegurança para realizar atividades propostas pela instituição, desencadeando angústia, nervosismo e ansiedade frente às suas obrigações. Essa sobrecarga pode ser potencializada com aspectos da vida social, pessoal e a cobrança sobre a carreira profissional (Almeida et al., 2018).

Os outros amigos da faculdade sempre têm tempo livre (...) a gente chega aqui com vontade de participar de várias coisas, de várias atividades (...) mas é cansativo, a gente só quer ter o mínimo de tempo pra descansar (...) [Participante 30, grupo 1]

O processo de adaptação envolve muitos quesitos, tais como rotina, contexto, mudanças e amadurecimento pessoal. Essas questões exigem do universitário uma maior maturidade para lidar com esses acontecimentos e conseguir conciliar a vida adulta com as dificuldades encontradas na transição, situação que pode ser extremamente desgastante (Campos, Oliveira, Silva, Otrenti, & Dias, 2019).

Muitos alunos, durante o grupo, relataram não ter uma dimensão real dessa carga horária no momento de inscrição no vestibular, haja vista que o curso envolve atividades no período vespertino e noturno:

Também outro erro é que quando a gente vai se inscrever. Tá que é um curso noturno, sendo que as aulas são tarde e noite e a gente pensa que vai ter tempo pra estudar, mas e aí a gente tem coisa da faculdade e ainda a gente tem que estudar, senão a gente não consegue passar nas disciplinas. [Participante 12, grupo 1]

As dificuldades com o gerenciamento de tempo acabam dificultando a conciliação com atividades de lazer, família e trabalho, podendo também gerar um sentimento de incapacidade. Embora a gestão do tempo e a tomada de decisões sejam competências importantes para a formação profissional, tais elementos ainda se mostram desafiadores a esses jovens, uma vez que o curso envolve atividades que precisam ser realizadas em período oposto ao das aulas, o que pode levar os estudantes à sobrecarga, com importantes repercussões para a saúde física e mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo ficaram evidentes os desafios enfrentados pelos estudantes de um curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem. Todos os dados nele encontrados refletem a importância da atenção e apoio por parte da instituição e dos familiares para que o estudante consiga enfrentar as dificuldades nesse momento tão delicado e complexo que é a adaptação ao Ensino Superior.

Embora a Universidade possa ser um ambiente no qual o estudante esteja mais exposto ao estresse, deve-se desenvolver formas para que esse contexto seja mais acolhedor, o que pode auxiliar a diminuir os índices de evasão. A atuação da Psicologia nesse contexto pode ser importante tanto no sentido de construção de recursos que favoreçam esse acolhimento, a exemplo dos grupos de reflexão como os que foram analisados na presente investigação, que permitem trocas de informações, compartilhamento de experiências e também a construção de estratégias de enfrentamento coletivas, como de uma atuação ligada à promoção de saúde junto ao público universitário e também de uma escuta clínica tanto individual como grupal que se dê de forma integrada às políticas institucionais tanto em termos pedagógicos como de permanência no Ensino Superior.

No que se refere especificamente ao contexto retratado em tela, os cursos de graduação em Enfermagem estão sujeitos à exposição às atividades práticas nos estágios, à sobrecarga e ao contato com o sofrimento humano desde o início da graduação, o que pode desencadear maior carga de estresse e ansiedade durante essa trajetória. Esse contexto deve ser considerado não no sentido de construção de intervenções específicas com esse público, necessariamente, mas que os profissionais de Psicologia possam estar atentos a esses marcadores como vértices importantes do cuidado voltado a esses estudantes.

A partir desse cenário, também os próprios alunos podem se engajar no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e manejo de situações que auxiliem na melhoria da qualidade de vida, favorecendo tanto a adaptação a esse novo contexto. Ainda que haja diversos desafios inerentes a essa trajetória, é importante destacar que a instituição deve estar preparada para receber os estudantes, oferecendo suporte por meio de professores, funcionários e políticas educacionais mais inclusivas e acolhedoras, o que inequivocamente pode contar com a colaboração dos profissionais de Psicologia.

Os espaços de discussão oportunizados pelos grupos de reflexão, que tomam como disparador um fenômeno comum, no caso, o ingresso no Ensino Superior, podem facilitar o compartilhamento dos desafios entre os alunos, sendo um momento em que os participantes se sentem seguros devido ao grupo ser um espaço sigiloso no qual as experiências são similares. É importante para os alunos compreenderem que os problemas e dificuldades são coletivos e não necessariamente indi-

viduais. Essas reflexões podem melhorar as condições de saúde mental desse público, o que pode influenciar diretamente na qualidade de vida. A condução desses grupos por parte dos profissionais da Psicologia pode contribuir para que possíveis desconfortos sejam manejados, bem como sejam identificadas necessidades de suporte que demandem outras intervenções, como o acompanhamento individual de algum caso ou mesmo um atendimento de caráter multiprofissional.

Este estudo mostrou implicações para a prática relacionadas à permanência e ao acolhimento estudantil no Ensino Superior. A partir dos resultados sumarizados, espera-se que a gestão universitária impulse estratégias efetivas que promovam o acolhimento e suporte aos discentes, em especial aos que estão ingressando e em processo de adaptação.

As limitações do presente estudo estão relacionadas ao curso pesquisado, uma vez que ele não pode ser comparado com outros devido às características diferenciadas, tais como a carga horária, período de oferta, disciplinas e duração, nem mesmo quando consideramos outros cursos da mesma área, como os de Bacharelado em Enfermagem. Embora essa limitação enfatize uma dificuldade, ao mesmo tempo pode ser reconhecida como uma potencialidade do presente estudo por reunir importantes conhecimentos específicos sobre a carreira em tela, o que deve ser apropriado e aprofundado por investigações vindouras.

REFERÊNCIAS

- Almeida, L. Y. D.; Carrer, M. O.; Souza, J. D.; Pillon, S. C. (2018). Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 52. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2017045703405>
- Barbosa, M. D. M. F.; Oliveira, M. C.; Melo-Silva, L. L.; Taveira, M. C. (2018). Delineamento e avaliação de um programa de adaptação acadêmica no ensino superior. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 19(1), 61-74. <http://dx.doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n1p61>.
- Lei nº 12.711/2012 (2012). *Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências*. Diário Oficial da união (30-08-2012), coleção 3, 1. Recuperado de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm
- Braun, V.; Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. <https://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Brondani, M. A.; Hollerbach, M. D.; Silva, G. P.; Pinto, E. R.; Corrêa, A. S. (2019). Depressão em estudantes universitários: fatores de risco e protetivos e sua relação nesse contexto. *Disciplinarum Scientia Saúde*, 20(1), 137-149. Recuperado de <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/view/2629/2385>
- Cabras, C.; Mondo, M. (2018). Coping strategies, optimism, and life satisfaction among first-year university students in Italy: Gender and age differences. *Higher Education*, 75(4),

- 643-654. <https://doi.org/10.1007/s10734-017-0161-x>
- Campos, C. M. S.; Oliveira, J. P. S.; Silva, S. G.; Otrenti, E.; Dias, V. F. G. (2019). Desgastes e fortalecimentos de graduandos de enfermagem expressos em mídia social. *Revista de Medicina*, 98(2), 114-119. <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i2p114-119>
- Chaves, E. C. L.; Lunes, D. H.; Moura, C. C.; Carvalho, L. C.; Silva, A. M.; Carvalho, E. C. (2015). Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 68(3), 444-449. <https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>
- Dellarossa, A. (1979). *Grupos de reflexión*. Buenos Aires: Paidós.
- Dias, A. C. G.; Carlotto, R. C.; Oliveira, C. T.; Teixeira, M. A. P. (2019). Dificuldades percebidas na transição para a universidade. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 20(1), 19-30. <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2019v20n1p19>
- Elmir, R.; Ramjan, L. M.; Everett, B.; Salamonson, Y. (2019). Nursing students' experiences of repeating units in an undergraduate program: A qualitative study. *Nurse Education Today*, 79, 147-152. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.05.024>
- Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto. (2018). *Projeto Pedagógico do Curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem*. Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, SP: Autor.
- Feodrippe, A. L. O.; Brandão, M. C. F.; Valente, T. C. O. (2013). Qualidade de vida de estudantes de Medicina: Uma revisão. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 37(3), 418-428. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022013000300014>
- Fernandes, M. A.; Vieira, F. E. R.; Silva, J. S.; Avelino, F. V. S. D.; Santos, J. D. M. (2018). Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(Supl. 5), 2169-2175. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>
- Flick, U. (2009). *Desenho da pesquisa qualitativa*. (R. C. Costa, trad.). Porto Alegre: Bookman.
- Gonçalves, M. F. C.; Andrade, L. S.; Silva, M. A. I. (2019). Ciclo pedagógico e portfólios na licenciatura em enfermagem. *Brazilian Journal of Development*, 5, 10983-10996. <https://doi.org/10.34117/bjdv5n7-2640>
- Karaca, A.; Yildirim, N.; Cangur, S.; Acikgoz, F.; Akkus, D. (2019). Relationship between mental health of nursing students and coping, self-esteem and social support. *Nurse Education Today*, 76, 44-50. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.01.029>
- Leão, A. M.; Gomes, I. P.; Ferreira, M. J. M.; Cavalcanti, L. P. D. G. (2018). Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092>
- Marchi, K. C.; Bárbaro, A. M.; Miasso, A. I.; Tirapelli, C. R. (2013). Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 15(3), 729-737. <https://doi.org/10.5216/ree.v15i3.18924>
- Nakano, M. M.; Gonçalves, M. F. C. (2019). Promoção da saúde na educação básica: Um estudo com licenciandos em enfermagem. *Brazilian Journal of Development*, 5(7), 10480-10491. <https://doi.org/10.34117/bjdv5n7-196>
- Pinho, A. P. M.; Dourado, L. C. D. C.; Aurélio, R. M.; Bastos, A. V. B. (2015). A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais. *Revista de Psicologia*, 6(1), 33-47. Recuperado de <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/17935>
- Preto, V. A. (2018). *O estresse em universitários de enfermagem e sua relação com fatores pessoais e ambientais*. (Tese de doutorado). Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto - SP. <https://doi.org/10.11606/T.22.2018.tde-31082018-155141>
- Rossato, L.; Scorsolini-Comin, F. (2019). Chega mais: o grupo reflexivo como espaço de acolhimento para ingressantes no ensino superior. *Revista da SPAGESP*, 20(1), 1-8. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702019000100001&lng=pt&tlng=pt
- Scorsolini-Comin, F.; Gabriel, C. S. (2019). O que pode ser considerado inovador no ensino superior contemporâneo? Considerações sobre o acolhimento estudantil. *Revista da SPAGESP*, 20(2), 1-6. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702019000200001
- Souza, L. L.; Araújo, D. B.; Silva, D. S.; Bêrredo, V. C. M. (2014). Representações de gênero na prática de enfermagem na perspectiva de estudantes. *Ciências & Cognição*, 19(2), 218-232. Recuperado de <http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/908>
- Terra, R. B. M. R. B.; Carraro, G. S.; Ferreira, M. P. R. (2019). As políticas públicas de inclusão ao ensino superior: uma análise do contexto brasileiro nos últimos 20 anos. *Sequência (Florianópolis)*, (83), 142-159. doi.org/10.5007/2177-7055.2019v41n83p142

Este estudo recebeu apoio financeiro da Universidade de São Paulo, por meio de Bolsa do Programa Unificado de Bolsas de Estudos para Apoio e Formação de Estudantes de Graduação da USP (PUB) concedida à primeira autora e da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior (CAPES), por meio de bolsa de doutorado concedida ao segundo autor.

Recebido em: 02 de março de 2020

Aprovado em: 01 de junho de 2020