



ESTOY EN LA UNIVERSIDAD, ¿Y AHORA QUÉ?: DESDE DIFICULTADES HASTA ESTRATEGIAS DE SUPERACIÓN

I'M IN THE COLLEGE, AND WHAT NOW?: FROM DIFFICULTIES TO OVERCOME STRATEGIES

Alessandro Rodrigo Pedroso Tomasi¹, Lorena Matos Lima², Regina Céli Fonseca Ribeiro³

ABSTRACT

Introduction: The life in college is full of challenges, especially in the daily routine. **Aim:** This study has as objective to identify the occupational path of occupational therapy students in a Brazilian university since their entrance, the changes in daily life and health noticed by them, as well as the strategies used in their lives to overcome the problems found. **Methodology:** For this, a field study was made with occupational therapy students, using interviews. The answers has been classified on three categories: occupational path, health and subjects' extrinsic factors. **Results:** Main results are related with rough daily life changes, hard weight changes, sleeping difficulties, mental health problems, difficulties on the relationship between students and professors, and leaving leisure activities. **Conclusion:** The advanced research linked the studies on scientific literature, causing focused life changes, such as strategies to identify critical moments and possibilities to overcome those problems lived, during their lives in university, that interfere students' occupational path.

KEYWORDS

students; occupational therapy; university.

RESUMEN

Introducción: La vida en la universidad esta llena de desafíos, especialmente en la rutina diaria. **Objetivos:** Este estudio tiene como objetivo identificar, en el camino ocupacional de los estudiantes de terapia ocupacional en una universidad brasileña desde su ingreso, los cambios en la vida cotidiana y la salud notados por ellos, como las estrategias utilizadas en sus vidas para superar los problemas encontrados. **Metodología:** Para ello, se ha realizado un estudio de campo con estudiantes de terapia ocupacional, mediante entrevistas. Las respuestas se han clasificado en tres categorías: trayectoria ocupacional, salud y factores extrínsecos de los sujetos. **Principales resultados:** Los resultados se relacionan principalmente con cambios bruscos en la vida diaria, cambios de peso, dificultades para dormir, problemas de salud mental, dificultades en la relación entre estudiantes y profesores y sobre abandonar las actividades de ocio.

- 1 Terapeuta ocupacional. Doutor em Estudos do Lazer pela Universidade Federal de Minas Gerais. Professor no Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais. ORCID: 0000-0002-4711-0544 Endereço: Rua Jornalista Guilherme Apgaua, 185 apto 101, Buritit, Belo Horizonte - MG, Brasil. CEP 30575-270. E-mail: arp.tomasi@gmail.com. Contato: +55 31 997 13 78 00.
- 2 Terapeuta ocupacional. Mestre em Transtorno del Espectro Autista pelo Instituto Superior de Estudios Psicológicos de Barcelona. ORCID: 0000-0002-7381-2750. Endereço: Carrer Sicília, 360, ático 3, Barcelona, Espanha. CEP 08032. E-mail: lorenamatos49@gmail.com. Contato: +34 611 62 61 85.
- 3 Terapeuta ocupacional. Doutora em Psicologia pela Universidade Federal de Minas Gerais. Professora do Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais. ORCID: 0000-0001-8767-585X Endereço: Rua Maria Cândida de Jesus, 480, apto 102, Jardim Paquetá, Belo Horizonte - MG, Brasil. CEP 31330-460 E-mail: reginaacfr2@gmail.com. Contato: +55 31 992 85 06 81.



Conclusión: La investigación avanzada relacionó los estudios sobre literatura científica que causaron cambios en la vida enfocados, como estrategias para identificar momentos críticos y posibilidades para superar aquellos problemas vividos durante sus vidas en la universidad que interfieren en el camino ocupacional de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE

Estudiantes; Terapia Ocupacional; Universidad.

Recibido: 14/01/2020

Aceptado: 29/04/2021

INTRODUÇÃO

Da infância à vida adulta é necessário assumir diferentes posturas referente à etapa da vida na qual estamos inseridos, por exemplo: o que é adequado para a criança, não é necessariamente aceitável para o adulto jovem; o que se espera do idoso é diferente do adulto jovem (Hagedorn, 2003). Algumas pessoas podem necessitar de auxílio para se adaptar à nova ocupação, uma vez que se trata de um processo de interações dinâmicas entre sujeito, ocupação e ambiente.

A terapia ocupacional, como profissão que possui em seu núcleo de conhecimento e ação a centralidade na ocupação humana e sobre como os sujeitos vivenciam seu cotidiano a partir da experimentação de diferentes papéis ocupacionais, conceitua o funcionamento ocupacional, como o final de um sistema de interações entre a pessoa e as áreas ocupacionais (Kielhofner, 1985).

A ocupação, então, dá suporte não somente à estruturação do cotidiano, mas também à saúde. A saúde, compreendida a partir do conceito proposto por Georges Canguilhem (Caponi, 1997), está centrada na ideia do movimento de superação das adversidades. Este autor compreende a situação de adoecimento (e por consequência, a doença) como fato concreto e observável no cotidiano de indivíduos, ou seja, como parte integrante da vida. Para Ward (2003), a saúde do sujeito é condição variável e afeta sua performance na adaptação ou execução de seus papéis ocupacionais.

Desta forma, ao pensar a relação saúde e terapia ocupacional, pode-se chegar à conclusão de que o terapeuta ocupacional se preocupa com o movimento de superação para solucionar questões práticas do cotidiano de forma que o sujeito vivencie suas ocupações de forma satisfatória.

Um dos cenários no qual empiricamente se percebem dificuldades importantes durante a vida é a transição do ensino médio para o ensino superior. Este cenário abrange uma série de mudanças, desafios e dificuldades para os alunos, e o desenvolvimento acadêmico e psicossocial está diretamente ligado à maneira com que os sujeitos se adaptam ao contexto universitário (Figueredo, 1995; Suehiro, 2004; Franca, 2008; Ribeiro, 2011; Osse, 2011; Pekmezovic, 2011; Quintas, 2014; Pelaéz, 2015). Neste sentido, as dificuldades e desafios encontrados no processo de entrada e permanência na universidade, englobam não apenas aspectos acadêmicos, mas também fatores pessoais e sociais, com influência direta na vida prática do estudante, o que torna o assunto um possível foco para o núcleo da terapia ocupacional.

Como terapeutas ocupacionais inseridos no contexto acadêmico, percebemos sistematicamente, ora no âmbito individual, ora no âmbito da convivência coletiva, dificuldades no processo de adaptação ao percurso ocupacional —entendido aqui como a série de mudanças e desafios vivenciados pelos estudantes ao longo da

vida acadêmica—, que acarretam dificuldades na vida prática destes sujeitos.

Neste sentido, este trabalho teve como objetivos: identificar, no percurso ocupacional de estudantes de graduação em terapia ocupacional da UFMG, a partir da entrada na graduação, as alterações no cotidiano e na saúde percebidas por eles, e as estratégias utilizadas na condução do processo de vida para a superação das possíveis adversidades.

METODO

Trata-se de um estudo qualitativo de campo, conforme classificação proposta por Gil (2007). A amostra foi composta por onze estudantes matriculados no curso de graduação em Terapia Ocupacional da UFMG, dos quais: cinco estavam periodizados, ou seja, cursavam as disciplinas previstas no plano de ensino do curso e, seis estavam desperiodizados, o que significa que cursavam tanto disciplinas previstas no plano do curso quanto disciplinas em atraso (por motivos de reprovação ou trancamento, por exemplo). Justificamos este número a partir da saturação dos dados (momento em que as respostas passaram a apresentar um padrão de repetição de informações). Foi utilizado como critério de inclusão para a participação do estudo, a matrícula do terceiro ao oitavo períodos do curso, de forma a garantir que os estudantes participantes não fossem ser submetidos a processos avaliativos em disciplinas obrigatórias do percurso acadêmico, ministradas pelo professor coordenador do estudo, minimizando os constrangimentos da relação docente-discente. Este critério foi aplicado devido a orientações do Comitê de Ética em Pesquisa ao qual o projeto de pesquisa foi submetido.

As entrevistas foram realizadas entre o segundo semestre letivo de 2016 e primeiro de 2017, durante o desenvolvimento de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC⁴), o que limitou a pesquisa em termos de tempo de realização por meio de roteiro de entrevista semiestruturada construído pelos pesquisadores. O conjunto de perguntas abordou cinco pontos distintos, nos quais os sujeitos entrevistados foram estimulados a abordar: 1 – o processo de entrada na universidade; 2 – percepção sobre a própria saúde antes e depois da entrada

4 N.A.: o TCC tem duração de dois semestres letivos.



na universidade; 3 – contextos que geram sofrimento na universidade; 4 – estratégias de cuidado com a própria saúde e; 5 – fatores institucionais que contribuem/atrapalham os cuidados com a saúde. Estas entrevistas foram presenciais, tiveram duração aproximada de 20 minutos e ocorreram em datas, horários e locais indicados pelas pessoas participantes. Todas as entrevistas foram gravadas em áudio e posteriormente transcritas na íntegra para análise.

O primeiro convite para entrevista foi realizado a estudantes do círculo pessoal de amizades e contatos da pesquisadora. A indicação de novos participantes seguiu através da técnica da Bola de Neve, conforme proposto por Turato (2003). Neste método, o autor aponta que os primeiros participantes usualmente são do círculo de convivência pessoal do(a) pesquisador(a), no intuito de facilitar o recrutamento de sujeitos. Desta forma, a partir da indicação destes primeiros sujeitos. Essas novas indicações, ao responderem a pesquisa, sugerem novos participantes e assim por diante.

Ressalta-se que foi realizada uma entrevista piloto com discente que não atendia os critérios de inclusão propostos para este estudo, o que permitiu realizar as adequações necessárias no instrumento.

Após as transcrições, foi realizada leitura exaustiva dos textos, a fim de identificar categorias empíricas para a análise, conforme proposto por Minayo (2010), tendo sido identificadas três categorias: *Percurso Ocupacional*; *Saúde*; e *Fatores Extrínsecos aos Sujeitos*, que serão descritos na sequência.

A análise foi descritiva e em comparação com literatura que trata da temática. Os resultados estão apresentados de acordo com as categorias empíricas. A identificação dos sujeitos seguiu a seguinte terminologia: *e* (entrevistado); *número* (sequência que ocorreu a entrevista) *P* ou *D* (periodizado ou desperiodizado, respectivamente) e; *número* (correspondente ao período letivo em que o entrevistado estava matriculado, à época da entrevista).

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais, tendo sido aprovado sob o número nº 1.766.669. Ressalta-se, ainda, que todos os procedimentos éticos foram seguidos, de acordo com a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde Brasileiro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados serão apresentados de acordo com as categorias empíricas encontradas para o estudo, conforme descrito na metodologia deste trabalho.

Percurso Ocupacional

Esta categoria abrange aspectos da percepção de mudança de vida a partir da entrada na universidade, visto que esta mudança exige do sujeito adaptação ao novo ambiente, em alguns casos a mudança do local de moradia e círculo social, alteração na renda e satisfação na escolha do curso.

Entre os participantes da pesquisa, sete alunos (quatro desperiodizados e três periodizados) referiram como principal mudança a redução de tempo para realizar outras atividades para além da universidade e mudança na rotina; dois relataram a dificuldade em contribuir financeiramente em casa, pois anteriormente à entrada na universidade era possível trabalhar e ajudavam nas despesas familiares; dois perceberam que eram mais cobrados e tinham mais responsabilidades; um relatou que sentiu como grande alteração na vida a mudança de cidade, morar sem os pais e ter que adaptar-se à nova moradia.

Sobre a satisfação com a escolha do curso, um aluno relatou não estar satisfeito, pois não se identificava com algumas áreas de atuação do terapeuta ocupacional e, ainda, para conseguir se dedicar mais ao curso, teve que abandonar as atividades artísticas. Devido a isto, no momento da entrevista relatou estar em dúvida sobre a continuidade no curso e que pensava em trancar o curso.

Um aluno, em contrapartida, relatou que estava muito satisfeito com o curso e identificava este fator como um facilitador em sua adaptação e desenvolvimento estudantil, pois estava muito feliz, no lugar que gostava, fazendo o que gostava.

Os achados de pesquisa corroboram com a literatura (Pascarella; Terenzini, 2005; Osse, 2011), uma vez que evidenciam grande mudança nas ocupações das pessoas. Campos et al (2016) apontam que a universidade

não prepara ou auxilia o aluno para viver esta nova etapa da vida.

Discute-se na literatura a necessidade de que as universidades transformem-se e transformem as circunstâncias adversas relacionadas com os determinantes da saúde, para que os estudantes consigam melhor adaptação e melhor performance ocupacional no contexto acadêmico, pessoal e social, uma vez que um dos objetivos da instituição universitária consiste em, além de capacitar a formação profissional, proporcionar a formação do desenvolvimento moral, social, crítico e reflexivo como dimensão do processo de formação do desenvolvimento humano (Cunha, 2006).

Quando há problemas com a adaptação à universidade, à nova ocupação e dificuldades em desempenhar de forma satisfatória os diferentes papéis ocupacionais assumidos, as exigências pessoais e institucionais podem gerar sentimentos e comportamentos diversos, como crise de identidade, quebra de expectativa e cobranças excessivas, que podem acarretar em sintomas físicos e emocionais e consequentemente o desejo de abandonar o curso (Matta, 2008, Ribeiro e Bolsoni-Silva, 2011).

Este último ponto foi identificado como um fator relevante, visto que seis estudantes referiram já ter pensado ou, então, que se sentiam constantemente em dúvida sobre a continuidade no curso, além de pensarem em abandonar o curso.

e6P7: Acho que no terceiro período eu pensei em trancar o semestre inteiro porque, eu pensava: "gente eu vou morrer aqui"...pensei também em trancar parcial, mas eu acabei vendo que trancar disciplina parcial era muito complicado, principalmente porque ela é pré-requisito de outras. Então eu pensei em trancar total e parcial, mas acabei que desisti porque o meu objetivo é sair daqui rápido.

Saúde

Os dados evidenciaram que a percepção em relação à própria saúde piorou desde a entrada na universidade, tanto dos estudantes de períodos iniciais como a de estudantes concluintes. Os apontamentos foram em relação à saúde física (incluindo aspectos como

mudança peso e sono), à saúde mental (como: tensão e estresse psíquico, distúrbios psicossomáticos, sinais de depressão) e às estratégias de cuidado com a saúde adotadas pelos participantes da pesquisa.

Peso e sono

Sobre o peso corpóreo, seis estudantes relataram aumento de peso de forma não desejada. Um estudante manifestou que perdeu peso de forma não desejada e um estudante relatou que, durante a graduação, conseguiu chegar ao peso ideal. Em relação ao sono, quatro estudantes relataram piora, referindo diminuição de horas dormidas.

Estudos confirmam que universitários apresentam diminuição de horas de sono (Cardoso, 2009; Castilho, 2015), o que pode acarretar em consequências, desde neurológicas e neurofisiológicas, até influenciar negativamente o desempenho acadêmico. Outro fator associado às horas de sono é o aumento do peso (Crispim, 2007), como também foi observado na amostra desta pesquisa.

e1D7: eu percebo que minha saúde piorou, porque eu engordei uns quinze quilos. Tento emagrecer, mas volto de novo. Meu sono piorou muito... eu sonho que estou fazendo atividades e entregando dentro do prazo... Antes eu conseguia fazer atividade física regular, me alimentava e dormia muito melhor. Agora eu estou acordando de uma em uma hora toda noite.

Saúde Mental

A saúde mental foi identificada como nó crítico, uma vez que a maioria dos entrevistados perceberam piora em algum aspecto relacionado a este ponto, quando comparado ao período anterior à entrada na universidade.

Oito alunos indicaram queixas em relação à tensão e estresse psíquico, cinco apresentaram relato de aparecimento de doenças psicossomáticas e duas falas foram claras em relação ao aparecimento de sinais da depressão. Em contrapartida, dois alunos relataram que sua saúde mental está melhor ou igual desde sua entrada na universidade, e um destes alunos relatou, ainda, que



conseguiu diminuir a ingestão de remédios para trans-torno de *déficit* de atenção e gastrite.

Os dados da pesquisa corroboram com os achados de Loureiro (2006) e Pereira (2011), que concluíram que o estresse está presente na vida do estudante universitário e, em consequência dele, aparecem sinais de depressão e distúrbios psicossomáticos. Cerchiar, Caetano e Faccenda (2005) evidenciam que há piora na saúde mental de estudantes após o primeiro ano do curso, sendo mais evidente em alunos concluintes.

Houve diferença, ainda que sutil, na percepção de saúde dos estudantes que dividiram o semestre, ou seja, optaram por um número de disciplinas a serem cursadas durante o semestre em quantidade menor do que a sugerida no currículo padrão do curso. Para aqueles que optaram por esta diminuição, a percepção de tensão e estresse foi menor, quando comparada à percepção dos que optaram por cursar a grade curricular completa. Ainda, houve percepção de piora na saúde mental de estudantes que estão repetindo disciplinas por terem sido reprovados anteriormente. As falas abaixo contribuem para ilustrar os achados da pesquisa:

e4P7: A minha saúde piorou muito no geral. Não sei qual é a relação, mas comecei a ter muitas cólicas. Tive muita dor de garganta, porque em períodos de estresse minha imunidade abaixava muito. Geralmente em período de prova, apresentação de trabalho ou final de semestre, acontece sempre. Ou era a dor de garganta, dor de ouvido ou conjuntivite. O meu grau de miopia aumentou muito. Está aumentando mais ou menos meio grau por ano. Eu tenho que voltar no retorno, mas não tenho tempo. "Estratégia de cuidado com a saúde

Como estratégia de cuidado com a saúde dois alunos referiram ter procurado ajuda psiquiátrica e psicológica; um aluno recorreu à ajuda médica da Fundação Mendes Pimentel (FUMP), fundação ligada à universidade e responsável pela assistência estudantil; um aluno relatou ter diminuído a carga horária de disciplinas cursadas no semestre para poder ter tempo de preparar a própria comida e conseguir realizar outras atividades; um aluno relatou tentar melhorar as relações sociais fora da universidade, uma vez que estas são seu apoio; dois alunos relataram realizar atividade física regular; outros dois alunos relataram separar um tempo da semana para

fazerem algo que gostam; e dois alunos relataram tentar não ceder às pressões da universidade.

e2D7: Como estratégia de cuidado eu fui ao médico clínico e psiquiatra... Tomo remédio e vou a psicóloga. Mudei minha alimentação e comecei a fazer atividades físicas aeróbicas. Outra coisa que fiz foi estruturar uma rotina e isso me ajudou muito.

A adaptação ao contexto e construção de estratégias para condução do processo de vida a partir da entrada na universidade depende de diferentes fatores, dentre eles: a mudança ou não da casa dos pais; o engajamento e satisfação com o curso; adaptação social dentro e fora da universidade; quantidade de afazeres; apoio social e familiar, bem como dos professores, para citar exemplos. O apoio familiar e social, bem como o apoio e orientação institucional foram citados como elementos facilitadores no processo de adaptação por Kuh e Hu (2001), Pascarella e Terenzini (2005) e; Mounts, Valentinier e Boswell (2006). Nesta toada, cabe citar também a importância da rede de suporte social, logo que esta possui influência direta na saúde mental, comportamentos alimentares e nas relações sociais dos sujeitos, conforme apontado por Rosa e Benício (2009).

Fatores extrínsecos

Compreenderam-se como fatores extrínsecos: aspectos acadêmico-institucionais (carga horária de aula, currículo, mudança de percurso acadêmico; disciplinas optativas-ofertadas pelo Departamento de Terapia Ocupacional e eletivas-ofertadas por outros departamentos da Universidade; o conhecimento sobre as possibilidades de mudança no percurso acadêmico; dificuldade de planejamento de estudo e de aprendizagem; tempo para integralização do curso; projetos de pesquisa e; estágios extracurriculares); aspectos relacionados aos docentes (cobrança dos professores, a relação entre o estímulo a uma formação de caráter humano e a contradição das imposições e cobranças excessivas e inflexíveis dos professores); aspectos relacionados ao lazer; aspectos sociais (grupo social; rede de suporte e participação familiar; ajustamento social após entrada na universidade); e aspectos ambientais (barreiras e facilitadores de cuidado à saúde).

Os dados apontaram que todos os fatores extrínsecos estão diretamente ligados à percepção de saúde, uma vez que aparecem como facilitadores do cuidado: ser um estudante da área da saúde e ter acesso a informações sobre o que fazer para melhorar a saúde; assistência estudantil da FUMP, que disponibiliza refeições de qualidade a baixo preço e moradia estudantil; relações de amizade com colegas de turma; ambiente físico da universidade, com espaços para estudo em locais arborizados e Centro Esportivo Universitário; e atividades culturais ofertadas no *campus* universitário.

Por outro lado, como barreiras para o cuidado à saúde, destacam-se: a falta de tempo para realizar atividades físicas, de lazer e interações sociais; excesso de carga horária por semestre; excesso de horas aula por dia; distribuição de disciplinas na semana; exigência e cobrança dos professores; dificuldade em ter acesso às informações e; tempo de integralização do curso.

Destacamos como fatores mais significativos para os sujeitos da pesquisa a relação com os professores; a diminuição ou supressão das atividades de lazer e a cobrança de professores em relação à aplicação prática da teoria.

Sobre a relação com os professores, o relato abaixo é o que melhor elucida o achado de pesquisa:

e6P6: Eu acho que a universidade me prejudica, porque quando eu estou me dedicando muito, eu chego na sala e escuto o professor desacreditar disso... Ouvir ele falar que você não fez, ou que não conseguiu por falta de interesse, que é porque você não está nem aí... ouvir falar você tem que estudar mais... você tem que conseguir... você tem que fazer... Eu acho que eles não se dão conta que o nível de informação é muito grande, que ninguém vai saber tudo de tudo.

A questão da relação com os professores também foi identificada em texto de Mattos et al (2018). Os autores apontam que é importante e necessário que as instituições invistam em estratégias que considerem o cuidado integral com a saúde dos estudantes.

Sobre o lazer, apenas um estudante relatou que a partir do 6º período do curso conseguiu organizar seu tempo para realizar estas atividades, momento do curso em que conseguiu ter uma percepção mais ampla sobre o

que é lazer, da forma como o tema foi abordado durante a graduação. Os demais estudantes referiram que o tempo ficou escasso para realizar atividades de seu interesse e que, desde que entraram na universidade, não conseguem realizar nenhuma atividade de lazer.

e1D7: Desde que eu entrei na faculdade eu não tenho lazer. Não tenho hora para sair, nem para passear... nada.

O terceiro destaque, conforme indicado, está na relação entre o estímulo à formação humana e as formas de exigência em sala de aula, principalmente em relação ao poder exercido pelos professores nestas situações. Os estudantes relataram que se sentem cobrados de forma exacerbada, visto que os professores exigem constantemente a correlação entre a teoria e a prática sem, no entanto, oferecer uma contrapartida ou um suporte para tanto. Neste sentido, ainda, as falas apresentaram críticas importantes em relação às contradições entre a teoria transmitida e a prática docente, principalmente em relação ao relacionamento estabelecido com os próprios alunos.

e8P11: São várias coisas. Uma das coisas é que os professores, vários professores que abusavam da questão do poder em sala de aula. A questão também de não saber medir as avaliações... Muitas vezes eles dão trabalhos absurdos pra gente fazer em pouco tempo. A questão de poder discutir com o professor e construir juntos, isso nunca acontece. É sempre tudo muito imposto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O ingresso na universidade é um evento que proporciona a mudança e vivência de uma nova ocupação pelos sujeitos: estudantes de graduação. O cotidiano universitário geralmente é fantasiado pelo estudante iniciante, e quando se deparam com as exigências universitárias, encontram os primeiros problemas de adaptação a este novo papel ocupacional que, somados ao ritmo e cobrança da instituição podem gerar adoecimento (Bardagi, 2007; Santos e Silva, 2003).

Um aspecto importante desta pesquisa, pouco explorado em outros estudos que abordam a temática diz respeito à percepção do estudante em relação às alterações de vida, bem como as estratégias para identificar



momentos críticos e as estratégias de enfrentamento das adversidades vividas no percurso acadêmico e que afetam o percurso ocupacional dos estudantes.

Os resultados deste estudo indicaram que existem importantes mudanças na vida a partir da entrada na universidade. O cotidiano, é alterado principalmente em relação à redução do tempo para realizar atividades não relacionadas à vida acadêmica; a saúde dos sujeitos sofre consequências negativas, com ocorrência de distúrbios psicossomáticos e físicos e; as estratégias de enfrentamento e condução do percurso ocupacional são individualizadas, girando em torno da reorganização da rotina, procura por ajuda de profissionais da saúde, adaptação da carga horária semestral e resistência às pressões impostas pelo contexto.

Algumas estratégias de cuidado à saúde, no entanto, não estão ligadas diretamente ao contexto acadêmico, como o relato de estudantes que fortaleceram o vínculo familiar e social, o que permite inferir que a vida 'além muros' da universidade precisa de investimentos constantes, pois podem ser um importante ponto de apoio nesta etapa da vida.

Em contrapartida, a universidade tem a responsabilidade de promover o desenvolvimento acadêmico, moral e reflexivo, como dimensões do processo formativo do ser humano, bem como de ofertar possibilidades para que os estudantes vivenciem a jornada acadêmica com dignidade e humanidade. Neste sentido, sugere-se que a instituição adote planos e ações preventivos, nos âmbitos da assistência estudantil, para proporcionar aos discentes melhores condições de adaptação e construção de estratégias para conduzirem seu percurso acadêmico e ocupacional, bem como o investimento em ações de extensão, que possibilitem ao discente a construção de processos de enfrentamento das situações adversas.

Desde a construção deste estudo até o momento, é possível observar ações importantes da/na universidade que, em alguma medida, direcionam o olhar para os estudantes e tentam construir soluções. Dentre estas ações, destacamos a política de Saúde Mental que vem sendo gradativamente implementada na instituição, com atenção especial para as escutas acadêmicas. Estas escutas, com base em um trabalho desenvolvido na Faculdade de Medicina, são espaços de acolhimento e encaminhamento de sujeitos em condição

de sofrimento mental e vêm sendo implantados nas demais unidades da universidade.

Ainda no âmbito da Política, a Comissão de Saúde Mental da universidade vem estabelecendo ações e diálogos com a comunidade universitária, no sentido de produzir enfrentamentos às situações geradoras de sofrimento mental. O Departamento de Terapia Ocupacional, por sua vez, implementou no ano de 2019, ações do Programa de Apoio à Inclusão e Promoção à Acessibilidade (PIPA), que vem realizando o acompanhamento direto junto a discentes do curso de terapia ocupacional que apresentem algum tipo de deficiência e/ou dificuldades relacionadas à saúde mental.

De toda forma, novas pesquisas são necessárias para explorar de modo mais aprofundado os aspectos envolvidos nos processos de (des)adaptação à universidade, bem como as estratégias institucionais para lidar com a problemática do adoecimento do corpo discente.

REFERÊNCIAS

- Bardagi, M. P. (2007). *Evasão e comportamento vocacional de universitários: estudos sobre o desenvolvimento de carreira na graduação*. Tese (Doutorado em Psicologia) -Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Rio Grande do Sul.
- Campos, L., Isensee, C.D., Rucker, C.T., Bottan, E.R. (2016). Condutas de saúde de universitários ingressantes e concluintes de cursos da área da saúde. *Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde*, Vitória, v.18(2), p.17-25.
- Caponi, S. (1997). Georges Canguilhem y el estatuto epistemológico del concepto de salud. *Historia, Ciencias, Saúde*. Rio de Janeiro, v.4(2), p. 287-307.
- Cardoso, H.C., Bueno, F.C.C., Mata, J.C., Alves, A.P.R., Jochims, I., Vaz Filho, I.H.R., Hanna, M.M. (2009). *Revista Brasileira de Educação Médica*. Goiânia. v. 33(3), p. 349-55.
- Castilho, P.C., Limas, D. L, Silva, P. H., Bueno, H.A. (2015). Privação de sono nos alunos da área de saúde em atendimento nas Unidades Básicas de Saúde e suas consequências. *Revista Médica*, São Paulo, v. 94(2), p. 113-9.
- Cerchiar, E.A.N., Caetano, D., Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, Natal, v.10(3), p.413-420.
- Crispim, C.A., Dáttilo, I.Z.M., Padilha, H.G., Tufik, S., Mello, M.T. (2007). Obesidade e sono: aspectos epidemiológicos. *Arq Bras Endocrinol Metab*. v.51(7), p. 1041-1049.

- Cunha, M.I. (2006). Docência na universidade, cultura e avaliação institucional: saberes silenciados em questão institucional. *Revista Brasileira de Educação* v.11(32), p.258-371.
- Figueiredo, R.M., Oliveira, M.A.P. (1995). Necessidade de estudantes universitários para implantação de um serviço de orientação e educação mental. *Revista Latino América de enfermagem*. Ribeirão Preto, v.3(1), p. 5-18.
- Franca, C., Colares, V. (2008). Estudo comparativo de condutas de saúde entre universitários no início e no final do curso. *Revista Saúde Pública*, São Paulo. v.42(3), p. 420-427.
- Gil, A.C. (2007). *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4 ed. São Paulo: Atlas.
- Hagedorn, R. (2003). *Fundamentos para a Prática em Terapia Ocupacional*. 4 ed. São Paulo: Rocca.
- Kielhofner, G.A. (1985) *Model of Human Occupation: theory and application*. 2 ed. Baltimore: Williams & Wilkins.
- Kuh, G.D, Hu, S. (2001). The effects of student-faculty interaction in the 1990s. *The Review of Higher Education*, v.24(3), p. 309-332.
- Loureiro, E.M.F. (2006). *Estudo da relação entre o stress e os estilos de vida nos estudantes de Medicina*. Tese (Mestrado em Psicologia)- Universidade do Minho, Portugal.
- Matta, K. (2008). *Evasão universitária estudantil: precursores psicológicos do trancamento de matrícula por motivo de saúde mental*. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura) Universidade de Brasília, Brasília.
- Mattos, M.P, Gomes, D.R., Aleluia, I.R.S., Sousa, M.LT. (2018). Promoção à saúde de estudantes universitários: contribuições para um espaço de integração e acolhimento. *Saúde em Redes*, v.4(4), p. 159-173.
- Minayo, M.C.S. (2010). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. São Paulo, Hucitec.
- Mounts, N.S., Valentiner, D.P. Boswell, M. K. (2006). Shyness, sociability, and parental support for the college transition: Relation to adolescents' adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, v. 35(1), p. 71-80.
- Osse, C. (2011). Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v.28(1), p.115-122.
- Pascarella, T., Terenzini, T. (2005). *How College Affects Students: A Third Decade of Research*. 2 ed. São Francisco: John Wiley and Sons.
- Pekmezovic, T. (2011). Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University students. *Qual Life Revista*, Eslovenia, v.20(3), p. 391-397.
- Pelaéz, Z.R.F., Escobar, J.A.D. (2015). La bioética y el autocuidado de la salud: imperativos para la formación integral en la universidad. *Acta bioeth*. Santiago, v.21(1), p. 37-44.
- Pereira, G., Piccolo, L. (2011). Adaptação à Universidade em Estudantes Universitários: Um Estudo Correlacional. *Interação em Psicologia*, Curitiba, v.11(2), p. 211-220.
- Quintas, H. (2014). Estudantes adultos no Ensino Superior: O que os motiva e o que os desafia no regresso à vida académica. *Revista Portuguesa de Educação*, Braga, v.27(2), p.33-56.
- Ribeiro, D.C., Bolsoni-Silva, A.T. (2011). Potencialidades e dificuldades interpessoais de universitários: Estudo de caracterização. *Acta Comportamental*, Guadalajara, v.19(2), p. 205-224.
- Rosa, T.E.C., Benício, M.H.D (2009). As redes sociais de apoio: o conviver e a sua influência sobre a saúde. *Bol. Inst. Saúde*, São Paulo, n.47, p.80-83.
- Santos, M.A., Silva, L.L. (2003) "Será que era isso o que eu queria?" A formação acadêmica em psicologia na perspectiva do aluno. En: L. L. Melo-Silva, M. A. Santos, & J. T. Simões (Orgs.) *Arquitetura de uma ocupação - orientação profissional: Teoria e técnica* p. 387-406 São Paulo: Vetor.
- Suehiro, A.C.B. (2004). Estudante universitário: características e experiências de formação. *Revista Psico-USF*, v.9(1), p. 105-106.
- Turato, E.R. (2003). *Tratado da metodologia da pesquisa clínico qualitativa*. Petrópolis: Vozes.
- Ward, D, J. (2003). The Nature of Clinical Reasoning With Groups: A Phenomenological Study of an Occupational Therapist in Community Mental Health. *American Journal of Occupational Therapy*, v. 57, p.625-634.