

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO
MESTRADO EM EDUCAÇÃO
LINHA DE PESQUISA: ENSINO, APRENDIZAGEM E
DESENVOLVIMENTO HUMANO**

**A SAÚDE MENTAL NA PÓS-GRADUAÇÃO: UM ESTUDO SOBRE
AS PERCEPÇÕES DE PÓS-GRADUANDOS ACERCA DO
SOFRIMENTO PSÍQUICO E DAS EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS
NO CONTEXTO DE PANDEMIA**

EMANOELA THEREZA MARQUES DE MENDONÇA GLATZ

**MARINGÁ
2022**

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO
MESTRADO EM EDUCAÇÃO
LINHA DE PESQUISA: ENSINO, APRENDIZAGEM E DESENVOLVIMENTO
HUMANO**

**A SAÚDE MENTAL NA PÓS-GRADUAÇÃO: UM ESTUDO SOBRE AS
PERCEPÇÕES DE PÓS-GRADUANDOS ACERCA DO SOFRIMENTO
PSÍQUICO E DAS EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS NO CONTEXTO DE
PANDEMIA**

Dissertação apresentada por Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz, ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá, como um dos requisitos para a obtenção do título de Mestra em Educação.

Linha de Pesquisa: Ensino, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano.

Orientadora:

Profa. Dra.: Solange Franci Raimundo
Yaegashi

MARINGÁ
2022

FICHA CATALOGRÁFICA

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)
(Biblioteca Central - UEM, Maringá - PR, Brasil)

G549s

Glatz, Emanoela Thereza Marques de Mendonça

A saúde mental na pós-graduação : um estudo sobre as percepções de pós-graduandos acerca do sofrimento psíquico e das experiências vivenciadas no contexto de pandemia / Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz. -- Maringá, PR, 2022.
201 f.: il. color., figs., tabs., maps.

Orientador: Prof. Dr. Solange Franci Raimundo Yaegashi.

Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Departamento de Pedagogia, Programa de Pós-Graduação em Educação, 2022.

1. Saúde mental - Covid-19. 2. Ensino remoto emergencial (ERE). 3. Pós-graduandos - Covid-19. 4. Ensino-Aprendizagem. 5. Covid-19. I. Yaegashi, Solange Franci Raimundo , orient. II. Universidade Estadual de Maringá. Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes. Departamento de Pedagogia. Programa de Pós-Graduação em Educação. III. Título.

CDD 23.ed. 614.5

EMANOELA THEREZA MARQUES DE MENDONÇA GLATZ

**A SAÚDE MENTAL NA PÓS-GRADUAÇÃO: UM ESTUDO SOBRE AS
PERCEPÇÕES DE PÓS-GRADUANDOS ACERCA DO SOFRIMENTO
PSÍQUICO E DAS EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS NO CONTEXTO DE
PANDEMIA**

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Solange Franci Raimundo Yaegashi (Orientadora)
– UEM

Profa. Dra. Luciana Maria Caetano – USP – São Paulo (Titular
externa)

Profa. Dra. Fabiane Freire França – UEM – Maringá (Titular
interna)

Profa. Dra. Rute Grossi Milani – UniCesumar – Maringá
(Suplente externa)

Profa. Dra. Ercilia Maria Angeli Teixeira de Paula – UEM –
Maringá (Suplente interna)

Data da Aprovação: 12 de dezembro de 2022.

Dedico este trabalho a todos os pós-graduandos que escolhem dedicar suas vidas à produção e sistematização do conhecimento científico. Que o amor pelo fazer ciência continue pulsando em todos nós.

A todos que perderam seus amores na cruel batalha contra um inimigo invisível (covid-19), deixo as minhas mais sinceras condolências e o meu abraço fraterno.

AGRADECIMENTOS

Sempre que me sinto tocada pelas vivências e dores do “outro”, recordo-me de quem sou “eu”, e de todos aqueles que preenchem a minha existência com amor genuíno. Estar em contato direto com um tema, cuja essência é eminentemente dolorosa, torna-me sensível e grata a todos(as) que dividem comigo o peso desta jornada.

Agradeço, primeiramente, a Deus, fonte maior de todos os meus desejos e inspirações. Obrigada por me abençoar tanto.

À minha querida orientadora, Profa. Dra. Solange Franci Raimundo Yaegashi: sempre tão acolhedora, gentil e incentivadora, mostrou-me que a coragem e a persistência são virtudes essenciais em um pesquisador. Minha mais eterna gratidão por toda preocupação, carinho, atenção e sabedoria partilhados neste tempo de trabalho conjunto.

Ao meu marido, Ronni, cuja confiança em meu potencial extrapola as mais sublimes formas de amar. Você é, de longe, a melhor coisa que já aconteceu na minha vida. Obrigada por ser o incentivo e a calma durante as tempestades; sem o seu apoio diário, nada disso seria possível. Que sorte a minha em ter lhe conhecido!

Aos meus pais, Fátima e Valmir, meus alicerces e fonte de incentivo em todas as situações, por me ensinarem que o trabalho duro sempre provê bons frutos. Cada palavra escrita nesta dissertação tem um pouco de vocês e do exemplo de amor, honestidade e persistência com que me educaram. Tudo o que eu sou devo a vocês dois; palavras nunca serão o suficiente para expressar minha gratidão.

Aos meus familiares e, em especial, à minha madrinha Márcia, que sempre foi tão presente e importante na minha vida. Tivemos anos difíceis, mas saber que você e a Karol estão bem é o suficiente para me fazer mais feliz. A cada tropeço, a linha que nos une traça um novo bordado da vida, reforçando cada ponto e nos tornando ainda mais FAMÍLIA.

À minha vizinha, dona Maria (*in memoriam*), que há pouco tempo me perguntava sobre a “escola” e me encorajava a continuar sempre estudando. Partiu durante a realização do meu grande sonho de ser mestra, deixando meu coração e minha alma em pedaços. Estremeci, mas segui forte no propósito de pesquisar e mostrar para a sociedade que as pessoas importam, que falar sobre saúde mental é urgente e necessário. Lembro-me do primeiro artigo que escrevi depois que você se foi e de tudo aquilo que venho construindo desde então; sou muito sincera em revelar que a melancolia pela sua partida ainda se faz muito presente na minha vida. De onde você estiver, minha vó, saiba que você sempre fez – e sempre fará – parte de todas as minhas conquistas. Reúna-se com o tio Sandro (*in memoriam*), ao lado de uma mesa com um cafezinho fresquinho. Comemorem comigo a conclusão deste ciclo. Isso também é por vocês!

Ao meu sogro, Celio, e à Neuza, sempre dispostos a proferirem palavras de incentivo, escutarem e aconselharem nos momentos de dúvidas. Obrigada por sempre abrirem sua casa e seus corações para mim. Gratidão em tê-los por perto!

À minha amiga, Ana, um presente que a Universidade Federal do Paraná me deu. Eu amo escutar suas histórias e saber sobre a sua vida. Obrigada por sempre partilhar comigo suas alegrias e dores; por ser tão presente e preocupada. Nessas linhas, há um pouco de você e das nossas muitas discussões sobre os percalços e desafios da vida acadêmica.

Ao Bernardo e à Cecília, os pequenos vizinhos da casa ao lado, que se fizeram presentes durante a escrita deste trabalho. Em muitos momentos, trancada em meu escritório, divertia-me escutando suas histórias e brincadeiras. Benjamin (2009, p. 87) dizia: “Que os pequeninos riam de tudo, até dos reversos da vida, isso é precisamente a magnífica expansão de uma alegria radiante sobre todas as coisas [...]”.

À Profa. Dra. Luciana Maria Caetano, à Profa. Dra. Ercilia Maria Angeli Teixeira Paula e à Profa. Dra. Fabiane Freire França, por aceitarem participar da banca, contribuírem imensamente para a construção da pesquisa e se fazerem presentes neste momento tão importante da minha vida. Vocês são exemplos de profissionais

que um dia eu angario ser. A mais linda certeza de que a pesquisa vale a pena, mesmo trabalhando sob um contexto de desvalorização.

Ao Programa de Pós-Graduação da Universidade Estadual de Maringá, que me recebeu e me acolheu com tanto carinho – e, especialmente, ao Hugo Alex Silva, sempre muito solícito, educado e paciente. Seu trabalho faz a diferença para os discentes e docentes do programa. Obrigada por isso!

A todos os 76 pós-graduandos do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá que participaram desta pesquisa, dividindo comigo histórias de vida e compartilhando experiências, boas e ruins. Durante a análise de dados, chorei por diversas vezes, ao me ver confrontada com relatos tão genuínos sobre a vida e a morte. Constantemente, precisei assimilar e ressignificar não apenas o meu sofrimento, mas também o sofrimento de outras 76 pessoas que escolheram me contar suas verdades mais íntimas, mesmo que isso as causassem dor. A vocês, todo o meu amor e gratidão. Espero que, de alguma forma, esta pesquisa traga-lhes algum conforto e acalento para a alma.

Aos(às) meus/minhas colegas do Programa, que me receberam e me acolheram de braços abertos e, em especial, à Luana e à Sharmilla, por quem tenho carinho imenso. Obrigada, meninas, pelas conversas, pelas palavras encorajadoras nos momentos de cansaço e desânimo, pela troca de conhecimento e pela ajuda mútua. É muito bom ter com quem dividir nossas angústias, anseios e dúvidas. Vocês são os presentes que a UEM me deu e estarão para sempre em meu coração!

Aos(às) colegas do Grupo de Estudos e Pesquisas em Escola, Família e Sociedade (GEPEFS), que compartilharam seus conhecimentos e se fizeram parceiros(as) em tantas publicações. Obrigada!

A cada professor(a) que passou pelo meu caminho: Profa. Dra. Maria Terezinha Galuch; Profa. Dra. Fabiane Freire França; Profa. Dra. Heloisa Saito; Prof. Dr. José Leon Crochík (UNIFESP); Profa. Dra. Camila Alves Fior (UNICAMP); Profa. Dra. Soely Polydoro (UNICAMP); e, especialmente, ao Prof. Dr. Thiago Marques Leão (USP), que tanto me ensinou sobre o fenômeno do sofrimento psíquico em

ambiente universitário. Faltam-me palavras para agradecer-lhes por tudo e por tanto. Meu eterno carinho a vocês!

Só há gratidão a todos(as), por não soltarem a minha mão durante este percurso. Muito obrigada!

O mal e o sofrimento

Leandro Gomes de Barros

Se eu conversasse com Deus
Iria lhe perguntar:
Por que é que sofremos tanto
Quando viemos pra cá?
Que dívida é essa
Que a gente tem que morrer pra pagar?
Perguntaria também
Como é que ele é feito
Que não dorme, que não come
E assim vive satisfeito.
Por que foi que ele não fez
A gente do mesmo jeito?
Por que existem uns felizes
E outros que sofrem tanto?
Nascemos do mesmo jeito,
Moramos no mesmo canto.
Quem foi temperar o choro
E acabou salgando o pranto?

GLATZ, Emanoela Thereza Marques de Mendonça. **A saúde mental na pós-graduação**: um estudo sobre as percepções de pós-graduandos acerca do sofrimento psíquico e das experiências vivenciadas no contexto de pandemia. Orientadora: Solange Franci Raimundo Yaegashi. 2022. 201 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2022.

RESUMO

A pandemia da covid-19 afetou, substancialmente, a saúde física e psíquica de pessoas por todo o mundo. No Brasil, diante das medidas de isolamento social e do fechamento de comércios e de instituições de ensino, o Ministério da Educação (MEC) aprovou o Ensino Remoto Emergencial (ERE), que levou à substituição das aulas presenciais por aulas em formato remoto, até a contenção total da doença. Defronte de um modelo de ensino inédito e das desigualdades socioeconômicas que caracterizam a sociedade brasileira, surge a preocupação com a saúde mental de discentes na pós-graduação, considerando que o ambiente acadêmico, por si só, já é fonte de tensões que induzem o sofrimento psíquico. À vista disso, manifestou-se o seguinte questionamento: como se encontra a saúde mental dos pós-graduandos, diante do período pandêmico? Aspirando responder a essa problemática, elaborou-se um estudo que objetivou explorar as percepções de discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação (PPE) da Universidade Estadual de Maringá (UEM), acerca da saúde mental de pós-graduandos e das facilidades e/ou dificuldades experienciadas por eles no contexto da pandemia de covid-19 e do ERE. A esse objetivo, vincularam-se outros quatro objetivos específicos, que buscaram: traçar o perfil discente do Programa de Pós-Graduação em Educação da UEM; sistematizar estudos e pesquisas sobre a temática da saúde mental de pós-graduandos; analisar o fenômeno da saúde mental e do sofrimento psíquico à luz dos pressupostos da Teoria Crítica da Sociedade; e averiguar o impacto da pandemia da covid-19 na saúde mental dos discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da UEM. A pesquisa de campo, de métodos mistos, contou com a participação de 76 discentes regularmente matriculados no PPE da UEM, que preencheram, remotamente, um *survey* interseccional com 69 questões. Os resultados apontaram que, durante o período de pandemia, os pós-graduandos experienciaram e autorrelatarem sintomas, como: ansiedade, tristeza, solidão, angústia, estresse, insônia episódica, dificuldades em se concentrar, escrever e interagir sexualmente, bem como iniciaram e/ou intensificaram o consumo de bebidas alcoólicas e/ou medicamentos psicotrópicos. Embora se registraram inúmeros fatores estressores, os pós-graduandos ponderaram que o ERE se consubstanciou como uma ferramenta essencialmente importante para a formação acadêmica em tempos de crise sanitária; julgaram ser excelente o relacionamento com seus respectivos orientadores; afirmaram que a escolha pela realização de uma pós-graduação *stricto sensu* foi assertiva, ao passo que a maioria deles nunca pensou em abandoná-la. Ao refletir sobre esses dados, concluiu-se que a pandemia, o distanciamento social e o ERE prejudicaram a saúde mental dos pós-graduandos, uma vez que se subsidiaram práticas que intensificaram o sofrimento psíquico na população discente. Contudo, mesmo na presença de dificuldades, os

discentes anuíram que as aulas remotas superaram suas expectativas e se constituíram como indispensáveis mediante o cenário mundial pandêmico.

Palavras-chave: Saúde mental; Pós-graduandos; Covid-19; Ensino Remoto Emergencial; Ensino-Aprendizagem.

GLATZ, Emanoela Thereza Marques de Mendonça. **Postgraduate mental health: a study on postgraduate students' perceptions of psychic suffering and experiences in the context of a pandemic.** Advisor: Solange Franci Raimundo Yaegashi. 2022. 201 f. Dissertation (Masters in Education) – State University of Maringá, Maringá, 2022.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has substantially affected the physical and mental health of people around the world. In Brazil, considering social isolation measures and the closure of businesses and educational institutions, the Ministry of Education (MEC) approved Emergency Remote Teaching (ERE in Portuguese), which led to the replacement of face-to-face classes with classes in a remote format, until the complete containment of the disease. Faced with an unprecedented teaching model and the socioeconomic inequalities that characterize Brazilian society, concerns about the mental health of postgraduate students emerge, given that the academic environment, by itself, is already a source of tensions that induce psychic suffering. Apropos this, the following question was raised: how is the mental health of graduate students in the face of the pandemic period? Aspiring to answer this problem, a study was elaborated that aimed to explore the perceptions of students of the Graduate Program in Education (PPE in Portuguese) of the State University of Maringá (UEM in Portuguese), about the mental health of graduate students and the facilities and/or difficulties experienced by them in the context of the COVID-19 pandemic and the ERE. To this objective, four other specific objectives were linked, which sought: to outline the student profile of the Graduate Program in Education at UEM; to systematize studies and research on the topic of post-graduate students' mental health; analyze the phenomenon of mental health and psychic suffering in light of the assumptions of the Critical Theory of Society; finally, to investigate the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of students in the Graduate Program in Education at UEM. The field research, using mixed methods, had the participation of 76 students regularly enrolled in the PPE at UEM, who remotely completed an intersectional survey with 69 questions. The results showed that, during the pandemic period, graduate students experienced and self-reported symptoms such as anxiety, sadness, loneliness, anguish, stress, episodic insomnia, difficulties in concentrating, writing, and interacting sexually, as well as starting and/or intensifying the consumption of alcoholic beverages and/or psychotropic medications. Although there were numerous stressors, graduate students considered that the ERE was an essentially important tool for academic formation in times of health crisis; they judged the relationship with their respective supervisors to be excellent; they stated that the choice to carry out a *stricto sensu* postgraduate course was assertive, while most of them never thought about abandoning it. Reflecting on these data, it was concluded that the pandemic, social distancing, and ERE harmed the mental health of graduate students since practices that intensified psychological distress in the student population were subsidized. However, even in the face of difficulties, students agreed that remote classes exceeded their expectations and became indispensable in the face of the pandemic world scenario.

Keywords: Mental health; Graduate students; COVID-19; Emergency Remote Teaching; Teaching-Learning.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Artigo jornalístico publicado na página eletrônica da Universidade Federal de Minas Gerais	31
Figura 2 – Artigo jornalístico publicado na página da revista eletrônica Outras Palavras	31
Figura 3 – Artigo jornalístico publicado na página eletrônica da Universidade Federal de Minas Gerais	32
Figura 4 – Artigo jornalístico publicado na revista eletrônica Carta Capital.....	33
Figura 5 – Artigo jornalístico publicado na página eletrônica do Jornal da USP .	33
Figura 6 – Fluxograma fundamentado na busca e seleção das publicações	59
Figura 7 – Fluxograma da metodologia da pesquisa.....	80
Figura 8 – Fluxograma com as principais características da abordagem qualitativa, quantitativa e de métodos mistos.	82
Figura 9 – Fluxograma com a estratégia de triangulação concomitante	83
Figura 10 – Mapa do Brasil com a cidade de Maringá sinalizada.....	86
Figura 11 – Desenhos básicos de <i>Surveys</i>	88
Figura 12 – Fluxograma do processo de construção do instrumento de coleta de dados	89
Figura 13 – Questões selecionadas para a composição das três categorias de análise.....	94
Figura 14 – Síntese das definições das três categorias de análise	95
Figura 15 – Nuvem de palavras com as principais definições de saúde mental, segundo os sujeitos pesquisados.....	106
Figura 16 – Nuvem de palavras com as principais definições de qualidade de vida, segundo os sujeitos pesquisados.....	109
Figura 17 – Atividades físicas realizadas pelos participantes da pesquisa	114

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Principais atividades realizadas pelos pós-graduandos em suas horas vagas.....	113
Gráfico 2 – Classificação da qualidade da vida sexual dos pós-graduandos participantes.....	115
Gráfico 3 – Diagnósticos de transtornos psíquicos já obtidos pelos pós-graduandos	117
Gráfico 4 – Frequência de manifestações de irritabilidade e crises de choro na população da amostra.....	120
Gráfico 5 – Pessoas com as quais os pós-graduandos costumam compartilhar seus anseios e angústias.....	121
Gráfico 6 – Classificação dos pós-graduandos sobre a atual situação da sua qualidade vida, da sua saúde mental e física, bem como do seu nível de satisfação com a vida.....	126
Gráfico 7 – Espaço físico utilizado para os estudos no ambiente doméstico	128
Gráfico 8 – Qualidade do relacionamento com o(a) orientador(a), segundo classificação dos pós-graduandos pesquisados	131
Gráfico 9 – Pensamento de abandono, dificuldades na escrita acadêmica, escolha e satisfação com a pós-graduação <i>stricto sensu</i>	133
Gráfico 10 – Impressões dos pós-graduandos acerca das aulas em formato remoto e a participação em atividades provenientes de Grupos de Pesquisa e/ou Seminário de Pesquisa.....	141
Gráfico 11 – Infecção pessoal, familiar e falecimento em decorrência de complicações da covid-19	144
Gráfico 12 – Renda familiar dos pós-graduandos durante a pandemia da covid-19	145

Gráfico 13 – Porcentagem do consumo de substâncias durante a pandemia da covid-19.....	147
Gráfico 14 – Qualidade do sono dos pós-graduandos durante a pandemia de covid-19	149
Gráfico 15 – Frequência de distúrbios do sono vivenciados no período pandêmico	150
Gráfico 16 – Índice de problemas físicos difundidos durante o período pandêmico	151
Gráfico 17 – Peso corporal dos pós-graduandos durante a pandemia	154
Gráfico 18 – Alterações na vida sexual dos pós-graduandos durante a pandemia	155
Gráfico 19 – Possíveis ações a serem tomadas pelo PPE com vistas a amenizar os impactos da pandemia na vida acadêmica dos pós-graduandos	157

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Dissertações e teses encontradas na busca de referências sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico em pós-graduandos no período de 2005 a 2021	59
Quadro 2 – Pesquisas sobre saúde mental e sofrimento psíquico de pós-graduandos distribuídas entre os anos de 2005 e 2021	63
Quadro 3 – Distribuição das dissertações encontradas por regiões brasileiras e por esfera administrativa/instituição	64
Quadro 4 – Procedimentos para análise dos dados coletados, seguindo as etapas da análise de conteúdo	93

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Perfil sociodemográfico dos pós-graduandos pesquisados	96
Tabela 2 – Significado de saúde mental, segundo os participantes da pesquisa	104
Tabela 3 – Significado de qualidade de vida, segundo os participantes da pesquisa	108
Tabela 4 – Maiores preocupações elencadas pelos pós-graduandos no ano de 2021	122
Tabela 5 – Adversidades experienciadas pelos pós-graduandos nos últimos seis meses (maio – outubro de 2021).....	123
Tabela 6 – Motivos pelos quais os sujeitos da amostra optaram por cursar uma pós-graduação <i>stricto sensu</i>	129
Tabela 7 – Principais desafios/dificuldades de realizar uma pós-graduação <i>stricto sensu</i> , de acordo com o público pesquisado	134
Tabela 8 – Principais dificuldades em se cursar uma pós-graduação <i>stricto sensu</i> em formato remoto	137
Tabela 9 – Desafios e dificuldades enfrentadas pelo pós-graduandos durante as aulas em formato remoto	138
Tabela 10 – Mudanças no hábito alimentar dos pós-graduandos durante a pandemia.....	153

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AAD – Aprendizagem e Ação Docente

BDTD – Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações

BSSI – *Beck Scale for Suicide Ideation*

CAAE – Certificado de Apresentação de Apreciação Ética

CAD – Conselho de Administração

CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

CID – Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde

COPEP – Comitê Permanente de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos

COVID-19 – SARS-CoV-2

DBM – Departamento de Bioquímica Médica

DSM – *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*

DTP – Departamento de Teoria e Prática

EaD – Educação a Distância

DASS-21 – Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse

EGAP – Escala Geral de Autoeficácia Percebida

EME – *Echelle de Motivation en Education*

EPD – Escala de Pensamentos Depressivos

EPSUS-A – Escala de Percepção do Suporte Social (versão adulta)

ERE – Ensino Remoto Emergencial

EVA – Escala analógica visual

FDE – Fundamentos da Educação

GEPEFS – Grupo de Estudos e Pesquisas em Família, Escola e Sociedade

IDATE – *State-Trait Anxiety Inventory*

ISLL – Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp

ITRA – Inventário sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento

LDB – Lei de Diretrizes e Bases da Educação

MBI-SS – *Maslach Burnout Inventory-Student Survey*

MEC – Ministério da Educação

MG – Minas Gerais

MMFDH – Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos

MPE – Ministério Público Estadual

OMS – Organização Mundial de Saúde

PG – Pós-Graduando

PM – Polícia Militar

PPE – Programa de Pós-Graduação *stricto sensu* em Educação

PPG – Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação

SRQ-20 – *Self Report Questionnaire*

TC – Teoria Crítica

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TDICs – Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação

UEM – Universidade Estadual de Maringá

UFPR – Universidade Federal do Paraná

UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro

UFSC – Universidade Federal de Santa Catarina

UFSCar – Universidade Federal de São Carlos

UFVJM – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

UNESP – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho

UNICAMP – Universidade Estadual de Campinas USP

UNIFESP – Universidade Federal de São Paulo

USP – Universidade de São Paulo

WHOQOL-100 – *World Health Organization Quality of Life assessment*

WHOQOL-BREF – *World Health Organization Quality of Life Instruments*

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	25
2. O AMBIENTE ACADÊMICO	38
2.1 O contexto da Pós-Graduação no Brasil e na Universidade Estadual de Maringá.....	38
2.2 O Programa de Pós-Graduação em Educação da UEM – Breve contextualização	40
3. SOFRIMENTO PSÍQUICO E A SAÚDE MENTAL DE PÓS-GRADUANDOS – UMA ANÁLISE À LUZ DA TEORIA CRÍTICA DA SOCIEDADE	43
3.1 Teoria Crítica e sofrimento psíquico: o que há a dizer?	43
3.1.1 O sofrimento psíquico de pós-graduandos, a semicultura e a individualização: uma tessitura possível	53
3.2 Os estudos que organizam nossa dissertação: panorama das pesquisas produzidas sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos.	56
4. MÉTODO	80
4.1 Delineamento da pesquisa.....	80
4.2 Aspectos éticos	84
4.3 Campo da pesquisa	85
4.4 Caracterização dos participantes da pesquisa	86
4.5 Instrumento para a coleta de dados	86
4.6 Procedimentos para a coleta dos dados.....	90
4.7 Procedimentos para a análise dos dados	91
5. RESULTADOS E DISCUSSÕES	96
5.1 Perfil sociodemográfico dos participantes.....	96

5.2 Saúde mental e qualidade de vida dos pós-graduandos	104
5.3 Entre o sofrimento e o contento: os impasses de ser um pós-graduando no brasil	127
5.4 Ensino Remoto Emergencial e o contexto de pandemia na pós-graduação	135
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	159
REFERÊNCIAS	164
APÊNDICES	185
APÊNDICE A – SURVEY “SAÚDE MENTAL DOS PÓS-GRADUANDOS EM TEMPOS DE PANDEMIA”	185
APÊNDICE B – CARTA DE ANUÊNCIA DA COORDENADORA DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM EDUCAÇÃO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ.....	198
APÊNDICE C – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA DISCENTES DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM EDUCAÇÃO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARINGÁ (UEM)	199

1. INTRODUÇÃO

A temática da saúde mental na sociedade contemporânea ainda é carregada de estigmas, principalmente quando relacionada à educação. Assim, o presente estudo surgiu de um intenso desejo de compreender as percepções dos pós-graduandos¹ acerca da saúde mental discente, bem como quais são os fatores estressores presentes nesse ambiente que prejudicam a adaptabilidade e ocasionam o sofrimento psíquico nessa população.

Evidencia-se a necessidade de que o campo da Educação, que carrega consigo a convergência do pleno desenvolvimento humano nas relações de ensino-aprendizagem, caminhe em congruência com os saberes da Psicologia, dialogando para a construção de uma prática que considere o indivíduo um ser biopsicossocial, compreendendo o que Belloch e González (1993) constataram: o ser humano, em seu íntimo, é totalizado por uma confluência de fatores de ordens biológicas, psicológicas, sociais e históricas.

Compreende-se que o indivíduo é um produto e produtor do meio social e histórico em que vive (SOUZA; ANDRADA, 2013), abarcado por aspectos biológicos inerentes à raça humana, envolto em uma subjetividade que se enraíza em fatores psicológicos únicos. Uma união de aspectos que torna o ser humano completo e ao mesmo tempo singular, imponente e ao mesmo tempo frágil, que carrega consigo tudo aquilo que a ele circunda, construindo seu alicerce identitário em suas peculiares formas de ser e agir na sociedade.

Ao se conscientizar de todas as facetas que tornam o ser humano único, nota-se o quão fundamental é o papel da educação e da instituição universitária no desenvolvimento integral (biopsicossocial) de seus discentes. Aqui, entende-se que a educação deve ser pautada em uma prática de cunho emancipatório (ADORNO,

¹ Convém salientar que se optou por utilizar o gênero masculino durante a escrita acadêmica deste trabalho. Isso porque, ao se referir sobre os sujeitos da pesquisa – os pós-graduandos –, entendemo-los de maneira macro, um público em sua totalidade. Dessa forma, em alguns momentos, utilizou-se a descrição “pessoa do gênero feminino ou masculino”, mas nem sempre esse debate se fez possível, principalmente ao se elencar estudos, livros e produções oriundas de outros autores. Essa decisão se firmou na possibilidade de construir um texto fluido, de fácil leitura e entendimento. Seguindo a mesma lógica, também se utilizou o pronome masculino para se referir à figura do orientador no decorrer do trabalho.

1995), que valorize as vivências e respeite as origens de cada indivíduo, proporcionando, para além de conhecimentos técnicos e acadêmicos, um movimento de autoconhecimento e de escuta ativa.

O sofrimento no ambiente universitário aponta para uma série de impasses, dificuldades, pressões e contradições provenientes de uma vida acadêmica multiforme e de uma sociedade individualizante, permeada pela indústria cultural, que dispõe da produção e do desempenho como máximas norteadoras de sua organização (HORKHEIMER; ADORNO, 1985b; LEÃO *et al.*, 2019a).

Para além de questões individuais e subjetivas – como a história pessoal e a construção identitária –, o sofrimento no Ensino Superior também é incitado por dimensões coletivas, institucionais e socioestruturais. Segundo Leão *et al.* (2019a), as questões de ordem coletiva correspondem à pressão e/ou violência a determinados grupos específicos – como gênero, raça ou sexualidade. No que tange à dimensão institucional, elencam-se demandas provenientes do próprio contexto universitário, como o produtivismo acadêmico, o assédio moral, a estrutura curricular, etc. Finalmente, a dimensão socioestrutural se refere à mudança das condições objetivas de vida, aos modos de produção capitalista e à vicissitude político-ideológica que permeia nossa atual organização social.

Leão *et al.* (2019b, p. 59) salientam que,

[...] ao pensar o quadro específico do sofrimento entre estudantes, não estamos com isto nos referindo apenas a aspectos institucionais internos à universidade e à formação acadêmica. Mas – além das cobranças, do ritmo extenuante, da falta de políticas de permanência, das violências variadas (de gênero, raça, sexualidades) praticadas por professores (assédio sexual e moral) ou por colegas (discriminações, bullying) – estes estudantes têm que lidar com transformações e crises da família, da dissolução de redes de segurança e garantia de direitos sociais, nas relações interpessoais, no mundo do trabalho e no próprio funcionamento da universidade.

Aos fatores já citados, soma-se, ainda, a dificuldade de conciliar as demandas da universidade e o exercício de um trabalho remunerado, o que provoca o sentimento de incapacidade de dar continuidade aos estudos. O sofrimento psíquico pode promover sintomas depressivos e ansiosos na população acadêmica, de maneira a desencadear, como mecanismo de defesa, o

absenteísmo e o uso e/ou abuso de álcool e de substâncias entorpecentes (GRANER; CERQUEIRA, 2019).

O anseio de pesquisar sobre a saúde mental no ambiente universitário surgiu de alguns intrincados questionamentos nutridos durante a graduação no curso de Pedagogia, que resultou em uma pesquisa sobre a saúde mental universitária na Universidade Federal do Paraná (UFPR), apresentada como produto para a conclusão do curso. Determinadas questões foram peças-chaves, primordiais, na construção de uma identidade de pesquisadora que angariasse discutir sobre o fenômeno da saúde mental discente: por que os estudantes universitários, em sua maioria, têm uma saúde mental tão debilitada? Quais são as causas desse sofrimento? O que a universidade tem feito sobre isso? Obviamente, os poucos passos dados na graduação em Psicologia enriqueceram o repertório sobre a psique humana, constituindo-se uma circunstância essencial no despontar de uma afeição pelo objeto de pesquisa.

Inesperadamente, o interesse em compreender sobre a saúde mental de pós-graduandos, especificamente, efetivou-se por meio da experiência de não pertencimento da própria autora, que concluiu a graduação e adentrou na pós-graduação *stricto sensu* em uma instituição (Universidade Estadual de Maringá – UEM) até então desconhecida e de maneira remota (devido às medidas de isolamento para o combate da covid-19). O sofrimento experienciado nos primeiros meses de mestrado foi ressignificado por intermédio de um problema de pesquisa, e o resultado será debatido neste trabalho.

Conjuntamente ao exposto, um novo fator imponderável foi forçosamente adicionado à carreira de todos os pós-graduandos do mundo e nos sensibilizou na escolha da temática a ser pesquisada: a pandemia da covid-19.

O ano de 2020 foi marcado por um evento em escala global que impactou – e continua a impactar –, exponencialmente, a vida do ser humano. No dia 31 de dezembro de 2019, a cidade de Wuhan, na República Popular da China, foi apontada como o epicentro de inúmeros casos de pneumonia provenientes de uma nova cepa de coronavírus, até então nunca identificada em seres humanos. Quase três meses depois, no dia 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) elevou o estado de contaminação da infecção causada pelo vírus SARS-CoV-2 (covid-19) em nível pandêmico, publicando normas e diretrizes que

aspiravam conter a proliferação desenfreada do vírus (SANTOS *et al.*, 2021; OPAS, 2022).

O distanciamento e o isolamento social, a higienização constante das mãos, o uso de álcool 70%, máscaras e a suspensão das atividades de comércio, escolas e universidades foram algumas das medidas mobilizadas internacionalmente e que objetivavam impedir que a covid-19 se tornasse uma catástrofe com delineamento semelhante a uma nova Guerra Mundial (MORAES *et al.*, 2020; FARIAS; SILVA, 2021). Sabe-se que, aproximadamente, 156 países suspenderam as atividades educativas presenciais em instituições de ensino por todo o mundo, afastando mais de 1,5 bilhão de estudantes das salas de aula, ao impactar cerca de 70% da população mundial discente (GONÇALVES *et al.*, 2021; FARIAS; SILVA, 2021).

Estudos apontaram para a prevalência de ansiedade e estresse na população acadêmica, além de alterações do sono, improdutividade, aumento da demanda de trabalho (COSTA *et al.*, 2021; GONÇALVES *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2021), inacessibilidade a dispositivos eletrônicos, como computadores e internet (COSTA, 2020; COSTA *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2021; SILVA *et al.*, 2021a; SILVA *et al.*, 2021b; SILVA *et al.*, 2021c), dificuldades com a organização pessoal e com a compreensão do conteúdo transmitido remotamente (SILVA *et al.*, 2021b; SILVA *et al.*, 2021c), insuficiência nos prazos (SILVA *et al.*, 2021c), queda na aprendizagem e uma piora significativa na saúde mental, no período pandêmico (COSTA, 2020; SANTOS *et al.*, 2021; SILVA *et al.*, 2021b).

Segundo Lima (2020, p. 1), diante de situações de epidemia, o número de pessoas que experienciam o sofrimento psíquico e a deterioração de sua saúde mental costuma ser superior ao número de acometidos pela infecção, o que, inclusive, pode estimular, a posteriori, a eclosão de uma “pandemia de medo e estresse”. Esses fatores, aliados à aplicação de uma modalidade de ensino ainda inédita e experimental – denominada Ensino Remoto Emergencial –, potencializaram e agravaram, ainda mais, a ansiedade discente (COSTA, 2020; COSTA *et al.*, 2021; GONÇALVES *et al.*, 2021).

É possível afirmar que hoje, diante de um cenário pandêmico que modificou a estruturação social, convivemos sob uma voluptuosa situação de choque – segundo Benjamin (1987) –, capaz de produzir marcas indeléveis que ferem a

proteção do aparelho psíquico; assim, as instâncias encarregadas de armazenarem as impressões na memória se ocupam apenas de captarem e absorverem o choque experienciado. Logo, a experiência se transforma em vivência silenciada, e o sofrimento se faz presente diante da impossibilidade de nomeação da dor.

O ambiente do Ensino Superior, antes mesmo da pandemia, já era concebido pela literatura como potencializador do sofrimento de estudantes, tendo em vista que estudos já indicavam a prevalência de uma maior taxa de sofrimento psíquico e transtornos mentais não psicóticos em indivíduos que frequentam a universidade, quando em comparação aos jovens da mesma idade que não se encontram na academia (BAADER *et al.*, 2014; GRANER; CERQUEIRA, 2019). No mais, estima-se que 15% a 25% – aproximadamente – dos estudantes do Ensino Superior sofrerão psiquicamente, em algum momento de suas trajetórias universitárias, o que afetará, de modo profundo, a qualidade de vida, a saúde e, por consequência, a permanência na universidade (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

Quando falamos sobre a pós-graduação, a conjuntura é ainda mais frágil, pois, além de todos os estressores já presentes no Ensino Superior, o indivíduo se defronta com fatores inerentes a essa etapa específica de ensino, como o produtivismo e a sobrecarga de trabalhos acadêmicos, a insatisfação diante do tema de pesquisa, a relação conturbada com o orientador, a pressão para publicações e cumprimentos de prazos, a solidão, a falta de acolhimento dos programas, a competitividade entre pares e a escassez de financiamento e bolsas para subsidiar os estudos (GALDINO, 2015; CALDAS, 2018; FORTES, 2021; ZOTESSO, 2021; GLATZ *et al.*, 2022).

Um estudo realizado no ano de 2018 por pesquisadores do Centro de Ciências da Saúde da Universidade do Texas, em San Antonio – e que contou com a participação de 2.279 pós-graduandos (2.051 doutorandos e 228 mestrandos) –, sinalizou que os estudantes de pós-graduação têm seis vezes mais chances de experienciarem sintomas depressivos e ansiosos, quando em comparação à população em geral. À vista disso, verificou-se que 41% dos sujeitos da amostra relataram ansiedade moderada a grave, em comparação a 6% da população geral; além disso, 39% apresentaram sintomas depressivos moderados e/ou graves, em comparação a 6% da média em geral (EVANS *et al.*, 2018).

No mais, em meio a um crítico cenário pandêmico que institucionalizou o isolamento social como medida preventiva – e reconfigurou nossa forma de ser e agir na coletividade –, o sofrimento psíquico acabou por permear, gradativamente, a vida cotidiana dos pós-graduandos, que tiveram suas pesquisas interrompidas, perderam suas bolsas de estudos devido a cortes orçamentários e que, de modo repentino, perceberam-se estudando de maneira remota, muitas vezes sem a mínima condição financeira e/ou familiaridade com as ferramentas digitais, ao se reunirem apenas via videoconferência com seus orientadores, tendo muitos deles, inclusive, perdido familiares e amigos(as) em virtude da infecção pela covid-19.

Para Bezerra Junior (2020), a pandemia da covid-19, além de impactar a saúde física e psíquica dos indivíduos, desvelou as consequências do nosso modo de organização social, das regras hierárquicas de vida e da lógica que determina nossa identidade enquanto sujeito, descortinando a imanente fragilidade da vida, o impetuoso poder da natureza e nossa frágil relação com o outro, ao potencializar, assim, um *continuum* mal-estar.

Os meios de comunicação noticiaram, por meio de matérias e artigos jornalísticos, as problemáticas enfrentadas por universitários e pós-graduandos no período pandêmico. Jornais como a Carta Capital, El País, Jornal da USP, Outras Palavras e a divulgação *on-line* na página oficial da Universidade Federal de Minas Gerais são alguns dos exemplos de matérias publicadas sobre os efeitos da pandemia nos discentes dos programas de pós-graduação brasileiros. A seguir, as Figuras 1, 2, 3, 4 e 5 apresentam capturas de algumas manchetes jornalísticas vinculadas à saúde mental de pós-graduandos no período pandêmico.

Figura 1 – Artigo jornalístico publicado na página eletrônica da Universidade Federal de Minas Gerais



Fonte: Portugal, 2022.

A Figura 1 apresenta um artigo jornalístico publicado na página eletrônica oficial da Universidade Federal de Minas Gerais, evidenciando que a volta às aulas presenciais tem gerado um aumento expressivo no número de estudantes acometidos por sintomas de ansiedade. Segundo Portugal (2022), com a volta às aulas presenciais e a incerteza diante do período letivo e das atividades a serem realizadas dentro da universidade, 6 em cada 10 jovens revelaram se sentir ansiosos.

Figura 2 – Artigo jornalístico publicado na página da revista eletrônica Outras Palavras



Fonte: Oliveira, 2022.

A Figura 2 apresenta uma matéria publicada na página da revista eletrônica *Outras Palavras*, em que se dialoga sobre a presença do mal-estar e do desmonte das pesquisas científicas dentro da pós-graduação brasileira. Oliveira (2022) revela que a falta de insumos dentro de laboratórios, a estagnação na oferta de bolsas de estudos, a concorrência e a competitividade entre pares, além da incerteza sobre o futuro, têm atenuado o sofrimento psíquico no ambiente universitário.

Figura 3 – Artigo jornalístico publicado na página eletrônica da Universidade Federal de Minas Gerais



Fonte: Fonseca, 2021.

A Figura 3, também publicada na página eletrônica oficial da Universidade Federal de Minas Gerais, revelou que a saúde mental de pós-graduandos tem causado grande preocupação, em detrimento da vivência singular de um período pandêmico. Para Fonseca (2021), a pandemia potencializou sintomas ansiosos e depressivos, assim como se configurou em um momento estressante para os discentes inseridos nos programas de pós-graduação do Brasil.

Figura 4 – Artigo jornalístico publicado na revista eletrônica Carta Capital



Fonte: Basilio, 2021.

No tocante à Figura 4, o artigo jornalístico publicado na revista eletrônica Carta Capital reflete sobre o fenômeno do sofrimento psíquico dentro da universidade, observando que os casos de suicídios de estudantes universitários, principalmente da Universidade de São Paulo (USP), demonstram que a pandemia não é a única razão do desencadeamento do sofrimento discente. Ao contrário: há inúmeros fatores estressores que provocam o sofrimento psíquico nessa população específica.

Figura 5 – Artigo jornalístico publicado na página eletrônica do Jornal da USP



Fonte: Ferro, 2021.

Finalmente, a Figura 5 evidencia um artigo jornalístico publicado na página eletrônica do Jornal da USP, que revela detalhes de um estudo realizado com 47 mil pós-graduandos brasileiros, em que se ratificou que o estresse e a pressão nas pesquisas e nos programas de pós-graduação, durante o período pandêmico, têm interferido, negativamente, na saúde mental e nos estudos dos pós-graduandos.

Concernente a isso, além da justificativa de ordem pessoal, a pesquisa se revelou socialmente necessária, ao passo que a pandemia da covid-19 potencializou o sofrimento psíquico populacional, sobretudo dos pós-graduandos, conclamando-se novos estudos que angariem compreender os principais efeitos do período pandêmico na vida subjetiva e social dos sujeitos.

Cientificamente, poucos são os estudos que versam sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico dentro do ambiente da pós-graduação. Em uma pesquisa realizada em duas bases de dados de difusão científica, a qual compôs a revisão de literatura deste estudo, evidenciou-se que, em um recorte temporal de 16 anos (2005-2021), apenas 09 produções discorreram sobre a saúde mental de pós-graduandos, sendo que nenhuma delas se realizou dentro de um Programa de Pós-Graduação em Educação.

Convém ressaltar, no entanto, que, para além das justificativas anteriormente citadas, este estudo se legitima e se consubstancia como uma ferramenta de diálogo e amplo debate. Enfatiza-se a finalidade de reivindicar e denunciar a atual conjuntura da saúde mental dentro do ambiente da pós-graduação, oportunizando-se a um grupo de pós-graduandos a sistematização, a reflexão e a expressão de problemáticas individuais e coletivas vivenciadas por eles na academia.

Mais do que apenas uma pesquisa de cunho científico-acadêmico, buscou-se, com este estudo, externar a viabilidade de uma articulação entre a política, o tecido social, o Programa de Pós-Graduação em Educação e seu público discente; além da organização do sistema de Pós-Graduação no Brasil, angariando que os resultados apresentados aqui sejam analisados e, quem sabe, utilizados na criação de políticas públicas que versem sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico nas instituições de Ensino Superior do país.

Destarte, diante dos apontamentos realizados, averiguou-se a importância de se debater sobre o sofrimento psíquico de maneira terna², com amorosidade³. Assim, elencou-se, como objeto de pesquisa, a saúde mental e o sofrimento

² Falar sobre sofrimento é sofrer um pouco também. Experienciar, ressignificar e narrar a dor de outrem requer empatia, amor e ternura.

³ Definida por Paulo Freire como: “[...] a coragem de lutar ao lado da coragem de amar” (FREIRE, 1997, p. 38).

psíquico de pós-graduando, procurando responder à seguinte problemática: como se encontra a saúde mental dos pós-graduandos, diante do período pandêmico?

Em hipótese, acredita-se que há uma gama de fatores estressores provenientes tanto do ambiente acadêmico da pós-graduação quanto da vivência coletiva de uma pandemia (que nos obrigou a seguir as medidas de contenção e o isolamento social, aliados, ainda, a uma ausência de políticas públicas de Estado que auxiliassem no enfrentamento da crise sanitária), julgando-se que, hipoteticamente, ambos podem ter potencializado o sofrimento psíquico nos pós-graduandos, ao impactar, diretamente, em sua saúde mental.

Com o intuito de responder à pergunta desta pesquisa, o estudo objetivou explorar as percepções de discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação (PPE) da Universidade Estadual de Maringá (UEM), acerca da saúde mental de pós-graduandos e das facilidades e/ou dificuldades experienciadas por eles no contexto da pandemia de covid-19 e do Ensino Remoto Emergencial. O objetivo ora elencando se desdobrou em quatro objetivos específicos, sendo eles: 1) traçar o perfil discente do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá; 2) sistematizar estudos e pesquisas sobre a temática da saúde mental de pós-graduandos; 3) analisar o fenômeno da saúde mental e do sofrimento psíquico à luz dos pressupostos da Teoria Crítica da Sociedade; e 4) averiguar o impacto da pandemia da covid-19 na saúde mental dos discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá.

A pesquisa se utilizou da Teoria Crítica da Sociedade como referencial teórico-metodológico, empregando-se os estudos de Horkheimer (1983), Horkheimer e Adorno (1985a; 1985b); Adorno (1951; 1970; 1996; 2015); Marcuse (1968; 2001; 2015; 2018); Benjamin (1987; 1994; 2009); Gruschka (2014), dentre outros.

Optou-se por empregar os pressupostos da Teoria Crítica da Sociedade para a análise e discussão deste estudo, uma vez que ela se constitui como um fundamento teórico irrompido na busca em libertar o ser humano das circunstâncias que o escravizam, compreendendo-o como produtor de todas as suas formas históricas de vida (HORKHEIMER, 1991). Também, ao dialogar sobre o sofrimento psíquico na sociedade contemporânea, é necessário considerar que

[...] a discrepância entre os modos estabelecidos de existência e as reais possibilidades de liberdade humana é tão grande que, a fim de evitar uma explosão, a sociedade tem que assegurar uma coordenação mental mais efetiva dos indivíduos: nas suas dimensões inconscientes, bem como conscientes, a psique é aberta e submetida à manipulação e controle sistemático (MARCUSE, 2018, p. 24).

Metodologicamente, a pesquisa se classifica como exploratória e descritiva; de natureza básica estratégica; sustentada por uma concepção filosófica reivindicatória/participatória; adequando-se a uma abordagem mista (quali-quantitativa) e a uma estratégia de triangulação concomitante. Empregou-se, como procedimentos técnicos, a pesquisa bibliográfica e de campo, com a coleta dos dados por meio de uma revisão de literatura e de um *survey* interseccional – configurando-se com questões entre optativas e discursivas.

Participaram do estudo 76 pós-graduandos regularmente matriculados no Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá, que responderam – de maneira remota – ao *survey*. Os dados coletados foram analisados seguindo os procedimentos sugeridos pela análise de conteúdo (BARDIN, 2011). Quanto aos dados quantitativos, estes foram organizados e tabulados por meio do Programa Microsoft Excel 2019®, sendo-os, posteriormente, agrupados e categorizados em conjunto com os dados qualitativos. Criaram-se três categorias, que estruturaram uma análise mais completa de todo o conteúdo levantado, a saber: 1) saúde mental e qualidade de vida dos pós-graduandos; 2) entre o sofrimento e o conteúdo: os impasses de ser um pós-graduando no Brasil; e 3) ensino remoto emergencial e o contexto de pandemia na pós-graduação.

No que se refere à organização, a presente pesquisa se encontra sistematizada em seis seções. Na primeira, “Introdução”, discorreu-se brevemente sobre os desdobramentos teóricos que sustentam a problemática, a justificativa e os objetivos da dissertação.

Na segunda seção, nomeada “O ambiente acadêmico”, apresentou-se um breve contexto histórico da pós-graduação no Brasil, assim como foram elencadas as principais informações sobre a pós-graduação *stricto sensu* ofertada pela Universidade Estadual de Maringá (UEM), restringindo-se, a posteriori, a um debate sobre o Programa de Pós-Graduação *stricto sensu* em Educação (PPE) da UEM.

Na terceira seção, denominada “Sofrimento psíquico e a saúde mental de pós-graduandos – Uma análise à luz da Teoria Crítica da Sociedade”, desenvolveu-se o objetivo específico “3”, ao elencar um debate sobre os principais pressupostos teóricos da Teoria Crítica da Sociedade e de outras teorias subjacentes, interseccionados à definição de saúde mental e de sofrimento psíquico. Ademais, buscou-se alcançar o objetivo específico “2”, ao desenvolver uma revisão de literatura que teve o intuito de analisar o estado do conhecimento sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico em pós-graduandos, orientando-se a partir de teses e dissertações produzidas no Brasil entre os anos de 2005 e 2021.

A quarta seção, nomeada “Método”, apresentou o delineamento adotado para a realização da pesquisa, revelando-se informações sobre os aspectos éticos empregados, sobre o campo da pesquisa, a caracterização dos participantes, os instrumentos e os procedimentos utilizados para a coleta dos dados, bem como as técnicas e estratégias aplicadas para análise.

A quinta seção revelou uma análise e discussão dos resultados obtidos pela pesquisa, visando a atingir ao objetivo específico “1”, ao realizar um debate sobre o perfil sociodemográfico dos pós-graduandos pesquisados, bem como das três grandes categorias de análise elaboradas a partir dos dados do *survey*.

Em suma, esta pesquisa narra (no sentido benjaminiano do termo⁴) – por meio da voz destas pesquisadoras – circunstâncias experienciadas por 76 pós-graduandos, que foram descritas, absorvidas, interpretadas, ressignificadas, recontadas e transcritas em formato de texto acadêmico.

⁴ Para saber mais, consulte: Benjamin (1994).

2. O AMBIENTE ACADÊMICO

Apresentou-se, nesta seção, um breve contexto sobre a pós-graduação no Brasil e na Universidade Estadual de Maringá. Discutiu-se também, a posteriori, sobre o Programa de Pós-Graduação em Educação (PPE), oriundo dessa mesma instituição de ensino.

2.1 O CONTEXTO DA PÓS-GRADUAÇÃO NO BRASIL E NA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ

A pós-graduação *stricto sensu* brasileira, que, neste ano, completou 71 anos de existência, surgiu no início da década de 1951 com a criação da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Fundada pelo Ministério da Educação (MEC), a CAPES se incumbiu de expandir e consolidar o sistema de pós-graduação *stricto sensu* (mestrado e doutorado) no Brasil (MEC, 2022).

Posteriormente, no ano de 1970, a CAPES implementou um sistema de avaliação por pares, vinculando-se à concessão de recursos financeiros e distribuição de bolsas à produção acadêmica de pesquisadores do país. Em meados dos anos 1990, esse sistema se aprimorou e se associou a parâmetros de qualidade internacional, objetivando o crescimento quantitativo da pós-graduação nacional, mantendo-se, no entanto, padrões mínimos de qualidade (COSTA; NEBEL, 2018; MEC, 2022).

Dados revelam que, entre os anos de 2005 e 2015, o número de programas de pós-graduação *stricto sensu* no Brasil quase dobrou, alterando-se de 2.057 para 3.904, em dez anos. Já no ano de 2020, o país contava com 4.438 programas de pós-graduação *stricto sensu* espalhados pelo território brasileiro (COSTA; NEBEL, 2018; CAPES, 2021).

Já no que tange ao sistema de pós-graduação fomentado pela UEM, ressalta-se que, segundo a instituição de ensino, a pós-graduação *stricto sensu* se compreende como sendo

[...] um ciclo de estudos e programas de trabalhos, regular e sistematicamente organizados, assim como de atividades de pesquisa que objetivam conduzir à obtenção de grau, caracterizado por dois níveis (Mestrado e Doutorado), podendo o primeiro constituir-se em etapa inicial do segundo, tanto na modalidade acadêmica como profissional (UEM, 2020, p. 2).

Os primeiros cursos de pós-graduação *stricto sensu* da UEM se implementaram no ano de 1987, sendo o Programa de Pós-Graduação em Ciências Biológicas e o Programa de Pós-Graduação em Química os primeiros da modalidade a serem ofertados pela instituição. Mais de 32 anos depois, em 2020, a instituição já contava com um sistema gerenciado pela Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PPG)⁵, que contabilizava a oferta de 44 cursos de mestrados acadêmicos, 12 cursos de mestrados profissionais e 29 cursos de doutorados acadêmicos, todos credenciados junto à CAPES e com competência para a emissão de diplomas com validade nacional (UEM, 2022f).

Concernente à qualidade dos programas de pós-graduação *stricto sensu* oriundos da UEM, externa-se que, dentre os 85 cursos – 56 mestrados e 29 doutorados –, 34% deles têm nota 4⁶ na avaliação da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES – Quadriênio 2013-2016); 27% se conceituam com nota 5⁷; e 12% se classificam com nota 6⁸ (UEM, 2022h).

Os Programas de Pós-Graduação *stricto sensu* concebidos pela UEM se encontram distribuídos em 7 centros de estudos, sendo eles: Centro de Ciências Exatas (subdivido em 8 programas); Centro de Ciências Biológicas (subdivido em 6 programas); Centro de Tecnologia (subdivido em 10 programas); Centro de Ciências Agrárias (subdivido em 7 programas); Centro de Ciências Sociais Aplicadas (subdivido em 4 programas); Centro de Ciências da Saúde (subdivido em 9 programas); e Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes (subdivido em 11 programas).

⁵ A Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação da UEM foi criada no dia 5/11/1987, sendo, posteriormente, implantada no dia 04/01/1988, conforme a Resolução nº 236/87-CAD. Seu principal objetivo se constituiu em administrar e agilizar as atividades de pesquisa e pós-graduação da instituição (UEM, 2022f).

⁶ Equivalente ao conceito MUITO BOM.

⁷ Equivalente ao conceito EXCELENTE.

⁸ Representa qualidade de padrão internacional, equivalente aos melhores cursos do mundo em suas respectivas áreas de estudo.

Compreende-se, de acordo com a instituição, que os cursos de pós-graduação *stricto sensu*, de modalidade acadêmica, objetivam a formação de profissionais qualificados para o exercício do magistério superior, para atividades de pesquisa, bem como para outras atividades profissionais (UEM, 2020).

Cabe agora discutir, especificamente, sobre o Programa de Pós-Graduação em Educação da UEM, no qual se alojam as pesquisadoras/autoras deste estudo, assim como o seu público-alvo pesquisado.

2.2 O PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO DA UEM – BREVE CONTEXTUALIZAÇÃO

No ano de 1990 – por meio de uma parceria entre um grupo de professores do Departamento de Fundamentos da Educação (DFE) da UEM, articulados à Faculdade de Educação da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) –, implementou-se, na Universidade Estadual de Maringá, o primeiro Curso de Mestrado em Educação do interior do Paraná, configurando-se, a princípio, em apenas uma única área de concentração, a saber: Fundamentos da Educação (UEM, 2022e).

De antemão, o Curso se originou da urgente necessidade de se formar pesquisadores e professores atuantes nas mais diversas etapas da educação, sendo sua principal finalidade a de “[...] contribuir para a compreensão do fenômeno educativo como um amplo campo de pesquisa, produção e disseminação do conhecimento” (UEM, 2022e, n.p.). Não obstante, também se almejou a formação de pesquisadores capazes de atuarem, de maneira universal, na difusão do conhecimento científico.

Posteriormente, no ano 2000, elaborou-se, em conjunto com os professores do Departamento de Teoria e Prática (DTP), um novo projeto político-pedagógico e, o antes nomeado Curso de Mestrado em Educação, passou a se chamar Programa de Pós-Graduação em Educação (PPE)⁹. Nesse período, o Mestrado se

⁹ O PPE se encontra localizado dentro do *campus* da Universidade Estadual de Maringá – Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes – Av. Colombo, 5790 – Bloco I-12 – Sala 11. Maringá-PR - CEP: 87.020-900.

estruturou em duas áreas de concentração: Fundamentos da Educação (FDE) e Aprendizagem e Ação Docente (AAD) (UEM, 2022e).

Já em 2005, buscando expandir o território do programa e integralizar às pesquisas desenvolvidas, elaborou-se o projeto que almejava a criação do curso de Doutorado em Educação, sendo ele aprovado pela CAPES em 2006, de modo a se integrar ao PPE e se instituir na universidade no ano seguinte, 2007 (UEM, 2022e).

Alguns anos mais tarde, no ano de 2013, o PPE se reformulou com vistas à conquista de uma maior mobilidade estudantil, qualificando-se o intercâmbio institucional, ao aprimorar o processo de internacionalização e se adequar, efetivamente, aos padrões de qualidade exigidos pela CAPES. Não obstante, objetivando refinar e aprimorar a qualidade dos cursos de mestrado e doutorado ofertados, revisou-se o regulamento, aperfeiçoou-se o processo seletivo anual, de forma a se lapidar, também, os componentes curriculares e a formação discente pesquisadora (UEM, 2022e).

Todas as reformulações promovidas durante os quase 33 anos de programa se nortearam por intermédio do pressuposto de que o processo educativo compreende a produção, a reprodução e a transmissão de conhecimentos concebidos socialmente. Assim, a proposta de formação ofertada pelo programa intersecciona as concepções da educação escolar e não escolar, a organicidade do sistema de ensino e as políticas públicas que o perpassam, assim como os processos de ensino-aprendizagem (UEM, 2022e).

Recentemente, o PPE passou por uma importante reformulação, tendo em vista que, até o ano de 2021, o programa se constituía por apenas uma grande área de concentração – “Educação” –, articulada por três linhas de pesquisas¹⁰. A partir da turma ingressante em 2022, o programa passou a ser engendrado por duas linhas de pesquisas, subdivididas em dois eixos temáticos cada¹¹, que dialogam entre si e se constituem como uma unidade que aprimora a formação do

¹⁰ 1) Ensino, Aprendizagem e Formação de Professores; 2) História e Historiografia da Educação; e 3) Políticas e Gestão em Educação (UEM, 2022e).

¹¹ **Linha de pesquisa História da Educação, Políticas e Práticas Pedagógicas:** Eixo 1.1 - Políticas Educacionais, Instituições Educativas, Gestão de Sistemas e de Organizações; Eixo 1.2 - História, Formação Humana, Cultura e Inclusão. **Linha de pesquisa Ensino, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano:** Eixo 2.1 Sociedade, Formação de Professores e Diversidade; Eixo 2.2 Linguagens, Tecnologias e Conteúdo Escolar (UEM, 2022e).

pesquisador em Educação, fornecendo-lhes uma visão integrada do indivíduo e dos processos educativos que o permeia (UEM, 2022e).

O PPE integra o Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes da UEM, juntamente a outros 10 programas da área. Os cursos de mestrado e doutorado em Educação são ofertados pelo programa em modalidade presencial¹², ambos avaliados com nota 5 pela CAPES no quadriênio 2017-2020. O mestrado exige como prazo mínimo para titulação o período de 12 meses, e máximo de 24 meses. Já o doutorado fornece o prazo mínimo de 24 meses, e máximo de 48 meses para sua conclusão (UEM, 2022e).

Tanto o curso de mestrado quanto o de doutorado contam com uma matriz curricular composta por créditos provenientes de disciplinas obrigatórias¹³, disciplinas eletivas¹⁴, Seminário de Pesquisa em Educação, Estágio de Docência e elaboração e defesa pública de dissertação e/ou tese. Aos mestrandos, exige-se o cumprimento de 32 créditos; e aos doutorandos, 52 créditos (UEM, 2021).

Atualmente, o programa conta com 33 docentes efetivos e 1 professor visitante (UEM, 2022b), acomodados em 32 grupos de pesquisas que sistematizam estudos sobre os mais variados assuntos pertinentes à área educacional, como política, religião, corpo, cultura, diversidade, infância e afins (UEM, 2022d). No tocante ao número de discentes, revela-se que, hodiernamente¹⁵, contabilizam-se 207 estudantes regularmente matriculados entre os cursos de mestrado e doutorado, e 6 pós-doutorandos (UEM, 2022c).

A próxima seção dissertou sobre o fenômeno do sofrimento psíquico na sociedade contemporânea, correlacionado-se a alguns pressupostos concebidos por alguns pensadores da Teoria Crítica da Sociedade.

¹² Durante o período da pandemia de covid-19, o programa trabalhou, de maneira excepcional, em caráter remoto, contando, inclusive, com dois processos seletivos realizados dessa forma até o momento (2021 – 2022).

¹³ Atualmente, o PPE disponibiliza 11 disciplinas obrigatórias, sendo 5 para o doutorado e 6 para o mestrado (UEM, 2021).

¹⁴ O PPE oferece 15 disciplinas eletivas para os discentes do programa (UEM, 2021).

¹⁵ Dados referentes ao mês de setembro do ano de 2022.

3. SOFRIMENTO PSÍQUICO E A SAÚDE MENTAL DE PÓS-GRADUANDOS – UMA ANÁLISE À LUZ DA TEORIA CRÍTICA DA SOCIEDADE

Nesta seção, discutiu-se sobre o campo da saúde mental e a dualidade entre o normal e o patológico, interseccionando-os aos pressupostos da Teoria Crítica da Sociedade e às suas contribuições para o entendimento do fenômeno do sofrimento psíquico no ambiente acadêmico da pós-graduação. Não obstante, elencou-se, também, uma revisão de literatura que se constituiu em um estado de conhecimento sobre a temática da saúde mental de pós-graduandos.

3.1 TEORIA CRÍTICA E SOFRIMENTO PSÍQUICO: O QUE HÁ A DIZER?

A expressão Teoria Crítica (TC) apareceu, pela primeira vez, por meio de um conceito presente em um texto escrito por Max Horkheimer, “Teoria Tradicional e Teoria Crítica”, em 1937. A ideia de uma teoria que considera indivíduo e sociedade uma unidade singular e complexa se fez a partir da convicção de que o contexto social se encontra

[...] condicionado pela cega atuação conjunta das atividades isoladas, isto é, pela divisão dada do trabalho e pelas diferenças de classes, como uma função que advém da ação humana, [...] subordinada à decisão planejada e a objetivos racionais. Para os sujeitos do comportamento crítico, o caráter discrepante cindido do todo social, em sua figura atual, passa a ser contradição consciente (HORKHEIMER, 1983, p. 130).

Datada de um período histórico marcado pelo nazismo (1933-1945), pelo stalinismo (1924-1953) e pela Segunda Guerra Mundial (1939-1945), a Teoria Crítica, pensada entre as salas de aula do Instituto de Pesquisa Social (Frankfurt – Alemanha), alicerçou-se na corrente de pensamento marxista e no seu método de trabalho, aspirando conceber uma teoria que permitisse a compreensão do hoje, ao ponderar seu vir a ser. Por isso é chamada de crítica, pois busca “[...] dizer o que é, em vista do que *ainda* não é mas *pode ser*” (NOBRE, 2011, p. 10).

Salienta-se, no entanto, que a TC não deve ser reconhecida como uma teoria que preconiza um ponto de vista utópico, irrealizável e, até mesmo, inalcançável

muito pelo contrário: defende-se, nela, a possibilidade de enxergar o mundo real e toda sua potencialidade, consciente do aparato e das expectativas que ele carrega consigo (HORKHEIMER, 1983; NOBRE, 2011).

Os principais pensadores da TC, comumente conhecidos como pertencentes à “Escola de Frankfurt”¹⁶, são: Marx Horkheimer, Theodor Adorno, Walter Benjamin, Herbert Marcuse, dentre outros (NOBRE, 2011). Agora, reconhecendo-se brevemente o contexto de criação e disseminação dos preceitos nutridos pela TC, convém compreender o sofrimento psíquico e a saúde mental perpetrada na atual sociedade contemporânea, pensando-a como detentora de particularidades e possibilidades, capazes de provocarem extensas transformações na vida subjetiva e social dos indivíduos.

Antes, porém, é importante ponderar que, ao se dialogar sobre a saúde mental, em qualquer ambiente social que seja, percebe-se que o termo, por si só, prontamente já nos remete ao adoecimento psíquico, às desordens da psique. É como se o termo saúde mental carregasse consigo, já embutida, a noção de transtorno, de defasagem, de doença. Amarante (2007) teceu muitas críticas à utilização da expressão desordem ou transtorno mental, para se referir às dificuldades de “ajustamento” social do indivíduo e o sofrimento proveniente dele.

No Brasil, a legislação se utiliza da terminologia “portador de transtorno mental”, para se referir às pessoas que sofrem psiquicamente. É como se o sujeito carregasse um grande fardo pertinente à sua personalidade e ao seu modo de viver a vida; ele se sente um transtornado, um anormal (AMARANTE, 2007).

Em inglês, o termo *disorder* é utilizado para se referir ao sofrimento oriundo de causas psíquicas; tangencialmente, a expressão remete à existência de um ordenamento mental, a uma quebra da ordem, a um padrão de normalidade que é falacioso e que segrega aqueles que rompem com essa norma, os “desordeiros”.

Diante desse cenário, Amarante (2007) defende que se utilize o termo “sujeito em sofrimento psíquico”, tendo em vista que falar sobre sofrimento nos remete a pensar na ideia de um sujeito que sofre, em uma experiência subjetiva, ao priorizar, dessa forma, o indivíduo e a sua vivência, tirando-lhe do lugar de mero

¹⁶ A Escola de Frankfurt remete a alguns pensadores ligados à Teoria Crítica, que retornaram à Alemanha após o desfecho da Segunda Guerra Mundial, ampliando e fortalecendo as intervenções políticas-intelectuais no debate público do país pós-guerra (1950 e 1960) (NOBRE, 2011).

detentor de uma doença para a centralidade na execução de um papel social e de uma experiência que o fez e/ou faz sofrer¹⁷.

Definir o conceito de saúde mental, abarcando toda a sua potencialidade em poucas palavras, é deveras difícil, ainda mais ao se esbarrar nas diferenças culturais existentes ao redor do mundo e nas singularidades sociais encontradas em cada região do planeta. Há muitos conceitos que podem rascunhar uma definição para a saúde mental; no entanto, aquela que mais se adequa ao entendimento do fenômeno sob um viés crítico e social a define como sendo um campo e/ou área de conhecimento – amplamente complexo, intersetorial e com transversalidade de saberes –, sendo de atuação técnica na esfera das políticas públicas de saúde. Em suma, ela se constitui como um campo que diz sobre o estado psíquico dos sujeitos e das coletividades, condições extremamente múltiplas e complexas (AMARANTE, 2007).

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde mental já é contemplada em sua definição geral de saúde, concebendo-a, primordialmente, como: “[...] não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade, mas como um estado de completo bem-estar físico, mental e social” (OMS, 2002, p. 30). Apesar da evolução na discussão sobre o fenômeno, essa ainda é uma concepção que se esbarra em contradições, já que é [...] muito difícil estabelecer o que é este estado de completo bem-estar [...] Às vezes questiono se há alguém assim!” (AMARANTE, 2007, p. 18).

Devido ao estigma do sofrimento psíquico, acabamos por naturalizar, banalizar e medicalizar a experiência de quem sofre (FERRAZZA; ROCHA, 2015), sem nos darmos conta de que muitos sintomas são apenas reflexo da opressão e das desigualdades provenientes do meio social em que se vive (DUNKER, 2015). O sofrimento, segundo Leão *et al.* (2019), compreende-se, também, como a manifestação de uma metamorfose da estrutura social, ocasionada pela crise e pelo recuo das instituições que fundamentavam a sociedade industrial – e que exigem, atualmente, que os indivíduos sejam unicamente responsáveis por sua maneira de ser, estar e agir no mundo.

¹⁷ À vista disso, optou-se pela utilização do termo “sofrimento psíquico” durante a escrita deste trabalho.

Uma vez que o sofrimento psíquico expõe uma relação estrita com o meio social no qual o indivíduo se encontra inserido, torna-se imprescindível preferir questionamentos sobre os modos de organização da sociedade contemporânea individualizada e da economia neoliberal¹⁸, assim como suas eventuais implicações para a saúde dos sujeitos. Nessa perspectiva, Adorno (1996) evidencia que a sociedade industrial capitalista se estrutura sob a tensão de uma pseudocultura, que aliena os sujeitos, com o intuito de torná-los bem ajustados à norma social estabelecida. A essa normalização do corpo social, associam-se, também, os riscos e as ameaças à saúde em que o tardio processo de modernização tem infligido aos indivíduos. Mesmo que os riscos venham à tona sob a forma de “efeitos colaterais latentes”, acabam por se tratarem como fenômenos isolados e pontuais, de maneira a distanciá-los das estruturas e dinâmicas sistêmicas que os produzem, preservando-as e ignorando suas contradições (BECK, 2011).

Como cita Marcuse (1968; 2018, p. 22), as tensões engendradas na sociedade industrial tardia não derivam de perturbações ocasionadas em sua estrutura, mas, sim, de sua operação normal, decorrendo-se de suas peculiares características formadoras. Segundo o autor, o funcionamento normal da sociedade (e do indivíduo nela firmado) já pressupõe a existência de tais tensões. Nesse contexto, tornar-se um sujeito ajustado à normalidade do corpo social significa interiorizar essas tensões, com a capacidade de “ser doente e de viver sua doença, com saúde”.

Para Leão (2018), vivemos, hodiernamente, em uma sociedade fundamentada sob a égide do processo de modernização reflexiva (novo processo de radicalização da primeira Modernidade, um processo de *modernização da Modernidade Industrial*), marcada pelo processo de recessão das instituições típicas da Modernidade que, sozinhas, não mais dão conta das ameaças e dos riscos contemporaneamente alocados sob os ombros dos indivíduos. Ao ideal moderno que prevê e controla os riscos, soma-se, por um lado, a exigência material de se lidar com as ameaças que escapam às instituições e, por outro, a concepção ideológica de que as crises sistêmicas podem – e devem – ser resolvidas na esfera

¹⁸ Compreende-se como neoliberalismo a dinâmica econômica e subjetiva, que visa a aumentar as taxas de lucros dos grandes capitalistas, disseminando a alienação, ao reproduzir a barbárie e eliminar qualquer traço de coletividade (SAFATLE, 2021; SILVA JÚNIOR, 2021).

individual. Esse encadeamento acaba por mascarar a natureza coletiva dos riscos e do sofrimento socialmente produzidos e reproduzidos (BECK, 2011; LEÃO, 2018), o que estimula, permanentemente, a centralidade axiológica do desempenho individual e do vício insano na busca por felicidade (CABANAS; ILLOUZ, 2022), além do consequente – e excessivo – cansaço e estafa crônica (HAN, 2017). Tudo se converge para uma “consciência feliz” que, diante da possibilidade de acesso a bens, conforma-se, revelando, assim, “[...] uma faceta da racionalidade tecnológica traduzida em comportamento social” (MARCUSE, 2015, p. 107).

Do período moderno-industrial ao início da contemporaneidade¹⁹, o debate sobre o sofrimento psíquico oscilou entre perspectivas estritamente biomédicas e/ou sociopolíticas do fenômeno (BEZERRA JUNIOR, 2007). Com o advento de novas tecnologias farmacêuticas e diagnósticas, a partir da segunda metade do século passado, a perspectiva biomédica ganhou notoriedade e se tornou hegemônica, integrando-se ao imaginário social, ao se consolidar, assim, uma etiologia neuronal que explicou o sofrimento como o resultado da falta ou excesso de determinados neurotransmissores ou substâncias químicas, de uma desordem, anormalidade e/ou disfunção localizada no cérebro.

O reducionismo biomédico toma contorno e se efetiva às custas da ocultação da dimensão social, individual e biográfica dos sujeitos em sofrimento, que são meramente reduzidos a diagnósticos subscritos pelos parâmetros ditados pela CID²⁰ e pelo DSM²¹. Nesse sentido, essas contradições sistêmicas são veladas, e a experiência do sofrimento é dissociada da existência singular dos sujeitos em seu contexto social. O sofrimento psíquico é um fenômeno complexo, que não pode ser compreendido sem considerar o seu contexto histórico e suas determinantes sociais. Conforme postula Adorno (2015, p. 43), as dinâmicas psíquicas e sociais estão em constante processo dialógico de determinação e significação, uma “ação recíproca entre fatores sociais e psicológicos”.

¹⁹ Por contemporaneidade, referimo-nos a um contexto sócio-histórico específico, também denominado por outros autores como pós-modernidade, modernidade tardia, sociedade industrial tardia etc., que se configura como um período de enérgicas mudanças no mundo moderno (IANNI, 2011).

²⁰ A sigla CID remete à Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde, da Organização Mundial da Saúde (OMS).

²¹ A sigla DSM remete ao *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, da Associação Psiquiátrica norte-americana.

A exemplo, para se pensar a atual situação de saúde mental no Brasil e no mundo, é incontornável que se considere a conjuntura pandêmica e seus desdobramentos econômicos, políticos e sociais. Da mesma forma, análises acerca do sofrimento psíquico ligado ao ambiente laboral, à Educação Superior e ao ambiente da pós-graduação devem, necessariamente, considerar as transformações provenientes do mundo do trabalho, as exigências de produtividade acadêmica hodiernas, o uso de novas tecnologias, as condições de acesso à educação e ao mercado de trabalho, dentre tantos outros aspectos que ultrapassam as leituras estritamente individuais e biomédicas.

Em síntese, as experiências de sofrimento são produzidas, interpretadas e vivenciadas socialmente. Na conjuntura de constantes e frenéticas transformações dos últimos anos, isso se torna ainda mais evidente. Os períodos de grandes transformações sociais são, historicamente, acompanhados por sentimentos generalizados de mal-estar ou sofrimento. Na virada do século XX, Simmel (2004) dialogou sobre os impactos psicológicos do processo de urbanização, a implicação subjetiva das novas exigências provenientes da divisão social do trabalho, assim como dissertou sobre a convivência em grandes aglomerados urbanos. Estudos da década de 1920 e 1930 revelaram a existência de emergentes manifestações de sentimentos de ansiedade e inadequação, certamente, ligados à depressão econômica, mas também à perda de referências de condução da vida: à época, “parecia haver uma confusão quanto aos papéis que [os indivíduos] supostamente deveriam assumir [...] em meio ao caos de padrões que se mostravam conflitantes no tocante às exigências culturais” (SALECL, 2005, p. 13).

Nas últimas cinco décadas, esses sentimentos de ansiedade, de desamparo e de desencontro entre o indivíduo e a sociedade não apenas se intensificaram, como também se generalizaram nas mais diversas experiências da vida em sociedade. Essa *subjetivação* da experiência acompanha as profundas mudanças estruturais na sociedade ocidental moderna, cuja novidade “[...] está tanto em sua extraordinária rapidez quanto em sua universalidade” (HOBBSAWM, 1995, p. 283), expressando o efeito dessas mutações sobre o indivíduo. É nesse sentido o alerta de Adorno (2015, p. 48) de que uma crítica à sociedade atual “[...] não pode se furtar ao fato de que ela é experienciável em choques, em golpes repentinos e

abruptos, condicionados precisamente pela alienação do indivíduo em relação à sociedade”.

Os períodos de transições e transformações socioculturais podem abalar, drasticamente, os quadros sociossimbólicos de referência individual e das coletividades, ocasionando-se sentimentos de desamparo e inadequação, ansiedade e entristecimento profundos, bem como a perda de perspectivas para a vida e para si mesmo(a). As transformações materiais das condições objetivas de vida são, assim, acompanhadas por transformações subjetivas.

No contexto específico do Brasil, com a recessão mundial, instaurada no Pós-Primeira Guerra (1918), a burguesia brasileira viu na crise entre os países imperialistas a oportunidade de ascensão do país, com a consolidação de uma nação forte e desenvolvida. Assim, com o progresso do capitalismo, os trabalhadores, antes concentrados no campo, deslocaram-se para as zonas urbanas, ingressando-se nas fábricas com o intuito de obter condições mínimas de sobrevivência. Ao passo que os centros urbanos viraram grandes conglomerados de trabalhadores, subsistindo em condições precárias e insalubres, as epidemias, as doenças e a pobreza começaram a preocupar a sociedade, a qual apontou para a urgente necessidade de combater as enfermidades antes que uma endemia fosse instaurada (WANDERBROOCK JUNIOR, 2011).

Nas palavras do autor, nessa luta,

[...] o exército estava condenado à esterilidade e à impotência. No lugar das armas de fogo surgiram armas ideológicas, que alguns setores da sociedade empunhavam com disciplina militar. Os novos ‘oficiais’ não saíram da Academia Militar, eles foram educados nas faculdades de medicina. As reivindicações não previram eleições diretas, nem melhores salários, muito menos mudanças governamentais. O inimigo foi outro: a doença. O movimento teve outro nome: higiene mental (WANDERBROOCK JUNIOR, 2011, p. 51).

Com a constituição de grandes aglomerados urbanos, as questões de saúde mental, que antes eram tratadas no âmbito da família e da comunidade nas pequenas cidades, passaram a ser uma questão política importante relacionada não apenas a questões sanitárias, mas à moralidade e segurança pública, disciplina da força de trabalho urbano e higiene social. Com respaldo científico, a psiquiatria

se apresentou como agente fundamental de controle da “loucura” (manifestação extrema do sofrimento psíquico), e o manicômio o destino por excelência dos socialmente “indesejados”, “desajustados” e/ou “perigosos”²².

Em 1923, fundou-se a Liga Brasileira de Higiene Mental, que se dedicou à elaboração de programas de ações inspiradas na “prevenção eugênica”. Na visão dos higienistas, o país carecia de uma “organização sanitária” para progredir não somente erradicando as epidemias, mas buscando, outrossim, uma mente sadia (WANDERBROOCK JUNIOR, 2011). A prevenção eugênica conferiu legitimidade científica ao racismo estrutural e às políticas racistas elaboradas pelo Estado brasileiro, que defendia à época “[...] reverter o ‘atraso’ civilizacional do país e, assim, a eugenia representaria um projeto de aperfeiçoamento da nacionalidade e reposicionaria o Brasil no cenário internacional” (FORMIGA; MELO; PAULA, 2019, p. 76).

Agora com verniz científico e com maior legitimidade institucional, intensificasse, na sociedade brasileira e no mundo, o processo sistemático de repressão e aprisionamento dos que fugiam às normas socialmente estabelecidas: pessoas em sofrimento psíquico, pessoas com deficiência, pessoas do gênero feminino que se negavam à submissão do autoritarismo patriarcal, militantes políticos, homossexuais, negros (FANON, 2020), pobres e alcoolistas se institucionalizaram em hospitais psiquiátricos, empenhando-se em livrar a sociedade “pura” da escória, ao serem colocados em um lugar afastado, isolado, longe dos olhares dos cidadãos de “bem” (CUNHA, 1988; ARBEX, 2013). Diante desse contexto, a Psiquiatria assume lugar central, ganhando poder econômico e político (GARCIA, 2012). Esse quadro alcança seu ápice no período da ditadura civil-militar, entre os anos 1964 e 1985, com a “mercantilização da loucura”, financiada pelo Estado por meio de repasses do antigo Instituto Nacional de Previdência Social (INPS). Segundo Yasui (2008, p. 163), ao analisar o número de leitos privados disponibilizados em hospitais psiquiátricos, observa-se uma exponencial ascensão que avança de “[...] 3.034 em 1941, para 78.273 em 1978, um crescimento de quase vinte vezes em

²² Fanon (2020) apontava que a loucura deveria ser encarada como uma patologia da liberdade, uma vez que conflitos sociais e políticos impeliam a execução do exercício pleno da emancipação e da liberdade humana, despersonalizando e desumanizando os sujeitos/cidadãos sociais.

menos de 40 anos, enquanto o número de leitos oficiais permanece quase inalterado no mesmo período, ou seja 21.079 em 1941 e 22.603 em 1978”.

O avanço do mercado manicomial brasileiro²³ obedeceu a uma lógica neoliberal de privatização, com financiamento público de leitos privados, e a um projeto político-sanitário de exclusão da diferença e do socialmente indesejado. Como salienta Goto (2018), deixa de ser mera coincidência que a experimentação e a implementação de políticas neoliberais na América Latina fossem acompanhadas do crescimento espantoso de internações em manicômios, sob regimes autoritários, e da perda de direitos políticos e civis. A exclusão manicomial dos “indesejados” no Brasil se construiu sob o tripé economia-política, ciência que instituiu a denegação de direitos civis e políticos, a intercessão de interesses econômicos particulares e a privatização das funções estatais, com um discurso médico-científico que legitimou essas práticas.

Segundo Horkheimer e Adorno (1985a, p. 33), as agências de produção em massa e a cultura por elas institucionalizada insuflam no indivíduo a lógica da normalização e dos comportamentos naturais, decentes, racionais e socialmente aceitos, que “[...] sob a luz do conhecimento isento de preconceitos, remete de volta à dominação [...]”. Aqui, cabe mencionar que o custo dessa dominação alienou os homens não somente nas relações com o objeto dominado, mas, principalmente, nas relações consigo mesmos. O sujeito se reduz àquilo que se espera dele: a sua funcionalidade e serventia ao sistema de produção e industrialização social que, além de alienar, suprimiu, conformou e coisificou as almas (HORKHEIMER; ADORNO, 1985a).

Destarte, o indivíduo “coisificado”, desviante da regra social de normalidade imposta, de modo a não combinar, por nenhuma de suas aspirações, com a sociedade em que vive, “é um homem para quem o respeito às convenções não existe, é um homem fora da regra, que anda entre seus semelhantes como quem anda entre fantasmas” (SOARES, 2018, p. 7).

²³ No ano de 1989, deu-se, no campo normativo e legislativo, o estopim das lutas do movimento da Reforma Psiquiátrica no Brasil, quando o então deputado Paulo Delgado, inspirado pelos ideais da psiquiatra Nise da Silveira – pioneira na luta antimanicomial, combateu as práticas desumanas fomentadas pelas instituições manicomiais, utilizando atividades expressivas como forma de terapia em pacientes psiquiátricos, ficando popularmente conhecida como “a libertadora dos loucos através da arte” (MELO, 2009, p. 30-31) –, deu entrada no Congresso Nacional do “Projeto de Lei Paulo Delgado”, com a finalidade de regulamentar os direitos das pessoas em sofrimento psíquico, visando a extinguir, progressiva e definitivamente, os manicômios do país (BRASIL, 2005).

Han (2017, p. 47) ressalta que o estatuto da sociedade contemporânea elege o desempenho como máxima norteadora de ações que buscam subverter os indivíduos ao torná-los, concomitantemente, “prisioneiros e vigias”, “vítimas e agressores”, que recorrem, por meio da autoexploração, da autogestão e da autorrealização, a uma aceitação social e a um convívio harmonioso e “normal” entre pares.

Já Beck (2011, p. 198) salienta que os sistemas de instituições tutelares, políticas e administrativas se incumbem, cada vez mais, do ofício de regular, disciplinar e normatizar a vida “desviante” dos padrões de normalidade impostos administrativamente. Elas são resquícius da modernidade industrial que permanecem na contemporaneidade como “[...] conspiradoras e paladinas na defesa das garantias do passado, que continuam a valer para uma parcela decrescente da população”. Em um jogo de deliberações que ditam os modos de agir socialmente, a “enfermidade” consiste, justamente, na normalidade (ADORNO, 1951), a transgressão se converte em anormalidade, e a loucura se torna o postulado que caracteriza a resistência.

Duas realidades se contrapõem, segundo Beck (2011): a “normalidade” imposta administrativamente e a realidade material socialmente vivida. A *normalidade administrativa* impõe aos sujeitos sociais a necessidade de uma crescente qualificação (graduação, mestrado, doutorado etc.) para ingressar no mercado de trabalho; a realidade social, por seu turno, apresenta-nos a *uberização*. A *normalidade administrativa* quer, portanto, impor produtividade, prazos, positividade e resiliência, enquanto os indivíduos são diagnosticados com ansiedade, depressão e *burnout*. Difunde-se a ideologia do indivíduo autossuficiente, mas a realidade vivida nos confronta com crises econômicas globais e desemprego massivo, retorno do Brasil ao mapa da fome, pandemias e um aumento de 43% de mortes/ano por suicídio, no Brasil, entre os anos de 2010 e 2019 (BRASIL, 2021).

De acordo com Boarini e Quijo (2007, p. 377), é “[...] tempo de entender que a loucura é própria da condição humana, o que significa que todo ser humano está sujeito a ela”. Assim, falar sobre saúde mental e sofrimento psíquico é falar sobre a humanidade, aquilo que é inerente ao homem, compreendendo que todo o sofrimento materializado e as respostas que surgem dele se pautam na produção

e reprodução social de sua existência (NISIIDE, 2020). O sofrimento psíquico é um fenômeno social, uma experiência individual coletivamente compartilhada, historicamente marcada pela conjuntura política e pelas transformações estruturais da sociedade.

3.1.1 O sofrimento psíquico de pós-graduandos, a semicultura e a individualização: uma tessitura possível

O conceito de reprodução da vida sob a égide da cultura de massas ou indústria cultural é denominado por Adorno (1996) como semicultura. No entanto, para fins de entendimento, é preciso, primeiramente, caracterizar sociedade e cultura, segundo o pensamento adorniano. A sociedade, para ele, é compreendida como um fenômeno mutável que se apresenta em constante transformação, constituindo-se por meio das relações que a humanidade estabelece entre si para produção e reprodução de sua própria existência. Já a cultura, nada mais é, do que a forma como interpretamos essas relações, possibilitando-se uma análise e reflexão da sociedade em seu movimento histórico, ao se pautar no que ela foi, no que ela é e no seu vir a ser.

Todavia, Horkheimer e Adorno (1985b) revelam que a cultura perdeu seu caráter transformador e emancipador, no momento em que a indústria cultural a transformou em mera mercadoria. Ao buscar compactuar diretamente com a organização social capitalista, tangenciou-se uma formação universal, a qual idealizou alienar, conformar e restringir o pensamento, instrumentalizando a razão; assim, o fenômeno cultural se transforma em mero processo industrial mercadológico que, ao alimentar e nutrir os instrumentos sociais de dominação, perde sua essência emancipadora, tornando-se uma semicultura, uma cultura falsa cuja racionalidade é irracional.

Por sua vez, Beck (2011) também concebe a cultura como uma das molas propulsoras da sociedade de risco que, no transcurso da modernização reflexiva, aprofunda o processo sócio-histórico de individualização. Em outros termos, o processo de individualização em Beck (2011) se pauta no recuo das instituições típicas da modernidade, que desoneram os indivíduos de seus vínculos sociais tradicionais, da família nuclear e da sociedade de classes. Por outro lado, os

sujeitos são constantemente pressionados pelas demandas e regulações do mercado de trabalho – assim como pelas necessidades de consumo e subsistência – a se responsabilizarem, individualmente, pelos riscos socialmente produzidos. Eis, aqui, a contradição da individualização: os sujeitos se desoneram dos vínculos sociais tradicionais da sociedade industrial, enquanto se encontram pressionados pelas demandas e regulações do mercado de trabalho, assim como por imposições de consumo e subsistência. O indivíduo contemporâneo *pensa ser livre*, em um primeiro momento; no entanto, reconhece-se como transversalmente dependente das regulações do mercado de massa atomizado, que dita opiniões, hábitos, costumes e padroniza o modo de ser e agir em sociedade.

À vista disso, Marcuse (2001) aponta para o desencadeamento de uma racionalidade tecnológica, em que o sujeito “livre” se converteu em objeto manipulável de coordenação em larga escala; logo, aquilo que deveria ser considerado avanço individual se consubstanciou em “eficiência estandardizada”, já que o desempenho pessoal é motivado, conduzido e avaliado por padrões exteriores ao indivíduo que refletem funções predeterminadas. A liberdade se encontra confinada nos meios e fins do processo de produção e reprodução da sociedade de massas.

Adorno (1996) revela que o grande infortúnio da semicultura está na constante de que há uma compreensão mediana dos fenômenos e da vida social como um todo, isto é, aquilo que é semientendido, semiexperimentado, ousa-se dizer, semiexperenciado, não se constitui base de uma formação; ao contrário: eleva-se como seu principal inimigo.

Nessa lógica, observa-se que o processo formativo do sujeito também é considerado falso, tendo em vista que a educação compactua com a pseudocultura, que legitima um processo social meramente adaptativo e que percebe os indivíduos como triviais clientes, empregados, hoje, colaboradores. A pseudoformação, ao invés de fortalecer os indivíduos, vai apenas os deformando – e os conformando – com a realidade imposta, ao produzir, assim, sujeitos bem ajustados, aceitos e partícipes ativos de uma vida social completamente errônea e ilusória.

Apreende-se, dessa forma, que a “[...] semiformação é o espírito conquistado pelo caráter de fetiche da mercadoria. [...] os respeitáveis motivos de lucro da formação encobriram, como um mofo, o conjunto da cultura” (ADORNO, 1996, p.

399). Nesse âmbito, pontua-se que o conhecimento e a ciência deixam de ser fontes de emancipação, a fim de pactuar com os interesses do capital, tornando-se, então, uma propriedade privada.

Tanto os sujeitos quanto suas vidas e seus laços sociais se tornam propriedade privada, posto que as crises sistêmicas são compreendidas como crises individuais, restringindo-se às percepções e a temporalidade da vida, ao apresentar essas crises de forma *a-histórica* e descoladas de seu contexto mais amplo. Concomitantemente, o processo privativo impõe ao sujeito a integral responsabilidade pela condução de sua vida social, mesmo que a irracionalidade e a falta de alternativas sejam a máxima norteadora desse processo. Em suma, há uma “pseudoliberalidade”, que consiste em uma falsa percepção de culpa individual, quando o sujeito se sente – e é visto por outros – como o responsável único por suas ações e que não prosperaria por falta de esforço ou merecimentos próprios (ADORNO, 1996; BECK, 2011).

Como já visto em outro momento, a pseudoformação é inimiga cruel da formação. Sabe-se que o conhecimento nos confere a condição de decidirmos e de pensarmos sobre o próprio conhecimento e nossa posição como sujeitos históricos e sociais, mas essa não é, sumariamente, a intenção da sociedade neoliberal, que consubstancia suas práticas na docilização, na domesticação e na instrumentalização do pensamento e dos corpos. Aos sujeitos, nega-se o conhecimento de si mesmos, uma vez que esse conhecimento de si subsidiaria a edificação de indivíduos perspicazes, autossuficientes e esclarecidos, que se negariam à submissão do neoliberalismo e dos grandes capitalistas, bem como às suas formas de opressão e de repressão (LIRA *et al.*, 2019; SILVA, 2022).

Por outro prisma, pode-se afirmar que a pseudocultura e o processo de individualização contribuem para o sofrimento psíquico, quando materializam a efetivação do trabalho e da produção mercadológica como a única possibilidade de ascendência e acesso aos bens de consumo mais desejados. Em detrimento disso, açoitam-se as relações interpessoais e familiares; o tempo de lazer é minimizado, pregando-se que é preciso trabalhar e produzir incansável – e excessivamente – para se ter “sucesso na vida”. *A individualização da família e a despadroneização do trabalho assalariado* (BECK, 2011), a perda de redes sociais de apoio, os excessos, as cobranças produtivas e as exigências do sistema educacional,

associadas à falta de perspectivas futuras de trabalho, são fenômenos típicos da sociedade individualizada que atingem os pós-graduandos e seu entorno imediato, com impactos subjetivos profundos. Encontram-se imersos na social lógica social produtivista, a qual encurta o tempo das experiências, tornando-as rasas e insignificantes – um tempo, denominado por Benjamin (2009), como tempo vazio. Adorno (1951, p. 130) afirmava que o tempo livre, consumido pela indústria cultural, “é planeado, assemelha-se a empreendimentos, enche-se com a visita de todas as organizações possíveis ou, sem mais, indo daqui para ali em rápidos movimentos”, reduzindo os sujeitos a meros membros da massa.

Indubitavelmente, é possível afirmar que o tempo aligeirado e abreviado – que não nos permite reflexão e que se traduz em lucros – reduziu nossas experiências pessoais e nos transformou em sujeitos de desempenho, vivendo em uma “sociedade do cansaço”, em que a autoexploração se transformou na virtude da autorrealização, e a busca excessiva pela elevação do desempenho resulta em “[...] um infarto da alma” (HAN, 2017, p. 71).

Na próxima subseção, desenvolveu-se uma revisão de literatura que rastreou e identificou, na produção acadêmica brasileira, estudos sobre o fenômeno do sofrimento psíquico e a saúde mental de pós-graduação do país.

3.2 OS ESTUDOS QUE ORGANIZAM NOSSA DISSERTAÇÃO: PANORAMA DAS PESQUISAS PRODUZIDAS SOBRE A SAÚDE MENTAL E O SOFRIMENTO PSÍQUICO DE PÓS-GRADUANDOS

Pesquisas do tipo revisão de literatura buscam compartilhar resultados de estudos com temáticas semelhantes, relacionando-os paralelamente a diálogos bibliográficos atuais, contribuindo para a construção de um conhecimento mais aprofundado e evidenciando, também, possíveis lacunas de conhecimento. Do mesmo modo, permitem ao pesquisador definir e delinear seu objeto de estudo, de forma a revelar ao leitor e a comunidade científica a importância e a necessidade de se pesquisar mais sobre a temática indicada (CRESWELL, 2010).

Ao dialogar sobre a saúde mental como uma construção histórica e social, que perpassa por inúmeras áreas do conhecimento e da vida subjetiva, interessa-

nos questionar sobre a atualidade desse fenômeno na academia, mais especificamente, entre os discentes da pós-graduação.

Alguns dados georreferenciais fornecidos pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES, 2021) apontaram que, no ano de 2020, havia um total de 304.892 estudantes matriculados em Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* espalhados por todo o território nacional, entre os níveis de Mestrado (136.194), Doutorado (124.530) e Mestrado Profissional (44.168). Destarte, diante do expressivo número de pós-graduandos exercendo funções acadêmicas e produzindo ciência e pesquisa para o país, é salutar questionar sobre a saúde mental desses indivíduos, que convivem diariamente com uma gama de estressores, como a competitividade entre pares, o produtivismo²⁴, a insegurança diante da carreira e do mercado de trabalho, o isolamento, e com inúmeros outros fatores que vulnerabilizam os acadêmicos, tornando-os mais suscetíveis ao sofrimento psíquico (COSTA; NEBEL, 2018).

Assim, a questão orientadora que guiou esta revisão de literatura foi a seguinte: o que tem sido produzido nas pesquisas *stricto sensu* brasileiras a respeito da saúde mental e do sofrimento psíquico dos estudantes de pós-graduação?

Dessa forma, com o intuito de buscar respostas para esse questionamento e colaborar com a sistematização de novos estudos sobre a saúde mental no ambiente acadêmico, analisaram-se teses e dissertações produzidas entre os anos de 2005 e 2021, em duas bases de dados de difusão científica: a Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e o Catálogo de Teses e Dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

Inicialmente, realizou-se uma busca avançada, contando com o recorte temporal entre os anos de 2005 e 2021, ao incluir como descritores as palavras: “saúde mental”, “sofrimento”, “sofrimento psíquico”, “adoecimento psíquico” e “pós-graduandos”. Na BDTD, a pesquisa foi definida para “todos os campos”, sem especificar a ocorrência dos termos no título, no assunto ou no resumo. Os

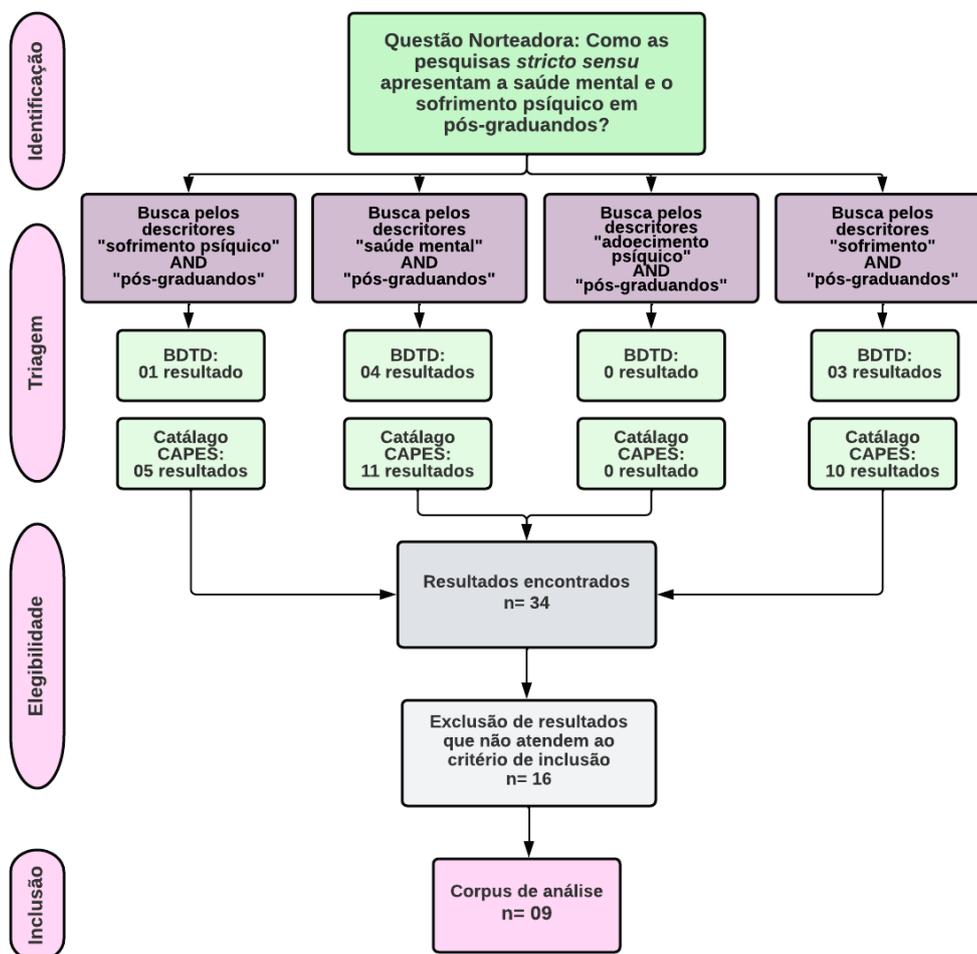
²⁴ “Fenômeno em geral derivado dos processos oficiais ou não de regulação e controle, supostamente de avaliação, que se caracteriza pela excessiva valorização da quantidade da produção científico-acadêmica, tendendo a desconsiderar a sua qualidade” (SGUISSARDI, 2010, p. 1).

descritores foram inseridos na busca de maneira combinada, a partir da utilização do operador *booleano* AND, caracterizando diversas e distintas combinações.

Designaram-se, como critérios de inclusão, as publicações sob o formato de dissertações e teses, produzidas e divulgadas na íntegra entre os anos de 2005 e 2021, no idioma português, disponibilizadas em meio eletrônico gratuitamente e que tragam elementos sobre a temática da saúde mental e do sofrimento psíquico de pós-graduandos. Já os critérios de exclusão, por sua vez, foram delimitados pela repetição das teses e dissertações nas duas bases de dados e a não concordância dos dados com a questão norteadora da pesquisa.

Finalmente, ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão, encontraram-se 34 estudos. Porém, após uma leitura mais criteriosa dos títulos e resumos, descartaram-se 25 deles, por não atenderem aos critérios de inclusão da pesquisa (tratar-se sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico, especificamente, em pós-graduandos). Destarte, restaram apenas 9 estudos, sendo 7 dissertações e 2 teses, conforme demonstrado na Figura 6.

Figura 6 – Fluxograma fundamentado na busca e seleção das publicações



Fonte: elaborada pela autora.

Com o intuito de facilitar a visualização e organização das teses e dissertações selecionadas para a análise, elaborou-se o Quadro 1 com informações referentes ao ano e ao local de publicação dos trabalhos, bem como autores, títulos, objetivos e procedimentos metodológicos utilizados nas pesquisas.

Quadro 1 – Dissertações e teses encontradas na busca de referências sobre a saúde mental e o sofrimento psíquico em pós-graduandos no período de 2005 a 2021

Ano/ Local de publicação	Autor e título	Tipo de pesquisa e objetivo	Procedimentos metodológicos
	GALDINO, Maria José Quina.	Dissertação A pesquisa objetivou avaliar a	Este estudo, de caráter transversal analítico-descritivo, foi realizado com 129 pós-graduandos de três universidades públicas do estado do

2015; Londrina/PR.	“Síndrome de <i>Burnout</i> e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação <i>stricto sensu</i> em Enfermagem”.	ocorrência da síndrome de <i>Burnout</i> e sua relação com a qualidade de vida entre mestrandos e doutorandos de Programas de Pós-Graduação em Enfermagem de universidades públicas paranaenses.	Paraná. Os instrumentos de pesquisa contaram com: um questionário semiestruturado para caracterização sociodemográfica, acadêmica, ocupacional e de hábitos de vida; o <i>Maslach Burnout Inventory – Student Survey</i> , para avaliar a síndrome de <i>Burnout</i> ; e o <i>World Health Organization Quality of Life Assessment Instrument – Bref</i> , para avaliar a qualidade de vida.
2005; Rio de Janeiro/RJ.	LOUZADA, Rita de Cássia Ramos. “Formação do pesquisador, trabalho científico e saúde mental”.	Tese O estudo teve como objetivo identificar os impactos da organização do trabalho acadêmico/científico sobre os pós-graduandos e suas carreiras.	A pesquisa de cunho qualitativo contou com a utilização de entrevistas abertas, seguindo o método biográfico, e da observação participante de um grupo de pós-graduandos de dois laboratórios do Departamento de Bioquímica Médica (DBM), atual Instituto de Bioquímica Médica da Universidade Federal do Rio de Janeiro.
2018; São Paulo/SP.	PONTES, Felipe Marangoni. “Ansiedade, estresse, depressão e qualidade de vida: um estudo com pós-graduandos da Universidade de São Paulo”.	Dissertação O trabalho se propôs a avaliar o nível de sintomas de depressão, ansiedade, estresse e a qualidade de vida de estudantes de pós-graduação <i>stricto sensu</i> da Universidade de São Paulo, <i>campus</i> Cidade Universitária, verificando o nível de correlação entre essas variáveis.	A pesquisa de cunho quantitativo contou com a participação de 200 pós-graduandos de mestrado e doutorado acadêmico de diversas unidades da Universidade de São Paulo – Cidade Universitária. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram: a escala de qualidade de vida <i>World Health Organization Quality of Life – abreviado</i> (WHOQOL-bref); a Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21); e um questionário sociodemográfico.
2018;	CALDAS, Cristiane Chaves. “Prazer e sofrimento: um estudo de caso	Dissertação O trabalho teve como objetivo descrever e analisar, diante da configuração da psicodinâmica, as	O trabalho contou com um estudo multicaso de caráter descritivo e de abordagem mista. Os dados foram coletados em três instituições privadas credenciadas à oferta do Mestrado Acadêmico em Administração. Participaram da pesquisa o montante de 115 pós-

Belo Horizonte/ MG.	com pós-graduandos no curso de Mestrado Acadêmico em Administração na cidade de Belo Horizonte – MG”.	manifestações de prazer e sofrimento do aluno no Curso de Mestrado Acadêmico em Administração, de instituições privadas, na cidade de Belo Horizonte –MG.	graduandos. Destes, 108 participantes responderam a um questionário, e apenas 7 a uma entrevista semiestruturada.
2019; Belo Horizonte/ MG.	COELHO, Weverton Eugenio. “Ansiedade, autoeficácia e motivação nos cursos <i>stricto sensu</i> de Ciências Contábeis”.	Dissertação Objetivou-se, neste trabalho, estudar o fenômeno da ansiedade, analisando sua relação com a autoeficácia e a motivação dos estudantes <i>stricto sensu</i> de Ciências Contábeis.	O estudo, de caráter descritivo e de abordagem quantitativa, contou com a participação de 322 discentes de todos os 33 programas de pós-graduação <i>stricto sensu</i> de Ciências Contábeis no Brasil. Os dados foram obtidos se utilizando de um questionário sociodemográfico, o <i>State-Trait Anxiety Inventory</i> , para determinar o nível de ansiedade; a Escala de Autoeficácia Geral Percebida, para levantar o nível de autoeficácia; e a <i>Echelle Motivation en Education</i> , para determinar o nível de motivação intrínseca, motivação extrínseca e desmotivação.
2019; Teresina/PI.	OLIVEIRA, Danielle Machado. “Sofrimento mental e comportamento suicida em pós-graduandos <i>stricto sensu</i> : prevalência e fatores associados”.	Dissertação O estudo teve como objetivo avaliar a presença de sofrimento mental, comportamento suicida e fatores associados em pós-graduandos <i>stricto sensu</i> .	Trata-se de um estudo observacional, analítico, transversal e correlacional, desenvolvido com 227 estudantes de pós-graduação de uma universidade pública do estado do Piauí. Para a coleta de dados, utilizaram-se como instrumentos o <i>Self Report Questionnaire</i> (SRQ-20), o <i>Beck Scale for Suicide Ideation</i> (BSI) e um questionário elaborado pela pesquisadora.
2021; Florianópolis/ SC.	FORTES, Christine Sodré.	Dissertação Esta pesquisa objetivou estudar o sofrimento durante a formação de doutores e mestres a partir de um grupo de estudantes da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC),	A pesquisa, de abordagem mista com caráter descritivo e analítico, empregou como método para a coleta de dados a pesquisa bibliográfica e a utilização de entrevistas semiestruturadas. 60 entrevistas com pós-graduandos da Universidade Federal de Santa Catarina foram realizadas, contando com a participação de 26 doutorandos e 34 mestrandos.

	“A vida nervosa na pós-graduação”.	observando se o trabalho acadêmico, conforme vivenciado, afeta – ou não – a saúde mental dos sujeitos pesquisados.	
2021; Bauru/SP.	ZOTESSO, Marina Cristina. “Sofrimento psicológico em pós-graduandos: aspectos emocionais e comportamentais”.	Tese A pesquisa se propôs a investigar o acometimento e a incidência de estresse, pensamentos depressivos e percepção de suporte social e de competição em estudantes de pós-graduação de quatro grandes áreas (engenharias, ciências da saúde, humanas e sociais), de três universidades públicas do interior paulista (USP, UNESP e UFSCar).	O estudo, de caráter exploratório, transversal, com amostra de conveniência, contou com a participação de 189 pós-graduandos, inseridos em uma das quatro grandes áreas de estudo, conforme nomenclatura do CNPq: Engenharias, Ciências da Saúde, Ciências Humanas e Ciências Sociais, sendo 136 mestrandos (M) e 57 doutorandos (D). Os instrumentos para a coleta de dados se distribuíram entre: Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL); Escala de Pensamentos Depressivos (EPD); Escala de Percepção do Suporte Social (versão adulta) (EPSUS – A); Roteiro para registro de dados básicos de pós-graduandos e a Escala analógica visual – EVA.
2020; Diamantina/ MG.	CÂMARA, Victor Mayer dos Santos. “Adoecimento e atendimento psicológico de pós-graduandos: perfil, queixas e fatores associados aos sintomas de ansiedade”.	Dissertação O estudo teve a finalidade de compreender o processo de adoecimento psíquico e sintomas de ansiedade nos estudantes de pós-graduação da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM).	O estudo documental de natureza observacional, do tipo transversal, analisou 87 prontuários de atendimento psicológicos, voltados para estudantes de pós-graduação, Especialização, Mestrado e Doutorado, <i>campus</i> da UFVJM em Teófilo Otoni/MG e Diamantina/MG.

Fonte: elaborado pela autora.

Todos os 9 estudos foram lidos e analisados na íntegra. Ressalta-se que as duas teses encontradas não estavam disponíveis nas plataformas de busca, nem mesmo nos repositórios das instituições de Ensino Superior de origem, sendo que uma foi disponibilizada pela autora (LOUZADA, 2005) no site: <https://www.researchgate.net/>, e a outra, após contato direto com a autora (ZOTESSO, 2021), foi enviada por *e-mail*.

Ainda de acordo com o Quadro 1, no tocante ao tipo de pesquisa, dentre os 9 estudos analisados, apenas 1 contou com um estudo de caráter documental; 1 se utilizou da observação participante e do método biográfico²⁵; 1 realizou um estudo multicaso; 4 se envolveram com pesquisas de campo; e 2 coletaram seus dados de maneira *on-line*.

Com o intuito de analisar, quantitativamente, as teses e dissertações, elaborou-se, a priori, um quadro com o ano de defesa de cada pesquisa dentro do recorte temporal selecionado na busca (Quadro 2). Posteriormente, organizou-se outro quadro (Quadro 3) com a distribuição das pesquisas de acordo com as regiões geográficas brasileiras pertencentes, bem como a esfera administrativa da instituição de Ensino Superior de origem.

O Quadro 2 apresenta a distribuição das pesquisas sobre saúde mental e sofrimento psíquico de pós-graduandos em relação aos anos de 2005 a 2021.

Quadro 2 – Pesquisas sobre saúde mental e sofrimento psíquico de pós-graduandos distribuídas entre os anos de 2005 e 2021

Ano	Teses	Dissertações	TOTAL
2005	1	-	1
2006	-	-	-
2007	-	-	-
2008	-	-	-
2009	-	-	-
2010	-	-	-
2011	-	-	-
2012	-	-	-
2013	-	-	-
2014	-	-	-
2015	-	1	1

²⁵ “O método biográfico caracteriza-se pela coleta de relatos mais livres, oferecendo maior acesso a aspectos subjetivos” (LOUZADA, 2005, p. 59).

2016	-	-	-
2017	-	-	-
2018	-	2	2
2019	-	2	2
2020	-	1	1
2021	1	1	2
TOTAL	2	7	9

Fonte: elaborado pela autora.

Em consonância com o Quadro 2, observa-se que, dentre os 9 estudos selecionados, apenas 2 são teses, sendo uma defendida no ano de 2005 e a outra defendida no ano de 2021. No que tange às dissertações, uma foi defendida no ano de 2015; duas no ano de 2018; duas no ano de 2019; uma defendida no ano de 2020; e outra defendida no ano de 2021. Não se encontrou nenhum estudo publicado sobre essa temática entre os anos de 2006 e 2014, bem como nos anos de 2016 e 2017.

A seguir, no Quadro 3, visualizar-se-á a distribuição dos achados por tipo de produção acadêmica (tese ou dissertação), regiões brasileiras em que as pesquisas foram realizadas e por esfera administrativa/instituição.

Quadro 3 – Distribuição das dissertações encontradas por regiões brasileiras e por esfera administrativa/instituição

Regiões Brasileiras	Teses (T) Dissertações (D)		T*	Esferas administrativas			T*
	T	D	T/D	Públicas Federais	Públicas Estaduais	Privadas	
Norte	-	-	-	-	-	-	-
Nordeste	-	01	01	01	-	-	01
Centro-Oeste	-	-	-	-	-	-	-
Sudeste	02	04	06	04	01	01	06
Sul	-	02	02	01	01	-	02
TOTAL	02	07	09	06	02	01	09

Total*

Fonte: elaborado pela autora.

Ao analisar o Quadro 3, nota-se que não foram encontrados estudos nas regiões Norte e Centro-Oeste do Brasil que se enquadrassem nos critérios de busca e que, apesar de presentes, as produções oriundas de universidades

públicas estaduais brasileiras correspondem a pouco mais de 22% das pesquisas examinadas.

As 7 dissertações examinadas pertencem a Programas de Pós-Graduação de áreas distintas, sendo eles: Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Programa de Pós-Graduação em Ciências Humanas – Mestrado Profissional Interdisciplinar –, Programa de Pós-Graduação em Administração, Programa de Pós-Graduação em Sociologia e Ciência Política, Programa de Pós-Graduação em Psicologia e Programa de Pós-Graduação em Controladoria e Contabilidade. Já as duas teses são pertencentes ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem e ao Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria e Saúde Mental.

No que concerne à distribuição dos estudos selecionados dentro do território brasileiro, observa-se que a região Sudeste lidera a produção com 6 trabalhos, sendo 3 deles produzidos em Minas Gerais, 2 em São Paulo e 1 no Rio de Janeiro. Encontraram-se, também, 2 trabalhos realizados na região Sul do país, nos estados de Santa Catarina e Paraná, respectivamente, e 1 trabalho produzido na região Nordeste, no estado do Piauí.

Verifica-se, ainda a partir do Quadro 3, que, dentre os 9 estudos analisados, 8 deles (89%) se produziram dentro de Programas de Pós-Graduação *stricto sensu* vinculados a universidades públicas, sejam elas estaduais, sejam federais. Apenas um estudo (12%) se produziu em uma universidade particular. Esse dado corrobora com as constatações de Hilu e Gisi (2011), ao revelarem que 90% dos artigos indexados no país foram elaborados em universidades públicas, o que evidencia a tímida participação das instituições de Ensino Superior privadas na produção científica no Brasil.

Com o título “Síndrome de *Burnout* e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação *stricto sensu* em enfermagem”, dissertação de Galdino (2015), o primeiro estudo integrante desta revisão objetivou avaliar a ocorrência da síndrome de *Burnout* e sua relação com a qualidade de vida entre mestrandos e doutorandos de Programas de Pós-Graduação em Enfermagem de universidades públicas paranaenses. Para isso, o estudo analítico-descritivo do tipo transversal e de abordagem quantitativa coletou seus dados em 3 Programas de Pós-Graduação

em Enfermagem, todos situados no estado do Paraná. A amostra total da pesquisa se compõe por 129 pós-graduandos, sendo 79 mestrandos e 50 doutorandos.

Como instrumento para a coleta de dados, a autora utilizou: um questionário semiestruturado, para levantar informações sociodemográficas, acadêmicas, ocupacionais e de hábitos de vida; o *World Health Organization Quality of Life Instrument (WHOQOL-BREF)* – Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Versão Abreviada (WHOQOL – Bref)²⁶; e *Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS)*²⁷. Os dados foram coletados entre os meses de novembro de 2014 a fevereiro de 2015, de maneira eletrônica, optando-se pelo envio de um *e-mail* aos participantes, que continha um *link* com os três instrumentos, cujas respostas, a posteriori, foram armazenadas diretamente em um banco de dados eletrônicos.

Destaca-se que as análises e discussões dos dados levantados pela autora se transformaram, dentro de sua dissertação, em três artigos distintos nomeados por ela como: “Manuscrito 1: Síndrome de *burnout* entre mestrandos e doutorandos em enfermagem”; “Manuscrito 2: Qualidade de vida de mestrandos e doutorandos em enfermagem”; e “Manuscrito 3: Síndrome de *burnout* e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação *stricto sensu* em enfermagem”.

Os resultados revelam que a idade dos pós-graduandos analisados permaneceu na média de 30 anos para os mestrandos e 35 anos para os doutorandos, sendo a maioria deles do sexo feminino, sem filhos e com a renda individual mensal, variando em R\$3.764,00 reais. Apurou-se, também, que 69,8% dos pós-graduandos apresentaram uma alta pontuação em exaustão emocional, 27,1% demonstraram alta despersonalização, 24,8% demonstraram uma baixa eficácia acadêmica: 11,6% dos sujeitos da amostra tinham indicativo para a síndrome de *burnout* e 14,7% manifestaram uma predisposição para desenvolvê-la, ao ter em vista a alta taxa de exaustão emocional e de despersonalização. Para

²⁶ Versão abreviada do *World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL-100)*. Trata-se de um instrumento desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que objetiva avaliar a qualidade de vida. Examina a qualidade de vida a partir de 24 facetas que, em conjunto, compõem 4 domínios, sendo eles: físico, psicológico, das relações sociais e do meio ambiente (PONTES, 2018).

²⁷ O MBI-SS busca avaliar a ocorrência da síndrome de *Burnout* em estudantes, procurando compreender como vivenciam seu estudo (GALDINO, 2015). O instrumento se compõe por 15 questões autoaplicáveis.

a autora, as variáveis que podem justificar os achados correspondem à percepção dos pós-graduandos em relação ao curso e às exigências dos programas, à insatisfação com o tema de pesquisa, bem como menores oportunidades de lazer e uma baixa percepção de apoio social.

Destarte, Galdino (2015) apontou que os pós-graduandos que conciliavam trabalho com estudos apresentavam uma menor percepção de qualidade de vida, a julgar, também, o fato de que os mestrandos apresentavam essa percepção com inferioridade no primeiro ano do curso, ao contrário dos doutorandos, que ajuizavam um declínio apenas nos últimos anos da pós-graduação, relacionando-o ao aumento das atribuições acadêmicas, à sobrecarga de trabalho e à escrita e ao desenvolvimento da tese. Ademais, constatou-se que, quanto maior for o nível de *Burnout* apresentado, menor será a percepção de qualidade de vida dos pós-graduandos. Em contrapartida, observou-se que o bom relacionamento com os docentes do curso e a satisfação com o tema/objeto de pesquisa aumentavam e favoreciam a percepção sobre a qualidade de vida desses discentes.

Galdino (2015) conclui seu trabalho alertando para a necessidade de implementar estratégias institucionais que busquem auxiliar os pós-graduandos em suas dificuldades acadêmicas, visando a promover um ambiente acolhedor que proporcione saúde e bem-estar aos sujeitos ali inseridos.

O segundo estudo encontrado é a tese de Louzada (2005), intitulada “Formação do pesquisador, trabalho científico e saúde mental”, que objetivou identificar os impactos da organização do trabalho acadêmico/científico sobre os pós-graduandos e suas carreiras. À vista disso, a autora se utilizou, metodologicamente, de entrevistas abertas (método biográfico) e da observação participante, tendo como sujeitos da pesquisa um grupo de pós-graduandos de dois laboratórios do Departamento de Bioquímica Médica (DBM), atual Instituto de Bioquímica Médica da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Ressalta-se que os dois laboratórios foram escolhidos pela autora em função de sua alta produtividade científica, campo fértil para compreender a relação do trabalho acadêmico com a saúde mental.

Todos os pós-graduandos formalmente matriculados no programa – e que exerciam atividades nos dois laboratórios selecionados – foram entrevistados. Assim, a amostra total da pesquisa se constituiu por 21 pós-graduandos, dos dois

laboratórios, tratando-se de 6 mestrandos e 15 doutorandos, de ambos os sexos e a maioria solteiros. Os sujeitos foram contatados e entrevistados individualmente, em seu próprio lugar de formação; todo o material coletado foi integrado às anotações oriundas das observações participantes.

Os resultados obtidos com a pesquisa demonstraram que há uma exacerbada exigência do programa de pós-graduação em relação ao tempo que os pós-graduandos se dedicam à sua pesquisa, o que inclui finais de semana e uma longa jornada de atividade diárias, de até 12 horas. Não obstante, aponta-se para o sucateamento das estruturas físicas dos laboratórios, bem como para a superlotação destes, sendo o ambiente frequentado por estudantes de iniciação científica, técnicos, orientadores, mestrandos e doutorandos, o que torna o espaço ruidoso e o uso de equipamentos concorrido.

Louzada (2005) avalia que a preocupação com o mercado de trabalho e com a busca por um emprego fixo pós-doutoramento desperta uma grande angústia nos estudantes participantes da pesquisa. Revela-se, também, que um maior bem-estar foi experienciado por pós-graduandos que apresentaram uma inserção precoce na pesquisa e um vínculo constante com o laboratório. Já o mal-estar foi, superficialmente, relatado por todos os pós-graduandos pesquisados; porém, poucos o detalharam. Percebe-se, assim, que o sofrimento existe, mas ele aparece de maneira deveras naturalizada.

Já no tocante à figura do orientador, aferiu-se que os pós-graduandos se sentiam apoiados e encorajados por seus mentores, o que talvez, segundo a autora, integre e subsidie a construção de um firme alicerce para o enfrentamento de tantos desafios e estressores presentes no ambiente da pós-graduação. Para além disso, observa-se a importância de uma escuta mais cuidadosa do sofrimento vivenciado pelo trabalho com pesquisa, bem como a definição mais inteligível e objetiva do lugar de pertencimento do pós-graduando na atividade científica brasileira.

O terceiro estudo analisado, denominado “Ansiedade, estresse, depressão e qualidade de vida: um estudo com pós-graduandos da Universidade de São Paulo”, refere-se à dissertação elaborada por Pontes (2018), que contou com a participação de 200 discentes de cursos de pós-graduação *stricto sensu* (Mestrado

– Doutorado) da Universidade de São Paulo (USP), *campus* Cidade Universitária “Armando Salles de Oliveira”.

A pesquisa, de cunho quantitativo, objetivou avaliar o nível de sintomas de depressão, ansiedade, estresse e a qualidade de vida de estudantes de pós-graduação *stricto sensu* da USP, *campus* Cidade Universitária, verificando, também, o nível de correlação entre essas variáveis. Para tanto, três instrumentos distintos para a coleta de dados foram utilizados: o questionário sociodemográfico, o Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Versão Abreviada (WHOQOL – Bref) e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS – 21)²⁸.

Os resultados da pesquisa evidenciaram que mais da metade da amostra total analisada (o que equivale a mais de 100 pós-graduandos) apresentou algum tipo de sintoma de ansiedade, depressão e/ou estresse, sendo 10% em estado grave. Quando analisados os graus severo e muito severo, observou-se que 14,5% dos sujeitos da amostra apresentavam depressão, 17,5% ansiedade e 20,5% estresse. Nota-se, também, que há correlação negativa entre as variáveis estresse – depressão – ansiedade – qualidade de vida, sendo, no entanto, forte em alguns domínios e sintomas, e moderada ou fraca em outros. Segundo Pontes (2018), os dados levantados são considerados alarmantes e apenas enfatizam a urgente imprescindibilidade de mais pesquisas na área da saúde mental de pós-graduandos, bem como o surgimento de uma gestão mais colaborativa entre os diversos atores da universidade, priorizando o diálogo, o respeito e a criticidade diante do modelo competitivo imposto pelo sistema acadêmico atual.

O quarto estudo, “Prazer e sofrimento: um estudo de caso com pós-graduandos no curso de Mestrado Acadêmico em Administração na cidade de Belo Horizonte – MG”, é a dissertação de Caldas (2018), cujo objetivo foi o de descrever e analisar, diante da configuração da psicodinâmica, as manifestações de prazer e sofrimento dos alunos no Curso de Mestrado Acadêmico em Administração, de instituições privadas, na cidade de Belo Horizonte/MG. Com esse intuito, efetuou-se um estudo multicaso, de abordagem quanti-qualitativa, que contou com a participação de 115 estudantes matriculados no Mestrado Acadêmico em

²⁸ Instrumento que conta com 21 itens que investigam fatores associados às subescalas de depressão, estresse e ansiedade (PONTES, 2018).

Administração, em 3 instituições privadas de Ensino Superior da cidade de Belo Horizonte, no estado de Minas Gerais. Para a coleta de dados, recorreu-se a uma combinação de instrumentos, sendo o primeiro deles um questionário embasado no Inventário sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento – ITRA²⁹ –, realizado de forma eletrônica e encaminhado aos pós-graduandos via *e-mail* e grupos de *WhatsApp*®. Posteriormente, realizou-se uma entrevista semiestruturada, cujo roteiro foi elaborado pela própria autora após a análise dos dados obtidos por meio do questionário aplicado.

Caldas (2018) considera que a atividade intelectual desenvolvida pelos estudantes de pós-graduação dentro das universidades deve ser reconhecida como uma forma padronizada de trabalho/ofício, tendo em vista a produtividade exigida e a imensa quantidade de horas despendidas para o trabalho acadêmico. Assim, com base nos dados coletados e no aporte teórico utilizado, constatou que há, entre os mestrandos do curso de Administração, uma ambivalência de sentimentos, pois, ao mesmo tempo em que a experiência formativa na pós-graduação suscita satisfação, contentamento e bem-estar, envolve, também, um sentimento de tristeza, incerteza e inquietação (CALDAS, 2018). Como fontes de desprazer, citam-se a intensificação e a sobrecarga do trabalho acadêmico, o produtivismo e a superficialidade das produções requeridas, conflitos intrafamiliares, falta de liberdade de expressão, relação fragmentada entre orientador(a) – orientando(a), além de uma exigência de maior nível cognitivo para o desempenho de suas atribuições no período do curso. Já como fontes de prazer, os pós-graduandos apontam o contentamento, o reconhecimento pessoal, a gratificação, o bom relacionamento interpessoal e a cooperação entre pares que edificam a busca pelo título de Mestre.

Ressalta-se que o sofrimento é considerado por Caldas (2018) uma reação, um manifesto de resistência diante do esgotamento profissional e emocional dos pós-graduandos. Para ela, é preciso que as instituições de Ensino Superior repensem suas propostas de formação acadêmica, considerando que o alto nível de exigência dos programas para com os orientandos e orientadores compactua

²⁹ O Inventário sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento (ITRA) objetiva traçar um perfil dos antecedentes, medidores e possíveis efeitos da atividade laboral no processo de adoecimento do trabalhador (CALDAS, 2018).

com a construção de um ambiente inóspito e repleto de fatores estressores que potencializam a eminência do sofrimento psíquico discente.

A dissertação intitulada “Ansiedade, autoeficácia e motivação nos cursos *stricto sensu* de Ciências Contábeis” é o quinto estudo analisado nesta revisão. Redigida por Coelho (2019), a pesquisa descritiva e de abordagem quantitativa intentou estudar o fenômeno da ansiedade, analisando a sua relação com a autoeficácia e a motivação dos estudantes *stricto sensu* de Ciências Contábeis. Para tanto, analisou-se uma amostra de 322 estudantes regularmente matriculados nos programas de pós-graduação *stricto sensu* de Ciências Contábeis do Brasil. Frisa-se, no entanto, que uma amostra de 382 pós-graduandos preencheu somente o questionário sociodemográfico com o perfil do respondente; assim, o autor considerou 382 respostas para a descrição social e demográfica da amostra. Os instrumentos utilizados para a coletas de dados foram encaminhados aos pós-graduandos pelos seus Programas de Pós-Graduação de origem, exclusivamente via *e-mail*, sendo eles compostos por: questionário sociodemográfico com 13 questões; *State-Trait Anxiety Inventory* (Inventário de Ansiedade Traço-Estado – IDATE)³⁰; Escala Geral de Autoeficácia Percebida (EGAP)³¹; e a *Echelle de Motivation en Education* (EME) – Escala de Motivação Acadêmica³².

Os resultados da pesquisa evidenciaram que os discentes dos Programas de Pós-Graduação *stricto sensu* em Ciências Contábeis do Brasil são, em sua maioria, mestrandos (75,9%) com idade média de 33 anos, do gênero feminino (51,8%), casados (45,8%) e que não recebem o auxílio de bolsas acadêmicas e de suporte psicológico/psiquiátrico³³ durante a sua jornada na pós-graduação (57,1%). Chegou-se à conclusão de que a motivação para a continuação dos estudos não se difere de acordo com o gênero; todavia, há indícios de que os doutorandos são mais dispostos a prosseguir com sua vida acadêmica, em detrimento dos

³⁰ Escala utilizada para determinar o nível de ansiedade que o respondente tem como traço de sua personalidade, composta por 20 itens, distribuídos em uma escala *Likert* de 4 pontos (COELHO, 2019).

³¹ Instrumento que avalia a autoeficácia em 3 dimensões: nível, força e generalidade (COELHO, 2019).

³² Com a finalidade de investigar questões relacionadas à motivação, o instrumento tem 3 dimensões de medida, sendo elas: motivação extrínseca, motivação intrínseca e desmotivação (COELHO, 2019).

³³ Apenas 3,9% dos sujeitos da amostra de pós-graduandos analisada recebem algum tipo de apoio/auxílio psicológico e/ou psiquiátrico (COELHO, 2019).

mestrandos. 43% dos discentes pesquisados revelaram que, frequentemente e/ou quase sempre, sentem-se cansados com facilidade e apenas 5% disseram se sentir descansados. Para além disso, 4% declararam se sentir deprimidos (sendo este o mesmo percentual de discentes que alegaram receber apoio psicológico/psiquiátrico). Ademais, segundo Coelho (2019), 39,1% dos sujeitos da amostra revelaram ter baixa ansiedade, 48,1% têm ansiedade moderada e 12,7% têm ansiedade alta, sendo as pessoas do gênero feminino as mais ansiosas.

Concomitantemente a isso, o autor conclui que os mestrandos são mais ansiosos que os doutorandos, e que a autoeficácia se correlaciona, negativamente, com a desmotivação e a ansiedade: quanto menor for a autoeficácia, maiores serão os níveis de desmotivação e de ansiedade apresentados pelos estudantes *stricto sensu* de Contabilidade. Coelho (2019) salientou, também, que discentes com idade inferior a 24 anos apresentam um maior nível de ansiedade em comparação a outras faixas etárias e que, quanto mais motivado com os estudos estiver o discente, menos ansiedade ele experienciará.

Por fim, Coelho (2019) revela ser de extrema importância que gestores institucionais e coordenadores de curso possam compreender a importância de se falar sobre essa proposição no ambiente da pós-graduação. Para além disso, é preciso que as instituições fomentem espaço de diálogo e de debate, de modo a convidar seus discentes a falarem sobre suas próprias experiências no espaço acadêmico, livrando-se, de antemão, de todo o tipo de preconceito e punição.

O sexto estudo, designado “Sofrimento mental e comportamento suicida em pós-graduandos *stricto sensu*: prevalência e fatores associados”, é a dissertação de Oliveira (2019), que objetivou avaliar a presença de sofrimento mental, comportamento suicida e fatores associados em pós-graduandos *stricto sensu* de uma universidade pública. Participaram deste estudo, de cunho observacional, analítico, correlacional e transversal, um total de 227 estudantes de pós-graduação de uma universidade pública do estado do Piauí. Os dados obtidos foram levantados por meio da aplicação de um questionário sociodemográfico elaborado

pela própria autora, além dos instrumentos *Self Report Questionnaire* (SRQ- 20)³⁴ e *Beck Scale for Suicide Ideation* (BSSI)³⁵.

Quanto aos resultados da pesquisa, observou-se que havia prevalência de sofrimento mental em 46,7% da amostra total analisada. Identificou-se, também, que há maior predomínio no desenvolvimento desse sofrimento em sujeitos do sexo feminino, jovens, bolsistas, mestrandos, com relacionamentos pessoais insatisfatórios e que não contavam com apoio de amigos, que já apresentaram pensamentos suicidas ou ideia de morte em algum momento da vida e que se sentiam estressados com frequência e insatisfeitos com o tema de sua pesquisa e/ou com o(a) orientador(a). Ao analisar os dados referentes ao comportamento suicida, revelou-se que 32,2% dos pós-graduandos analisados já tiveram pensamentos suicidas ao longo da vida, 1,8% demonstraram ter, atualmente, a ideia de se suicidar, enquanto 19,4% já planejaram cometer suicídio e 6,8%, efetivamente, atentaram contra sua própria vida, utilizando-se, como artifícios, dosagens excessivas de medicamentos. Para além disso, uma grande parte dos discentes participantes revelou associar, parcialmente, seus pensamentos suicidas à pós-graduação, na mesma medida em que estudantes que referiam histórico familiar de suicídio – ou a tentativa deste – manifestaram um maior risco de apresentarem pensamentos suicidas no decorrer da vida em comparação aos demais, sendo maior, também, o risco de tentativas de suicídio entre aqueles que revelam obter um relacionamento familiar insatisfatório.

Para a autora, é de primordial importância pesquisarmos mais sobre as medidas de prevenção e promoção de saúde mental na universidade, buscando ressignificar as práticas pedagógicas na academia, ao implementar ações e políticas direcionadas, especificamente, para o fomento de um acolhimento em saúde mental mais sensível e democrático, bem como para a prevenção do sofrimento psíquico nos programas de pós-graduação do país (OLIVEIRA, 2019).

³⁴ O *Self Report Questionnaire* (SRQ-20) é recomendado pela Organização Mundial de Saúde para a realização de estudos comunitários e em atenção básica à saúde. Compõe-se por 20 itens que buscam rastrear transtornos mentais não psicóticos, envolvendo questões sobre sintomas físicos e transtornos psicoemocionais (OLIVEIRA, 2019).

³⁵ A BSSI é uma escala de autorrelato que objetiva detectar a presença de comportamentos provenientes de indivíduos que apresentam uma forte tendência a ideações suicidas (OLIVEIRA, 2019).

O sétimo estudo analisado, a dissertação de Fortes (2021), denomina-se “A vida nervosa na pós-graduação”. Nela, buscou-se estudar o sofrimento durante a formação de doutores e mestres a partir de um grupo de estudantes da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), observando se o trabalho acadêmico, conforme vivenciado, afeta a saúde mental dos sujeitos estudados. A pesquisa, de abordagem mista e com caráter descritivo e analítico, utilizou a entrevista semiestruturada como instrumento para a coleta de dados, cuja amostra foi composta por 60 pós-graduandos da UFSC, de diferentes áreas do conhecimento, sendo: 26 doutorandos e 34 mestrandos. Os dados, inicialmente, foram coletados de maneira presencial; no entanto, devido às restrições aplicadas ao contexto pandêmico da covid-19, o trabalho precisou ser finalizado de maneira remota. Todas as entrevistas foram gravadas e, posteriormente, transcritas na íntegra, tendo seu conteúdo analisado de acordo com a proposta de Bardin (1987).

Em consonância com os resultados da pesquisa, 66,33% dos pós-graduandos participantes eram do gênero feminino, cuja faixa etária predominante se deu entre 28 a 32 anos. Revela-se, também, que a maioria dos entrevistados apresentava sinais de humor depressivo-ansioso (98,33%); contudo, no gênero feminino, predominavam-se os pensamentos depressivos e um decréscimo da energia vital. Percebeu-se, para além disso, que os alunos que recebiam alguma bolsa de estudo apresentavam mais pensamentos depressivos, em detrimento de estudantes que não recebiam auxílio financeiro proveniente de bolsas, ao salientar que 60% dos entrevistados realizavam algum tipo de atividade laboral fora do ambiente acadêmico. 46,67% dos pós-graduandos revelaram se sentir pressionados ao cumprimento de prazos; 55% se sentem ameaçados pelo tempo de titulação; e 65% alegaram sofrer pressões constantes para realizar publicações. Em todos os casos, os mestrandos revelam se sentir sempre mais pressionados em comparação aos doutorandos. Já no que se diz respeito à sensação de acolhimento na pós-graduação, 64,71% dos mestrandos não consideram acolhedor o ambiente da pós, sendo que 53,85% dos doutorandos se sentem da mesma maneira.

Fortes (2021) revela que 93,33% dos pós-graduandos da amostra apresentam um decréscimo da energia vital, sendo que 73,33% deles têm pensamentos depressivos. Para a autora, a pressão por publicações aparece como

a principal fonte geradora do mal-estar entre os estudantes inseridos no ambiente da pós-graduação *stricto sensu*, tendo em vista o fato de que produzir – ou não – desencadeia sentimentos, como a ansiedade, o pensamento depressivo, constituindo-se, também, uma grande fonte de cansaço. Para além disso, revela-se que muitos estudantes se sentem sozinhos e não acolhidos por seus programas de pós-graduação. Na acepção da autora, é preciso que as instituições abram espaço para ouvir mais do que os discentes têm a dizer, buscando tornar o ambiente acolhedor e passível de diálogos e reflexões constantes. Quanto mais acolhido e integrado estiver o pós-graduando, menores serão as chances da prevalência de sentimentos depressivos e ansiosos nessa população.

Com o título “Sofrimento psicológico em pós-graduandos: aspectos emocionais e comportamentais”, o oitavo estudo integrante desta revisão foi a tese de Zotesso (2021), a qual buscou investigar o acometimento e a incidência de estresse, pensamentos depressivos e percepção de suporte social e de competição em estudantes de pós-graduação, provenientes de três universidades públicas do interior paulista (Universidade de São Paulo – USP –, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – UNESP – e Universidade Federal de São Carlos – UFSCar). Para isso, a pesquisa, de cunho transversal e exploratório, investigou 189 pós-graduandos, inseridos em uma das quatro grandes áreas de estudo (Ciências Humanas, Ciências Sociais, Engenharias e Ciências da Saúde), sendo: 136 mestrandos e 57 doutorandos. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados consistiram em: Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISLL)³⁶; Escala de Pensamentos Depressivos (EPD)³⁷; Escala de Percepção do Suporte Social (versão adulta) (EPSUS – A)³⁸; Roteiro para registro de dados básicos de pós-graduandos³⁹; e a Escala analógica visual – EVA⁴⁰.

³⁶ Conta com três quadros referentes ao estresse, apresentando 37 itens de natureza somática e 19 psicológica, que objetivam avaliar a intensidade, a fase e a (ZOTESSO, 2021).

³⁷ Com 26 itens, objetiva-se avaliar distorções de pensamentos que são comumente encontradas em pessoas com depressão (ZOTESSO, 2021).

³⁸ Composta por 36 itens, agrupados nas 4 dimensões: Afetivo, Interações Sociais, Instrumental e Enfrentamento de Problemas (ZOTESSO, 2021).

³⁹ Roteiro elaborado pela autora que compreende 17 questões de caráter sociodemográfico (ZOTESSO, 2021).

⁴⁰ Instrumento que avalia medidas de características subjetivas ou atitudes; consiste em uma escala com pontuações que variam de 0 a 10, as quais mensuram a extensão da variação de uma dada característica (ZOTESSO, 2021).

Os resultados obtidos se separaram em 9 grupos, de acordo com a universidade e com o curso de origem, a saber: Grupo 1 (G1): Ciências Sociais – Unesp Marília; Grupo 2 (G2): Fonoaudiologia – Unesp Marília; Grupo 3 (G3): Educação – Unesp Marília; Grupo 4 (G4): Educação – Unesp Bauru; Grupo 5 (G5): Engenharia – USP São Carlos; Grupo 6 (G6): Engenharia – Unesp Bauru; Grupo 7 (G7): *Design* – Unesp Bauru; Grupo 8 (G8): Psicologia – Unesp Bauru; e Grupo 9 (G9): Psicologia – UFSCar.

Os dados revelaram que a amostra total apresentou uma predominância de respondentes do gênero feminino (75,76%) e que, em todos os grupos investigados, mais de 50% dos sujeitos que compuseram cada equipe apresentavam sinais de estresse. Ademais, revelou-se que todos os grupos tiveram uma média superior elevada para baixa autoestima e desesperança. Segundo a autora, esses dados corroboram com suas hipóteses de que os cursos que têm nota CAPES menor apresentam um maior índice de estresse entre seus discentes, assim como os cursos com notas CAPES elevadas manifestam um alto nível de competição entre pares, em comparação aos outros cursos, o que certifica a premissa de que, durante o mestrado e/ou doutorado, os níveis de estresse, o esgotamento emocional, a redução do suporte social, dentre outros aspectos, podem ser precípuos para o desenvolvimento de sofrimento e problemas de ordem psíquica. A propósito, a falta de financiamento por bolsas de estudos eleva as condições de estresse e denota uma baixa produção acadêmica, além da alta dedicação à pesquisa, um fato que agrava, ainda mais, essa condição.

Conforme afirma Zotesso (2021), novas pesquisas precisam ser realizadas, com a finalidade de compreender as atuais variações comportamentais dos pós-graduandos, no contexto de pós-pandemia da covid-19. Também é preciso que tanto os programas de pós-graduação quanto as agências de fomento e incentivo à pesquisa no nosso país estejam dispostos a apoiar e a valorizar os pós-graduandos, respeitando-os como profissionais pesquisadores que são.

Com o título “Adoecimento e atendimento psicológico de pós-graduandos: perfil, queixas e fatores associados aos sintomas de ansiedade”, o último estudo integrante desta revisão foi escrito por Câmara (2020) e se propôs a entender o processo de adoecimento psíquico e sintomas de ansiedade nos estudantes de pós-graduação da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

(UFVJM). A dissertação, de cunho quantitativo e de caráter observacional e descritivo, contou com a análise documental de 87 prontuários oriundos do banco de dados dos Prontuários Psicológicos Eletrônicos do Serviço de Psicologia da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, relativos aos atendimentos psicológicos individuais, voltados para estudantes de pós-graduação *lato sensu* e *stricto sensu*, no período de 2015 a 2018. Salienta-se que a organização da dissertação se efetivou por meio da elaboração de dois artigos e de um relatório técnico, que contaram com a análise dos dados coletados apresentados de maneira conjunta e subsequente.

No primeiro artigo situado na dissertação, intitulado “Perfil e principais queixas de pós-graduandos usuários do Serviço de Psicologia de uma universidade federal”, Câmara (2020) expõe que 18% do total de queixas apresentadas nos prontuários revelam sintomas de ansiedade nos discentes acolhidos, 17% apresentavam problemas acadêmicos, 16% relataram conflitos de relacionamento, 13% sentiam desânimo e 12% sofriam de problemas emocionais.

No que se tange ao perfil dos discentes acolhidos, a maioria consistia em mestrandos, do sexo feminino, com menos de 30 anos, que buscaram atendimento de forma espontânea, com queixas e sintomas de ansiedade, desânimo, problemas acadêmicos, de relacionamento e/ou emocional.

Para Câmara (2020), o crescimento e a expansão das universidades – e, sobretudo, dos programas de pós-graduação – podem representar o fator crucial para o aumento do adoecimento estudantil, aliando-se à ausência de políticas específicas de saúde mental e qualidade de vida direcionadas aos discentes e docentes das instituições de Ensino Superior.

Já no segundo artigo da dissertação, titulado “Fatores associados à ansiedade em estudantes de pós-graduação em uma universidade federal”, Câmara (2020) revela que, em 36 (41,4%) – dos 87 prontuários analisados –, o psicólogo responsável pelo atendimento observou a presença de queixas relacionadas à ansiedade, sendo que, no ano de 2018, quase 60% dos atendimentos apontavam para essa prevalência. O autor considera que o predomínio de sintomas ansiosos em pós-graduandos deve ser ponderado juntamente a uma associação de outras queixas e sintomas recorrentes, como a dificuldade de adaptação, problemas de ordem emocional e/ou acadêmico,

desânimo e estresse. Destarte, considerar as diferenças entre os discentes de graduação e pós-graduação – e entre as idiosincrasias de cada indivíduo, bem como compreender o perfil e os fatores associados a esse público – deve permitir a proposição de campanhas preventivas que sejam mais focais e efetivas, buscando a promoção de uma saúde mental sensível a todos os estudantes universitários.

Finalmente, no relatório técnico denominado “Atendimento psicológico aos estudantes de pós-graduação da UFVJM”, Câmara (2020) aponta que 74,7% dos discentes que procuraram o serviço de atendimento psicológico da universidade eram do sexo feminino, 80,2% estavam na faixa etária de 22 a 29 anos, sendo 86% oriundos do mestrado. Para além disso, 43% dos discentes já tinham sido atendidos anteriormente pelo serviço, considerando que apenas 14% deles foram encaminhados para serviços de psicologia e/ou psiquiatria fora da universidade. Desvela-se, assim, a necessidade de que as universidades viabilizem constantes estudos sobre o perfil de seus estudantes de pós-graduação, ao permitir a consolidação de campanhas mais individualizadas e específicas para seu público-alvo, com a finalidade de propiciar a saúde na pós-graduação (CÂMARA, 2020).

Com a descrição e exploração das pesquisas que compuseram o *corpus* analítico desta revisão de literatura, apreendeu-se que o sofrimento psíquico de pós-graduandos se vincula a uma associação de fatores estressores presentes no ambiente acadêmico e na vida pessoal dos sujeitos, que acabam por torná-los mais suscetíveis e vulneráveis ao sofrimento no período em que frequentam a academia. Dentre esses fatores estressantes, podem-se elencar: excesso de tempo dedicado à pesquisa, o que inclui finais de semana; ausência de escuta das coordenações de curso sobre problemáticas vivenciadas pelos pós-graduandos; carência na oferta de bolsas de estudos; combinação do estudo com atividade laboral; exigência de alta produtividade (elaboração de artigos e participação em eventos científicos com apresentação de trabalhos); relação conflituosa com o(a) orientador(a); relacionamentos interpessoais insatisfatórios, marcados pela competição entre os pares; dentre outros.

Averigua-se, ademais, que o fenômeno da saúde mental e do sofrimento psíquico dentro do ambiente de Ensino Superior é ainda, muitas vezes, desestimado e exíguo, reconhecendo-se, assim, o quão frágil, delicado e

inexplorado é esse tema de estudo, principalmente ao considerarmos a escassez de pesquisas acadêmicas encontradas no período elencado para a revisão (2005 a 2021). Isso ratifica a insuficiência de pesquisadores(as) que busquem investigar esse objeto, ao comprovar a iminente originalidade da presente pesquisa, a qual preconizou fornecer um momento seguro e de confiança para a sistematização de um diálogo honesto com os pós-graduandos, de modo a democratizar o exercício de voz ativa e aproximar o debate sobre saúde mental e subjetividade da academia.

A próxima seção discutiu os elementos metodológicos que delinearão, subsidiaram e possibilitaram a realização desta pesquisa. No mais, é importante rememorar os objetivos que circunscreveram este estudo, o qual objetivou explorar as percepções de discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá (UEM), acerca da saúde mental de pós-graduandos e das facilidades e/ou dificuldades experienciadas por eles no contexto da pandemia de covid-19 e do Ensino Remoto Emergencial (ERE).

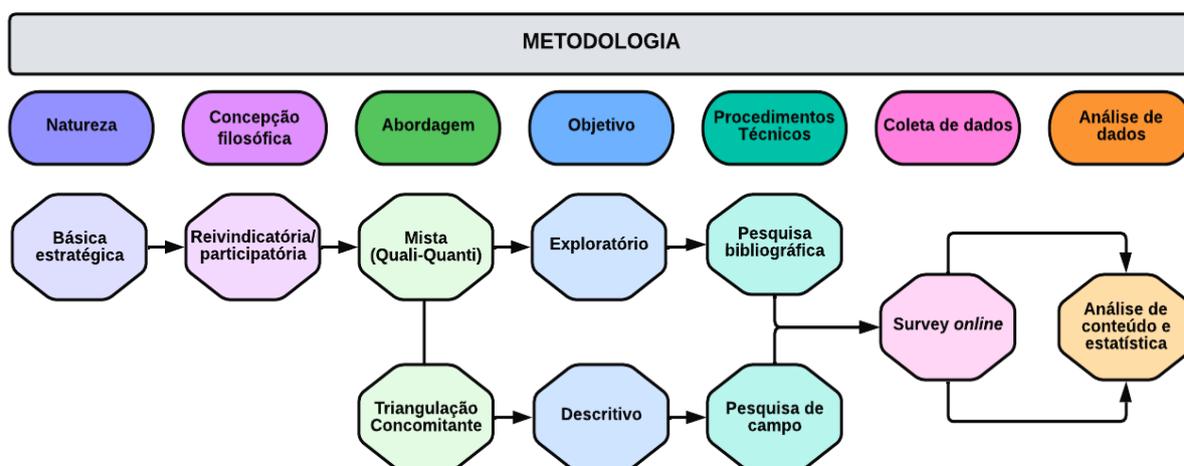
4. MÉTODO

Nesta seção, os aspectos metodológicos que subsidiaram a coleta e análise dos dados desta pesquisa foram especificados. Nela, apresentou-se uma breve caracterização sobre a pesquisa de abordagem mista (quali-quant), elencando-se, também, o campo e os sujeitos participantes do estudo; os instrumentos utilizados para a coleta de dados; bem como os métodos empregados para a análise destes.

4.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA

Esta pesquisa se classifica como sendo de natureza básica estratégica; estrutura-se sob uma concepção filosófica reivindicatória/participatória, com abordagem mista (quali-quantitativa), alicerçando-se sobre uma estratégia de triangulação concomitante, ao ser de caráter exploratória e descritiva. Como procedimentos técnicos, recorre-se à pesquisa bibliográfica e de campo. A coleta de dados se efetivou por meio de uma revisão de literatura, bem como a partir da aplicação de um *survey on-line*, encaminhado aos discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá. A metodologia da pesquisa se encontra representada na Figura 7.

Figura 7 – Fluxograma da metodologia da pesquisa



Fonte: elaborada pela autora.

A pesquisa de natureza **básica estratégica** se debruça sobre interesses universais, voltando-se para a aquisição de novos conhecimentos que aspirem contribuir para a solução de problemas práticos, socialmente reconhecidos. Em suma, intui-se conceber conhecimentos que sejam úteis para o avanço da ciência e para o aprimoramento de práticas que objetivem reparar problemáticas enfrentadas pela população a ser analisada (SILVA; MENEZES, 2001; GIL, 2019).

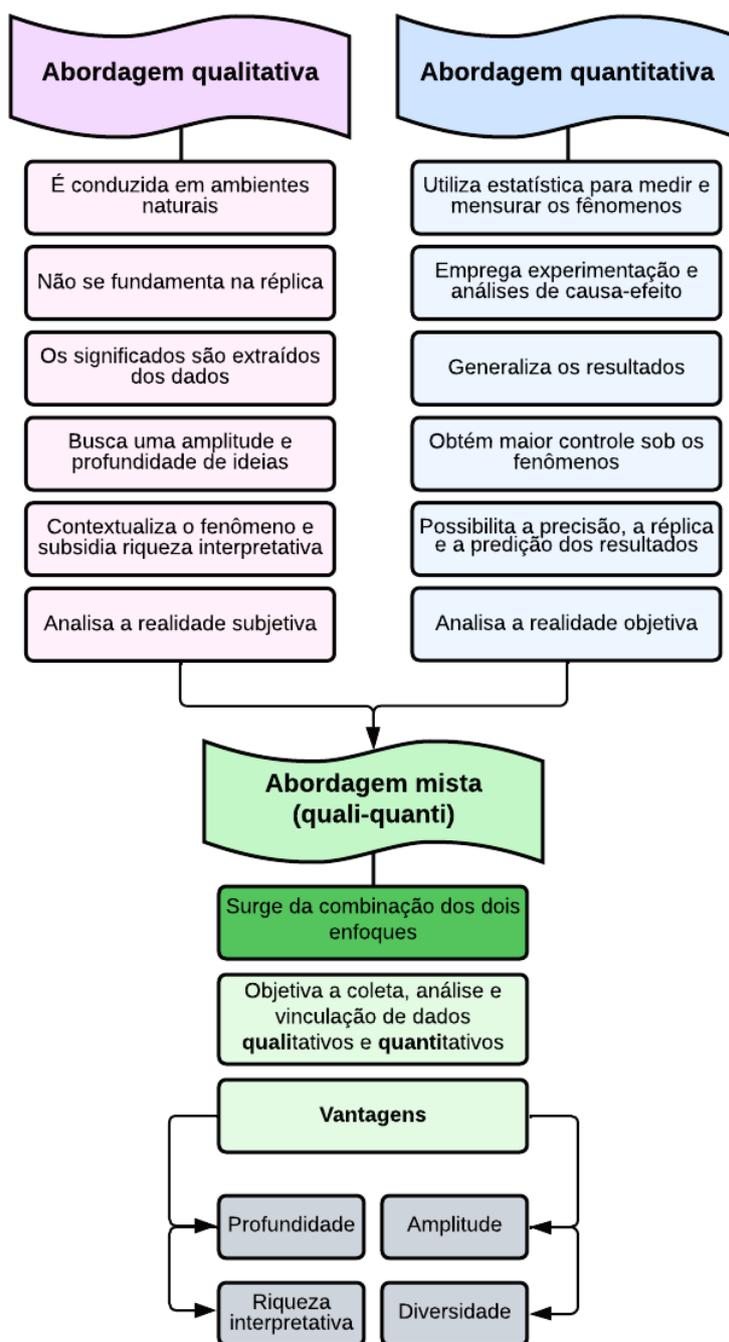
No tocante às concepções filosóficas utilizadas para fundamentar um estudo, Creswell (2010) as determina como um conjunto de crenças que movimentam e subsidiam a ação do pesquisador, contribuindo para a escolha da melhor abordagem, a depender do objetivo proposto (CRESWELL, 2010). Destarte, esta pesquisa se estrutura sob uma concepção filosófica do tipo **reivindicatória/participatória**.

A concepção reivindicatória/participatória se encontra intimamente ligada à política e ao tecido social, buscando sugerir ações que viabilizem uma transformação na vida dos participantes, nas instituições e no próprio pesquisador. Ademais, com seu caráter colaborativo – emancipatório – dialético –, concentra-se em conhecer intimamente as necessidades dos indivíduos e dos grupos sociais, fornecendo-lhes a oportunidade de exercerem voz ativa, ao tangenciar uma conscientização sobre as problemáticas coletivas, de modo a viabilizar a união em busca de reformas e mudanças (CRESWELL, 2010). Essa concepção filosófica dialoga com o referencial teórico escolhido para nortear este estudo, tendo em vista que a Teoria Crítica da Sociedade, ao buscar compreender o capitalismo e suas formas de opressão, disserta sobre a importância de um movimento de resistência social que possibilite, por meio da educação, uma transformação da sociedade vigente com foco na emancipação e na desbarbarização dos sujeitos (NOBRE, 2011).

Já no que tange à abordagem, o estudo se baseia em uma pesquisa de **métodos mistos**, que combina dados de cunho qualitativo e quantitativo em uma mesma investigação. A importância da pesquisa em métodos mistos se deve à complexidade de muitos dos fenômenos e problemas sociais e científicos; mais especificamente, pontua-se que a utilização de apenas um enfoque metodológico – quantitativo ou qualitativo – pode ser insuficiente para gerar resultados mais completos e fidedignos que abarquem, de fato, a multiplicidade de fatores inerentes

ao objeto pesquisado (SAMPIERI; COLLADO; BAPTISTA, 2013). Na Figura 8, encontram-se dispostas as principais características de cada tipo de abordagem metodológica de pesquisa.

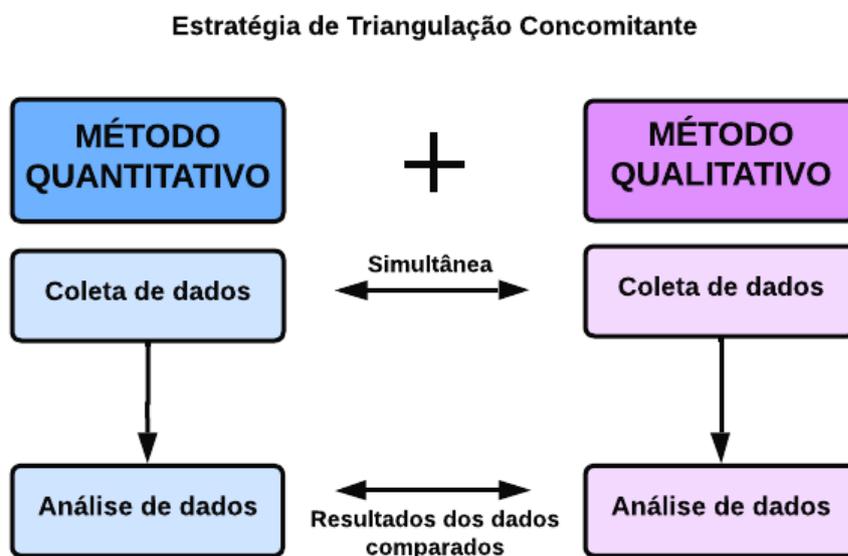
Figura 8 – Fluxograma com as principais características da abordagem qualitativa, quantitativa e de métodos mistos



Fonte: elaborada pela autora.

Para Creswell (2010), a coleta e análise de dados em uma pesquisa baseada em métodos mistos se utiliza de modelos visuais que objetivam deixar inteligíveis para o leitor as estratégias empregadas pelos pesquisadores no decorrer do estudo. Destarte, apresentam-se, na Figura 9, as principais características da abordagem de **triangulação concomitante**, utilizada para estruturar a pesquisa em voga.

Figura 9 – Fluxograma com a estratégia de triangulação concomitante



Fonte: elaborada pela autora.

Na triangulação concomitante, os dados quantitativos e qualitativos são coletados de maneira simultânea. A posteriori, os dados quantitativos são analisados separadamente, assim como os dados qualitativos. A combinação das abordagens é realizada na seção de resultados e discussões da pesquisa, que buscam fundir, consolidar e comparar os resultados oriundos de ambas as análises (CRESWELL, 2010). O processo de triangulação idealiza a confluência, corroboração e correlação – ou não – de dados e resultados alcançados pelos métodos quali e quanti, enfatizando a heterogeneidade das informações obtidas (SAMPIERI; COLLADO; BAPTISTA, 2013).

Quanto ao objetivo, a pesquisa se caracteriza como sendo **exploratória** e **descritiva**, pois, além de proporcionar familiaridade com o problema e construir

hipóteses, descreve características de determinada população ou fenômeno (GIL, 2019).

Concernente aos procedimentos técnicos utilizados, elencou-se a **pesquisa bibliográfica** e de **campo** (GIL, 2019). A pesquisa bibliográfica visa a auxiliar na determinação e viabilização do estudo, resgatando investigações sobre a mesma temática, ao oportunizar para o pesquisador a compreensão e a identificação de possíveis lacunas de conhecimento (CRESWELL, 2010). Já a pesquisa de campo estuda o objeto em seu ambiente próprio, e a sua coleta dos dados é realizada nas condições naturais dos fenômenos, sem intervenção direta do pesquisador, utilizando-se de instrumentos que abrangem levantamentos de dados dos mais descritivos (*surveys*)⁴¹ até estudos mais analíticos (SEVERINO, 2013).

4.2 ASPECTOS ÉTICOS

Ao se realizar um estudo, os pesquisadores devem ter em mente que é necessário proteger e zelar pela integridade física e emocional dos participantes de sua pesquisa. Além de desenvolver uma relação de confiança, é preciso refletir sobre cada uma das etapas que irão compor a investigação, prevendo possíveis intercorrências e condutas inadequadas que podem colocar em risco a credibilidade dos dados coletados (CRESWELL, 2010).

À vista disso, a pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos (COPEP), sob o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) n. 50408921.8.0000.0104, parecer n. 5.027.421. Todos os procedimentos éticos foram seguidos à risca, visando a preservar a identidade dos participantes. Não foram coletados nomes e nenhuma outra informação que permitisse a identificação dos sujeitos.

O critério de inclusão para a participação na pesquisa determinou que a amostra seria composta apenas por pós-graduandos regularmente matriculados no mestrado, doutorado ou pós-doutorado no Programa de Pós-Graduação em

⁴¹ O *survey* é considerado um método de pesquisa que objetiva “[...] descrever, explicar e/ou explorar características ou variáveis de uma população por meio de uma amostra estatisticamente extraída desse universo” (DUARTE, 2010, p. 1).

Educação, estabelecendo, como critérios de exclusão, estudantes com matrículas trancadas ou aqueles matriculados como não regulares.

4.3 CAMPO DA PESQUISA

A pesquisa se realizou na cidade de Maringá/PR, com discentes regularmente matriculados no Programa de Pós-Graduação em Educação (PPE) da Universidade Estadual de Maringá (UEM). A escolha desse campo se deu pela intenção de dar voz aos discentes, colegas das pesquisadoras, além do interesse em auxiliar o programa no possível desenvolvimento de ações que busquem aproximar o corpo docente e discente da instituição, bem como para fornecer dados científicos relevantes e capazes de conduzir mudanças nas instituições responsáveis pela organização da pós-graduação no Brasil, por exemplo, a CAPES.

Convém ressaltar que Maringá é a terceira maior cidade do estado e a sétima da região Sul do Brasil em relação à sua população (436.472 pessoas)⁴², destacando-se pela qualidade de vida oferecida a seus moradores e por ser um importante entroncamento rodoviário regional.

Em virtude de sua posição geográfica, a Universidade Estadual de Maringá recebe alunos de graduação e pós-graduação não só do Paraná, mas dos estados vizinhos, principalmente de São Paulo, Mato Grosso do Sul e Santa Catarina. Dessa forma, os alunos do PPE são provenientes de diferentes estados da federação e de outros países da América Latina. A Figura 10 ilustra o mapa do Brasil, situando-se a cidade de Maringá com o símbolo da Universidade Estadual de Maringá.

⁴² Dados do IBGE, disponíveis em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/pr/maringa.html>.

Figura 10 – Mapa do Brasil com a cidade de Maringá sinalizada



Fonte: adaptada de: <https://portaldemapas.ibge.gov.br/portal.php#mapa6>.

4.4 CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES DA PESQUISA

Participaram da pesquisa 76 pós-graduandos regularmente matriculados no Programa de Pós-Graduação em Educação (mestrado, doutorado e pós-doutorado) da Universidade Estadual de Maringá.

4.5 INSTRUMENTO PARA A COLETA DE DADOS

A presente pesquisa utilizou como instrumento para a coleta de dados um *survey*⁴³, o qual foi elaborado pelas autoras (Apêndice A); contemplou 69 questões, optativas e dissertativas, que investigaram características sociodemográficas, o conceito subjetivo de ser estudante da pós-graduação *stricto sensu*, bem como o entendimento sobre a qualidade de vida e a saúde mental em tempos de pandemia. O instrumento se estruturou sob a base de recursos disponíveis pelo *software*

⁴³ Inspirado no instrumento produzido por Souza *et al.*, 2021.

Office Forms 365®⁴⁴, e o *link* de acesso foi encaminhado via *e-mail* institucional a todos os 176 discentes matriculados no Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá.

O *survey* é caracterizado como um método de pesquisa que anseia coletar informações diretamente de um grupo no qual se deseja, eminentemente, conhecer (GERHARDT; SILVEIRA, 2009). Por vezes, o *survey* pode ser considerado semelhante ao censo; no entanto, o que os diferem é a característica da amostragem a ser estudada, já que o censo analisa dados coletados de uma população completa, e o *survey* coleta dados de apenas uma fração dessa população, buscando, porém, compreendê-la em sua totalidade, ao se utilizar, para isso, da análise e generalização dos resultados (BABBIE, 1999; DUARTE, 2010).

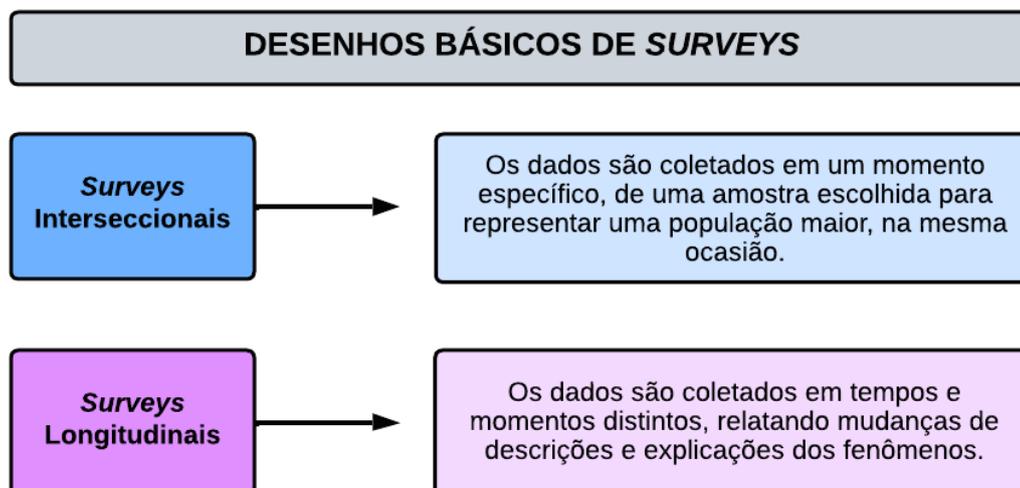
Construído, de antemão, para ser empregado em pesquisas de caráter político, foi utilizado no ano de 1880 por Karl Marx, que enviou, via correio, para cerca de vinte e cinco mil trabalhadores franceses, um questionário que buscava compreender o grau de exploração que eles sofriam de seus patrões. Max Weber também utilizou o *survey* em sua pesquisa sobre ética protestante (1904-1905) que, para além de levantar um histórico comparativo do desenvolvimento econômico, buscou compreender mais sobre os operários protestantes e católicos da época (BABBIE, 1999). Hodiernamente, o *survey* é utilizado em larga escala em pesquisas científicas/sociais voltadas, em especial, para a área de *marketing*, sociologia e ciências humanas.

Babbie (1999, p. 82) caracteriza as pesquisas de *surveys* como sendo lógicas, determinísticas, gerais e parcimoniosas, ao ter, ainda, uma função pedagógica única, já que “[...] todas as deficiências ficam mais claras nela do que em outros métodos de pesquisa social, permitindo assim avaliações mais conscientes de suas implicações”.

Os *surveys* se distinguem de acordo com a sua finalidade, havendo, assim, dois desenhos básicos de pesquisas cabíveis a esse método, a saber: *Surveys* Interseccionais – ou *cross-sectional* – e *Surveys* Longitudinais (BABBIE, 1999; DUARTE, 2010). A Figura 11 representa e caracteriza os dois desenhos básicos de *surveys* propostos por Babbie (1999).

⁴⁴ O Office Forms 365®, é um software de pesquisas on-line lançado no ano de 2018 pela Microsoft, como uma das ferramentas integrantes do Office 365.

Figura 11 – Desenhos básicos de *Surveys*



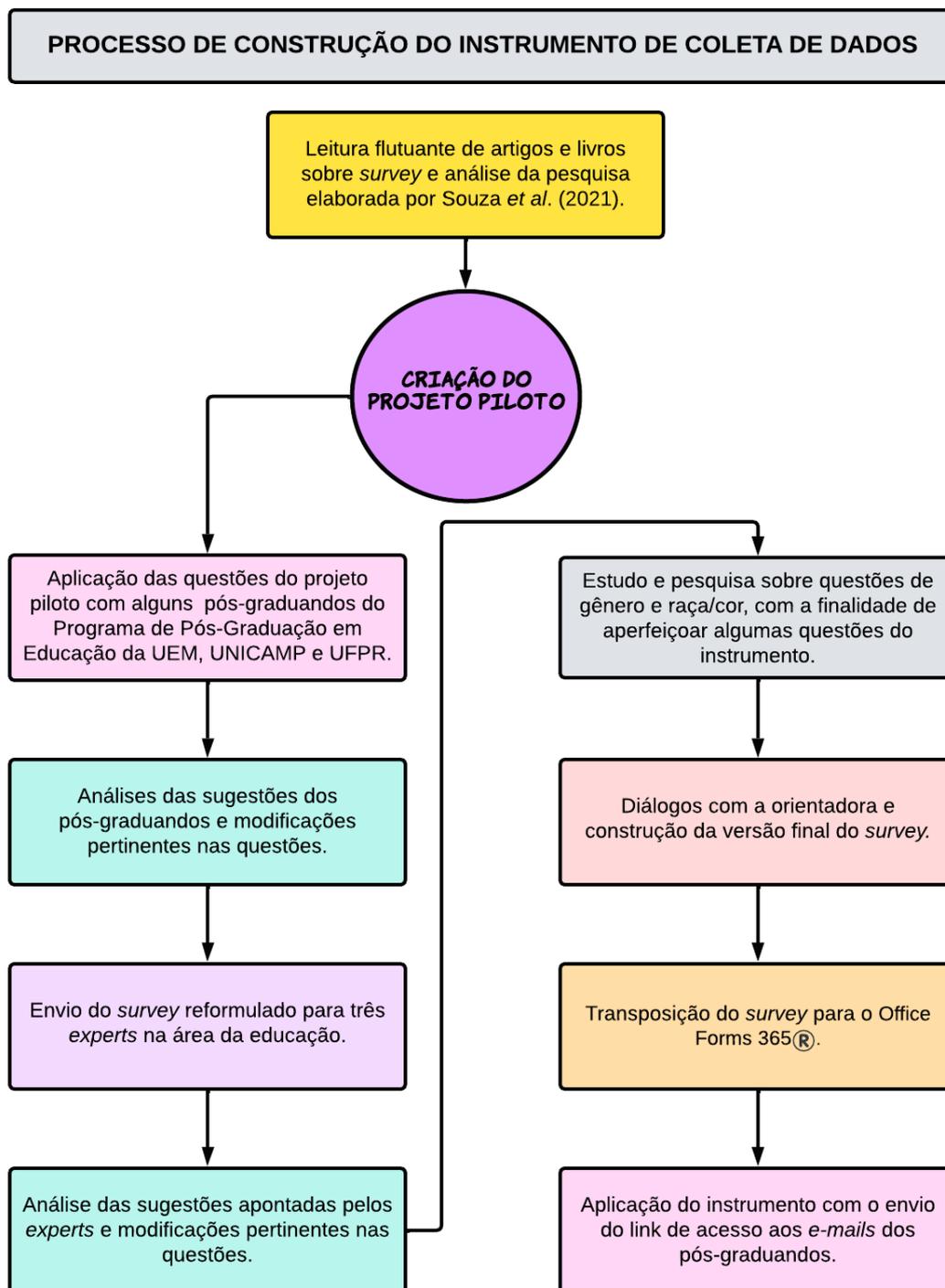
Fonte: elaborada pela autora.

Evidencia-se que, para a coleta de dados da pesquisa, optou-se pela realização de um *survey* interseccional, tendo em vista que os dados foram colhidos em um momento específico (meses de outubro a dezembro do ano de 2021), de uma amostra escolhida pelas pesquisadoras (pós-graduandos do PPE oriundos da UEM) para descrever características de uma população maior (pós-graduandos), em uma mesma ocasião (BABBIE, 1999).

Cabe ressaltar que o *survey* interseccional se concebeu a partir de um estudo piloto analisado, a priori, sob a *expertise* de três doutores na área da Educação, como também membros do Grupo de Estudos e Pesquisas em Família, Escola e Sociedade (GEPEFS) e de pós-graduandos da Universidade Federal do Paraná e da Universidade Estadual de Campinas. Segundo Belei *et al.* (2008), um pré-teste é fundamental para a adequação dos instrumentos de pesquisa ao público-alvo; deve contar com a colaboração tanto de pesquisadores envolvidos com estudos na área em voga como de pessoas que tenham características semelhantes à da população a ser pesquisada. Para Creswell (2010), o desenvolvimento de um projeto piloto pode, por vezes, evitar intercorrências éticas durante a pesquisa, tendo em vista que a testagem dos instrumentos detecta, de antemão, erros capazes de marginalizar e, até mesmo, incapacitar os sujeitos participantes do estudo.

A Figura 12 ilustrou o processo de construção do instrumento de coleta de dados (*survey* interseccional).

Figura 12 – Fluxograma do processo de construção do instrumento de coleta de dados



Fonte: elaborada pela autora.

De acordo com o fluxograma ilustrado pela Figura 12, observa-se que a construção do instrumento de coleta de dados se efetivou, primeiramente, pela leitura flutuante de livros e artigos que dissertavam sobre o *survey* e suas principais características (BABBIE, 1999; GERHARDT; SILVEIRA, 2009; DUARTE, 2010).

Após, analisou-se o *survey* construído por Souza *et al.* (2021), que pesquisaram sobre a saúde mental e à docência na pandemia, buscando elencar as percepções dos professores a respeito do trabalho docente realizado de maneira remota. Posteriormente, criou-se o projeto piloto que já elencou as questões pertinentes ao tema a ser investigado. O piloto foi encaminhado, a priori, para um grupo de, aproximadamente, 15 discentes dos Programas de Pós-Graduação em Educação da UEM, UNICAMP e UFPR, que prontamente sugeriram algumas modificações. A posteriori, o instrumento já atualizado foi encaminhado para três *experts* na área da educação (todos doutores).

Mesmo com todas as sugestões de modificações, ainda se fez necessário consultar alguns estudos que auxiliassem no refinamento das questões sobre gênero e cor/raça do instrumento. Após, com todas as adaptações efetivadas, um debate com a orientadora da pesquisa aconteceu, com o intuito de aprimorar, ainda mais, o instrumento, ajustando-se os últimos detalhes antes da transposição para Microsoft Office Forms®. Finalmente, o instrumento foi transposto e encaminhado, por meio de um *link* de acesso via *e-mail*, para todos os 176 discentes regularmente matriculados no PPE da UEM.

4.6 PROCEDIMENTOS PARA A COLETA DOS DADOS

A primeira etapa para iniciar a coleta de dados se deu com o envio da carta de anuência (Apêndice B) à Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade de Maringá (UEM), solicitando a autorização para o envio do *survey* via *e-mail* aos discentes com matrículas ativas no referido programa.

De posse dessa carta, posteriormente, submeteu-se o projeto de pesquisa ao Comitê Permanente de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos (COPEP) da UEM, para a devida apreciação e aprovação. A coleta de dados contemplou as diretrizes da Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde⁴⁵.

⁴⁵ Para saber mais, consulte: https://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/22917581.

Com a aprovação do projeto, o *survey* foi transposto para um formulário Microsoft Office Forms® e encaminhado juntamente com o TCLE aos pós-graduandos do PPE. Utilizou-se, como forma de envio, apenas os *e-mails* institucionais da Secretaria do PPE, da orientadora e da mestranda. A coleta de dados se iniciou no dia 18 de outubro de 2021, data de envio do primeiro *e-mail* encaminhado pela coordenação do PPE aos 176 pós-graduandos matriculados. Nos dias 22 de novembro e 13 de dezembro de 2021, o instrumento foi reencaminhado pelas pesquisadoras, encerrando-se no dia 19 de dezembro de 2021, ao obter um total de 76 respostas. O tempo médio utilizado para responder ao *survey* foi de 58 minutos.

Ressalta-se que o número ideal do índice de respostas de um *survey* deve se basear em uma taxa mínima de 20% do número total de sujeitos da população pesquisada (MALHOTRA; GROVER, 1998). Destarte, evidencia-se que a presente pesquisa apresentou um índice de respostas de 43,18%, o que tornou o estudo elegível e os dados coletados confiáveis para serem analisados.

Salienta-se, também, que, devido ao momento de pandemia e isolamento social experienciado no ano de 2021 – data reservada para a coleta de dados da pesquisa –, optou-se pelo encaminhamento e aplicação do *survey* apenas de forma virtual, tornando-se, assim, imprescindível o aceite ao TCLE (Apêndice C), para que os discentes obtivessem acesso às subseqüentes perguntas do formulário. O(a) participante teve acesso a um *link* que o(a) encaminhava a uma pasta via Google Drive®, com o acesso integral e irrestrito ao TCLE, tendo ele(a) a opção de apenas lê-lo *on-line*, como também de baixá-lo em seu celular ou computador.

4.7 PROCEDIMENTOS PARA A ANÁLISE DOS DADOS

Antes da análise dos dados propriamente dita, realizou-se uma revisão de literatura que buscou identificar as produções acadêmicas brasileiras executadas entre os anos de 2005 e 2021, referentes à saúde mental de pós-graduando. Além de servir como uma importante ferramenta de atualização para os pesquisadores, a revisão de literatura objetiva extrair lacunas de conhecimento, possíveis de trazerem à luz potencialidades e fragilidades nas produções efetivadas pela comunidade acadêmica (LUNA, 2000).

Com a realização da revisão de literatura, novas questões sobre a relação entre a saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos foram surgindo, o que subsidiou a criação de um *survey* que pudesse, dentro de seus limites enquanto instrumento⁴⁶, explorar questões ainda pouco investigadas, possibilitando aos discentes do PPE da UEM a oportunidade de refletirem e dialogarem sobre desafios, facilidades e dificuldades inerentes ao papel social de ser um pós-graduando em período pandêmico.

Babbie (1999) revela que a codificação das respostas obtidas por meio do *survey* consiste em uma substancial matéria-prima para uma análise de conteúdo. Assim, os dados coletados em nossa pesquisa foram classificados por intermédio de categorias de análise, utilizando-se da técnica de análise de conteúdo proposta por Laurence Bardin (2011), que corresponde a uma metodologia para o estudo das comunicações.

Segundo Bardin (2011, p. 125), a metodologia de análise de conteúdo é subdividida em três grandes “pólos cronológicos”, sendo eles: 1) pré-análise; 2) exploração do material; e 3) tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

A pré-análise é a primeira etapa da análise de conteúdo realizada, fundamentalmente, com o intuito de organizar e sistematizar as ideias iniciais. Nesse momento, os pesquisadores devem selecionar os documentos, formular objetivos e hipóteses, elaborando possíveis indicadores que auxiliarão na interpretação final dos resultados (BARDIN, 2011).

A exploração do material vem em etapa subsequente, que consiste em codificar, decompor, delimitar e enumerar os dados, de acordo com a preferência do pesquisador, que poderá se utilizar de procedimentos manuais ou de recursos tecnológicos para condensar e agilizar esse processo (BARDIN, 2011).

Já na terceira e última etapa, que busca subsidiar o tratamento dos resultados, inferências e interpretação, os dados brutos devem se tornar válidos e significativos, o que constitui submetê-los a operações estatísticas; aliás, eles podem ser, posteriormente, condensados em figuras, tabelas, gráficos,

⁴⁶ Os limites de um instrumento *survey* aplicado de maneira remota, correspondem a uma exploração mais limitada das razões por trás das respostas fornecidas pelos participantes (aconselha-se nessa situação, a utilização de uma entrevista semiestruturada ou de um *survey* por entrevista), assim como a dificuldade no entendimento de dinâmicas sociais mais complexas (BABBIE, 1999).

fluxogramas etc., com a finalidade de tornar o acesso aos resultados mais democrático e compreensível (BARDIN, 2011).

O tratamento e a análise dos dados levantados na pesquisa seguiram rigorosamente todas as etapas propostas pela metodologia de análise de conteúdo, estando-as explicitadas no Quadro 4.

Quadro 4 – Procedimentos para análise dos dados coletados, seguindo as etapas da análise de conteúdo

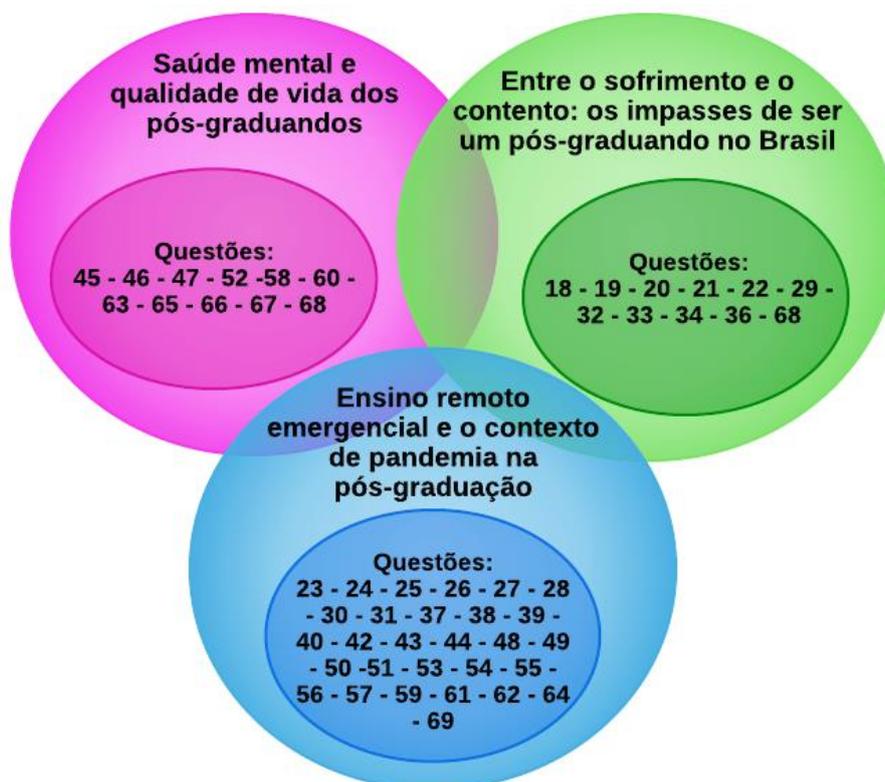
Etapas da análise de conteúdo	Ações realizadas pelas pesquisadoras
<p style="text-align: center;">PRÉ-ANÁLISE</p>	<p>Com o encerramento do <i>survey</i>, todos os dados coletados foram, primeiramente, transcritos para um documento Word® que buscou, de maneira preliminar, subsidiar a primeira leitura flutuante das informações.</p>
<p style="text-align: center;">EXPLORAÇÃO DO MATERIAL</p>	<p>Após a pré-análise, todos os dados foram subdivididos em eixos temáticos/semânticos, de acordo com a frequência das respostas obtidas. Ao realizar uma nova leitura flutuante dos dados, para além da composição do perfil sociodemográfico dos participantes, surgiram três grandes categorias de análise, a saber:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) saúde mental e qualidade de vida dos pós-graduandos; 2) entre o sofrimento e o contento: os impasses de ser um pós-graduando no Brasil; e 3) ensino remoto emergencial e o contexto de pandemia na pós-graduação. <p>Cada categoria de análise foi identificada por uma cor distinta, que auxiliou na seleção e dissociação das questões a serem agrupadas dentro de cada uma delas. A categoria 1 foi identificada pela cor rosa. A categoria 2 se identificou pela cor verde. E, finalmente, a categoria 3 foi combinada com a cor azul.</p> <p>Após a seleção, dissociação e combinação das questões nas categorias de análise, todo o material foi impresso e passou por uma nova leitura flutuante.</p>
<p style="text-align: center;">TRATAMENTO DOS RESULTADOS</p>	<p>Cada questão foi analisada individualmente e em ordem cronológica. Os dados quantitativos foram organizados e tabulados com a utilização do Microsoft Excel® 2019, sendo, também, subdivididos e agrupados dentro das categorias de análises já elencadas. Em seguida, realizou-se uma exploração minuciosa de todo o material agrupado e categorizado para, finalmente, obter-se</p>

	a inferência e a interpretação dos resultados obtidos.
--	--

Fonte: elaborado pela autora.

Conforme disposto no Quadro 4, constatou-se que o tratamento dos dados coletados pela pesquisa permitiu que as questões do *survey* fossem agrupadas e classificadas em três grandes categorias de análise, que se encontram elencadas e subdivididas de acordo com sua cor predefinida, nas Figuras 13 e 14. Já os dados utilizados para traçar o perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa foram retirados das questões de 1 a 12, bem como das questões de 14 a 17.

Figura 13 – Questões selecionadas para a composição das três categorias de análise

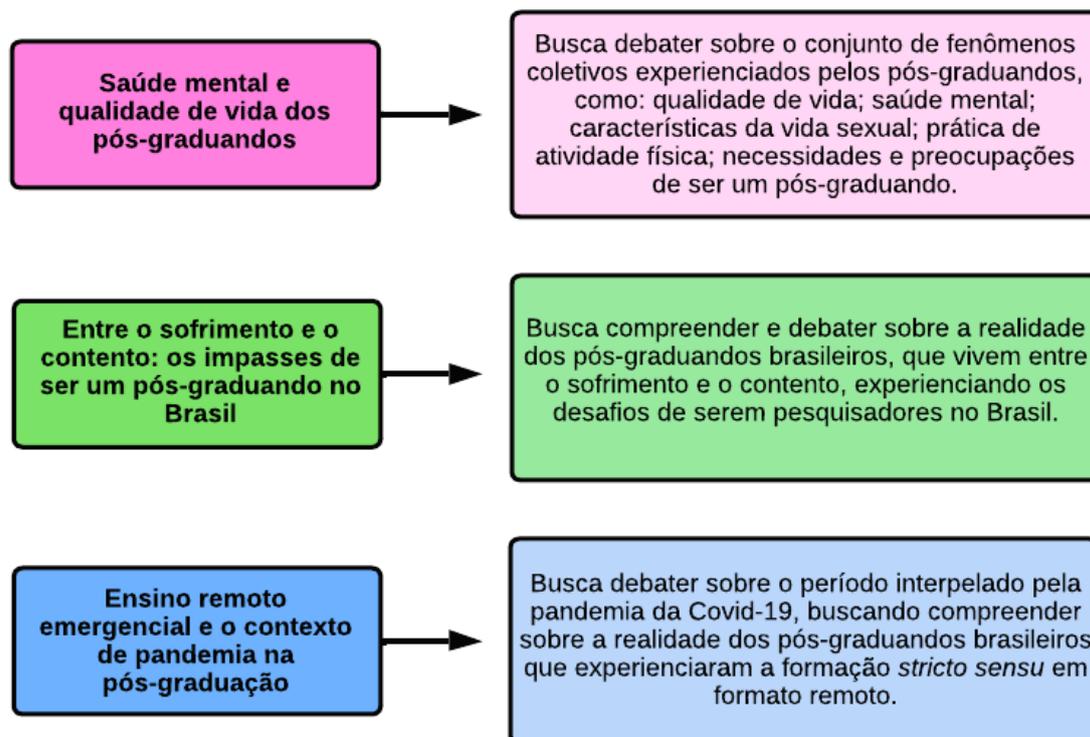


Fonte: elaborada pela autora.

A Figura 13 elencou, de maneira sintetizada, a subdivisão das questões do *survey* que foram utilizadas para compor cada uma das categorias analisadas, diferenciadas por suas cores correspondentes.

Por conseguinte, a Figura 14 apresenta, em síntese, a definição e os assuntos pautados em cada uma das três categorias de análise.

Figura 14 – Síntese das definições das três categorias de análise



Fonte: elaborada pela autora.

Destaca-se que – priorizando a respeitar todos os procedimentos éticos – os pós-graduandos participantes da pesquisa tiveram a sua identidade preservada, optando-se por referenciá-los pelos pseudônimos **PG1**, **PG2** e assim por diante.

Na próxima seção, abordaram-se os resultados e as discussões dos dados levantados, articulados aos achados evidenciados pela revisão de literatura e pelo *survey* interseccional, confrontando-os aos principais pressupostos da Teoria Crítica da Sociedade e de outros pensadores contemporâneos.

5. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Abordou-se, nesta seção, o perfil sociodemográfico dos sujeitos pesquisados, assim como a exploração e discussão dos dados levantados na pesquisa, de acordo com as três categorias de análise predefinidas: 1) saúde mental e qualidade de vida dos pós-graduandos; 2) entre o sofrimento e o contento: os impasses de ser um pós-graduando no Brasil; e, finalmente: 3) ensino remoto emergencial e o contexto de pandemia na pós-graduação.

Os dados foram analisados em concordância com os preceitos da Teoria Crítica da Sociedade, interseccionando-se ao trabalho de autores que dissertam sobre o sofrimento psíquico e a saúde mental na contemporaneidade.

5.1 PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS PARTICIPANTES

Antes de iniciar a exploração e discussão das categorias de análise, é importante discutir, brevemente, o perfil sociodemográfico dos pós-graduandos, atentando-se para o fato de que há semelhanças que corroboram com dados de estudos que também se propuseram a investigar fenômeno semelhante.

A Tabela 1 elencou o perfil sociodemográfico dos pós-graduandos participantes da pesquisa. Cabe salientar que a composição deste perfil contou com dados provenientes do levantamento de 16 questões de um dos instrumentos utilizados para a coleta (*survey on-line*).

Tabela 1 – Perfil sociodemográfico dos pós-graduandos pesquisados

IDENTIDADE DE GÊNERO	N=	%
Mulher cisgênero	56	73,68%
Homem cisgênero	17	22,37%
Travesti	1	1,32%
Não-binária	2	2,63%
TOTAL	76	100%
ORIENTAÇÃO SEXUAL	N=	%
Heterossexual	64	84,21%
Bissexual	3	3,95%

Gay	6	7,89%
Pansexual	1	1,32%
Assexual	1	1,32%
Outro	1	1,32%
TOTAL	76	100%
COR/ RAÇA	N=	%
Branco(a)	58	76,32%
Pardo(a)	11	14,47%
Preto(a)	5	6,58%
Amarelo(a)	2	2,63%
TOTAL	76	100%
IDADE	N=	%
20-24 anos	8	10,53%
25-29 anos	14	18,42%
30-35 anos	18	23,68%
36-40 anos	11	14,47%
41-45 anos	11	14,47%
46-50 anos	6	7,90%
51-55 anos	7	9,21%
56-60 anos	1	1,32%
TOTAL	76	100%
IDADE MÉDIA (D.P)	36,14	(9,57)
ESTADO CIVIL	N=	%
Casado(a)	40	52,63%
Solteiro(a)	22	28,95%
União Estável	9	11,84%
Divorciado(a)	4	5,26%
Outro	1	1,32%
TOTAL	76	100%
FILHOS(AS)	N=	%
Não tem filhos(as)	43	56,58%
Tem um filho(a)	14	18,42%
Tem dois filhos(as)	13	17,11%
Tem mais de dois filhos(as)	6	7,89%
TOTAL	76	100%
RESIDEM COM...	N=	%
Cônjuge ou companheiro(a)	47	61,84%
Com os pais	12	15,79%

Sozinhos(as)	8	10,53%
Com outros familiares	4	5,26%
Outros	3	3,95%
Amigos(as)	2	2,63%
TOTAL	76	100%
MORAM NA CIDADE DE MARINGÁ?	N=	%
Não	40	52,63%
Sim	36	47,37%
TOTAL	76	100%
PRECISARAM MUDAR DE RESIDÊNCIA PARA ESTUDAR?	N=	%
Não	67	88,16%
Sim, mudaram de residência	5	6,58%
Sim, mudaram de residência e estado	4	5,26%
TOTAL	76	100%
CURSAVAM NO MOMENTO...	N=	%
Mestrado	44	57,89%
Doutorado	31	40,79%
Pós-Doutorado	1	1,32%
TOTAL	76	100%
EXERCEM ATIVIDADE REMUNERADA?	N=	%
Sim	62	81,58%
Não	14	18,42%
TOTAL	76	100%
CARGA HORÁRIA SEMANAL DE TRABALHO	N=	%
Trabalham de 5 a 10 horas semanais	2	3,23%
Trabalham de 11 a 20 horas semanais	15	24,19%
Trabalham de 21 a 30 horas semanais	7	11,29%
Trabalham de 31 a 40 horas semanais	27	43,55%
Trabalham de 41 a 50 horas semanais	7	11,29%
Trabalham de 51 a 60 horas semanais	4	6,45%
TOTAL	62	100%
CARGA HORÁRIA SEMANAL MÉDIA (D.P)	31,05	(12,37)
PRINCIPAL VÍNCULO EMPREGATÍCIO	N=	%
Trabalho formal	56	90,32%
Trabalho informal	6	9,68%
TOTAL	62	100%
PRINCIPAIS ATRIBUIÇÕES DOS QUE EXERCEM ATIVIDADE REMUNERADA	N=	%
Professor(a) da Educação Básica	19	30,64%

Pedagogo(a)	10	16,13%
Professor do Ensino Superior	9	14,51%
Revisor Textual	3	4,84%
Orientador Educacional	2	3,23%
Assessor Pedagógico	2	3,23%
Coordenador de curso superior	2	3,23%
Outros	15	24,19%
TOTAL	62	100%
RENDA FAMILIAR MENSAL		
	N=	%
Entre 1 e 2 salários mínimos	8	10,52%
Entre 2 e 3 salários mínimos	9	11,84%
Entre 3 e 5 salários mínimos	24	31,58%
Entre 5 e 7 salários mínimos	22	28,95%
Mais de 7 salários mínimos	13	17,11%
TOTAL	76	100%
A RENDA FAMILIAR ATENDE QUANTAS PESSOAS?		
	N=	%
Duas pessoas	29	38,16%
Quatro pessoas	23	30,26%
Três pessoas	15	19,74%
Uma pessoa	7	9,21%
Mais de cinco pessoas	2	2,63%
TOTAL	76	100%

Fonte: elaborada pela autora.

Conforme demonstrado na Tabela 1, 56 (73,68%) pós-graduandos se identificaram como mulheres cisgênero; 17 (22,37%) como homens cisgênero; 1 (1,32%) se identificou como travesti; e 2 (2,63%) se revelaram como não-binária. No que tange à orientação sexual, 64 (84,21%) se definiram como heterossexuais; 3 (3,95%) como bissexual; 6 (7,89%) se reconhecem como gay; 1 (1,32%) como pansexual; 1 (1,32%) se considerou assexual; e 1 (1,32%) elencou outra opção.

Já no quesito cor/raça, 58 (76,32%) pós-graduandos se autoidentificaram brancos(as); 11 (14,47%) pardos(as); 5 (6,58%) se revelaram pretos(as); e 2 (2,63%) amarelos(as).

No que diz respeito à faixa etária da população da amostra, averiguou-se que 18 (23,68%) dos pós-graduandos se encontravam na faixa de 30-35 anos; 14 (18,42%) na faixa dos 25-29 anos; 11 (14,47%) pertenciam à faixa dos 36-40 anos;

11 (14,47%) estavam entre os 41-45 anos; 8 (10,53%) entre 20-24 anos; 7 (9,21%) compunham a faixa dos 51-55 anos; 6 (7,90%) se encontravam entre os 46-50 anos; e apenas 1 (1,32%) pós-graduando pertencia à faixa dos 56-60 anos. A média da faixa etária dos participantes do estudo ficou em 36,14 anos (DP=9,57).

Quanto ao estado civil, observou-se que 40 (52,63%) discentes se afirmavam casados(as); 22 (28,95%) se mencionavam solteiros; 9 (11,84%) firmaram contrato de união estável; 4 (5,26%) se referiam como divorciados(as); e 1 (1,32%) mencionou pertencer a outro tipo de estado civil. No tocante a filhos, apreendeu-se que 43 (56,58%) não tinham filhos(as) na época da coleta dos dados; 14 (18,42%) tinham apenas um filho(a); 13 (17,11%) tinham dois filhos(as); e 6 (7,89%) reportaram terem mais de dois filhos(as).

Aferiu-se que 47 (61,84%) sujeitos residiam com o cônjuge ou companheiro(a); 12 (15,79%) afirmaram morarem com os pais; 8 (10,53%) moravam sozinhos(as); 4 (5,26%) residiam com outros familiares; 2 (2,63%) com os(as) amigos(as); e 3 (3,95%) com outras pessoas (não especificadas). Não obstante, ainda conforme a Tabela 1, observa-se que 40 (52,63%) pós-graduandos não residiam na cidade de Maringá, enquanto 36 (47,37%) deles moravam, sim, na cidade. Quando questionados sobre a necessidade de mudança de residência ou estado para estudarem, para 67 (88,16%) discentes, não houve necessidade de mudança para estudo; 5 (6,58%) precisaram mudar apenas de residência; 4 (5,26%) mudaram de residência e estado para cursarem a pós-graduação *stricto sensu*.

Na época da coleta de dados, 44 (57,89%) pós-graduandos realizavam o mestrado; 31 (40,79%) o doutorado; e apenas 1 (1,32%) realizava estágio pós-doutoral. Não obstante, 62 (81,58%) estudantes exerciam atividade remunerada; enquanto 14 (18,42%) não trabalhavam.

Dentre os 62 sujeitos que exerciam algum tipo de atividade remunerada, observou-se que 27 (43,55%) deles trabalhavam de 31 a 40 horas semanais; 15 (24,19%) trabalhavam de 11 a 20 horas semanais; 7 (11,29%) afirmaram trabalharem entre 21 e 30 horas semanais; para outros 7 (11,29%), suas atividades laborais se realizavam em um total de 41 a 50 horas semanais; 4 (6,45%) trabalhavam de 51 a 60 horas semanais; e apenas 2 (3,23%) afirmaram trabalharem de 5 a 10 horas semanais. A média da carga horária de trabalho

semanal ficou em 31,05 horas (DP= 12,37). Ainda no tocante aos 62 sujeitos que afirmaram exercer algum tipo de atividade laboral, 56 (90,32%) trabalhavam sob o vínculo empregatício formal, enquanto 6 (9,68%) se encontravam trabalhando de maneira informal.

Ademais, dentre as principais atribuições elencadas pelos 62 discentes que exerciam atividade remunerada na época da coleta de dados da pesquisa, 19 (30,64%) eram professores da Educação Básica; 10 (16,13%) eram pedagogos (as); 9 (14,51%) eram docentes do Ensino Superior; 3 (4,84%) trabalhavam como revisores textuais; 2 (3,23%) eram orientadores educacionais; 2 (3,23%) eram assessores pedagógicos; 2 (3,23%) mencionaram atuar como coordenadores de cursos de graduação; e 15 (24,19%) exerciam outras atividades.

No tocante à renda familiar mensal, dos 76 discentes participantes da pesquisa, observou-se que 24 (31,58%) dispunham de renda mensal entre 3 e 5 salários mínimos⁴⁷; 22 (28,95%) tinham rendimento familiar mensal entre 5 e 7 salários mínimos; 13 (17,11%) revelaram renda maior do que 7 salários mínimos; 9 (11,84%) tinham renda familiar entre 2 e 3 salários mínimos; e 8 (10,52%) tinham renda mensal que variava entre 1 e 2 salários mínimos. Não obstante, para 29 (38,16%) estudantes, sua renda familiar mensal atendia a duas pessoas; para 23 (30,26%) deles, a renda atendia a quatro pessoas; 15 (19,74%) afirmaram que suas rendas mensais atendiam a três pessoas; para apenas 7 (9,21%) deles, a renda atendia a apenas uma pessoa; para 2 (2,63%), o rendimento mensal atendia mais de cinco pessoas.

Em resumo, os integrantes da amostra (76 pós-graduandos) se constituíram, majoritariamente, por mulheres cisgênero, heterossexuais, de cor/raça branca, com idade entre 30 e 40 anos, casados(as), sem filhos(as), que não residem na cidade onde fazem a pós-graduação, cursam o mestrado acadêmico, não contam com auxílio de bolsa de estudos⁴⁸ e exercem atividade remunerada.

Ao analisar os dados dispostos pela Tabela 1, observa-se, primeiramente, que 56 (75,68%) dos pós-graduandos da amostra se constituíram por pessoas do gênero feminino. A propósito, o gênero feminino é, de fato, a maioria entre os

⁴⁷ O salário mínimo na época da coleta de dados (2021) se firmava no valor de R\$ 1.100,00.

⁴⁸ Cabe ressaltar que, apesar de uma grande parte da amostra analisada não contar com o subsídio de bolsas, o PPE oferta – de acordo com o orçamento anual disponibilizado – bolsas de estudo com recursos provenientes da CAPES e da Fundação Araucária.

estudantes de pós-graduação brasileiros. Dados fornecidos pela CAPES ratificam essa afirmação, ao apontar que, desde o ano de 2004, os indivíduos do gênero feminino eram mais numerosos entre os pós-graduandos, correspondendo, à época, 52% dos matriculados; no ano de 2019, esses indivíduos já somavam 54,4% (RIGHETTI; GAMBA, 2021).

Essa informação, no entanto, suscita preocupação, ao considerar que pessoas do gênero feminino estão mais associadas ao desenvolvimento de problemas psíquicos, como a depressão e os transtornos alimentares (NEVES; DALGALARRONDO, 2007; BAADER *et al.*, 2014; EVANS *et al.*, 2018; GRANER; CERQUEIRA, 2019).

Salienta-se que, na pós-graduação, indivíduos do gênero feminino (sempre a maioria nas amostras pesquisadas) apresentam maior tendência a manifestações de exaustão emocional, pensamentos suicidas, estresse crônico e humor depressivo-ansioso. Tais questões podem estar relacionadas ao fato de que o sofrimento psíquico, socialmente construído, ajusta-se aos princípios e aos padrões estereotipados de gênero, que direcionam e naturalizam os papéis sociais de esposa, dona de casa e mãe ao gênero feminino, sujeitando-as a assumirem dupla – ou tripla – jornada de trabalho, ao se dividirem entre os cuidados com a casa, família, estudo e atividade laboral (ZANELLO *et al.*, 2015). Para além disso, relatam ter relacionamentos pessoais insatisfatórios, descontentamento com o tema de pesquisa, de forma a apresentar sintomas clássicos da síndrome de *burnout* (GALDINO, 2015; OLIVEIRA, 2019; COELHO, 2019; CÂMARA, 2020; FORTES, 2021; ZOTESSO, 2021).

Diante dessas informações, também é de salutar importância questionar a respeito da subestimação e da invisibilidade do sofrimento psíquico masculino na sociedade contemporânea. Estudos que priorizavam investigar o fenômeno da saúde mental, em quaisquer públicos, depararam-se com o fato de que a maior parte da amostra se constitui, sempre, por pessoas do gênero feminino (SILVA; MELO; 2021). O gênero masculino participa de maneira tímida de pesquisas que fomentem debates sobre o sofrimento psíquico, suas causas e consequências. Silva e Melo (2021) apontaram que esse déficit ocorre, a priori, pelo fato de que os homens tendem a associar o sofrimento à fraqueza, têm medo de julgamentos e apresentam uma maior dificuldade em se expressar. Percebe-se, assim, que os

padrões hegemônicos de masculinidade subsidiam e impõem normas culturais que preconizam a contenção das emoções e a rispidez diante das adversidades enfrentadas por pessoas do gênero masculino, uma vez que reconhecer e/ou admitir o sofrimento é visto, por muitos deles, como a etapa mais difícil na busca por ajuda (SILVA; MELO; 2021).

Outro achado importante – e que vem ao encontro com os resultados de outras pesquisas – corresponde ao fato de que os mestrados são a maioria nos cursos de pós-graduação *stricto sensu* do país. À vista disso, dados divulgados pela CAPES revelam que o Brasil contava, no ano de 2020, com 136.194 estudantes matriculados em mestrados acadêmicos, em detrimento de 124.530 matrículas em doutorados. Ainda, no que se refere à titulação, em 2020, registravam-se 60.039 titulados mestres (mestrado acadêmico e profissional) no país e apenas 20.066 titulações de doutores (CAPES, 2020). Estudos revelam, ademais, que os mestrados se sentem mais pressionados ao cumprimento de prazos e publicações que os doutorandos e se julgam menos acolhidos por parte dos programas (FORTES, 2021). Não obstante, são, ainda, os mais ansiosos e propensos à interrupção de sua vida acadêmica, em detrimento dos doutorandos (COELHO, 2019).

Conforme a Tabela 1, notou-se que 62 (81,58%) sujeitos da pesquisa exerciam algum tipo de atividade remunerada, sendo que 65 (85,53%) deles não contavam com o subsídio financeiro proveniente de bolsas de estudo. Segundo Galdino (2015), pós-graduandos que conciliam estudo com trabalho julgam desfrutar de uma menor qualidade de vida, principalmente no primeiro ano do curso. Outrossim, a falta de financiamento para a execução de pesquisas e o progressivo corte nas bolsas de estudo favorecem e intensificam o estresse, bem como a baixa produtividade acadêmica na pós-graduação (ZOTESSO, 2021).

Doravante, de posse do perfil sociodemográfico dos pós-graduandos pesquisados, discutiu-se, a posteriori, sobre a primeira categoria de análise elencada para a conferência dos achados.

5.2 SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA DOS PÓS-GRADUANDOS

Na primeira categoria definida para uma análise e discussão dos resultados, buscou-se debater sobre os fenômenos coletivos como qualidade de vida, características da vida sexual, a prática de atividade física, a necessidade de fala e escuta dos pós-graduandos, assim como sobre o sofrimento psíquico e as principais preocupações experienciadas pelos pós-graduandos.

Como visto anteriormente, a saúde mental é considerada um campo complexo e multifatorial (AMARANTE, 2007), que envolve – para além da dimensão individual e subjetiva – aspectos coletivos, institucionais e sociais que permeiam a vida dos indivíduos (LEÃO *et al.*; 2019a).

A questão 52 do *survey* inquiriu aos estudantes uma definição de saúde mental. A seguir, a Tabela 2 revelou, de acordo com a frequência manifestada, as principais respostas elencadas pelos 76 respondentes. Enfatiza-se que muitos sujeitos mencionaram mais de uma – ou duas – definições.

Tabela 2 – Significado de saúde mental, segundo os participantes da pesquisa

Para você, o que é SAÚDE MENTAL?		
	N=	%
Equilíbrio emocional	23	30,26%
Bem-estar psíquico	18	23,68%
Controle dos pensamentos	13	17,11%
Saber lidar com emoções	10	13,16%
Sentir-se bem	10	13,16%
Ser mentalmente saudável	09	11,84%
Dar conta das demandas	09	11,84%
Dormir bem	09	11,84%
Não se estressar	09	11,84%
Conviver sem medicamentos	06	7,89%
Qualidade de vida	05	6,58%
Refletir de modo lúcido	04	5,26%
Harmonia entre corpo e mente	04	5,26%
Lidar bem com dificuldades	04	5,26%
Tranquilidade	03	3,95%
Pensamentos saudáveis	03	3,95%

Bom estado neurológico	02	2,63%
-------------------------------	----	--------------

Fonte: elaborada pela autora.

De acordo com a Tabela 2, é possível apreender que 41 (53,95%) respondentes compreendem a saúde mental como sendo um equilíbrio emocional e/ou um bem-estar psíquico. 13 (17,11%) consideram que saúde mental é ter controle dos pensamentos; 20 (26,32%) deles a relacionam ao fato de se sentir bem e/ou ter autocontrole sobre as próprias emoções; 36 (47,37%) mencionaram que saúde mental é ser mentalmente saudável, dar conta das demandas, dormir bem e não se estressar. Para 6 (7,89%) dos pós-graduandos, saúde mental corresponde a conviver sem medicamentos; 5 (6,58%) a associam à qualidade de vida; 12 (15,79%) a consideram uma capacidade de refletir, de maneira lúcida, a harmonia entre corpo e mente e o enfrentamento positivo das adversidades. Para 8 (10,53%) respondentes, saúde mental se reflete em tranquilidade, pensamentos saudáveis e bom estado neurológico.

Ao organizar, de maneira didática, o conteúdo levantado pelas respostas da questão 52, elaborou-se uma nuvem de palavras (Figura 15), na qual se encontraram elencadas as principais definições de saúde mental para os pós-graduandos da amostra.

Dados suscitados na Tabela 2 revelaram que a compreensão de saúde mental como ser mentalmente saudável; saber refletir de modo lúcido; ter bom estado neurológico; controle dos pensamentos; cultivar pensamentos saudáveis e conviver sem medicamentos abarcaram a opinião de 48,68% do total de sujeitos da amostra pesquisada. Isso demonstra que quase 50% dos pós-graduandos ainda relacionavam o fenômeno da saúde mental a uma perspectiva biomédica que a vincula tão somente à ausência de doenças e de tratamentos medicamentosos.

Ao dissertar sobre o sofrimento psíquico como sinônimo de doença, Adorno (2015) traz contribuições relevantes sobre o fato de a ciência psicológica refletir, inevitavelmente, a forma de socialização proveniente da contemporaneidade. Para ele, o entendimento sobre a reificação da Psicologia, transformada e condicionada ao adoecimento, exprime a inconsciência da sociedade sobre si mesma e sobre a transformação dos seres humanos atuantes em seu território, uma vez que o objeto de estudo primeiro da Psicologia, o indivíduo, reflète as formas e comportamentos provenientes da organização do meio social ultrapassado em que vive.

Para o sistema social, os indivíduos – enquanto sujeitos subjetivos – são considerados apenas detentores de funções no progresso global, carregando consigo as determinações sociais que os marcam, já que as diferenças subjetivas entre eles são tanto traços da pressão social quanto o custo da liberdade humana (ADORNO, 2015). A necessidade de se adequar aos padrões socialmente estabelecidos adapta o indivíduo à realidade, tornando-o “sadio” e pouco resoluto às crises; assim, “[...] na medida em que o curado se assemelha à totalidade insana, torna-se ele mesmo doente, mas sem que aquele que fracassa em ser curado seja por isso mais saudável” (ADORNO, 2015, p. 90).

Ademais, evidenciou-se, na Tabela 2, que 9 (11,84%) dos pós-graduandos associavam saúde mental à urgência em “dar conta” das demandas provenientes do cotidiano, de forma exitosa. Chama-se a atenção para o fato de que a frase “dar conta das demandas/trabalho/estudo” esteve presente em muitas das respostas às questões discursivas elaboradas pelos estudantes durante o preenchimento do *survey*, o que nos leva a debater sobre o modo de vida capitalista que, nutrido pela pseudocultura, objetifica o ser humano, tornando-o mera “máquina de trabalhar” (ADORNO, 1996).

A coisificação do ser humano se junta, ainda, ao processo de individualização, o qual fortalece a responsabilidade individual dos próprios sujeitos diante de todos os aspectos da vida em sociedade. Assim, o indivíduo é abandonado à própria liberdade, deveras sobrecarregado pelo imperativo de avaliar, reagir e se responsabilizar pelos riscos socialmente produzidos – cada vez mais instituídos como fracasso pessoal e descolados de seu contexto macro institucional –, transformando-se em “novas formas de risco pessoal [...], novas formas de ‘atribuição de culpa’” (BECK, 2011, p. 200).

Adorno (1951, p. 53) revela que uma das grandes características do mecanismo de dominação é impedir o ‘re-conhecimento’ do sofrimento que ele provoca, ludibriando-se e preconizando práticas que vão do “evangelho da alegria de viver”, até a instalação de “matadouros humanos”⁴⁹. Assim, sentindo-se sempre preocupado com as demandas contingentes da vida social, o sujeito se culpabilizar por “não dar conta” de tudo aquilo que lhe é exigido, sente-se sempre cansado e, por vezes, realiza esforços sobre-humanos para concluir demandas provenientes de uma sociedade que valoriza a quantidade em detrimento da qualidade (SILVA, 2022). O indivíduo, que convive diariamente em estado de exaustão crônica e estresse permanente (BIRMAN, 2021), acaba, muitas vezes, afastando-se de seu núcleo familiar, o que torna a convivência entre pares cada vez mais mecanizada e artificializada.

Em questão anterior do *survey* (45), indagou-se aos pós-graduandos sobre o significado que eles atribuíam ao termo qualidade de vida. Na Tabela 3, revelaram-se, quantitativamente, as respostas discursivas proferidas pelo público pesquisado, assim como a Figura 16 elencou, em uma nuvem de palavras, as principais evocações dos discentes à pergunta.

Tabela 3 – Significado de qualidade de vida, segundo os participantes da pesquisa

Para você, o que significa QUALIDADE DE VIDA?		
	N=	%
Saúde mental	17	22,37%
Condições dignas de subsistência	16	21,05%
Estabilidade financeira	14	18,42%

⁴⁹ Em alusão aos campos de concentração nazistas.

Saúde física	13	17,11%
Bem-estar psicossocial	12	15,79%
Tempo de qualidade	11	14,47%
Lazer	11	14,47%
Trabalho bem remunerado	08	10,53%
Relações humanas saudáveis	09	11,84%
Condições dignas de trabalho	07	9,21%
Alimentação farta	07	9,21%
Equilíbrio	07	9,21%
Tempo livre	07	9,21%
Necessidades assistidas	04	5,26%
Felicidade	04	5,26%
Pertencimento	04	5,26%
Praticar esportes	03	3,95%
Descanso	02	2,63%
Sono sem medicação	02	2,63%
Moradia	02	2,63%
Acolhimento e rede de apoio	02	2,63%

Fonte: elaborada pela autora.

Figura 16 – Nuvem de palavras com as principais definições de qualidade de vida, segundo os sujeitos pesquisados



Fonte: elaborada pela autora.

Mais de 38 (50,00%) discentes elencaram, pois, mais de um significado para a qualidade de vida, observando-se que 17 (22,37%) a consideravam um sinônimo de saúde mental; 16 (21,05%) a associavam a condições dignas de subsistência; 14 (18,42%) à estabilidade financeira; 13 (17,11%) à saúde física; 12 (15,79%) ao bem-estar psicossocial; 22 (28,95%) a consideravam relativa ao tempo de qualidade e/ou lazer; 9 (11,84%) a associavam a relações humanas saudáveis; 7 (9,21%) a condições dignas de trabalho; 7 (9,21%) à alimentação farta; 14 (18,42%) a tangenciavam a um equilíbrio e/ou tempo livre; 4 (5,26%) revelaram que qualidade de vida é ter suas necessidades assistidas; 4 (5,26%) apontavam que qualidade de vida é ser feliz; 4 (5,26%) a interligavam ao pertencimento; 3 (3,95%) à prática de esportes; 2 (2,63%) ao descanso; 2 (2,63%) ao sono sem medicação; 2 (2,63%) à moradia; e, finalmente, 2 (2,63%) ao acolhimento e à rede de apoio.

Constatou-se que, quando questionados sobre o significado de saúde mental, 41 (53,95%) pós-graduandos a consideraram um equilíbrio emocional e/ou bem-estar psíquico; em contrapartida, quando interrogados sobre o significado de qualidade de vida, 29 (38,16%) deles a associaram à saúde mental e/ou bem-estar psicossocial.

Não obstante, diante das respostas evidenciadas pelas Tabelas 2 e 3, identificou-se que há uma confusão perante os significados atribuídos aos fenômenos que se encontram socialmente relacionados à saúde mental, como a qualidade de vida e o bem-estar. Em detrimento disso, convém esclarecer sobre o significado de bem-estar e qualidade de vida, concatenando-os ao fenômeno da saúde mental.

Segundo a OMS, o termo saúde mental pode se definir como um estado de bem-estar que nos permite lidar com o estresse da vida, tornando-nos conscientes de nossas habilidades e de nossa inserção social (WHO, 2022). Mas, afinal, o que significa bem-estar?

O bem-estar é designado como “[...] um fenômeno intangível, multifacetado, complexo e sociológico [...]” (ALMEIDA, 2021, p. 7). Muitas são as proposições teóricas que discutem seu significado, não havendo consenso sobre sua definição e formas de medição; no entanto, as concepções mais proeminentes na atualidade o organizam em duas perspectivas, sendo elas: bem-estar subjetivo – também

conhecido como bem-estar hedônico – e bem-estar psicológico – também nomeado de bem-estar eudemônico (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008; ALMEIDA, 2021).

O bem-estar subjetivo se sustenta na percepção de satisfação com a vida, exercida em um balanço entre afetos negativos e positivos que suscitam contento e felicidade. O quanto a pessoa experiencia ações aprazíveis e/ou destrutíveis em seu cotidiano tende a impactar na maneira como ela classifica seu nível de satisfação com a vida, desdobrando-se na prevalência de sentimentos de contentamento ou descontentamento (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008).

Já o bem-estar psicológico se formula por meio do desenvolvimento humano, dimensionando capacidades que logram o enfrentamento dos desafios da vida, como: autoaceitação, relacionamento positivo com outras pessoas, autonomia, domínio do ambiente, propósito de vida e crescimento pessoal (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008).

Concernente à qualidade de vida, considera-se que essa expressão também é polissêmica, pois se observa que ela é comumente relacionada aos modos, condições e estilos de viver a vida, à ideia de desenvolvimento sustentável e ao campo da democracia, dos direitos humanos e do desenvolvimento social. Relaciona-se, também, ao campo da saúde, sendo resultado de uma construção coletiva que dita os padrões de conforto, adaptabilidade e flexibilidade que determinada sociedade estabelece como parâmetro a ser seguido. Em suma, preconiza-se como qualidade de vida o arquétipo que a própria sociedade traçou e se mobilizou para conquistar, assim como o conjunto de políticas sociais e públicas que influem e orientam o desenvolvimento humano e as mudanças nos modos, condições e estilos de vida (MINAYO; HARTZ, 2000; ALMEIDA, 2012).

Há três polos de referência que circunscrevem o fenômeno da qualidade de vida no meio social: história, cultura e classes sociais. O primeiro se refere à determinação de tempo e desenvolvimento social, econômico e tecnológico de uma sociedade em uma devida etapa histórica, ou seja, uma mesma organização social dita parâmetros de qualidade de vida distintos, a depender do tempo histórico na qual está inserida. No que tange à cultura, apreende-se que as necessidades e os valores são construídos e hierarquizados de maneiras distintas pelos povos, carregando consigo tradições específicas. Por último, quando se analisam as classes sociais, percebe-se que, em sociedades estratificadas e desiguais, os

padrões de bem-estar também tendem a ser estratificados, revelando-se que “[...] a ideia de qualidade de vida está relacionada ao bem-estar das camadas superiores e à passagem de um limiar a outro” (MINAYO; HARTZ, 2000, p. 9).

A contemporaneidade e o relativismo cultural têm promovido a hegemonia de um modelo de qualidade de vida, manifestado pelo mundo ocidental, urbanizado, rico e circunscrito por valores, como: “[...] conforto, prazer, boa mesa, moda, utilidades domésticas, viagens, carro, televisão, telefone, computador, [...] consumo de arte e cultura, entre outras comodidades e riquezas” (MINAYO; HARTZ, 2000, p. 9). Essa concepção de qualidade de vida a ascende como um objeto de desejo, angariado tão somente mediante esforço individual do sujeito (BECK, 2011). Responsabilizam-no, pois, pela mudança de seus próprios hábitos, cujo objetivo é aprimorar seu padrão de bem-estar e, assim, dotá-lo de uma maior qualidade e expectativa de vida (ALMEIDA, 2012).

A indústria cultural objetificou e converteu a qualidade de vida a um aparato de ambição, mesclando-a a “[...] um jargão útil a promessas fáceis e propagandas enganosas” (ALMEIDA, 2012, p. 16). Os meios de comunicação em massa buscam, a todo custo, utilizá-la como justificativa para o consumo de bens e serviços, manipulando a opinião pública e alienando os sujeitos na busca por uma vida de qualidade, muitas vezes, intangível (HORKHEIMER; ADORNO, 1985b; ALMEIDA, 2012).

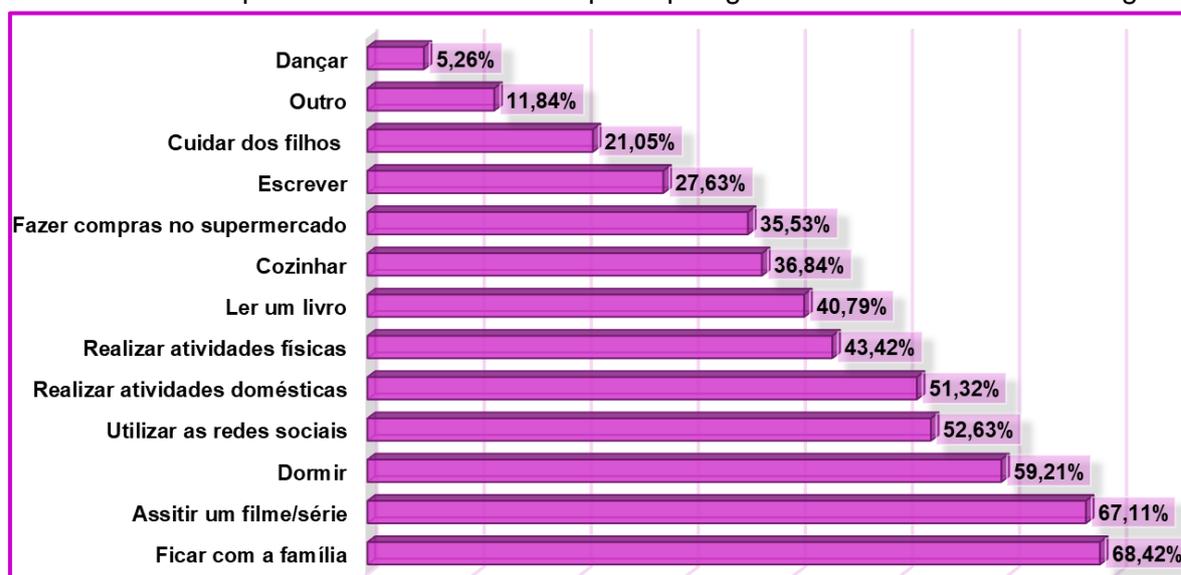
Almeida (2012) pontuou que qualidade de vida é um conceito subjetivo que sempre esteve – e sempre estará – presente entre os homens, remetendo-se, singularmente, ao interesse pela vida. Dessa forma, de acordo com ele, todos os sujeitos têm qualidade de vida, não sendo ela um componente a ser alcançado por meio de ações pré-especificadas, mas, sim, uma forma de obter qualidade no modo de viver, diante das experiências e das possibilidades individuais de cada sujeito.

Compreendeu-se, dessa maneira, que a saúde mental é um fenômeno macro que conjuga em seu seio a qualidade de vida e o estado de bem-estar (SILVA; HELENO, 2012). O bem-estar – subjetivo e/ou psicológico – emprega características da classe social dominante para perfilar o ideário de qualidade de vida presente na estruturação da lógica social. Para Adorno (2015), o sujeito que não se comporta segundo as regras econômicas impostas pelo maquinário do capital se vê rebaixado socioeconomicamente, desestruturado, não é detentor de

bem-estar, tampouco de qualidade de vida. Na busca incessante para alcançar o inalcançável, é responsabilizado pelo seu fracasso (BECK, 2011), sofre e adocece – e, ainda assim, mesmo aqueles que recebem algumas vantagens da “razão calculadora”, não usufruem dela com felicidade, já que necessitam – enquanto consumidores – se adequar ao *continuum* ofertado por aqueles que detêm e controlam a produção (ADORNO, 2015).

A posteriori, na questão 46 do instrumento da coleta de dados, questionou-se aos pós-graduandos quais atividades eram realizadas por eles em suas horas vagas. O Gráfico 1 sintetizou as respostas levantadas diante da referida pergunta, lembrando-se que era possível assinalar mais de uma opção.

Gráfico 1 – Principais atividades realizadas pelos pós-graduandos em suas horas vagas



Fonte: elaborado pela autora.

O Gráfico 1 evidenciou que 52 (68,42%) pós-graduandos optaram por passar seus momentos vagos com a família; 51 (67,11%) preferiam assistir a um filme/série; 45 (59,21%) escolhiam dormir; 40 (52,63%) navegavam nas redes sociais; 39 (51,32%) realizavam atividades domésticas; 33 (43,42%) realizavam atividades físicas; 31 (40,79%) escolhiam ler um livro; 28 (36,84%) gostavam de cozinhar; 27 (35,53%) realizavam compras no supermercado; 21 (27,63%) preferiam escrever; 16 (21,05%) aproveitavam os momentos para cuidar dos filhos; 9 (11,84%) realizavam outras atividades que não as listadas na pergunta; e 4 (5,26%) escolhiam dançar.

A questão 47 indagou sobre a realização de atividade física por parte dos pós-graduandos, averiguando-se que 46 (60,53%) realizavam algum tipo de atividade física, enquanto 30 (39,47%) deles não a realizavam. Quando questionado aos 30 respondentes os motivos que inviabilizam a prática esportiva (muitos elencaram mais de dois motivos), 78,57% das respostas evidenciavam a falta de tempo, 25,00% o cansaço e a indisposição e 7,14% a falta de condições financeiras como as principais justificativas para a inatividade.

Questionou-se, também, aos 46 respondentes ativos fisicamente, quais são as principais atividades físicas realizadas por eles. As respostas se encontram organizadas na Figura 17.

Figura 17 – Atividades físicas realizadas pelos participantes da pesquisa



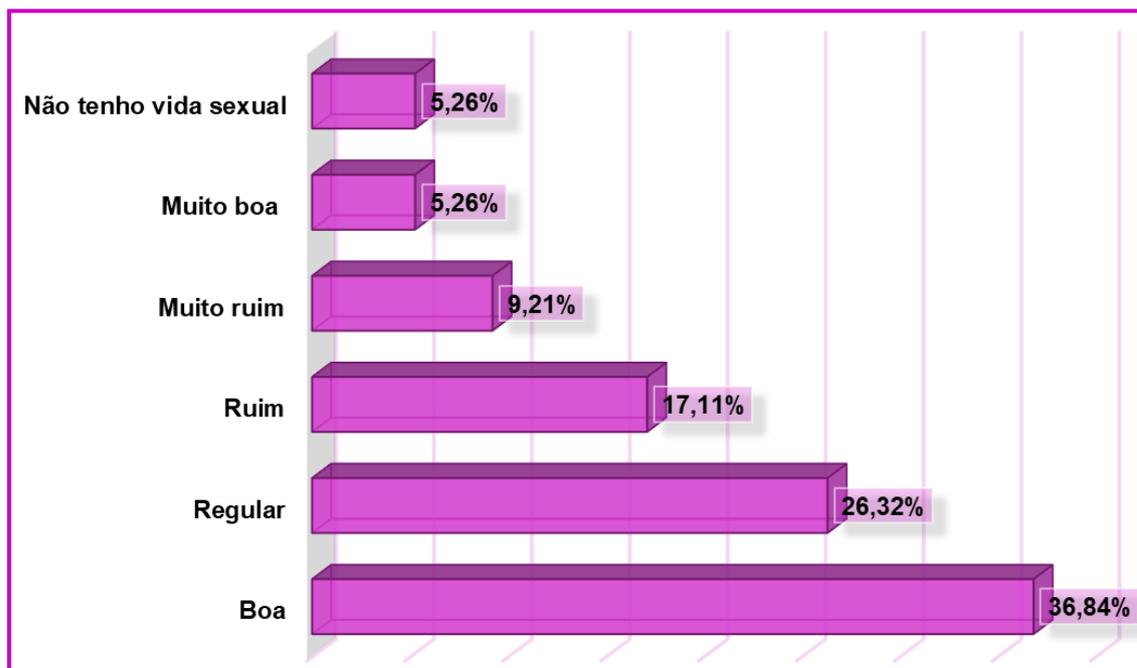
Fonte: elaborada pela autora.

Dados expostos pela Figura 17 revelaram que, dos 46 (60,53%) pós-graduandos que praticavam atividade física regularmente, 20 (43,48%) deles

realizavam caminhada; 14 (30,43%) musculação; 7 (15,22%) faziam pilates; 4 (8,70%) ciclismo; 4 (8,70%) se exercitavam com corrida de rua; 4 (8,70%) faziam aulas de dança; 3 (6,52%) praticavam funcional; 2 (4,35%) jogavam futebol; 2 (4,35%) praticavam *crossfit* e 1 (2,17%) *yoga*. Ressalta-se que muitos pós-graduandos realizavam duas ou mais atividades físicas concomitantemente, averiguando-se uma maior relação entre a prática da caminhada com a musculação.

Já no que tange à vida sexual dos pós-graduandos da amostra, interpelada pela questão 58 do instrumento, perfaz-se que o Gráfico 2 elencou a classificação atribuída por cada um deles.

Gráfico 2 – Classificação da qualidade da vida sexual dos pós-graduandos participantes



Fonte: elaborado pela autora.

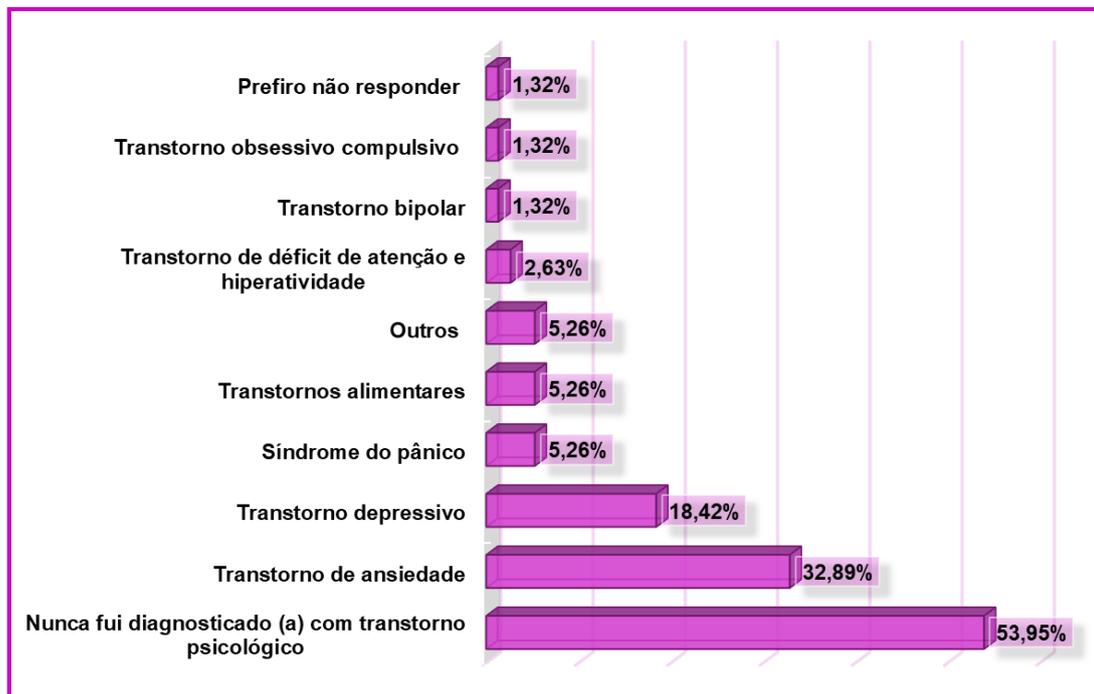
Ao observar o Gráfico 2, notou-se que 28 (36,84%) pós-graduandos avaliavam sua vida sexual como sendo de boa qualidade. Não obstante, revelou-se que 40 (52,64%) pós-graduandos consideravam ter uma vida sexual de qualidade regular, ruim e/ou muito ruim. Apenas 4 (5,26%) concebiam sua vida sexual como muita boa, e 4 (5,26%) dos pós-graduandos participantes alegaram não terem vida sexual ativa no momento da coleta dos dados da pesquisa.

Observa-se que mais da metade dos participantes da pesquisa (52,64%) não considerava a sua vida sexual de qualidade boa ou muito boa, sendo que 20 (26,32%) deles a classificaram como sendo ruim e/ou muito ruim. A *performance* sexual é um dos fatores que influenciam, diretamente, na saúde mental do ser humano, considerando que a sexualidade é um importante pilar na estruturação identitária e formação da personalidade (AZEVEDO, 2021; BRITTO; BENETTI, 2010). Casos de disfunção⁵⁰ sexual podem desencadear a manifestação de estados emocionais ansiosos ou depressivos, assim como são capazes de ser um subproduto manifestado pela depressão e/ou ansiedade (BRITTO; BENETTI, 2010).

Problemas de ordem financeira, familiar e de relacionamento, bem como a prevalência de ansiedade, depressão e estresse podem impactar no desempenho sexual do ser humano, assim como os sintomas depressivos-ansiosos comprometem o desejo sexual e influenciam na qualidade das relações sexuais (BRITTO; BENETTI, 2010).

A questão 60 buscou levantar informações sobre diagnósticos de transtornos psíquicos prévios na população de pós-graduandos, observando-se, no Gráfico 3, que 25 (32,89%) deles já foram diagnosticados com ansiedade, bem como 14 (18,42%) com depressão, o que revela, aproximadamente, que 52% da amostra convivem com sintomas depressivos e/ou ansiosos. Esses dados corroboram com o índice de relações sexuais insatisfatórias presentes em parte da amostra da pesquisa – como já exposto anteriormente –, uma vez que os transtornos ansiosos e depressivos podem ter como sintomas a apatia e a falta de libido (DALGALARRONDO, 2008).

⁵⁰ Optou-se por utilizar o termo disfunção, por ser ele o mais difundido entre a comunidade médica que realiza estudos e pesquisas na área da sexualidade.

Gráfico 3 – Diagnósticos de transtornos psíquicos já obtidos pelos pós-graduandos

Fonte: elaborado pela autora.

Destarte, ainda de acordo com o Gráfico 3, notou-se que 41 (53,95) pós-graduandos revelaram nunca terem sido diagnosticados com transtorno psicológico. 8 (10,52%) alegaram ter diagnóstico de síndrome do pânico e/ou transtornos alimentares; 2 (2,63%) revelaram diagnóstico de transtorno de déficit de atenção e hiperatividade; 1 (1,32%) transtorno bipolar; 1 (1,32%) transtorno obsessivo compulsivo; e 4 (5,26) apresentaram outro tipo de diagnóstico. Para além, revela-se que 1 (1,32%) pós-graduando optou por não responder à questão. Salienta-se que a questão 60 do *survey* aceitou a marcação de mais de uma opção por respondente, o que demonstrou que alguns pós-graduandos já foram diagnosticados com dois ou mais transtornos psicológicos.

Para Barlow e Durand (2015, p. 125), a ansiedade pode ser definida como “um estado de humor negativo caracterizado por sintomas corporais de tensão física e apreensão em relação ao futuro”. Pessoas ansiosas podem apresentar sintomas, como: insônia, angústia, irritabilidade, dificuldades de concentração, cefaleias, dores musculares, dores ou queimação no estômago, tontura, vertigem e taquicardia. Nos quadros mais intensos de ansiedade, podem surgir, também,

tremores, sudorese fria, náusea e formigamentos dos membros inferiores – e, até mesmo, dos lábios (DALGALARRONDO, 2008).

Em seu estudo, Pontes (2018) revelou que mais de 50% dos pós-graduandos analisados apresentavam algum tipo de sintoma de ansiedade, estresse e/ou depressão, sendo que 17,5% deles manifestavam ansiedade em grau severo ou muito severo. Já Coelho (2019) apontou que 39,1% dos pós-graduandos participantes de seu estudo revelaram ter baixa ansiedade: 60,8% tinham ansiedade entre os graus moderado e alto. Para além disso, seus dados indicam que os mestrados são mais ansiosos que os doutorandos, o que talvez possa explicar o elevado índice de ansiedade apresentada na amostra da pesquisa, que contou com a contribuição majoritária (57,89%) de indivíduos que frequentam o mestrado.

Na pesquisa de Fortes (2021), 98,33% dos pós-graduandos participantes apresentaram sinais de humor depressivo/ansioso, assim como Câmara (2020) aponta que, em 41,4% dos prontuários psicológicos analisados em sua pesquisa, observou-se a presença de queixas relacionadas à ansiedade nos discentes de pós-graduação, sendo que 86% desse público eram, também, oriundos do mestrado.

Já quando falamos sobre as síndromes depressivas, cumpre salientar que a depressão é considerada pela OMS a primeira causa de incapacidade no mundo, sendo reconhecida enquanto problemática prioritária de saúde pública. Ademais, estima-se que, apenas no Brasil, mais de 10 milhões de pessoas sofrem de depressão, ao ser uma doença mais frequentemente experienciada por pessoas do gênero feminino (DALGALARRONDO, 2008; MACHADO; CASIRAGHI, 2021).

A depressão se caracteriza como um estado de humor deprimido que inclui sintomas, como: sentimentos de inutilidade, indecisão, tristeza e melancolia, apatia, irritabilidade, desesperança e desespero, padrões de sono alterados, perda ou aumento do apetite, diminuição da libido e da resposta sexual (anorgasmia⁵¹), pessimismo, ideias e ideações de morte, letargia, ruminações de mágoas antigas, alterações na volição, choro fácil e frequente etc. Revela-se que sintomas depressivos podem desencadear pensamentos suicidas que tornam os sujeitos

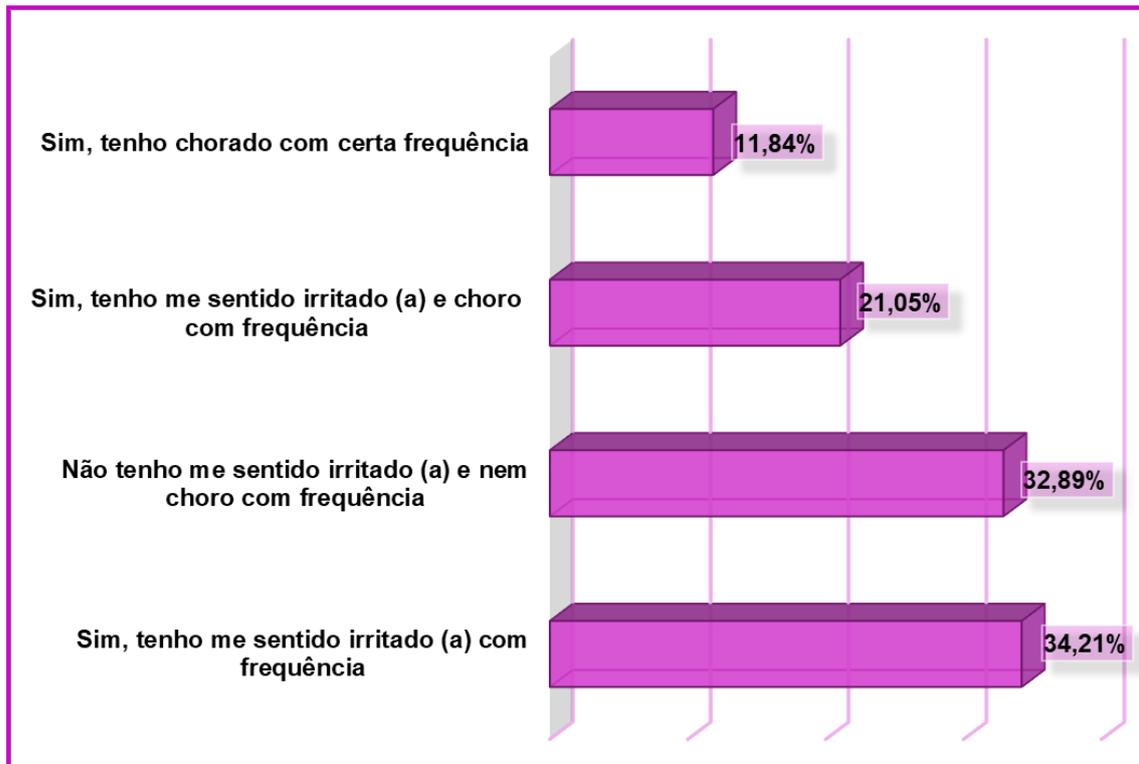
⁵¹ Disfunção sexual mais presente em pessoas do gênero feminino, que ocasiona dificuldade ou incapacidade de atingir o orgasmo (BELLO; ERICE; FRÍAS, 2011).

vulneráveis a atentarem contra a própria vida (DALGALARRONDO, 2008; BARLOW; DURAND, 2015; MACHADO; CASIRAGHI, 2021).

Em um estudo com universitários brasileiros, Machado e Casiraghi (2021) evidenciaram que 70,5% dos sujeitos participantes afirmaram experienciar mudanças de humor significativas: 37,5% deles apresentavam sintomas depressivos e/ou disfóricos. Pontes (2018), por sua vez, afirmou que, na amostra de pós-graduandos que compôs o seu estudo, 14,5% deles se declaravam depressivos, determinando, também, que há uma correlação negativa entre depressão – ansiedade – estresse e qualidade de vida. Outrossim, Coelho (2019) aventou que 43% do público de pós-graduandos por ele analisado revelaram se sentir cansados com facilidade, sendo que 4% deles declararam se sentir deprimidos.

Números semelhantes foram encontrados por Oliveira (2019), o qual, em seu estudo com pós-graduandos de uma universidade pública do estado do Piauí, constatou haver prevalência de sofrimento psíquico em 46,7% do total da amostra: 32,2% dos sujeitos já apresentaram pensamentos suicidas ao longo da vida, 19,4% deles já planejaram cometer suicídio e 6,8%, de fato, atentaram contra a vida. Fortes (2021) salienta que, em sua amostragem, 73,33% dos pós-graduandos manifestavam pensamentos depressivos, denotando que discentes que recebem bolsa de estudo apresentam mais pensamentos depressivos, em detrimento daqueles que não recebem subsídio financeiro proveniente de bolsas.

Gráfico 4 – Frequência de manifestações de irritabilidade e crises de choro na população da amostra



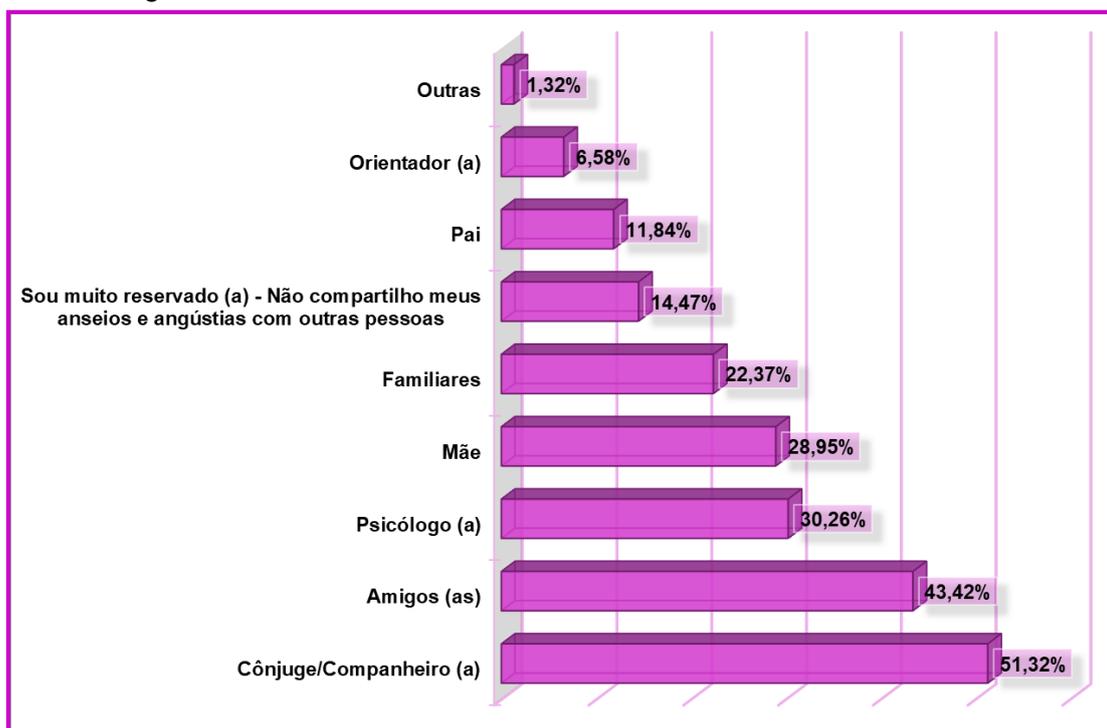
Fonte: elaborado pela autora.

O Gráfico 4 expôs as respostas levantadas pela questão 65 do *survey*, que questionou a frequência com que os sujeitos têm apresentado sintomas de irritação e crises de choro. Os resultados apontam que 25 (32,89%) pós-graduandos se sentiam irritados e/ou choravam com frequência, ao passo que 26 (34,21%) deles se sentiam apenas irritados, enquanto 25 (32,89%) não apresentaram sintomas de irritação e ou crises de choro. Apreendeu-se que 51 (67,11%) discentes demonstraram se sentir irritados e/ou apresentavam crises de choro frequentemente. Esses achados dialogam com os dados expostos precedentemente, os quais revelaram 39 (51,32%) pós-graduandos previamente diagnosticados com transtornos ansiosos e/ou depressivos.

À vista disso, também se relaciona o fato de que 25 (32,89%) pós-graduandos indicaram diagnóstico prévio de transtorno ansioso, corroborando com o achado de que 26 (34,21%) sujeitos da amostra se sentiam irritados com frequência, sendo a irritação um dos sintomas prevalentes nos transtornos ansiosos (DALGALARRONDO, 2008; BARLOW; DURAND, 2015). No mais, 14 (18,42%) discentes apontaram já terem sido diagnosticados com transtornos depressivos,

concatenando-se ao fato de que 25 (32,89%) deles alegaram se irritar e/ou chorar com frequência. Conforme analisado, pessoas ansiosas podem apresentar sintomas, como irritabilidade e angústia, e sujeitos depressivos apresentam sintomas, como choro fácil e frequente (DALGALARRONDO, 2008; BARLOW; DURAND, 2015).

Gráfico 5 – Pessoas com as quais os pós-graduandos costumam compartilhar seus anseios e angústias



Fonte: elaborado pela autora.

Quando se questionou aos discentes, a partir da questão 63, a respeito das pessoas com as quais costumam compartilhar seus anseios e angústias, desvelou-se, no Gráfico 5, que 39 (51,32%) pós-graduandos mencionaram dialogar com seus/suas cônjuges/companheiros(as); 33 (43,42%) se sentiam à vontade para compartilhar seu sofrimento com os(as) amigos(as); 23 (30,26%) com o psicólogo(a); 22 (28,95) com a mãe; 9 (11,84%) com o pai; 17 (22,37%) revelaram se sentir bem conversando com seus familiares, ao passo que 5 (6,58%) com o(a) orientador(a) e 1 (1,32%) citou se sentir bem conversando com outra pessoa. 11 (14,47%) pós-graduandos, por sua vez, expressaram ser reservados, não compartilhando suas angústias com outras pessoas. Coincidentemente ou não,

esse é um número aproximado (9) de pós-graduandos que revelaram, em questão anterior (conferir Gráfico 4), chorarem com frequência (11,84%).

Buscou-se, também, apreender quais eram as principais preocupações dos pós-graduandos no momento da coleta dos dados da pesquisa (2021). Averiguou-se, de acordo com a Tabela 4, que, dentre todas as preocupações elencadas na questão dissertativa número 66 do *survey*, as quatro inquietações que apareceram, com maior frequência, foram: qualificação/defesa da dissertação ou tese (48,68%); insegurança financeira (22,37%); saúde de familiares (21,05%); e entrada no mercado de trabalho (15,79%).

Tabela 4 – Maiores preocupações elencadas pelos pós-graduandos no ano de 2021

Atualmente, quais são suas maiores preocupações?		
	N=	%
Qualificação/defesa da dissertação ou tese	37	48,68%
Insegurança financeira	17	22,37%
Saúde de familiares	16	21,05%
Entrar no mercado de trabalho	12	15,79%
Perder algum familiar ou amigo(a) para a covid-19	08	10,53%
Preocupações com a saúde física e mental	08	10,53%
Manter-se empregado(a)	08	10,53%
Bloqueios de escrita	07	9,21%
Medo do retorno às aulas presenciais	06	7,89%
Saúde e educação dos(as) filhos(as)	04	5,26%
Não corresponder às expectativas do(a) orientador(a)	04	5,26%
Casamento	03	3,95%
Direcionamento das políticas educacionais	02	2,63%
Eleições no Brasil	02	2,63%
Publicações	01	1,32%
Melhora na qualidade da vida sexual	01	1,32%
Ser mãe	01	1,32%
Ter moradia e alimentação	01	1,32%
Dormir bem	01	1,32%
Adoecer devido ao consumo excessivo de medicamentos	01	1,32%
Improdutividade	01	1,32%
Sem preocupações	01	1,32%

Fonte: elaborada pela autora.

A questão 67 buscou inferir os sentimentos e/ou adversidades experienciados pelos pós-graduandos nos seis meses anteriores à coleta dos dados (maio – outubro do ano de 2021). Dentre as opções disponibilizadas pela questão de múltipla escolha, encontravam-se sentimentos, como angústia, tristeza, medo, raiva, tédio etc., bem como adversidades, por exemplo, falta de motivação, problemas de memória, bloqueio criativo, alterações de humor, falta de ar, queda de cabelo, dentre outras.

Tabela 5 – Adversidades experienciadas pelos pós-graduandos nos últimos seis meses (maio – outubro de 2021)

Nos últimos seis meses, os pós-graduandos apresentaram:		
	N=	%
Ansiedade	52	68,42%
Procrastinação (adiamento de uma ação)	50	65,79%
Dificuldades de concentração	49	64,47%
Angústia	48	63,16%
Estresse	47	61,84%
Irritabilidade	46	60,53%
Falta de motivação	43	56,58%
Bloqueio criativo	43	56,58%
Problemas de memória	40	52,63%
Tristeza	39	51,32%
Insatisfação	36	47,37%
Alterações de humor	36	47,37%
Medo	31	40,79%
Compulsão alimentar	29	38,16%
Queda de cabelo	26	34,21%
Solidão	26	34,21%
Dores no estômago, azia e/ou gastrite	24	31,58%
Fadiga	23	30,26%
Impulsividade	23	30,26%
Disfunção sexual e/ou alterações de libido	22	28,95%
Desconforto	21	27,63%
Tremores nas pálpebras	20	26,32%
Raiva	18	23,68%
Rigidez muscular	16	21,05%
Palpitação ou aceleração cardíaca	16	21,05%

Tédio	14	18,42%
Falta de ar e/ou alterações na respiração	13	17,11%
Apatia	13	17,11%
Tontura e/ou vertigens	13	17,11%
Zumbido no ouvido	09	11,84%
Suores frios e/ou transpiração excessiva	06	7,89%
Sensação de desmaio	04	5,26%
Tremores	04	5,26%
Outro(s)	03	3,95%

Fonte: elaborada pela autora.

De acordo com a Tabela 5, apreendeu-se que um número considerável de sentimentos e dificuldades se fez presente no cotidiano dos pós-graduandos no decorrer do ano de 2021, constatando-se que 52 (68,42%) deles se sentiram ansiosos; 50 (65,79%) se perceberam procrastinando com frequência; 49 (64,47%) tiveram dificuldades em se concentrar; 48 (63,16%) se sentiram angustiados; 47 (61,84%) se reconheceram estressados; 46 (60,53%) alegaram se sentir irritados; 43 (56,58%) se sentiram desmotivados, assim como, na mesma porcentagem, manifestaram problemas de bloqueio criativo. 40 (52,63%) pós-graduandos apresentaram dificuldades de memória; 39 (51,32%) se sentiram entristecidos; 36 (47,37%) insatisfeitos e, em porcentagem igual, alegaram vivenciar constantes alterações de humor. O medo se fez presente em 31 (40,79%) pós-graduandos; sendo que 29 (38,16%) tiveram compulsão alimentar; 26 (34,21%) queda de cabelo; 26 (34,21%) se sentiram sozinhos; 24 (31,58%) sentiram dores no estômago, azia e/ou gastrite; 23 (30,26%) tiveram fadiga e, em mesmo número, definiram-se como impulsivos.

Já no que tange à disfunção sexual e/ou alterações de libido, nota-se que 22 (28,95%) pós-graduandos afirmaram experienciar essas dificuldades em suas relações sexuais. Aqui, convém um paralelo com os dados evidenciados no Gráfico 2, despontando-se que 20 (26,32%) pós-graduandos avaliaram, na questão 58, a qualidade de sua vida sexual como sendo ruim e/ou muito ruim. Adverte-se, então, que apenas 2 (2,63%) pós-graduandos manifestaram experienciar dificuldades sexuais, mas não avaliaram sua vida sexual como sendo ruim.

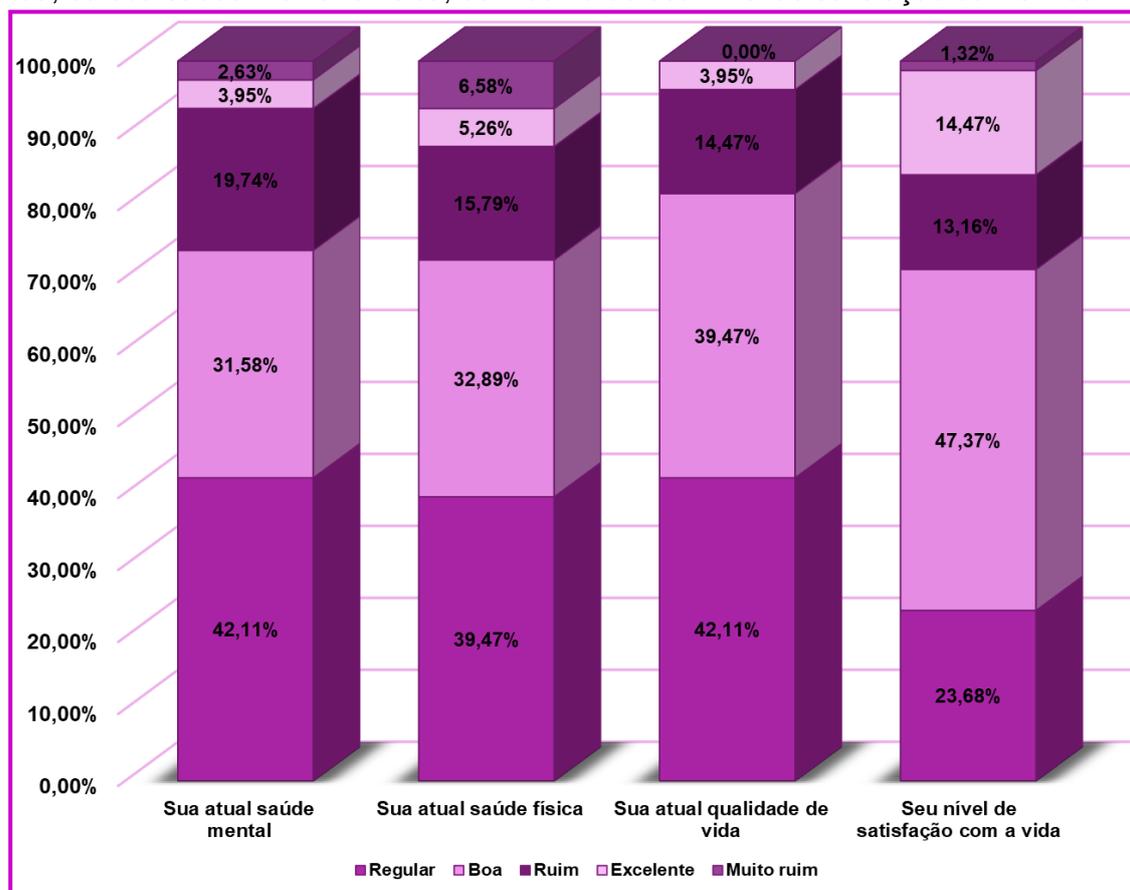
Em continuidade, afere-se, ainda na Tabela 5, que 21 (27,63%) dos participantes da pesquisa sentiram desconforto, de ordem inespecífica; 20 (26,32%) observaram tremores nas pálpebras; 18 (23,68%) sentiram raiva; 16 (21,05%) manifestaram rigidez muscular; 16 (21,05%) evidenciaram sentir palpitações ou acelerações cardíacas; 14 (18,42%) revelaram se sentir entediados; 13 (17,11%) apresentaram falta de ar e/ou alterações em sua respiração; 26 (34,21%) manifestaram sintomas de apatia e/ou tonturas e vertigens. 9 (11,84%) pós-graduandos experienciaram zumbidos no ouvido; 5 (6,58%) apresentaram episódios de suores frios e/ou transpiração excessiva; 8 (10,53) também tiveram sensação de desmaio e/ou tremores inespecíficos. Apenas 2 (2,63%) discentes evidenciaram terem experimentado outros sentimentos e/ou dificuldades.

Ao traçar um paralelo com os achados evidenciados no Gráfico 3, depreende-se que 52 (68,42%) pós-graduandos alegaram se sentir ansiosos nos seis meses que antecederam à coleta de dados. No entanto, revela-se que apenas 25 (32,89%) deles tinham diagnóstico prévio de transtornos ansiosos, o que ratifica a possibilidade de que 27 (35,53%) pós-graduandos possam ter desenvolvido transtornos ansiosos durante a pandemia da covid-19.

Observa-se, também, que 47 (61,84%) respondentes se sentiram estressados nos últimos meses, ao confirmar a premissa de que o estresse é um dos principais alicerces do mal-estar na atualidade, produzindo inúmeros sintomas psicossomáticos que incluem, além um cansaço absoluto e persistente, uma ausência de impulso vital e uma imobilidade do corpo (HAN, 2017; BIRMAN, 2021).

As respostas da última questão analisada, de número 68, desvelaram a classificação que os sujeitos da amostra concederam para as condições de sua saúde mental, física, qualidade de vida, assim como seus níveis de satisfação com a vida.

Gráfico 6 – Classificação dos pós-graduandos sobre a atual situação da sua qualidade de vida, da sua saúde mental e física, bem como do seu nível de satisfação com a vida



Fonte: elaborado pela autora.

O Gráfico 6 evidenciou que 32 (42,11%) pós-graduandos consideraram a sua atual saúde mental regular; 24 (31,58%) a consideraram boa; 15 (19,74%) a elencaram como sendo ruim; 3 (3,95%) a consideraram excelente; e 2 (2,63%) a classificaram como muito ruim. No que tange à atual condição de saúde física, 30 (39,47%) sujeitos da amostra a classificaram como regular; 25 (32,89%) como sendo boa; 12 (15,79%) a definiram como sendo ruim; 5 (6,58%) como muito ruim; e 4 (5,26) a consideraram excelente. No quesito qualidade de vida, desvela-se que 32 (42,11%) pós-graduandos a classificaram como tendo qualidade regular; 30 (39,47%) como sendo boa; 11 (14,47%) como sendo ruim; e 3 (3,95%) como sendo excelente. Finalmente, quando questionado aos participantes o seu nível de satisfação com a vida, percebe-se que 36 (47,37%) deles o classificaram como sendo bom; 18 (23,68%) o consideraram regular; 11 (14,47%) excelente; 10 (13,16%) ruim; e apenas 1 (1,32%) o considerou muito ruim.

Coincidentemente, 32 (42,11%) pós-graduandos classificaram tanto a sua saúde mental quanto sua qualidade de vida como sendo regular. Ademais, revelou-se que 33 (43,42%) discentes consideraram sua qualidade de vida boa e/ou excelente, e 47 (61,84%) evidenciaram um bom e/ou excelente nível de satisfação com a vida, o que demonstra que os participantes, mesmo enfrentando diversos estressores presentes no ambiente acadêmico da pós-graduação, ainda avaliavam ter uma vida satisfatória e de qualidade.

Até aqui, dissertou-se sobre o perfil sociodemográfico dos sujeitos pesquisados, assim como se debateu sobre a primeira categoria de análise que abordou a saúde mental e a qualidade de vida dos pós-graduandos, inferindo-se que ambos os conceitos se encontram permeados pelo capitalismo e pela indústria cultural que o atravessa. A seguir, apresentou-se a segunda categoria de análise, que tratou acerca dos percalços enfrentados pelo pós-graduando brasileiro, ao levantar o debate de algumas outras questões dispostas no *survey*.

5.3 ENTRE O SOFRIMENTO E O CONTENTO: OS IMPASSES DE SER UM PÓS-GRADUANDO NO BRASIL

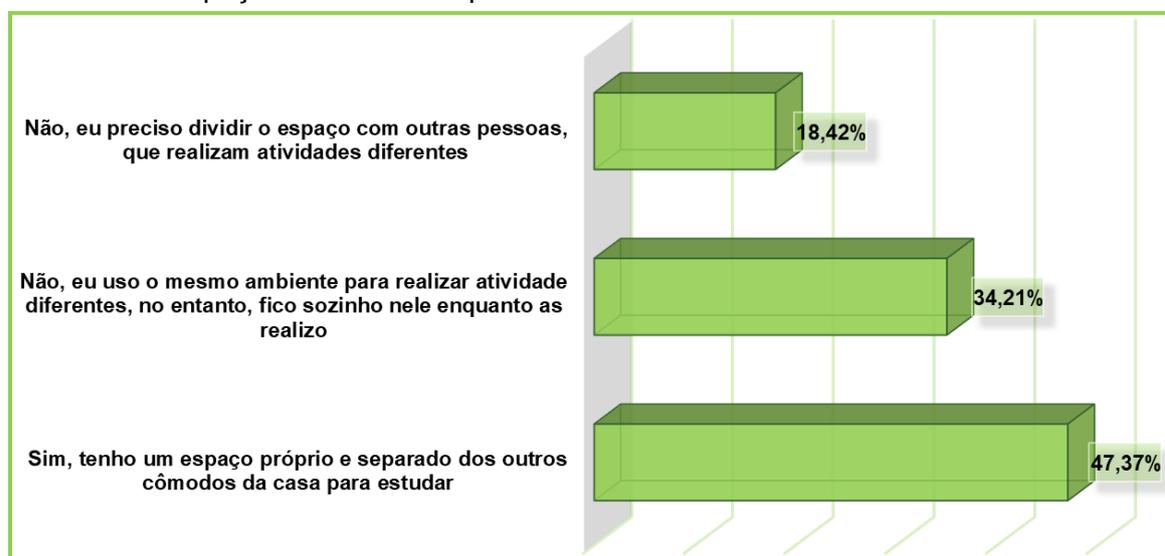
A segunda categoria se delimitou a analisar e discutir os dados levantados pela pesquisa, com o objetivo de fornecer subsídios para uma compreensão mais apurada sobre a realidade dos pós-graduandos brasileiros, que vivem entre o sofrimento e contentamento, experienciando os desafios de serem pesquisadores em um país mundialmente conhecido pela desvalorização educacional e científica (ARAGÃO *et al.*, 2020; SILVA JUNIOR; FARGONI, 2020).

A respeito disso, revelou-se, por meio da questão 13 do *survey*, que 65 (85,53%) pós-graduandos participantes não tinham auxílio financeiro proveniente de bolsas de estudo, ao passo que, como já divulgado anteriormente, 62 (81,58%) deles exerciam algum tipo de atividade remunerada. Estudos já evidenciaram que a falta de financiamento por bolsas de estudo na pós-graduação e a dedicação bifurcada entre atividade acadêmica e trabalho profissional se consideram fatores basilares para o desenvolvimento do sofrimento psíquico discente (FORTE, 2021; ZOTESSO, 2021).

Já a questão 18 do instrumento de coleta de dados buscou descobrir quantas horas por semana os pós-graduandos da amostra se dedicavam ao estudo, constatando-se que 29 (38,16%) deles estudavam de 01 a 10 horas semanais; 27 (35,53%) se dedicavam de 11 a 20 horas semanais ao estudo; 10 (13,16%) de 21 a 30 horas semanais; 7 (9,21%) de 31 a 40 horas por semana; e 3 (3,95%) revelaram estudar mais de 40 horas na semana.

A posteriori, questionou-se aos pós-graduandos, por intermédio da questão 19, sobre o espaço físico doméstico utilizado para os estudos, tendo as respostas ilustradas no Gráfico 7.

Gráfico 7 – Espaço físico utilizado para os estudos no ambiente doméstico



Fonte: elaborado pela autora.

Ao observar o Gráfico 7, apreendeu-se que, quando questionados sobre o espaço físico domiciliar utilizado para os estudos, 26 (34,21%) discentes revelaram não terem um ambiente específico para realizarem suas atividades acadêmicas no ambiente doméstico: 14 (18,42%) relataram dividi-lo, ainda, com outras pessoas que desempenham, concomitantemente, demais ocupações. Muitos mencionaram estudar apenas de madrugada, constituindo-se esse o único momento em que há espaço e silêncio, aspectos declarados como essenciais para uma aprendizagem mais efetiva.

A falta de um espaço físico adequado para estudar e/ou trabalhar se consiste, também, em um dos grandes impasses produzidos durante o período

pandêmico, pois, diante das medidas de isolamento social, compeliu-se que as atividades acadêmicas e profissionais deveriam se realizar em *home office*, eclodindo-se, assim, problemáticas de quando o *home* vira *office*⁵². Defronte dos fatores estressores pertinentes ao ambiente doméstico, somaram-se as demandas provenientes do estudo, da pesquisa, da atividade profissional, assim como o exercício dos papéis sociais de mãe e/ou pai; esposa e/ou marido; estudante; trabalhador etc., ocasionando-se um conflito trabalho-família (LEMOS *et al.*, 2020; MENDES *et al.*; 2020).

Mais à frente, inquiriu-se aos pós-graduandos, na pergunta dissertativa de número 20, os motivos pelos quais escolheram cursar uma pós-graduação *stricto sensu*. De acordo com a frequência de evocação de cada justificativa nomeada, construiu-se a Tabela 6.

Tabela 6 – Motivos pelos quais os sujeitos da amostra optaram por cursar uma pós-graduação *stricto sensu*

Por que você escolheu cursar pós-graduação <i>stricto sensu</i> ?		
	N=	%
Capacitação/qualificação profissional	21	27,63%
Docência no Ensino Superior	20	26,32%
Mercado de trabalho	09	11,84%
Interesse pelo estudo	08	10,53%
Ampliação de conhecimento	08	10,53%
Realização pessoal	08	10,53%
Angariar melhores remunerações	05	6,58%
Crescimento profissional	05	6,58%
Realização social	03	3,95%
Como ato de resistência	02	2,63%
Contribuição social	02	2,63%
Interesse por investigação histórica	01	1,32%

Fonte: elaborada pela autora.

Percebeu-se, de acordo com a Tabela 6, que mais de 20 (26,32%) discentes elencaram dois – ou mais – motivos que os fizeram optar pela inserção em uma pós-graduação *stricto sensu*, denotando-se que 41 (53,95%) pós-graduandos a

⁵² Quando a casa vira escritório.

priorizaram em busca de capacitação/qualificação profissional e/ou pelo sonho de exercer a docência no Ensino Superior.

É importante ponderar que o sistema educacional brasileiro, muitas vezes desigual, objetiva “formar” sujeitos atuantes no mercado de trabalho, indivíduos, frequentemente, alienados e que não reconhecem seus papéis e lugares na sociedade. Beck (2011, p. 197) reflete que a “[...] chave da garantia de subsistência reside no mercado de trabalho. A aptidão para o mercado de trabalho exige formação. Quem quer que não a receba estará socialmente à beira do abismo material”. Desvela-se, dessa forma, os motivos pelos quais 39,47% dos pós-graduandos optaram por cursar uma pós-graduação *stricto sensu*, pois, diante de uma sociedade que estima a produção e o consumo sistemático, angaria-se, conseqüentemente, uma maior qualificação/capacitação profissional para o mundo do trabalho.

Algumas declarações dos pós-graduandos, concebidas na questão 20, foram escolhidas para se associar à discussão.

PG15. *Por acreditar que aprender nunca é demais, o conhecimento é algo valioso que ninguém nos tira. Além da **importância do título** para a profissão.*

PG27. *Eu escolhi a Pós porque gostaria de continuar estudando para tornar-me uma profissional e uma pessoa melhor, visto que acredito que a formação acadêmica nos transforma para a vida. A Pós sempre foi um sonho, desde que entendi o que era, porque a **docência no Ensino Superior também é um sonho** e sei que a Pós é um dos caminhos para alcançá-la.*

PG35. *Por gostar de estudar e **querer dar aula em faculdade**, contribuir com a formação de professores.*

PG55. *Sempre quis **lecionar no ensino superior**, o doutorado irá me auxiliar nesse processo.*

PG72. *Aprofundar conhecimento e **obter titulação**.*

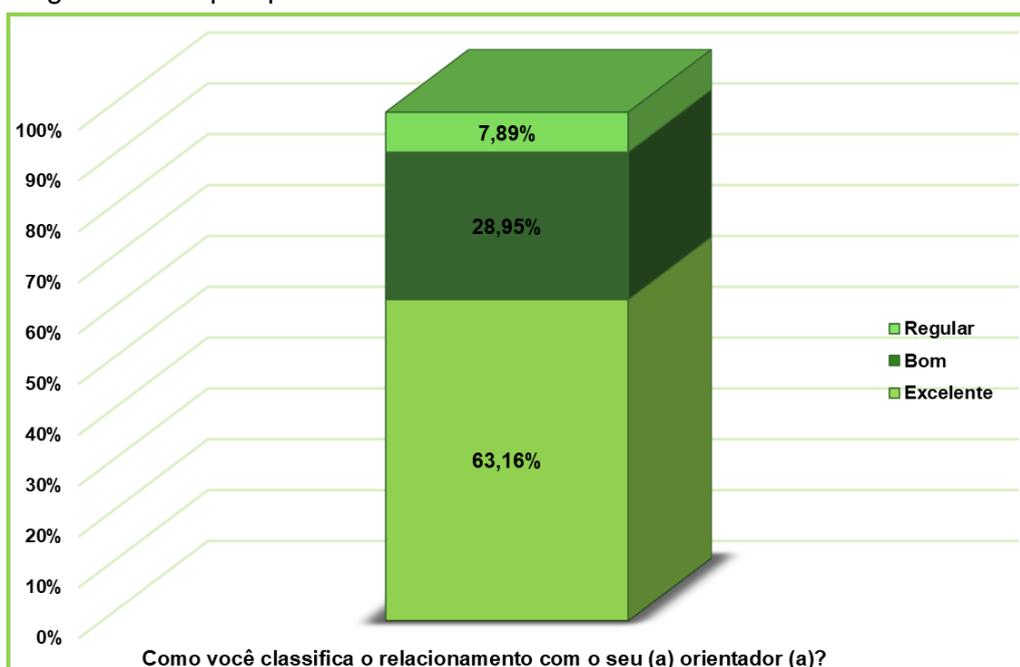
Ao concatenar as informações expostas até o momento aos dizeres proferidos pelos pós-graduandos, Campos (2010) observou, em seu estudo com mestrandos e doutorandos brasileiros, que há uma coexistência de motivações que conduzem os discentes de programas de pós-graduação *stricto sensu* a construir, por meio da academia, seus perfis profissionais, compreendendo desde motivações internas – como o sonho e o grande interesse pela docência no Ensino Superior – até as motivações externas – como a necessidade de titulação

ou qualificação profissional. Ademais, reporta-se que é no espaço da pós-graduação *stricto sensu* que a opção pela docência no Ensino Superior toma contorno e definição, tornando-se uma opção concreta e acessível.

Investigou-se também, por meio da questão 21, a porcentagem de pós-graduandos que já conheciam pessoalmente seus respectivos orientadores, considerando que muitos discentes adentraram no PPE em processo seletivo realizado de maneira remota, ao seguir as recomendações da OMS no combate à pandemia da covid-19. Desvelou-se, então, que apenas 15 (19,74%) deles ainda não tinham tido contato presencial com seus orientadores. Essa baixa porcentagem se materializa como um fator positivo para a vinculação e a sensação de pertencimento na pós-graduação e na instituição de ensino. Quanto maior for o contato pessoal com a figura do orientador, maiores serão as chances de identificação, pertencimento e satisfação com a pesquisa, com o programa e com o papel social de pesquisador (LOUZADA, 2005; GALDINO, 2015).

Em relação a isso, questionou-se, a partir da pergunta 22, como os discentes classificavam a qualidade de seus relacionamentos interpessoais com seus respectivos orientadores, elucidando-se as respostas por intermédio do Gráfico 8.

Gráfico 8 – Qualidade do relacionamento com o(a) orientador(a), segundo classificação dos pós-graduandos pesquisados



Fonte: elaborado pela autora.

Assentiu-se, no Gráfico 8, que 48 (63,16%) pós-graduandos classificaram o relacionamento com seus orientadores como sendo excelente; 22 (28,95%) como sendo bom; e apenas 6 (7,89%) consideraram regular. É importante frisar que nenhum discente categorizou o vínculo com seu orientador como sendo ruim ou muito ruim, ao demonstrar que, mesmo com o distanciamento social e com as problemáticas enfrentadas durante o período pandêmico, a figura do orientador ainda se manteve presente e estreitando laços afetivos e acadêmicos, apesar de maneira remota.

Galdino (2015) apontou, em seu estudo, que o bom relacionamento com os discentes do curso, com o orientador, assim como a satisfação com o tema/objeto de pesquisa, favorecia e impactava, positivamente, a vida acadêmica dos pós-graduandos pesquisados. Já Louzada (2005) desvelou que os discentes participantes de sua pesquisa se sentiam apoiados e encorajados por seus docentes e orientadores, o que a fez concluir que o vínculo criado entre esses atores se constituiu como um fundamento primordial para o enfrentamento dos estressores presentes nos programas de pós-graduação *stricto sensu*.

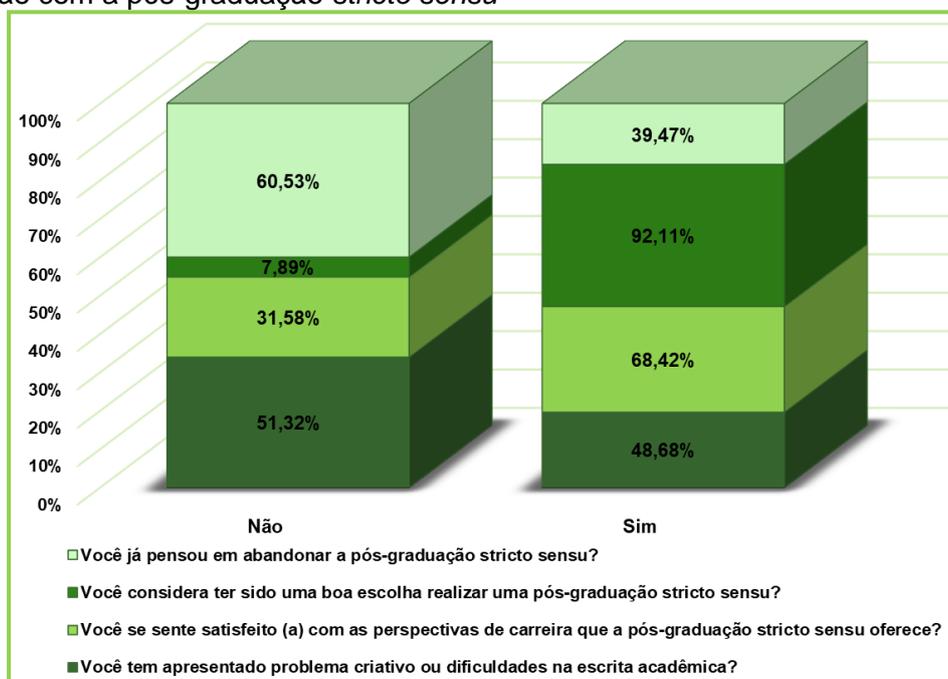
Incide-se, aqui, a importância da figura do professor como narrador, um indivíduo que não meramente transmite conhecimentos; ao contrário: ele é alguém que deve intercambiar experiências, provocar questionamentos, aconselhar e desalienar por meio do discurso vivo, pois a narrativa não se interessa pela transmissão “pura em si” da coisa narrada; ela mergulha o evento na vida do narrador, para retirá-lo posteriormente. É dessa forma que “[...] se imprime na narrativa a marca do narrador, como a mão do oleiro na argila do vaso” (BENJAMIN, 1994, p. 205).

Somente o professor narrador é capaz de ser arquétipo de uma educação que emancipa e que provê as formas de resistir à barbárie do sistema de capital social. Os docentes e orientadores dos pós-graduandos pesquisados têm sido, ao que tudo indica, narradores, efetivando seus ofícios a partir da proficiência da voz ativa, que discursa sobre a frieza da vida (GRUSCHKA, 2014), mas também sobre a possibilidade factual de resistência (ADORNO, 1970).

Integram-se ainda a essa discussão as respostas vinculadas às questões 29, 32, 33 e 34 do *survey*, que questionaram aos pós-graduandos sobre a existência de bloqueio criativo ou dificuldades inerentes à escrita acadêmica; a

satisfação com as perspectivas de carreiras ofertadas pela pós-graduação; a existência do pensamento de abandono; e a assertividade em se cursar uma pós *stricto sensu*.

Gráfico 9 – Pensamento de abandono, dificuldades na escrita acadêmica, escolha e satisfação com a pós-graduação *stricto sensu*



Fonte: elaborado pela autora.

Apreendeu-se, por meio do Gráfico 9, que 37 (48,68%) discentes apresentaram problemas criativos ou dificuldades na escrita acadêmica; ao passo que 39 (51,32%) não manifestaram dificuldades. Já no tocante à satisfação com as perspectivas de carreiras ofertadas pela pós-graduação *stricto sensu*, 52 (68,42%) estudantes afirmaram se sentir satisfeitos com as expectativas profissionais após a pós-graduação; ao passo que 24 (31,58%) não se sentiam satisfeitos. O **PG83** justificou sua insatisfação com os seguintes dizeres:

Hoje, com a atual desvalorização da ciência, a pesquisa não vale mais a pena, não compensa. São muitos empecilhos com um retorno financeiro incerto. Ultimamente tenho pensado que outra graduação pode me abrir mais oportunidades no mercado de trabalho, com melhores rendimentos, inclusive.

O índice de 31,58% de pós-graduandos insatisfeitos com as perspectivas de carreiras ofertadas pela pós-graduação *stricto sensu*, ainda que felizmente menor

do que o índice de satisfação, levanta preocupações, ao passo que esse dado se esbarra na atual desvalorização da ciência brasileira; na falta de um reajuste sobre os valores das bolsas de estudo – estagnados desde o ano de 2013; na queda dos investimentos dedicados aos Programas de Pós-Graduação *stricto sensu*; na falta da autonomia universitária; na supressão de concursos públicos para docentes efetivos do Ensino Superior etc. (ABREU *et al.*, 2021; OLIVEIRA *et al.*, 2021; OLIVEIRA; SOUZA, 2021; NEVES, 2021; SILVA, 2022).

Apesar das dificuldades elencadas, do alto índice de impasses com a escrita acadêmica e com a criatividade – e diante de tantas outras adversidades experienciadas no cotidiano universitário –, 70 (92,11%) dos pós-graduandos respondentes afirmaram, contudo, que a escolha pela realização da pós-graduação *stricto sensu* foi assertiva. Trata-se de um dado que se corrobora, ainda, com o fato de que 46 (60,53%) deles nunca pensaram em abandonar a pós-graduação.

Por outro prisma, um significativo índice de pós-graduandos (39,47%) já pensou em abandonar suas carreiras acadêmicas na pós-graduação, o que nos leva a intentar sobre os principais desafios/dificuldades provenientes no ambiente acadêmico *stricto sensu*, segundo o público pesquisado.

Tabela 7 – Principais desafios/dificuldades de realizar uma pós-graduação *stricto sensu*, de acordo com o público pesquisado

Quais são os principais desafios/dificuldades da pós-graduação <i>stricto sensu</i>?		
	N=	%
Conciliar trabalho com as demandas acadêmicas	53	69,74%
Cobrança excessiva por produtividade	51	67,11%
Exigência de publicações científicas para obtenção da titulação	45	59,21%
Falta de recursos financeiros/bolsas de estudo	28	36,84%
Excesso de leituras	17	22,37%
Exigência de proficiência em outro idioma	14	18,42%
Competitividade entre pares	14	18,42%
Relacionamento saudável com o(a) orientador(a)	12	15,79%
Falta de ambientação ao programa e/ou à universidade	09	11,84%
Cumprimento dos créditos	08	10,53%
Falta de acolhimento da instituição/do programa	08	10,53%
Outro	03	5,26%

Fonte: elaborada pela autora.

Com vistas à Tabela 7, apreendeu-se que os principais desafios/dificuldades em se realizar uma pós-graduação *stricto sensu*, segundo os discentes da amostra, encontram-se assim dispostos: 53 (69,74%) deles sentiam dificuldades em conciliar trabalho com as demandas acadêmicas; 51 (67,11%) mencionaram que o maior desafio é a cobrança excessiva por produtividade, ao passo que 45 (59,21%) dialogavam sobre a exigência de publicações científicas para a obtenção da titulação. Para 17 (22,37%) deles, o excesso de leitura é a principal problemática da pós-graduação *stricto sensu*; sendo que outros 28 (36,84%) mencionaram a exigência de uma proficiência em outro idioma e/ou a competitividade entre pares estimulada pelo ambiente acadêmico. Para 12 (15,79%) pós-graduandos, há dificuldades em se relacionar de maneira saudável com seus respectivos orientadores; para 9 (11,84%) deles, não há ambientação com o programa e/ou com a universidade; 8 (10,53%) expressavam dificuldades com o cumprimento da totalidade dos créditos propostos pela organização curricular do programa; enquanto outros 8 (10,53%) se sentiam pouco acolhidos pela instituição.

Defronte da discussão motivada nessa categoria de análise, ressalta-se que, apesar de todas as dificuldades e desafios inerentes à pós-graduação *stricto sensu*, ela se compreende, ainda segundo seus discentes, como uma feliz escolha que, obviamente, muito se deve ao trabalho dos docentes, dos orientadores e do programa, os quais se dedicaram em aprimorar a experiência discente.

A próxima categoria discutiu sobre o ERE e os impactos da pandemia da covid-19 nos discentes de pós-graduação *stricto sensu*.

5.4 ENSINO REMOTO EMERGENCIAL E O CONTEXTO DE PANDEMIA NA PÓS-GRADUAÇÃO

A terceira e última categoria dissertou sobre o período interpelado pela pandemia da covid-19, com vistas ao isolamento social e à efetivação do modelo de Ensino Remoto Emergencial (ERE) fomentados nesse ínterim. Almejou-se compreender mais sobre a realidade dos pós-graduandos brasileiros que experienciaram a formação *stricto sensu* em formato remoto.

A pandemia da covid-19 tornou o cenário brasileiro caótico; a economia, a saúde pública, a educação e tantos outros setores do Estado sofriram em meio à

instabilidade de uma nova doença ainda desconhecida pela Medicina. No que tange à educação, no dia 17 de março de 2020, o Ministério da Educação (MEC) aprova a Portaria nº 343, alterada, posteriormente, pela Portaria nº 345, e consolidada no dia 16 de junho de 2020, por intermédio da Portaria nº 544, que outorgou a substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto perdurasse a pandemia por covid-19. Essa nova modalidade foi nomeada como “Ensino Remoto Emergencial – ERE” (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b; BRASIL, 2020c; SANTOS *et al.*, 2021; SILVA *et al.*, 2021).

Diante dessa conjuntura, as instituições de ensino se defrontaram com a responsabilidade de elaborar, de maneira repentina e urgente, artifícios que atendessem às necessidades educacionais dos estudantes, mas, agora, de maneira remota, repensando e readaptando práticas pedagógicas tradicionais/presenciais, além de utilizar as Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs) como principais ferramentas para essa transformação (MORAES *et al.*, 2020).

Salienta-se que o ERE, ao contrário do que alguns pensam, difere-se da Educação a Distância (EaD). Esta é uma modalidade de ensino com regras específicas, normatizada no ano de 2005, por meio do Artigo 80 da Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) nº 9.394/1996. A fim de que a EaD seja ofertada, é necessário que muitos profissionais participem do processo de organização da modalidade, exigindo-se a presença de professores tutores, professores responsáveis pela distribuição dos conteúdos entre as disciplinas, professores tutores presenciais, técnicos em Tecnologia da Informação, *Designer* Instrucional e afins (ALVES, 2020; FARIAS; SILVA, 2021).

Ademais, todos esses profissionais recebem formação inicial adequada e passam por capacitação e especialização regularmente. No caso do ERE, os professores são os que ministravam disciplinas de maneira presencial; no entanto, agora, precisaram fazer uma adaptação em relação à forma de lecioná-las, não tendo recebido nenhuma formação prévia e/ou orientação apropriadas para isso, de modo a se sobrecarregarem pelo excesso de atividade, responsabilizando-se, unicamente, pelo trabalho de planejar, executar, avaliar e incluir o uso das TDICs em cada um desses processos. A propósito, muitos deles não tinham, antes mesmo da pandemia, recursos e materiais tecnológicos mínimos (como computadores e

internet de qualidade) para o seu próprio usufruto (ALVES, 2020; FARIAS; SILVA, 2021).

A sociedade se viu fragmentada entre aqueles que acreditavam que o uso das tecnologias digitais aprimoraria o processo educativo, efetivaria novas formas de ensinar e aproximaria o ensino do modernizado corpo social em rede (MORAES *et al.*, 2020; SILVA *et al.*, 2021), e aqueles que se preocupavam com a precarização, a massificação e a fusão da educação à ideologia neoliberal (COSTA, 2020; FARIAS; SILVA, 2021; GONÇALVES *et al.*, 2021; GUIMARÃES, 2022).

O fato é que, mesmo diante dessa ambivalência, o ERE foi adotado pelo sistema educativo brasileiro; logo, tanto os docentes quanto os discentes tiveram de se adaptar a essa nova realidade. Além dos impactos sofridos pela pandemia, como o isolamento social, as dificuldades econômicas, o desemprego em massa, o medo do adoecimento e da finitude (GAUDENZI, 2021), poucos meses após a implementação e execução do ERE, já era possível constatar inúmeros impasses encontrados durante a aplicação desse recurso circunstancial, bem como um acentuado sofrimento de ordem psíquica, vivenciado por discentes e docentes inseridos nesse processo (ANACLETO *et al.*, 2021).

A Tabela 8 elenca as principais dificuldades citadas pelos sujeitos da pesquisa em se cursar uma pós-graduação *stricto sensu* em formato remoto, de acordo com as respostas obtidas por meio da questão discursiva de número 23 do *survey*.

Tabela 8 – Principais dificuldades em se cursar uma pós-graduação *stricto sensu* em formato remoto

Principais dificuldades em cursar uma pós-graduação <i>stricto sensu</i> em formato remoto		
	N=	%
Falta de diálogo – Falta de contato com colegas e professores – Falta de interação – Falta de socialização	40	52,63%
Sem dificuldades	13	17,11%
Falta de acesso a aparelhos eletrônicos e/ou internet de qualidade	12	15,79%
Solidão – Impessoalidade – Falta de pertencimento	11	14,47%
Ausência de ambiente físico adequado para o estudo	10	13,16%
Aulas cansativas e falta de motivação para assistir aulas <i>on-line</i>	08	10,53%
Falta de concentração e aumento da demanda de atividades	07	9,21%
Dificuldade de comunicação e ruído	04	5,26%

Dificuldades para a coleta de dados das pesquisas em desenvolvimento	04	5,26%
---	----	--------------

Fonte: elaborada pela autora.

Viu-se, de acordo com a Tabela 8, que 40 (52,63%) pós-graduandos relataram que a falta de diálogo, de contato com os colegas e professores e a ausência de interação e de socialização foram os principais obstáculos enfrentados no curso de uma pós-graduação em formato remoto. 12 (15,79%) deles disseram sofrer com a falta de acesso a aparelhos eletrônicos e/ou internet de qualidade; 11 (14,47%) se sentiram solitários e não pertencentes a um espaço acadêmico; 10 (13,16%) evidenciaram não terem em casa um ambiente adequado para o estudo; 8 (10,53%) se sentiram desmotivados e cansados com as aulas *on-line*; 4 (5,26%) experienciaram comunicação falha e ruidosa; e 4 (5,26%) experienciaram dificuldades para a coleta de dados das pesquisas em desenvolvimento.

De todos os empecilhos listados, alguns apareceram de maneira mais recorrente nas falas dos pós-graduandos, sendo eles: a falta de diálogo e interação entre pares, de modo a gerar solidão e uma frieza no processo de ensino; a falta de condições socioeconômicas para adquirir aparelhos eletrônicos e pacote de internet de qualidade; e a carência de um ambiente físico específico para o estudo e de um momento longe dos barulhos provenientes do ambiente familiar, que prejudicam, demasiadamente, a capacidade de concentração nas aulas.

Paralelamente a esse diálogo e com o intuito de complementar as respostas da questão 23, a questão 26 do instrumento investigou a percepção dos discentes participantes sobre os desafios e dificuldades vivenciadas no decorrer das aulas em formato remoto, fornecendo-lhes algumas opções e viabilizando assinalar múltiplas alternativas.

Tabela 9 – Desafios e dificuldades enfrentadas pelo pós-graduandos durante as aulas em formato remoto

Maiores desafios e dificuldades enfrentadas com as aulas em formato remoto		
	N=	%
Dificuldades em organizar e separar meu tempo de estudo do tempo de descanso/lazer	33	43,42%
Dificuldades em lidar com os contratemplos oriundos de permanecer no ambiente doméstico (latidos de cachorro, choro de criança etc.)	32	42,11%

Dificuldades em lidar com a falta de contato humano	31	40,79%
Dificuldades em respeitar meu horário de almoço/jantar e fazer minhas refeições com calma	25	32,89%
Não tive dificuldades	21	27,63%
Desconforto e vergonha de me expor diante de uma câmera	21	27,63%
Dificuldades em lidar com as falhas do material tecnológico durante as aulas (perda do sinal da internet, cortes no áudio, travamento da imagem etc.)	20	26,32%
Dificuldades de acesso a materiais eletrônicos de boa qualidade (como computador e internet)	13	17,11%
Conhecimento limitado sobre o uso de tecnologias e o manuseio de programas de plataformas digitais	09	11,84%
Outras	05	6,58%

Fonte: elaborada pela autora.

Observou-se, na Tabela 9, que 33 (43,42%) discentes revelaram que o ERE acabou por fundir o tempo de descanso/lazer ao tempo de estudo, tornando-se quase impossível dissociá-los; 32 (42,11%) relataram dificuldades em lidar com os contratemplos oriundos do fato de permanecer muito tempo dentro do ambiente doméstico (como latidos de cachorro e afins); 31 (40,79%) referiram dificuldades em lidar com a falta de contato humano; 25 (32,89%) alegaram que os momentos dedicados às refeições foram prejudicados, não se respeitando mais os intervalos para o almoço e/ou jantar, por exemplo. 21 (27,63%) pós-graduandos revelaram não ter experienciado nenhum tipo de dificuldade; ao passo que, na mesma porcentagem (27,63%), mencionaram se sentir envergonhados e desconfortáveis ao se exporem diante de uma câmera, recaindo sobre uma “disciplinarização dos corpos” estimulada pela exposição excessiva a meios tecnológicos que organizam e vigiam espaços-tempos (GUIMARAES, 2022). No mais, 20 (26,32%) estudantes apontaram dificuldades em lidar com as falhas dos materiais tecnológicos empregados durante as aulas em formato remoto; 13 (17,11%) revelaram impasses ao acesso a esses materiais; sendo que 9 (11,84%), destacaram conhecimento limitado sobre o uso de tecnologias, de forma a ocasionar dificuldades no manuseio de programas e plataformas digitais.

Por conseguinte, pesquisas já sinalizaram que dividir o mesmo ambiente físico para estudar, trabalhar e vivenciar atividades de lazer e domésticas é outro

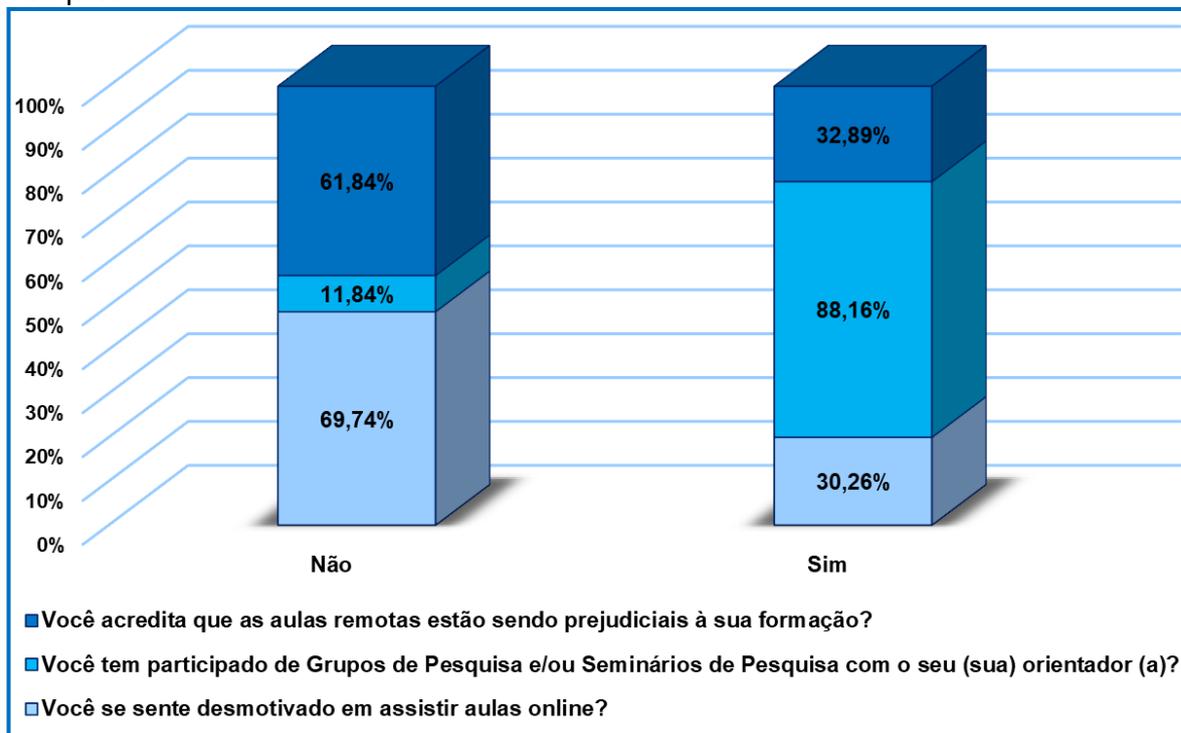
grande infortúnio do ERE (COSTA *et al.*, 2021; FARIAS; SILVA, 2021; GONÇALVES *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2021). A ausência de um local apropriado para os estudos, as interrupções constantes de familiares e a urgência na realização de afazeres particulares, combinados em apenas um ambiente, acabam por gerar sensação de improdutividade, desânimo, ansiedade, dificuldades de concentração, percepção de incapacidade, de pouca aprendizagem, que refletem em autocobrança e grande sofrimento psíquico (COSTA *et al.*, 2021; FARIAS; SILVA, 2021; GONÇALVES *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2021).

Ao corroborar com as informações destacadas até o momento, Silva *et al.* (2021) apontaram, em sua pesquisa, que a falta de interação com os colegas é descrita pelos discentes como a maior desvantagem do ERE na pós-graduação. Para eles, a falta de interação entre pares prejudica o dinamismo da sala de aula e, conseqüentemente, recai sobre a aprendizagem.

A falta de disciplina e de organização pessoal para prosseguir com os estudos de maneira remota também aparece, em outras pesquisas, como uma das grandes limitações do ERE (PRADO; FREITAS *et al.*, 2021; SILVA *et al.*, 2021). O gerenciamento e planejamento do tempo para se dedicar aos estudos é um fator de preocupação dos discentes, salientando-se que o ensino individualizado e o autodidatismo, máximas norteadoras do ERE, propiciam uma queda considerável na aprendizagem e prejudicam a concentração e a saúde mental dos pós-graduandos (COSTA, 2020; GONÇALVES *et al.*, 2021; FARIAS; SILVA, 2021).

A posteriori, questionou-se aos pós-graduandos – por meio das questões 24, 27 e 30 do *survey* – se eles consideravam que as aulas em formato remoto prejudicavam sua formação na pós-graduação; se havia desmotivação para participar dessas aulas; e se eles se envolveram em atividades provenientes de algum Grupo de Pesquisa e/ou Seminários de Pesquisa com seus orientadores. As respostas a essas questões se encontram agrupadas no Gráfico 10.

Gráfico 10 – Impressões dos pós-graduandos acerca das aulas em formato remoto e a participação em atividades provenientes de Grupos de Pesquisa e/ou Seminário de Pesquisa



Fonte: elaborado pela autora.

Concernente ao levantamento apresentado pelo Gráfico 10, observou-se que 47 (61,84%) sujeitos não classificaram as aulas remotas, empregadas durante a pandemia, como prejudiciais à sua formação acadêmica. Quando solicitado a esses 47 pós-graduandos que justificassem o motivo de suas respostas, 14 (29,79%) deles mencionaram que os professores do PPE se reinventaram para entregar uma aula de qualidade aos estudantes, tendo-os fornecido total suporte acadêmico para a conclusão das disciplinas sem maiores intercorrências; 12 (25,53%) salientaram que o ERE se constituiu como a única opção possível para o enfrentamento da crise sanitária disposta; 5 (10,64%) ressaltaram que a economia de tempo e dinheiro tornou a pós-graduação mais cômoda com as aulas acontecendo em formato remoto; e 16 (34,04%) deles não esclareceram os motivos que os fizeram concluir que as aulas remotas foram benéficas para suas formações *stricto sensu*.

Dentre as justificativas elencadas pelos pós-graduandos, a respeito das aulas em formato remoto, uma específica chamou a atenção e se encontra transcrita na sequência.

PG33. *Não considero que as aulas em formato remoto foram prejudiciais em minha formação. Embora eu tenha vivenciado disciplina nos dois contextos, presencial e remoto, por ter ingressado no ano de 2019, e experienciado a riqueza que as discussões coletivas e conversas em sala de aula possibilitaram, não posso dizer que as aulas em formato remoto não tiveram seu valor. As discussões talvez não fossem tão profundas como em contextos presenciais, mas a oportunidade de ouvir professores do Brasil todo em eventos e aulas promovidos no âmbito do programa, e o registro dessas aulas em gravações que foram acessadas em momentos de construção de trabalho das disciplinas e, até mesmo, da própria dissertação, constituíram-se como possibilidades muito ricas e até cruciais, e que eu considero importante que sejam mantidas.*

O primeiro fator importante a ser destacado é que mais de 60% dos pós-graduandos discursaram que as aulas remotas não prejudicaram sua formação na pós-graduação, sendo que quase 30% deles salientaram que os professores do programa se dedicaram com afinco, com vistas a evitar que os impactos do distanciamento social prejudicassem o andamento e a qualidade das aulas ministradas.

O trabalho docente precisou ser reconfigurado e readaptado durante o período pandêmico. Assim como em uma grande parcela da população, o sofrimento, a insegurança e a ansiedade se fizeram presentes nos docentes do Ensino Superior (FREITAS *et al.*, 2021; SOUZA *et al.*, 2021). A construção da identidade docente ganhou novos moldes durante a pandemia e se revelou como atividade essencial para o enfrentamento da crise e para a continuidade da atividade educativa (QUEIROS, 2021). Fizeram muito, com o pouco que se tinha disponível; viram seu trabalho adentrando no espaço doméstico e se perceberam perdidos em meio a burocracias e exigências sem fim. No final, mostraram que, sim: a educação emancipa (ADORNO, 1970), seja dentro de uma sala de aula, no espaço acadêmico, seja dentro de suas casas e, até mesmo, por meio de uma pequena janela via videoconferência; não importa o espaço-tempo, mas, sim, a vontade de se fazer presente e atuante na vida dos discentes. Adorno (1970) dizia que, ao passo que a sociedade continuar a gerar e gerir a barbárie a partir de si mesma, somente a educação terá condições – ainda que mínimas – de resistir e provocar mudanças.

Ainda referente à análise do Gráfico 10, constata-se que 67 (88,16%) pós-graduandos revelaram participar de Grupos de Pesquisa e/ou Seminários de Pesquisa com seus orientadores, sendo que, destes, 56 (83,58%) expressaram que suas participações ativas nesses grupos têm contribuído para amenizar os impactos negativos causados pela pandemia.

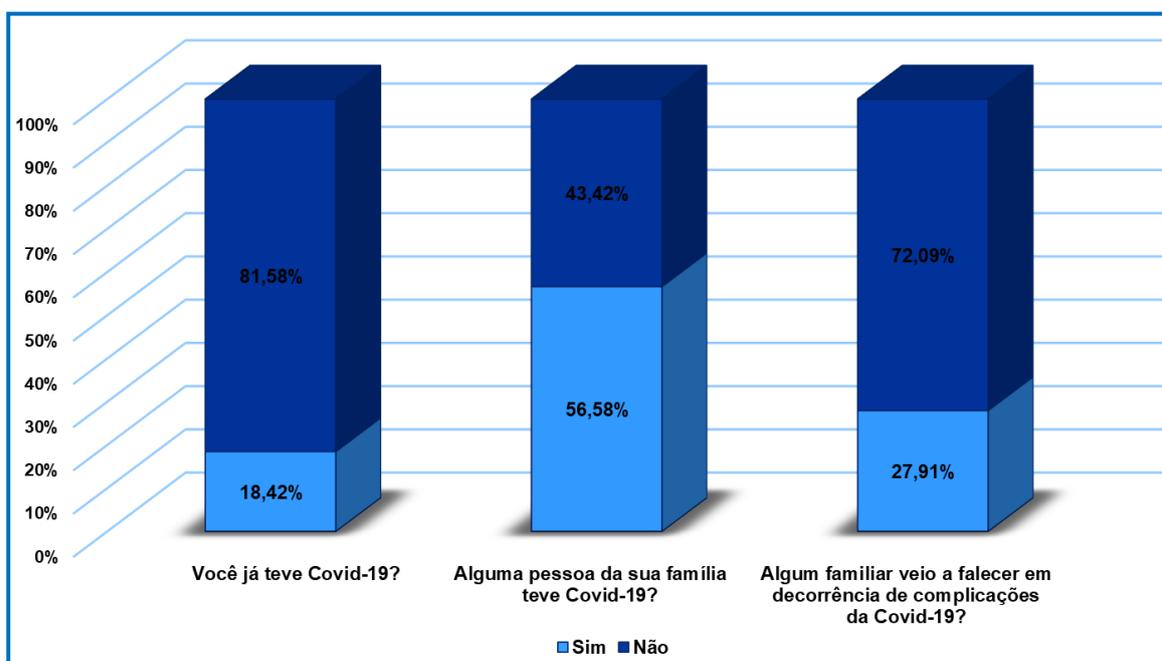
Não obstante, observa-se, ainda no Gráfico 10, que 53 (69,74%) estudantes não se sentiram desmotivados em assistir aulas em formato remoto; ao contrário: como sinalizado na questão 25 do *survey*, 68 (89,47%) pós-graduandos desvelaram se sentir pertencentes a um programa de pós-graduação *stricto sensu*, mesmo distante do espaço físico da universidade. Essas informações sinalizam que o PPE se fez presente na vida de seu público discente, mesmo diante das adversidades provocadas pelo período pandêmico, encorajando os estudantes a continuarem com suas atividades acadêmicas e de pesquisa, ao estreitar, ainda mais, os laços entre instituição e corpo discente. O índice expressivo de sujeitos que se sentiram essencialmente pertencentes demonstra a maturidade, tanto do programa quanto dos docentes, em lidar com as adversidades provenientes de uma situação de saúde pública excepcional.

A questão 28 do *survey* inquiriu sobre o impacto da pandemia e do ERE na experiência/satisfação dos discentes com a pós-graduação *stricto sensu*, sendo que 36 (47,37%) deles observaram que a pandemia afetou, de maneira negativa, suas experiências com a pós; 32 (42,11%) não se sentiram impactados; e apenas para 8 (10,53%) deles as implicações causadas pelo período pandêmico foram positivas para a experiência com a pós-graduação.

Verifica-se, aqui, um achado interessante, uma vez que 53 (69,74%) pós-graduandos expressaram não se sentirem desmotivados em participar de aulas em formato remoto; 47 (61,84%) expuseram que as aulas remotas não prejudicaram sua formação acadêmica na pós-graduação; no entanto, 36 (47,37%) salientaram que a pandemia, em si, afetou negativamente suas experiências no ambiente acadêmico, o que se leva a acreditar que os estressores intrafamiliares, nutridos pela pandemia e pelo isolamento social, afetaram, direta e desfavoravelmente, a experiência de vida acadêmica dos discentes.

O Gráfico 11 suscita as respostas elencadas nas questões 38, 39 e 40 do *survey*, que coletou informações referentes à infecção pela covid-19 no ambiente familiar dos pós-graduandos.

Gráfico 11 – Infecção pessoal, familiar e falecimento em decorrência de complicações da covid-19



Fonte: elaborado pela autora.

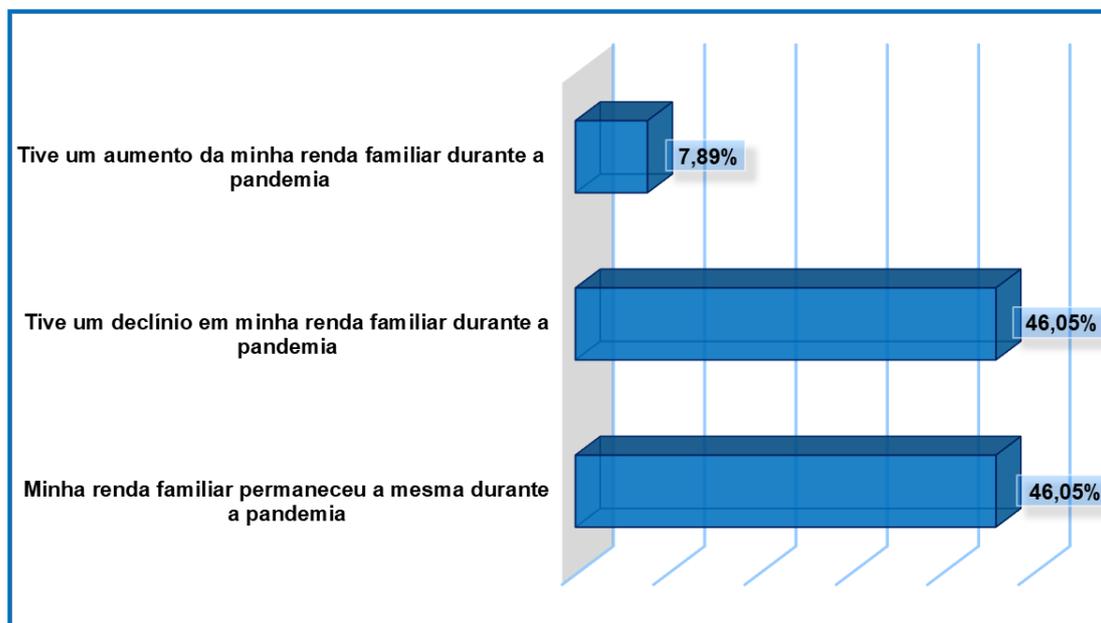
Antes de discutir os achados, é de suma importância evidenciar que, até o mês de setembro do ano de 2022, quase dois anos após o início da pandemia, cerca de 600.555.262 pessoas foram infectadas pelo vírus da covid-19 no mundo; destas, 6.472.914 vieram a óbito. O Brasil é o terceiro país do mundo com o maior número de casos confirmados pela doença, 34.414.011, e o segundo com o maior número de mortes, 683.851 (WHO, 2022).

Esses dados apenas refletem as condições psíquicas e sociais em que grande parte da população brasileira se encontra no momento, enfrentando uma crise econômica e vivendo sob o risco e a frieza iminente da morte (GRUSCHKA, 2014), em que um vírus “[...] nos afastou de nossos principais prazeres e nos tirou a possibilidade de estar em companhia das pessoas que amamos no momento da morte, atormentando os que se vão e alojando experiências traumáticas nos que ficam” (GAUDENZI, 2021, p. 4).

Descobriu-se, com esta pesquisa (vide Gráfico 11), que 14 (18,42%) pós-graduandos já tinham sido infectados pelo vírus SARS-CoV-2 no momento em que os dados do estudo foram coletados, sendo que, para 43 (56,58%) deles, algum integrante da família também já se infectou pelo vírus. Infelizmente, dos 43 pós-graduandos que experienciaram a contaminação em ambiente familiar, 11 (27,91%) perderam um ente querido para a covid-19, dentre eles: pais, irmãos(ãs), avós, tios(as) e primos(as). O luto negado a esses sujeitos é o sofrimento psíquico em essência; é o mal-estar de quem aceita a morte e reconhece a transitoriedade da vida (FREUD, 2010), mas não nessas circunstâncias.

Já no que tange à situação da renda familiar dos discentes, durante o período pandêmico, observa-se, no Gráfico 12, que os proventos de 35 (46,05%) deles se permaneceram inalterados durante a pandemia; igualmente, para outros 35 (46,05%), o faturamento familiar declinou nesse período, sendo que apenas 6 (7,89%) apontaram para ascensão de seus rendimentos pecuniários no mesmo período.

Gráfico 12 – Renda familiar dos pós-graduandos durante a pandemia da covid-19



Fonte: elaborado pela autora.

Não obstante, 39 (51,32%) discentes expuseram – em resposta à questão 43 – que os conflitos familiares/domésticos não se alteraram durante a pandemia; contudo, para 31 (40,79%) deles, os conflitos se intensificaram nesse período. Já

no tocante às mudanças na rotina doméstica e/ou familiar em tempos de pandemia, 38 (50,00%) pós-graduandos relataram, em resposta à questão 44, que suas rotinas mudaram significativamente, ocasionando uma sobrecarga de tarefas, o cansaço e a estafa crônica. Por conseguinte, 36 (47,37%) expuseram pequenas mudanças rotineiras, e apenas 2 (2,63%), não sofreram impactos em suas rotinas domésticas e/ou familiares.

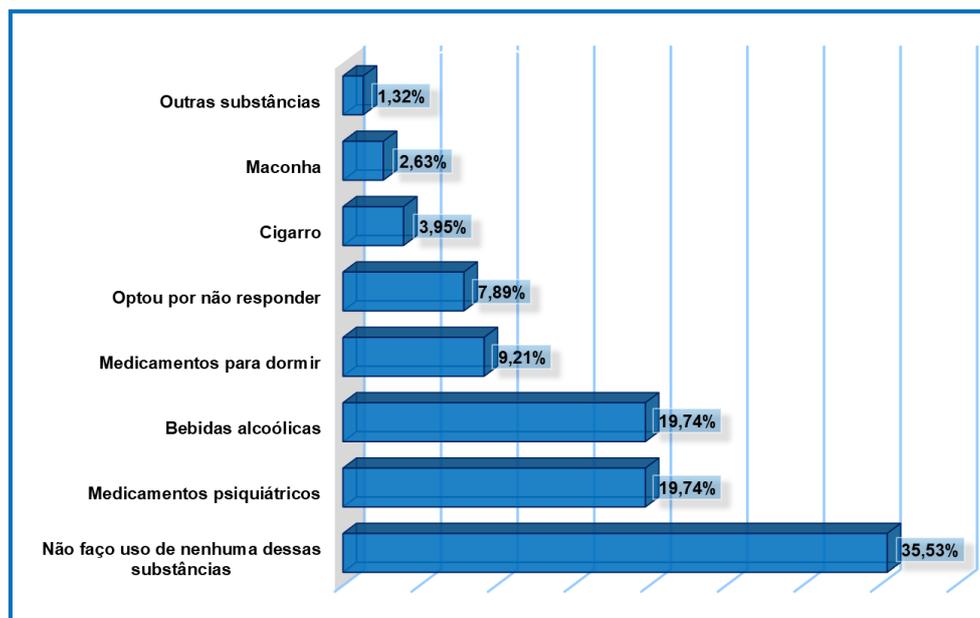
Diante dessas manifestações, certifica-se que uma grande parcela da amostra pesquisada (40,79%) expressou uma intensificação dos conflitos familiares durante a pandemia, sendo que a metade dos indivíduos (50,00%) anunciou mudanças significativas em suas rotinas domésticas, que se constituíram como fonte de fatores estressores. Legitimando-se essas questões, pesquisas apontaram para um grande aumento no registro de casos de violência doméstica durante o período de isolamento social, sendo mais comumente percebidas entre parceiros íntimos – e entre pais e filhos (MARQUES *et al.*, 2020; ORNELL *et al.*, 2020).

China, Reino Unido, Estados Unidos, França e Brasil viram os casos de violência explodirem já nos primeiros meses após o período inicial da recomendação do distanciamento social proferido por cada país. No Brasil, de acordo com o Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos (MMFDH), as denúncias proferidas por intermédio do canal Ligue 100 aumentaram em 17% só no mês de março de 2020. O Ministério Público Estadual (MPE) do Rio de Janeiro citou um aumento de 50% nas denúncias de violência doméstica já no primeiro final de semana após os decretos estaduais que propuseram o distanciamento social, sendo a violência contra a mulher a mais expressiva. No Paraná, a Polícia Militar (PM) registrou ascensão de 15% nos boletins de ocorrência consumados apenas no primeiro fim de semana do distanciamento (MARQUES *et al.*, 2020).

O aumento do trabalho doméstico; a coerção sexual; as limitações financeiras; a insegurança e o medo da infecção; a redução do contato físico e das possibilidades de fortalecimento de uma rede de apoio; a interrupção ou diminuição das atividades na rede de assistência social; um maior tempo de convivência direta com o agressor; o aumento no nível do estresse; a incerteza sobre o futuro; a impossibilidade na adoção das medidas de isolamento e de prevenção e cuidados

com o vírus; além do expressivo aumento no consumo de bebidas alcoólicas e substâncias psicoativas se consubstanciaram como os principais fatores desencadeantes da violência expressa durante o período pandêmico (MARQUES *et al.*, 2020; ORNELL *et al.*, 2020).

Gráfico 13 – Porcentagem do consumo de substâncias durante a pandemia da covid-19



Fonte: elaborado pela autora.

Ao realizar um cruzamento dessas explicações com as respostas deliberadas na questão 51 do *survey*, apercebe-se, de acordo com o exposto no Gráfico 13, que 30 pós-graduandos (39,47%) denotaram terem iniciado e/ou intensificado o consumo de bebidas alcoólicas e/ou de medicamentos psicotrópicos⁵³ durante a pandemia. 7 (09,21%) pós-graduandos se utilizavam de medicamentos para dormir⁵⁴; 3 (03,95%) faziam uso do tabaco; 2 (02,63%) consumiam maconha; 1 (01,32%) utilizava outras drogas/substâncias; e 6 (07,89%) optaram por não responder à questão.

Os pós-graduandos se sentem pressionados pela academia à constante produção e reprodução do conhecimento científico; são deixados à margem de uma sociedade que preconiza a produção acadêmica massiva e que medicaliza qualquer sintoma ou comportamento desviante da norma de “bem-estar”, tão

⁵³Sendo eles: Fluoxetina; Alprazolam; Lorazepan; Topiramato; Desvenlafaxina; Nortriptilina; Venlafaxina; Sumatriptano; Fluvoxamina; Bupropiona; Propanolol; Amitriptilina; e Trazodona.

⁵⁴ Entre eles: Donarem; Rivotril; Amitriptilina; e Zolpidem.

necessária para manter a engrenagem do sistema de capital funcionando. A isso, relaciona-se o fato de que 22 (28,95%) pós-graduandos utilizavam medicamentos psicotrópicos ou remédios para dormir no momento da coleta de dados da pesquisa. Desvela-se, assim, que as dificuldades e o sofrimento experienciado no decorrer da vida são vistos como patologias que necessitam ser “tratadas”, “medicalizadas”, a fim de que deixem de ser inconvenientes, desviantes. Justifica-se, dessa forma, a medicalização dos comportamentos que não condizem com o esperado pela sociedade. Corpos que não são controlados e focados para a execução das atividades necessárias não são normais; logo, precisam ser medicalizados (CORDEIRO *et al.*, 2020).

O processo de medicalização da vida tem se tornado uma constante na contemporaneidade e só confirma o quanto nossa sociedade caminha para a barbárie, pois, por intermédio de uma cultura desvalida, os indivíduos continuam experimentando fracassos; sentem-se desamparados, são reprimidos e experienciam sentimentos de culpa que, inevitavelmente, são traduzidos em agressões, comportamentos explosivos e um intenso sofrimento psíquico (ADORNO, 1995; HAN, 2017).

No mais, segundo a OMS, “à medida que os índices de ansiedade, medo, depressão, tédio e incerteza passaram a ser mais comumente notificados durante a pandemia, o consumo de álcool também aumentou [...]” (OPAS, 2020, p. 2). Diante das adversidades promovidas pelo distanciamento social, pela desconfiança nos posicionamentos políticos articulados pela governança brasileira e mediante a um baixo otimismo em relação à capacidade de enfrentamento da pandemia, o consumo de bebidas alcoólicas e de substâncias psicoativas serviu como uma “anestesia alcóolica” (DUNKER, 2017, p. 40), um modo de escamotear a ansiedade e o sofrimento psíquico experienciado (GONÇALVES *et al.*, 2021).

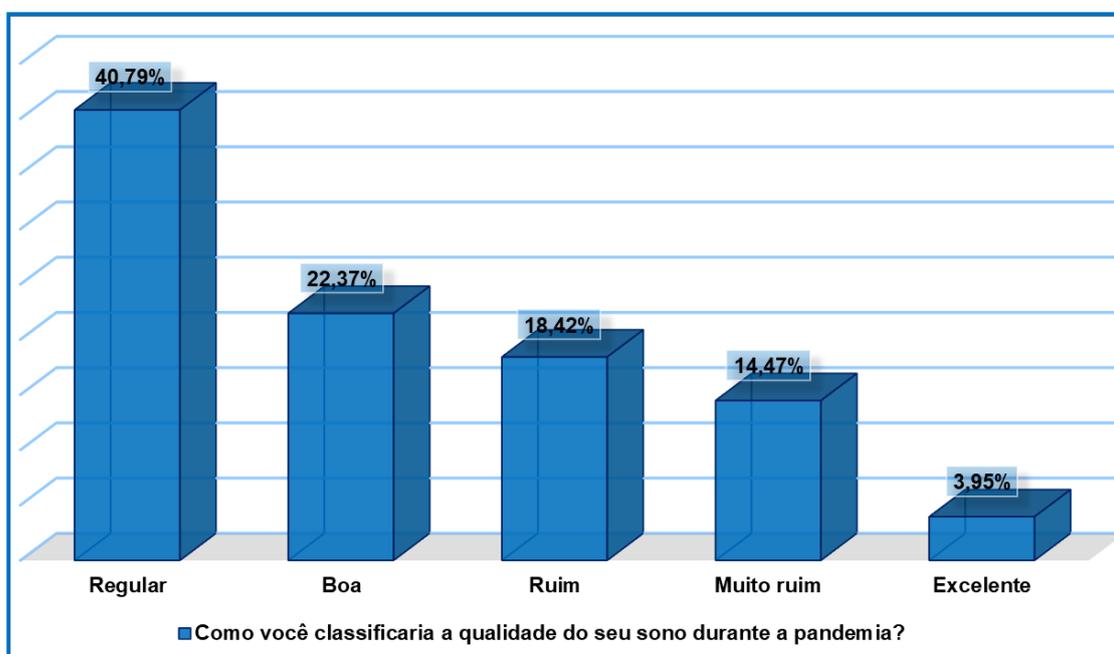
Na equação, conclui-se que, quanto maiores forem as mudanças produzidas, pela pandemia e pelas medidas de contenção da infecção, na rotina doméstica e/ou familiar, maior será o uso e abuso de álcool e de outras substâncias psicoativas – e, conseqüentemente, maiores serão as taxas de violência doméstica.

Potencializaram-se, diante do isolamento social e do ERE, múltiplos sinais e sintomas que evidenciaram os impactos negativos da pandemia de covid-19 na vida psíquica dos pós-graduandos. O surgimento de sintomas ansiosos, de estresse

constante, de alterações no sono e nos hábitos alimentares demonstra que a saúde mental discente se encontra sensibilizada.

As questões 53 e 54 do instrumento de coleta de dados revelaram que 32 (42,11%) pós-graduandos assumiram se sentir inseguros diante do atual contexto de pandemia; 17 (22,37%) não souberam avaliar os sentimentos oriundos do contexto pandêmico; 16 (21,05%) se sentiam muito inseguros; e apenas 11 (14,47%) afirmaram se sentir seguros. Ademais, 42 (55,26%) expressaram se sentir ansiosos e/ou estressados durante a pandemia, ao passo que 38 (50,00%) deles revelaram se sentir estressados, ansiosos e desmotivados.

Gráfico 14 – Qualidade do sono dos pós-graduandos durante a pandemia de covid-19



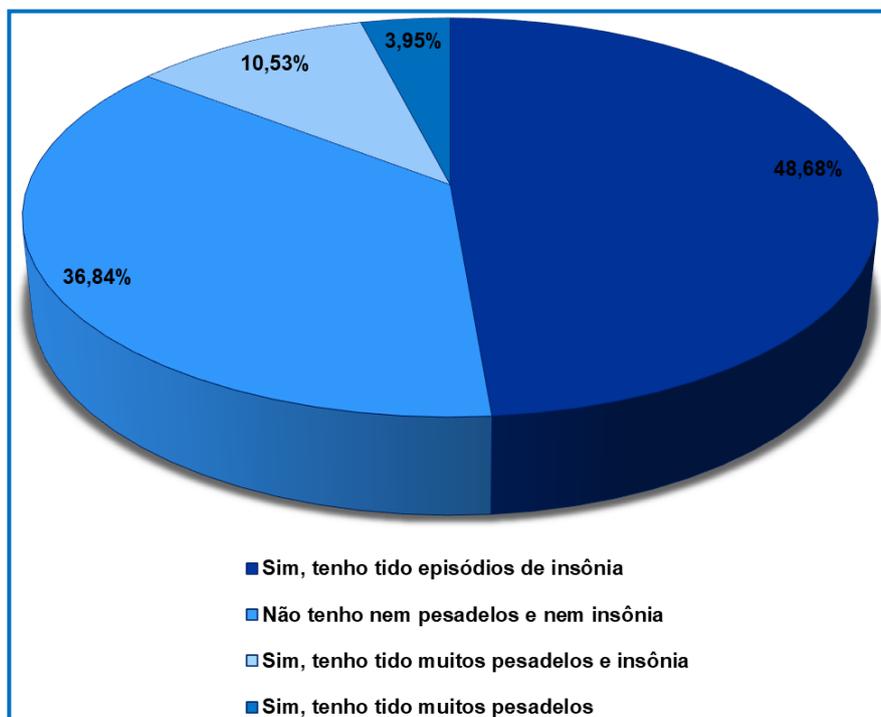
Fonte: elaborado pela autora.

No que concerne à qualidade do sono percebido pelos pós-graduandos durante a pandemia da covid-19, observa-se, conforme exposto no Gráfico 14, que 31 (40,79%) sujeitos da amostra a classificaram como sendo regular; 28 (36,84%) apontaram que a qualidade do sono era ruim e/ou muito ruim; 17 (22,37%) denotaram como sendo boa; e apenas 3 (3,95%) expressaram ter um sono de qualidade excelente.

Mais uma vez, os dados levantados corroboram com estudos realizados anteriormente, que já apontaram para a existência de alterações do sono nessa população, assim como para o surgimento de desânimo, desmotivação, ansiedade,

estresse, alterações na volição e incapacidade emocional para lidar com as adversidades provenientes do momento pandêmico (SANTOS *et al.*, 2021; GONÇALVES *et al.*, 2021).

Gráfico 15 – Frequência de distúrbios do sono vivenciados no período pandêmico



Fonte: elaborado pela autora.

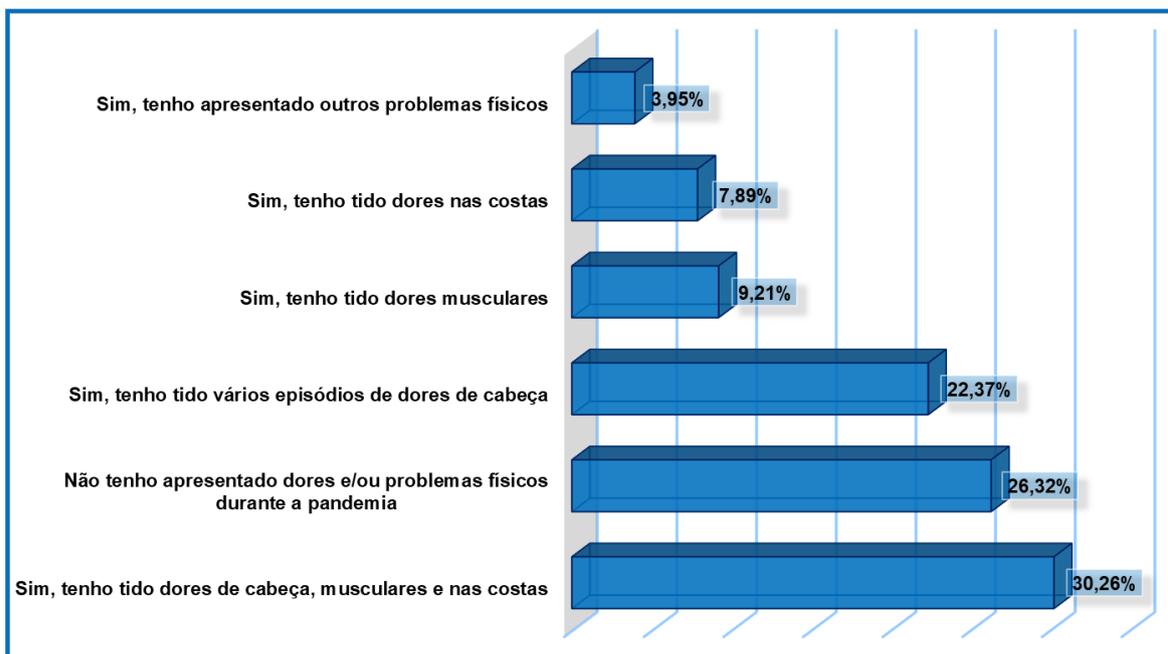
Pertinente aos distúrbios do sono, como pesadelos e/ou insônia, manifestados durante o período pandêmico, observa-se, no Gráfico 15, que 37 (48,68%) pós-graduandos revelaram experienciar, corriqueiramente, episódios de insônia; 8 (10,53%) vivenciaram, além da insônia, pesadelos episódicos; 3 (03,95%) mencionaram a presença apenas de pesadelos; e 28 (36,34%) alegaram não ter experienciado insônia e/ou pesadelos durante o isolamento social.

Lima *et al.* (2021) averiguaram que brasileiros, do gênero feminino, considerados adultos jovens (\cong 35 anos), apresentaram um considerável agravamento de problemas com o sono durante a pandemia da covid-19. Esses resultados vão ao encontro das pesquisas realizadas na Itália, na Espanha e na China, que também se defrontaram com um maior risco no desenvolvimento de distúrbios do sono, nesse subgrupo populacional específico. As mudanças de horários; as alterações na rotina; a excessividade de trabalhos domésticos e

laborais; o cuidado com os filhos e com o lar; e o estresse emocional de se submeter a um confinamento em uma das fases de maiores aspirações na vida (como estudo, carreira, casamento etc.) explicam o motivo de o subgrupo citado ser o mais afetado por disfunções no sono (LIMA *et al.*, 2021; TELLES; VOOS, 2021).

Esses achados explicitam a razão pela qual quase 50,00% dos pós-graduandos da amostra anunciaram experienciar episódios de insônia, recorrentemente, no período pandêmico, haja vista que 75,68% dos sujeitos participantes se autoidentificaram como mulheres cisgênero, ao passo que 52,63% do público total se situavam entre a faixa etária dos 20 aos 35 anos.

Gráfico 16 – Índice de problemas físicos difundidos durante o período pandêmico



Fonte: elaborado pela autora.

Há, ainda, outro importante achado no levantamento dos dados, observando-se que, de acordo com as respostas à questão 57 do *survey*, evidenciadas por meio do Gráfico 16, 23 (30,26%) sujeitos manifestaram constantes episódios de dores de cabeça, musculares e nas costas; 20 (26,32%) não apresentaram dores e/ou problemas físicos durante a pandemia; 17 (22,37%) mencionaram apenas dores de cabeça; 7 (9,21%) experienciaram apenas dores de

origem muscular; e 6 (7,89%) desenvolveram outros problemas físicos durante o período de pandemia, como dores de estômago, gastrite nervosa e fibromialgia.

Muitos dos problemas físicos irrompidos durante o período pandêmico apenas repercutiram os modos de existência humana durante o isolamento social, assentindo-se pela interrupção das atividades presenciais rotineiras, dentre elas: atividades físicas; pela realização de um modelo de trabalho *home office*; e pela adoção de um ensino emergencial totalmente remoto. O longo período em casa, trabalhando e/ou estudando, exigiu maior adaptabilidade frente a um espaço físico inadequado para o desempenho dessas atribuições, além de produzir e reproduzir sentimentos, como a ansiedade e o estresse, ao remodelar o ritmo circadiano⁵⁵ e desencadear, conseqüentemente, disfunções sexuais; aumento expressivo do peso corporal; alterações alimentares; e distúrbios do sono, como a insônia (SILVA; LIMA, 2022).

Silva e Lima (2022) observaram que as medidas de isolamento social prejudicaram o ritmo biológico das pessoas, desregulando-se seu sono e favorecendo o desenvolvimento de distúrbios, como a insônia e/ou a sonolência excessiva, que repercutiram no desempenho físico, mental e social da população. Para elas, a redução e/ou interrupção total da prática de atividades físicas, as mudanças alimentares, o sedentarismo e o maior tempo utilizando telas, além de alterações no cronotipo – que se tendeu à vespertinidade –, desencadearam o sentimento de estresse e problemas de humor, ao limitar os padrões de qualidade da vida física e psíquica.

Interseccionam-se a esse debate as respostas obtidas pelas questões 48, 49 e 50 do *survey*, que buscaram conhecer os hábitos alimentares e a composição corporal dos pós-graduandos, durante a efetivação das medidas de isolamento social. Quando questionado aos sujeitos participantes sobre o aumento na ingestão de alimentos industrializados, doces e refrigerantes durante a pandemia, 54 (71,05%) deles assumiram que intensificaram o consumo desses alimentos durante o isolamento social, sendo que apenas 22 (28,95%) relataram que o período pandêmico não influenciou o consumo de alimentos ultraprocessados.

⁵⁵ Variação no ciclo biológico de diversos seres vivos que se repete, de maneira regular, a cada 24 horas (\cong).

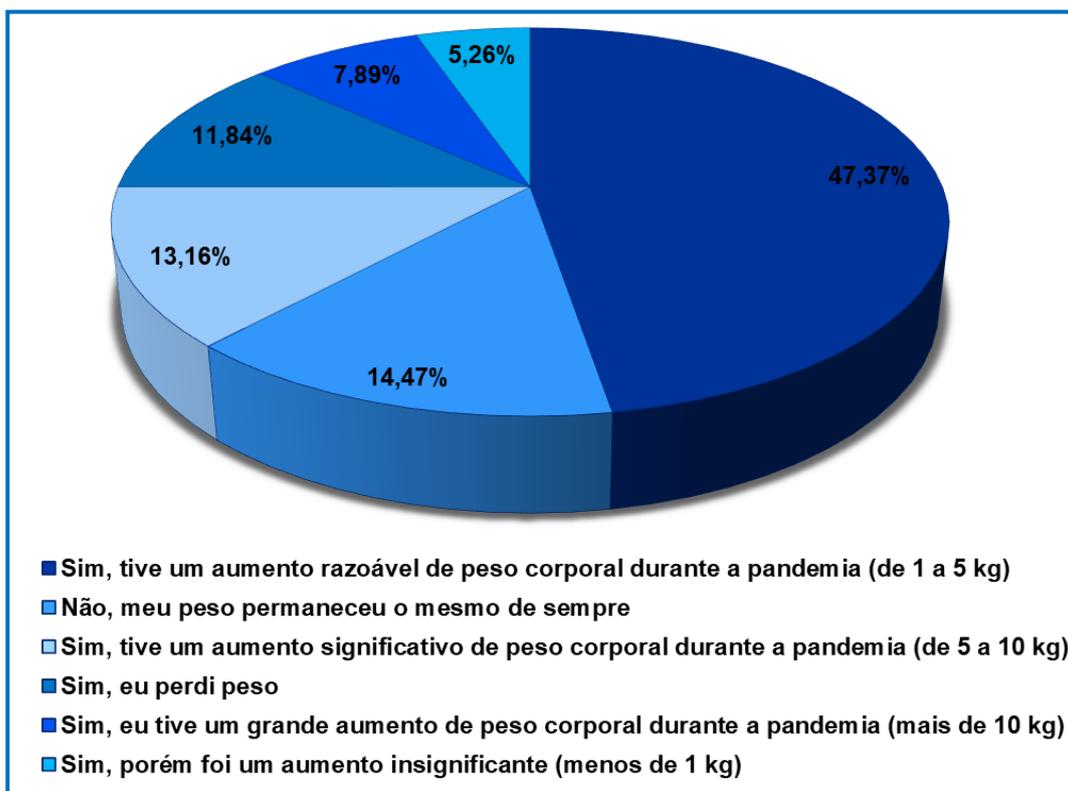
Tabela 10 – Mudanças no hábito alimentar dos pós-graduandos durante a pandemia

Você observou mudanças no seu hábito alimentar durante a pandemia?		
	N=	%
Sim, percebi que, durante a pandemia, tenho comido uma maior quantidade de comida e com maior frequência que antes da pandemia	44	57,89%
Não, tenho me alimentado como antes da pandemia	16	21,05%
Sim, percebi que, durante a pandemia, tenho me alimentado com uma menor quantidade, porém com uma maior frequência que antes da pandemia	09	11,84%
Sim, percebi que, durante a pandemia, tenho comido uma maior quantidade, porém com menos frequência que antes da pandemia	06	7,89%
Sim, percebi que, durante a pandemia, tenho me alimentado com uma menor quantidade e com menos frequência que antes da pandemia	01	1,32%

Fonte: elaborada pela autora.

Já no tocante às mudanças de hábitos alimentares promovidas pelos pós-graduandos durante o período pandêmico, observa-se, na Tabela 10, que 44 (57,89%) pós-graduandos denotaram que, durante a pandemia, realizavam refeições com uma maior quantidade de comida – e, ainda, com uma maior frequência, em comparação ao período pré-pandêmico. No mais, 16 (21,05%) deles se alimentavam como antes da pandemia; 9 (11,84%) expuseram que, apesar de comerem uma menor quantidade, alimentaram-se com uma maior frequência no período pandêmico; inversamente, 6 (7,89%) apontaram se alimentar com uma maior quantidade de alimento, porém em menor frequência; e apenas 1 (1,32%) expressou se alimentar menos e em menor quantidade durante a pandemia.

Com o expressivo número de pós-graduandos (57,89%) que se alimentaram mais vezes e em maior quantidade, durante a pandemia, questionou-se, a priori, se o peso corporal desses sujeitos havia se alterado. O Gráfico 17 ilustra os principais achados a respeito do peso corporal dos pós-graduandos em período pandêmico.

Gráfico 17 – Peso corporal dos pós-graduandos durante a pandemia

Fonte: elaborado pela autora.

Pelo disposto no Gráfico 17, revela-se que 36 (47,37%) pós-graduandos apresentaram um razoável aumento (1 kg a 5 kg) em seu peso corporal durante a pandemia; 11 (14,47%) não observaram flutuações de peso corporal durante o período pandêmico; 10 (13,16%) revelaram um aumento significativo (5 kg a 10 kg) em seus pesos corporais; 9 (11,84%) perderam peso; 6 (7,89%) relataram um aumento corporal de mais de 10 quilos; e apenas 4 (5,26%) tiveram um aumento de peso insignificante (menos de 1 kg).

Observa-se que 52 (68,42%) pós-graduandos denotaram um significativo aumento de peso corporal (1 a + 10 kg) durante o período pandêmico. Santos (2021) revelou, em seu estudo, que as prevalências de estresse e de sintomas ansiosos e depressivos se correlacionaram ao maior consumo de alimentos ultraprocessados e doces durante o isolamento social. Segundo ela, 68,6% do seu público pesquisado⁵⁶ alegaram se sentir sempre estressados; 71,6% confirmaram consumir bebidas alcoólicas de maneira frequente, sendo que 57,8% relataram

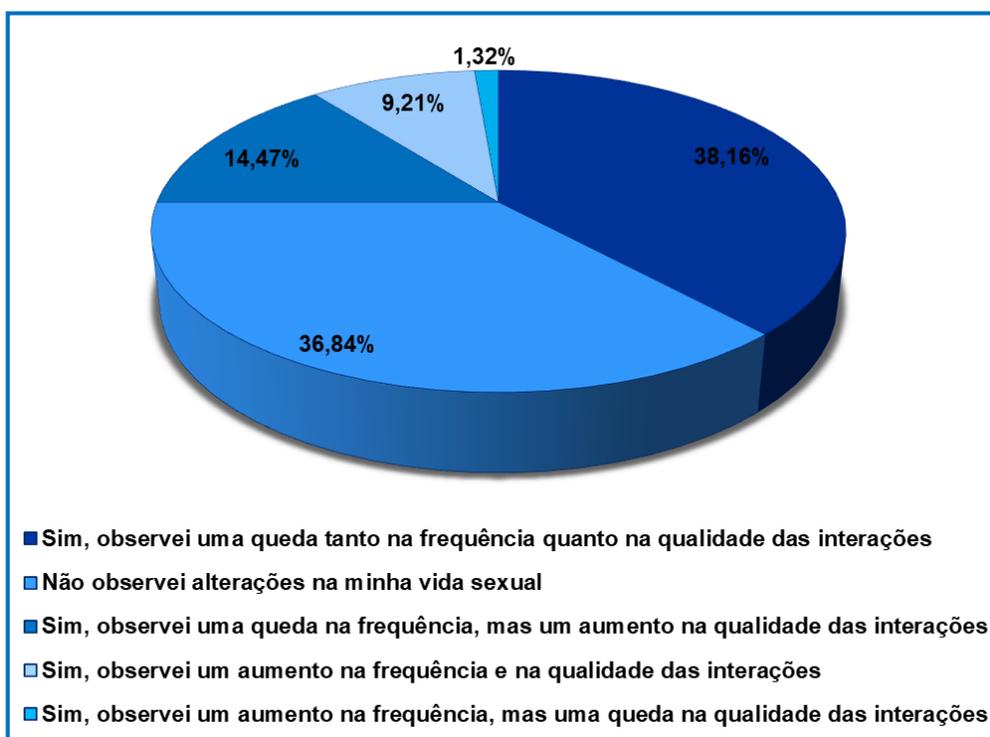
⁵⁶ 102 usuários de uma academia localizada no estado do Rio Grande do Sul.

alterações no peso durante a pandemia, a maior taxa proveniente de indivíduos que classificaram seu estado de saúde como sendo ruim, que não praticavam atividades físicas e que se consideravam, excessivamente, estressados. No mais, constatou-se, também, que o consumo de alimentos embutidos e prontos se associou a um aumento dos sintomas ansiosos e depressivos, assim como o frequente consumo de doces e bebidas açucaradas se correlacionou ao aumento do estresse na população pesquisada (SANTOS, 2021).

Percebe-se, até aqui, que o período de pandemia e a conjuntura do isolamento social produziram uma série de adversidades e de mudanças na rotina doméstica e laboral dos pós-graduandos que favoreceram o consumo de substâncias psicoativas; de álcool; e de medicamentos psicotrópicos. Também houve o desencadeamento de alterações no ciclo do sono; o estopim de dores físicas; maior ingestão de alimentos industrializados e doces – e, conseqüentemente, um aumento significativo do peso corpóreo nessa população.

Todas essas circunstâncias podem explicar os motivos pelos quais os pós-graduandos revelaram, por meio da questão 59, infortúnios referentes às suas vidas sexuais durante o período pandêmico.

Gráfico 18 – Alterações na vida sexual dos pós-graduandos durante a pandemia



Fonte: elaborado pela autora.

Observa-se, no Gráfico 18, que 29 (38,16%) sujeitos da amostra relataram uma queda tanto na frequência quanto na qualidade de suas interações sexuais durante o período pandêmico; 28 (36,84%) não apontaram alterações em suas vidas sexuais; 11 (14,47%) notaram uma queda na frequência, mas um aumento na qualidade das interações; 7 (9,21%) salientaram maior frequência e qualidade em suas interações; e apenas 1 (1,32%) deles relatou um aumento na frequência, mas uma queda na qualidade da vida sexual.

Os dados expressam que 53,95% dos pós-graduandos apresentaram algum tipo de desgaste em sua vida sexual durante o período de pandemia. Interseccionam-se, aqui, as informações anteriormente apresentadas no Gráfico 2, em que se observou que apenas 26,32% dos sujeitos da amostra classificavam sua vida sexual como sendo ruim e/ou muito ruim, antes mesmo do período pandêmico. Destarte, o declínio de quase 28,00%, nas interações sexuais durante o período de pandemia, suscita a necessidade de uma análise mais apurada.

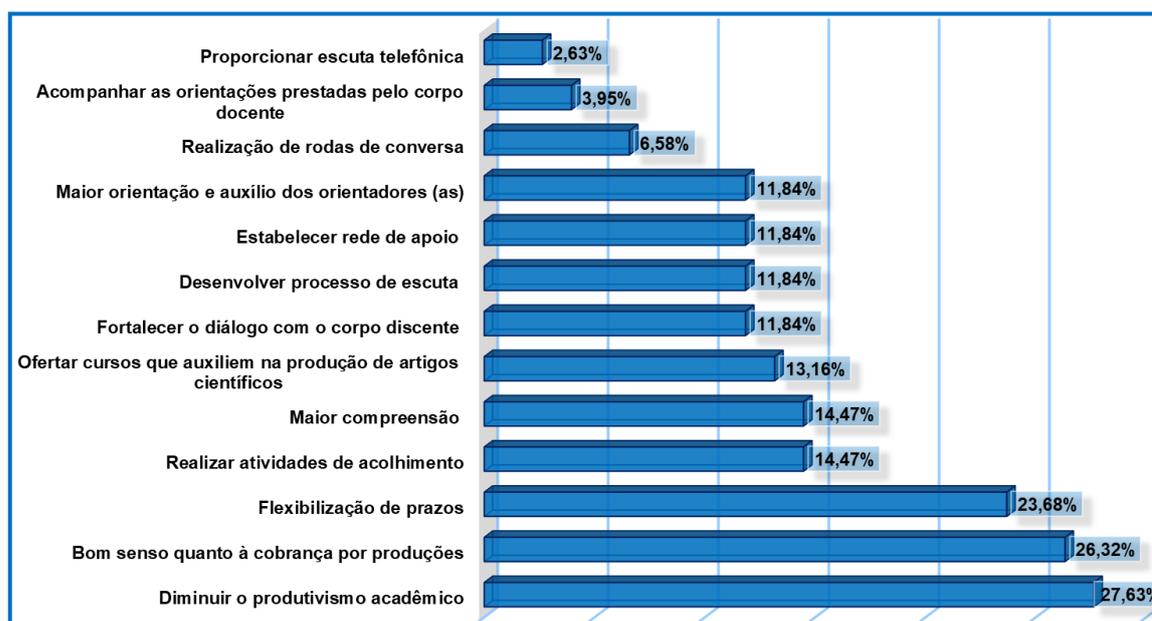
As dificuldades nas interações e na frequência da vida sexual desses estudantes podem estar correlacionadas à presença de sintomas, como a angústia, a ansiedade e o estresse. No mais, a frequente ocorrência de dores físicas; as alterações no sono; o uso e abuso de substâncias psicoativas; e, principalmente, o aumento de peso dos pós-graduandos podem ter incitado sentimentos de baixa autoestima, de vergonha e de autocobrança diante do próprio corpo (QUEIROZ; SPINELLI JUNIOR, 2022), o que, por consequência, declinou a qualidade das relações sexuais durante a pandemia e o isolamento.

No geral, por meio das questões 62 e 64 do *survey*, os sujeitos participantes do estudo foram indagados sobre a busca por escuta psicológica especializada durante a pandemia, assim como sobre o início de eventuais tratamentos com o médico psiquiatra nesse período. À vista disso, averiguou-se que 26 (34,21%) discentes iniciaram tratamentos com médicos psiquiatras, um índice que se correlaciona às altas taxas de ansiedade, estresse, angústia e irritabilidade suscitados nessa população. Não obstante, ratificou-se que 36 (47,37%) pós-graduandos buscaram ajuda de um profissional psicólogo, no entanto 17 (22,37%) deles realizaram apenas uma e/ou algumas poucas sessões de terapia, descontinuando-se a proposta terapêutica. Em contrapartida, 36 (47,37%)

discentes evidenciaram não terem procurado ajuda psicológica durante a pandemia e o isolamento social, e 4 (5,26%) optaram por não responderem à questão.

A última – e não menos importante – questão do *survey* (69) convidou os pós-graduandos a um diálogo, intentando-se averiguar de quais maneiras o PPE contribuiria para amenizar os impactos da pandemia na vida acadêmica discente.

Gráfico 19 – Possíveis ações a serem tomadas pelo PPE com vistas a amenizar os impactos da pandemia na vida acadêmica dos pós-graduandos



Fonte: elaborado pela autora.

Percebe-se, de acordo com o Gráfico 19, que, para 21 (27,63%) estudantes, a atenuação do produtivismo acadêmico reconfiguraria o espaço da pós-graduação, tornando-o menos inóspito e estressante; assim como 20 (26,32%) deles mencionaram que é preciso bom senso quando à cobrança por produções acadêmicas dentro do ambiente da pós-graduação *stricto sensu*. Para 18 (23,68%) discentes, uma maior flexibilização nos prazos mitigaria os impactos da pandemia na formação acadêmica da pós-graduação; 22 (28,95%) expressaram ser necessária uma maior compreensão e/ou acolhimento por parte do programa; 10 (13,16%) dissertaram sobre a importância de ofertar cursos sobre produções e publicações de artigos científicos; 18 (23,68%) apontaram para a necessidade de fortalecimento do diálogo entre o PPE e os docentes do programa, desenvolvendo-se, também, um processo de escuta do corpo discente; 9 (11,84%) argumentaram

que uma maior atenção por parte dos(as) orientadores(as) talvez abstraísse os danos causados pelo período pandêmico; 10 (13,16%) apontaram que as realizações de rodas de conversas e/ou disponibilização de escuta telefônica seriam de grande ajuda; e 3 (3,95%) aduziram a necessidade de que o PPE se atente, com maior afinco, ao processo de orientação oferecido pelos docentes orientadores do programa.

Vale ressaltar, contudo, que o PPE pode atender somente a algumas das sugestões dos pós-graduandos reveladas nas respostas à questão 69 do *survey*, uma vez que diminuir as cobranças por produções científicas e flexibilizar prazos não se tratam de ações que estão ao alcance do programa, pois são exigências da CAPES. Entretanto, ao que tudo indica, não há a compreensão, por parte dos respondentes, de que essas cobranças são provenientes de instâncias superiores, o que demonstra a necessidade de diálogo entre a coordenação do PPE e o corpo docente, no sentido de evidenciar de que forma é feito o processo de avaliação dos programas de pós-graduação e qual é o papel de cada um dos envolvidos (coordenação, corpo docente, corpo discente) nesse processo.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia da covid-19 alterou, drasticamente, os modos de organização da vida e da sociedade em todo o mundo. A adesão às medidas de isolamento social e do ensino remoto emergencial, que procuraram controlar a disseminação do vírus, sensibilizou profundamente os agentes inseridos nesse processo. Exemplos desses agentes são os pós-graduandos, os quais, além de lidarem com os estressores já presentes nessa etapa de ensino, defrontaram-se, dentre outros fatores, com uma série de problemáticas provenientes de um modelo educativo experimental, que exigiu recursos tecnológicos de uma população mundialmente conhecida pelas desigualdades socioeconômicas que enfrenta.

Entende-se que o objetivo geral deste estudo foi atingido, uma vez que, conforme idealizado, realizou-se uma investigação e análise das concepções dos discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá (UEM) no que tange à saúde mental dos pós-graduandos em tempos de pandemia, apreendendo sobre as dificuldades e as facilidades experienciadas por eles durante esse período.

Vale ressaltar que os objetivos específicos também foram alcançados, já que: 1) definiu-se o perfil discente do PPE da UEM, constituindo-se ele, majoritariamente, por pessoas do gênero feminino; heterossexuais; auto identificados de cor/raça branca; com idade entre 25 a 40 anos; casados; sem filhos; que exercem atividade remunerada sob o vínculo empregatício formal; que atuam na docência; moram com o cônjuge; não residem na cidade de Maringá; e não mudaram de residência/estado para estudarem; 2) a revisão de literatura, contemplada na terceira seção do trabalho, sistematizou estudos que dissertam sobre a temática da saúde mental de pós-graduandos, constatando a ausência de pesquisas e discussões inerentes ao tema; 3) analisou-se, também na terceira seção, o fenômeno da saúde mental e do sofrimento psíquico sob à luz dos pressupostos da Teoria Crítica da Sociedade; 4) e averiguou-se, por meio da quinta seção – subitem 5.4 –, o impacto da pandemia da covid-19, na saúde mental dos discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá.

A hipótese, concebida no início do estudo, confirmou-se, uma vez que, como mencionado, o ambiente acadêmico da pós-graduação já se encontrava permeado por uma série de fatores estressores que desencadeavam o sofrimento psíquico da população discente. No entanto, a vivência inédita de um longo período pandêmico, com medidas de contenção e isolamento social, potencializou o sofrimento dessa população.

É de suma importância lembrar que, para a maior parte dos participantes da pesquisa, a saúde mental ainda é compreendida como apenas a ausência de doença; mais do que isso: muitos deles salientaram que saúde mental é sinônimo de ser mentalmente estável; ter um bom estado neurológico; de conseguir cumprir com as tarefas diárias; de dar conta do trabalho e da rotina diária; e de não depender de medicamentos para dormir. Aliás, outro achado relevante apontou que, para muitos pós-graduandos, a necessidade de “dar conta” das atividades diárias, do trabalho, da casa, da família etc., mostrou-se ser de grande preocupação, o que apenas reafirma o quanto a indústria cultural e o neoliberalismo inculcaram na cabeça dos sujeitos a lógica da produtividade e da maximização da eficiência, que leva ao desgaste, cada vez mais voluptuoso, da saúde psíquica. A lógica do lucro, da produção e da individualização cada vez mais crescente se expressa como um dos grandes agravantes da crise sanitária de saúde mental que vivemos nos últimos anos.

No mais, os dados levantados revelaram que os pós-graduandos enfrentaram inúmeros infortúnios ao prosseguirem com seus estudos e pesquisas desenvolvidos na pós-graduação *stricto sensu*, de maneira remota. As principais delas foram: a falta de condições financeiras para adquirir equipamentos eletrônicos e internet de boa qualidade; a ausência de um ambiente físico próprio e adequado para os estudos; a falta de interação social, de diálogo e de trocas de experiências e conhecimentos durante as aulas remotas; a solidão; a falta de rotina no sono; a dificuldade de organização do tempo; a queda das interações sexuais; as dores físicas; o uso e abuso de substâncias psicoativas, álcool e medicamentos psicotrópicos etc. Todos esses empecilhos suscitaram sentimentos e emoções negativas, como a ansiedade, o estresse, o desânimo, a dificuldade de concentração, as complicações com a produção e com a escrita acadêmica; a sensação de improdutividade e de baixo rendimento acadêmico, associando-se,

ainda, a uma autocobrança excessiva e a um grande desgaste mental. Evidentemente, todos esses fatores, aliados ao medo da contaminação, da morte e do luto negado e mal elaborado, enterneceram a saúde mental dessa população.

No entanto, aferiu-se, também, que, apesar de todas as adversidades, os pós-graduandos ainda se sentiam pertencentes a um programa de pós-graduação e a uma instituição universitária; reconheceram que as aulas remotas se consubstanciaram como a melhor possibilidade diante do cenário mundial pandêmico; classificaram o relacionamento com os orientadores como excelente; valorizaram a boa qualidade das aulas remotas fomentadas pelo PPE; e assentiram que os docentes fizeram muito além de seus papéis enquanto professores, pois reconfiguraram conteúdos, adequaram referências e forneceram um ensino de excelente qualidade, mesmo se deparando com obstáculos pelo caminho.

Enquanto uma pesquisa de objetivo exploratório e descritivo, buscou-se suscitar um panorama mais universal a respeito da temática, validando-se tendências, inclinações e atestando possibilidades para pesquisas e intervenções futuras. Este é o real propósito da pesquisa de cunho exploratório: conhecer o campo de estudo e o tema, apontando-se para novas lacunas de conhecimento e possibilidades de pesquisas.

Diante dos referenciais teóricos utilizados, também se constatou que a indústria cultural gerou uma pseudocultura com um caráter destoante de uma organização social que busca humanizar, emancipar e dialogar com os sujeitos sociais. Ao contrário: a falsa cultura busca alienar, conformar e ajustar os indivíduos para viverem sob uma lógica produtiva e ideológica, a qual mantém o capitalismo em ascendência, de forma a eliminar qualquer atividade de pensamento e reflexão. Ademais, o processo de individualização, reforçado pela ideologia neoliberal, transformou as condições materiais e, portanto, a subjetividade contemporânea, colocando o indivíduo como centro de sua própria constituição pessoal, ao findar uma “subjetividade em risco” (LEÃO, 2018) sobrecarregada, em que há uma sensação de liberdade; entretanto, não há controle mínimo das influências atuantes que agem sob ela. Nessa conjectura, a responsabilização individual impõe uma gestão absoluta da própria vida, uma autogestão biográfica que angaria, cada vez mais, a transformação e a realização pessoal, a autoexploração tida como sinônimo de autorrealização.

A sociedade do lucro, que visa ao trabalho e à obediência cega, instrumentalizou a razão, aligeirou o tempo e o tornou vazio. Vazio de experiência, de sentido, de importância, ao modificar as relações e os espaços de convivência familiar e entre pares, deixando-os rasos e incongruentes. Assim, nesse meio social caótico – que desqualifica o pensamento, a fala e subjuga os atores sociais a meros reprodutores oprimidos pelo sistema de monopólio e responsáveis únicos em gerir sua própria existência –, o sofrimento psíquico se torna uma máxima norteadora.

Algumas postulações primordiais para viabilizar mudanças e melhorias se consistem em, a priori, não se conformar com o que está posto, adotando-se uma postura transgressora, no sentido de romper com a tessitura de uma sociedade que aliena e aprisiona o sujeito nesse tempo vazio, pois, segundo Adorno (1996, p. 164), “[...] a passividade inofensiva constitui ela própria, [...] uma forma de barbárie, na medida em que está pronta para contemplar o horror e se omitir no momento decisivo”. Além disso, necessita-se que todos os atores presentes dentro do ambiente acadêmico trabalhem em parceria com vistas à escuta ativa e sensível tanto do corpo discente quanto do corpo docente e técnico da instituição de ensino.

Concernentes aos limites deste estudo, pontua-se que a população da amostra pesquisada se constitui apenas por pós-graduandos de um Programa de Pós-Graduação em Educação, de uma universidade estadual, de um estado brasileiro. Destarte, as perguntas e possibilidades que emergiram no decorrer do trabalho revelaram um campo fértil para o desenvolvimento de novos estudos, dentre os quais se sugerem: a invisibilidade do sofrimento da pessoa do gênero masculino dentro do ambiente universitário; as dificuldades, os desafios e a saúde mental da mulher negra dentro da universidade; as diferentes formas de sofrimento discente experienciadas em programas de pós-graduação de áreas distintas; a relação entre os índices de evasão e abandono da pós-graduação *stricto sensu* por problemas decorrentes da intensificação do sofrimento psíquico; o impacto do sofrimento psíquico discente no rendimento acadêmico de pós-graduandos *stricto sensu*; etc. Nesse ínterim, assente-se, também, que as pesquisas que revelam o impacto do isolamento social e do ERE na saúde mental de docentes universitários são insuficientes, de maneira a se estabelecer como uma lacuna de conhecimento a ser explorada.

Outrossim, almeja-se que este estudo possa fornecer subsídios que favoreçam novas pesquisas sobre a saúde mental de pós-graduandos, sobretudo sob o impacto do isolamento social em tempos pós-pandêmicos, a fim de se ressignificar e reelaborar o processo de escuta e acolhida desses sujeitos nas instituições de Ensino Superior.

REFERÊNCIAS

ABREU, Evelyn Kelly das Neves *et al.* Fatores associados ao risco de suicídio em estudantes de pós-graduação *stricto sensu*: estudo transversal. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 29, p. 1-12, 2021.

ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. **Mínima Moralía**. Arte e Comunicação. Tradução Artur Morão. Lisboa: Edições 70, 1951.

ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. HORKHEIMER, Max. **Temas básicos da sociologia**. Tradução Álvaro Cabral. São Paulo: Cultrix, 1956.

ADORNO, Theodor. **Educação e Emancipação**. Tradução Wolfgang Leo Maar. São Paulo: Paz e Terra, 1970.

ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. Teoria da Semicultura. **Educação e Sociedade**, v. 56, n. 17, p. 388-411, 1996.

ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. **Ensaio psicologia social e psicanálise**. 1. ed. São Paulo: Unesp, 2015.

ALMEIDA, Ana Filipa Teves. **O impacto do bem-estar dos estudantes do ensino superior no envolvimento acadêmico**. 2021. 61 f. Dissertação (Mestrado em Gestão de Recursos Humanos) – Universidade de Lisboa, Portugal, 2021.

ALMEIDA, Marcos Antonio Bettine de. **Qualidade de vida**: definição, conceitos e interfaces com outras áreas, de pesquisa. São Paulo: Edições EACH, 2012.

ALVES, Lynn Rosalina Gama. Educação Remota: entre a ilusão e a realidade. **Interfaces Científicas**, Aracaju, v. 8, n. 3, p. 348-365, 2020.

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2007.

ANACLETO, Adilson; ALVARENGA, Ana Paulo Oliveira Becker; FERREIRA, Aline Rafaely. Amor e resiliência: à docência no ensino superior em tempos de pandemia do Novo coronavírus (Covid-19). **Revista Práxis**, Volta Redonda, v. 13, n. 26, p. 26-30, 2021.

ARAGÃO, Daniela Sales de Souza *et al.* Cenário político e contribuições da mídia no processo de desvalorização da Ciência no Brasil. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 9, p. 1-14, 2020.

ARBEX, Daniela. **Holocausto brasileiro**: vida, genocídio e 60 mil mortes no maior hospício do Brasil. 1. ed. São Paulo: Geração Editorial, 2013.

ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicologia e Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-55, 2018.

AZEVEDO, Luís Miguel Novais. **Neuroticismo e Inflexibilidade Psicológica na Ansiedade, Depressão e na Disfunção Sexual**: Uma Abordagem Transdiagnóstica. 2021. 65 f. Dissertação (Mestrado Integrado de Psicologia) – Universidade do Porto, Portugal, 2021.

BAADER, Tomas *et al.* Diagnóstico de la prevalencia de trastornos de la salud mental en estudiantes universitarios y los factores de riesgo emocionales asociados. **Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria**, Santiago, v. 52, n. 3, p. 167-176, 2014.

BABBIE, Earl. **Métodos de pesquisas de Survey**. Tradução de Guilherme Cezarino. Belo Horizonte: Editora UFMG, 1999.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BARLOW, David. H.; DURAND, V. Mark. **Psicopatologia**: uma abordagem integrada. São Paulo: Cengage Learning, 2015.

BASILIO, Ana Luiza. Suicídios na USP: A pandemia não é a única razão para o sofrimento psíquico dos estudantes. **Carta Capital**, 2021. Disponível em: <https://www.cartacapital.com.br/educacao/suicidios-na-usp-a-pandemia-nao-e-a-unica-razao-para-o-sofrimento-psiquico-dos-estudantes/>. Acesso em: 12 ago. 2022.

BECK, Ulrich. **Sociedade de risco**: rumo a uma outra modernidade. 2. ed. São Paulo: Editora 34, 2011.

BELEI, Renata Aparecida *et al.* O uso de entrevista, observação e videogravação em pesquisa qualitativa. **Cadernos de Educação**, Pelotas, n. 30, p. 187-199, 2008.

BELLO, Luis Antonio Farramola; ERICE, Teresa Sandra Rivero; FRÍAS, Yaumara Alvarez. Anorgasmia femenina como problema de salud. **Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas**, Cuba, v. 30, n. 3, p. 312-317, 2011.

BELLOCH, Fuster; GONZÁLEZ; Amparo Olabarría. El modelo bio-psico-social: Un marco de referencia necesario para el psicólogo clínico. **Revista Clinica e Salud**, Madrid, v. 4, n. 2, p. 181-190, 1993.

BENJAMIN, Walter. Experiência e pobreza. *In*: BENJAMIN, Walter. **Magia e técnica, arte e política**: Ensaios sobre a literatura e história da cultura. Obras Escolhidas, v. 1., 3. ed. Brasília: Editora Brasiliense, 1987. p. 114-119.

BENJAMIN, Walter. O narrador: considerações sobre a obra de Nikolai Leskov. *In*: BENJAMIN, Walter. **Magia e técnica, arte e política**: ensaios sobre literatura e história da cultura. São Paulo: Editora Brasiliense, 1994. p. 197-221.

BENJAMIN, Walter. **Passagens**. Belo Horizonte: Editora UFMG; São Paulo: Imprensa Oficial do Estado de São Paulo, 2009.

BEZERRA JUNIOR, Benilton. Da contracultura à sociedade neuroquímica: psiquiatria e sociedade na virada do século. *In*: ALMEIDA, Maria Isabel Mendes; NEVES, Santuza Cambraia (org.). **“Por que não?”**: rupturas e continuidades da contracultura. Rio de Janeiro: 7letras, 2007.

BEZERRA JUNIOR, Benilton. Subjetividade: Quem sabe, a hora de mudar de jogo? *In*: NEVES, José Roberto de Castro (org.). **O mundo pós-pandemia**: reflexões sobre uma nova vida. 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2020. p. 208-216.

BIRMAN, Joel. **O sujeito na contemporaneidade**: espaço, dor e desalento na atualidade. 4. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2021.

BOARINI, Maria Lucia; QUIJO, Izildinha. A Reforma Psiquiátrica e as andorinhas. **Revista do Departamento de Psicologia – UFF**, [S. l.], v. 19, n. 2, p. 369-380, jul./dez. 2007.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. **Portaria nº 343, de 17 de março de 2020**. Dispõe sobre a substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus – COVID-19. Brasília, DF: MEC, 2020a. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>. Acesso em: 30 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. **Portaria nº 345, de 19 de março de 2020**. Altera a Portaria MEC nº 343, de 17 de março de 2020. Brasília, DF: MEC, 2020b. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-345-de-19-de-marco-de-2020>

248881422?inheritRedirect=true&redirect=%2Fweb%2Fguest%2Fsearch%3FqSearch%3DPortaria%2520345%2520de%252019%2520de%2520mar%25C3%25A7o%2520de%25202020. Acesso em: 30 jan. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. **Portaria nº 544, de 16 de junho de 2020**. Dispõe sobre a substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus – Covid-19, e revoga as Portarias MEC nº 343, de 17 de março de 2020, nº 345, de 19 de março de 2020, e nº 473, de 12 de maio de 2020. Brasília, DF: MEC, 2020c. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-544-de-16-de-junho-de-2020-261924872>. Acesso em: 30 jan. 2022.

BRASIL. **Mortalidade por suicídio e notificações de lesões autoprovocadas no Brasil**. Boletim epidemiológico, v. 52, n. 33. Brasília: Secretaria de Vigilância Sanitária, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/boletins-epidemiologicos/edicoes/2021/boletim_epidemiologico_svs_33_final.pdf. Acesso em: 30 jan. 2022.

BRASIL. **Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil**. *In*: Conferência Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas, 2005, Brasília. Documento. Brasília: OPAS, 2005.

BRITTO, Rodrigo; BENETTI, Sílvia Pereira da Cruz. Ansiedade, depressão e característica de personalidade em homens com disfunção sexual. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 243-258, 2010.

CABANAS, Edgar; ILLOUZ, Eva. **Happycracia** – fabricando cidadãos felizes. São Paulo: Ubu Editora, 2022.

CALDAS, Cristiane Chaves. **Prazer e sofrimento**: um estudo de caso com pós-graduandos no curso de Mestrado Acadêmico em Administração na cidade Belo Horizonte – MG. 2018. 115 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Unihorizontes, Belo Horizonte, 2018.

CÂMARA, Victor Mayer dos Santos. **Adoecimento e atendimento psicológico de pós-graduandos**: perfil, queixas e fatores associados aos sintomas de ansiedade. 2020. 95 f. Dissertação (Mestrado Profissional Interdisciplinar em Ciências Humanas) – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

CAMPOS, Vanessa Terezinha Bueno. **Marcas indelévels da docência no Ensino Superior**: representações relativas à docência no Ensino Superior de pós-graduandos de Instituições Federais de Ensino Superior. 2010. 304 f. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

CAPES – COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. **GeoCapes**. 2021. Disponível em: <https://geocapes.capes.gov.br/geocapes/>. Acesso em: 7 jul. 2022.

COELHO, Weverton Eugenio. **Ansiedade, autoeficácia e motivação nos cursos *stricto sensu* de ciências contábeis**. 2019. 166 f. Dissertação (Mestrado em Controladoria e Contabilidade) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2019.

CORDEIRO, Suzi Maria Nunes; YAEGASHI, Solange Franci Raimundo; MACUCH, Regiane da Silva; GROSSI-MILANI, Rute. O biopoder e a domesticação dos corpos: as representações sociais de psicólogos acerca do suposto TDAH e da medicalização. **Educação, Sociedade & Culturas**, Porto, v. 57, p. 86-104, 2020.

COSTA, Cláudia Lúcia da. Educação em Tempos de Pandemia: Ensino Remoto Emergencial e Avanço da Política Neoliberal. **Revista Expedições**, Morrinhos, v. 11, p. 1-15, 2020.

COSTA, Everton Garcia da; NEBEL, Leticia. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis**, Santiago, v. 17, n. 50, p. 207-227, 2018.

COSTA, Jefferson de Andrade *et al.* Dificuldades enfrentadas durante o ensino remoto. **Rebena – Revista Brasileira de Ensino e Aprendizagem**, Rio Largo, v. 1, p. 80-95, 2021.

CRESWELL, Jhon Ward. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

CUNHA, Maria Clementina Pereira. **O espelho do mundo** – Juquery, a história de um asilo. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1998.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DUARTE, Alexandre William Barbosa. Survey. *In*: OLIVEIRA, Dalila; DUARTE, Adriana Maria Cancelli; VIEIRA, Lívia Maria Fraga (org.). **Dicionário: trabalho, profissão e condição docente**. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. **Mal-estar, sofrimento e sintoma: uma psicopatologia do Brasil entre muros**. 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2015.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. **Reinvenção da Intimidade: Políticas de Sofrimento Cotidiano**. 4. ed. São Paulo: Ubu Editora, 2017.

EVANS, Teresa M. *et al.* Evidence for a mental health crisis in graduate education. **Nature Biotechnology**, EUA, v. 36, p. 282-284, 2018.

FANON, Frantz. **Alienação e Liberdade: escritos psiquiátricos**. São Paulo: UBU Editora, 2020.

FARIAS, Ricardo Chaves de; SILVA, Denise Mota Pereira da. Ensino remoto emergencial: virtualização da vida e o trabalho docente precarizado. **Geografares**, Vitória, v. 1, n. 32, p. 1-19, 2021.

FERRAZZA, Daniele Andrade; ROCHA, Luiz Carlos. Sobre a reforma psiquiátrica brasileira: história e âmbitos atuais de luta. **Revista Barbarói**, Santa Cruz do Sul, n. 45, p. 274-292, jul. 2015.

FERRO, Pedro. Estudo expõe realidade de alunos de pós-graduação brasileiros em meio à pandemia. **Jornal da USP**, 2021. Disponível em: <https://jornal.usp.br/ciencias/estudo-expoe-realidade-de-alunos-de-pos-graduacao-brasileiros-em-meio-a-pandemia/>. Acesso em: 12 ago. 2022.

FONSECA, Vitória. Saúde mental de pós-graduandos é desafio ainda maior durante a pandemia. **Universidade Federal de Minas Gerais**, 2021. Disponível em: <https://ufmg.br/comunicacao/noticias/saude-mental-e-pos-graduacao-os-desafios-durante-a-pandemia>. Acesso em: 12 ago. 2022.

FORMIGA, Dayana de Oliveira; MELO, Charles Aparecido Silva; PAULA, Ana Beatriz Rodrigues de. O pensamento eugênico e a imigração no Brasil (1929-1930). **Intelligere**, São Paulo, v. 22, n. 7, p. 75-86, 2019.

FORTES, Christine Sodré. **A vida nervosa na pós-graduação**. 2021. 105 f. Dissertação (Mestrado em Sociologia e Ciência Política) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2021.

FREIRE, Paulo. **Professora sim, tia não**. São Paulo: Olho d'Água, 1997.

FREITAS, Ronilson Ferreira *et al.* Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 70, n. 4, p. 283-929, 2021.

FREUD, Sigmund. A transitoriedade. *In*: FREUD, Sigmund. **Introdução ao Narcisismo, Ensaio de Metapsicologia e outros textos**. São Paulo: Companhia das Letras, v. 12, 2010.

GALDINO, Maria José Quina. **Síndrome de *Burnout* e qualidade de vida entre estudantes de pós-graduação *stricto sensu* em enfermagem.** 2015. 183 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2015.

GARCIA, Marcos. A mortalidade nos manicômios da região de Sorocaba e a possibilidade da investigação de violações de direitos humanos no campo da saúde mental por meio do acesso aos bancos de dados públicos. **Psicologia Política**, Florianópolis, v. 12, n. 23, p. 105-120, 2012.

GAUDENZI, Paula. Cenários brasileiros da Saúde Mental em tempos de Covid-19: uma reflexão. **Interface**, Botucatu, v. 25, n. 1, p. 1-15, 2021.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa.** Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GLATZ, Emanoela Thereza Marques de Mendonça *et al.* A saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos: uma revisão de literatura em teses e dissertações. **Revista Educar Mais**, Pelotas, v. 6, p. 255-273, 2022.

GONÇALVES, Nicole Cristina de Almeida *et al.* Pandemia do Coronavírus e o Ensino Remoto Emergencial: Percepção do Impacto no Bem-Estar da Universidade. **Psicologia, Conocimiento y Sociedad**, Montevideo, v. 11, n. 3, p. 40-59, 2021.

GOTO, Sayuri Carine. **A reforma psiquiátrica no Brasil contemporâneo: ensaios da psicanálise lacaniana e da crítica da economia política.** 2018. 198 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Estadual Paulista, Assis, 2018.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão Integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24. n. 4, p. 1327-1346, 2019.

GRUSCHKA, Andreas. **Frieza Burguesa e educação**: a frieza como mal-estar moral da cultura burguesa na educação. Campinas: Autores Associados, 2014.

GUIMARAES, Rafael Siqueira de. Da Metapresencialidade ao Ensino Remoto Emergencial: Como Será o Ensino Superior num Mundo Pós-Pandemia? **Revista Internacional de Educação Superior**, Campinas, v. 8, p. 1-12, 2022.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. 2. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

HILU, Luciane; GISI, Maria Lourdes. Produção científica no Brasil: um comparativo entre universidades públicas e privadas. *In*: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO; SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE REPRESENTAÇÕES SOCIAIS, SUBJETIVIDADE E EDUCAÇÃO, 1., 2011, Curitiba. **Anais [...]**. Curitiba: EDUCERE, 2011. p. 5664-5672.

HOBSBAWM, Eric. **Era dos Extremos**: o breve século XX 1914-1991. 2. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 1995.

HORKHEIMER, Max. Teoria Tradicional e Teoria Crítica. *In*: BENJAMIN, Walter; HORKHEIMER, Max; ADORNO, Theodor W.; HABERMAS, Jürgen. **Os pensadores**. 2. ed. São Paulo: Abril Cultural, 1983. p. 117-154.

HORKHEIMER, Max. **Textos Escolhidos**. Max Horkheimer, Theodor W. Adorno. 5. ed. São Paulo: Nova Cultural, 1991.

HORKHEIMER, Max; ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. O conceito de esclarecimento. *In*: HORKHEIMER, Max; ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund **Dialética do esclarecimento**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1985a.

HORKHEIMER, Max; ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. A indústria cultural: o esclarecimento como mistificação das massas. *In*: HORKHEIMER, Max; ADORNO, Theodor Ludwig Wiesengrund. **Dialética do esclarecimento**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1985b.

IANNI, Aurea Maria Zöllner. Questões contemporâneas sobre natureza e cultura: notas sobre a saúde coletiva e a sociologia no Brasil. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 32-40, 2011.

LEÃO, Thiago Marques. **Loucura, psiquiatria e sociedade**: o campo da saúde mental coletiva e o processo de individualização no Brasil. 2018. 362 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

LEÃO, Thiago Marques; IANNI, Aurea Maria Zöllner; GOTO, Carine Sayuri. Individualização e sofrimento psíquico na universidade: entre a clínica e a empresa de si. **Humanidades e Inovação**, Palmas, v. 6, n. 9, p. 131-143, 2019a.

LEÃO, Thiago Marques; IANNI, Aurea Maria Zöllner; GOTO, Carine Sayuri. Sofrimento psíquico e a universidade em tempos de crise estrutural. **Em pauta**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 44, p. 50-64, 2019b.

LEMOS, Ana Heloísa da Costa; BARBOSA, Alane de Oliveira; MONZATO, Priscila Pinheiro. Mulheres em home office durante a pandemia da covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 60, n. 6, p. 388-399, 2020.

LIMA, Margareth Guimarães *et al.* Associação das condições sociais e econômicas com a incidência dos problemas com o sono durante a pandemia de COVID-19. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 3, p. 1-10, 2021.

LIMA, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 1-10, 2020.

LIRA, Aliandra Cristina Mesomo; YAEGASHI, Solange Franci Raimundo; DOMINICO, Eliane. Disfarça-me que te devoro: youtubers mirins, consumo e semiformação da criança. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 14, n. 4, p. 1960-1976, 2019.

LOUZADA, Rita de Cássia Ramos. **Formação do pesquisador, trabalho científico e saúde mental**. 2005. 169 f. Tese (Doutorado em Psiquiatria e Saúde Mental) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2005.

LUNA, Sergio Vasconcelos. **Planejamento de pesquisa: uma introdução**. São Paulo: EDUC, 2000.

MACHADO, Maria Eduarda Sandin; CASIRAGHI, Bruna. Depressão e pandemia: estudo com universitários brasileiros. **International Journal of Developmental and Educational Psychology**, Badajoz, v. 1, n. 1, p. 435-442, 2021.

MALHOTRA, Manoj K.; GROVER, Varun. An assessment of survey research in POM: from constructs to Theory. **Journal of Operations Management**, Texas – USA, v. 16, n. 4, p. 407-425, 1998.

MARCUSE, Hebert. **Guerra, Tecnología y Fascismo** – textos inéditos. São Paulo: Fundação Editora UNESP, 2001.

MARCUSE, Herbert. Agressividade em sociedades industriais avançadas. *In: Dossiê Herbert Marcuse - Parte 2*. **DISSONÂNCIA – Revista de Teoria Crítica**, Campinas, v. 1.2, n. 2, p. 20-41, 2018.

MARCUSE, Herbert. **La agresividad em la sociedad industrial avanzada y otros ensayos**. Madrid: Alianza Editorial, 1968.

MARCUSE, Herbert. **O homem unidimensional**: estudos da ideologia da sociedade industrial avançada. São Paulo: Edipro, 2015.

MARQUES, Emanuele Souza *et al.* A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.36, n. 4, p. 1-6, 2020.

MEC. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), 2022. **História e missão**. Disponível em: <https://www.gov.br/capes/pt-br/acesso-a-informacao/institucional/historia-e-missao#:~:text=A%20CAPES%20nasceu%20de%20uma,do%20governo%20e%20entidades%20privadas>. Acesso em: 27 ago. 2022.

MELO, Walter. Nise da Silveira e o campo da Saúde Mental (1944-1952): contribuições, embates e transformações. **Mnemosine**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, p. 30-52, 2009.

MENDES, Diego Costa; HASTENREITER FILHO, Horacio Nelson; TELLECHEA, Justina. A realidade do trabalho home office na atipicidade pandêmica. **Revista Valore**, Volta Redonda, v. 5 (edição especial), p. 160-191, 2020.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; HARTZ, Zulmira Maria de Araújo; BUSS, Paulo Marchiori. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 5, p. 7-18, 2000.

MORAES, Humberto Luiz Barroso *et al.* De ensino presencial para o remoto emergencial: adaptações, desafios e impactos na pós-graduação. **Interfaces Científicas**, Aracaju, v. 10, n. 1, p. 180-193, 2020.

NEVES, Marly Coelho Carvalho; DALGALARRONDO, Paulo. Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 56, n. 4, p. 237-244, 2007.

NEVES, Thiago Bastos. **A CAPES e o fomento à Pós-Graduação no Brasil: avaliação do Programa Demanda Social frente ao atual cenário de restrição orçamentária**. 2021. 99 f. Dissertação (Mestrado em Administração Pública) – Instituto Brasileiro de Ensino, Desenvolvimento e Pesquisa, Brasília, 2021.

NISIIDE, Ana Carolina Becker. **Reclames ao Judiciário: o caso da saúde mental**. 2020. 247 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2020.

NOBRE, Marcos. **A teoria crítica**. 3. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

OLIVEIRA, Dalila Andrade; SOUZA, Juliana de Fátima. A pesquisa e a pós-graduação em educação no Brasil: entre o descaso e o obscurantismo. **Revista Imagens da Educação**, Maringá, v. 11, n. 2, p. 118-143, 2021.

OLIVEIRA, Danielle Machado. **Sofrimento mental e comportamento suicida em pós-graduandos *stricto sensu*: prevalência e fatores associados**. 2019. 99 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal do Piauí, Teresina, 2019.

OLIVEIRA, Marta Regina Furlan de; CASTAÑEDA, Carlos Fernando Lozano; YAEGASHI, Solange Franci Raimundo. Mal-estar docente e a (im) possibilidade da autorreflexão: uma problemática nos tempos de pandemia. **Revista Humanidades e Inovação**, Tocantins, v. 8, n. 41, p. 389-401, 2021.

OLIVEIRA, Talita Gantus de. O desmonte e o mal-estar da produção científica. **Outras Palavras: Jornalismo de profundidade e pós-capitalismo**, 2022.

Disponível em: <https://outraspalavras.net/crise-brasileira/o-desmonte-e-o-mal-estar-da-producao-cientifica/>. Acesso em: 12 ago. 2022.

OMS. **Relatório Mundial da Saúde** – Saúde mental: nova concepção, nova esperança. 1. ed. Lisboa: 2002. Disponível em: <https://psiquiatriabh.com.br/wp/wp-content/uploads/2015/01/Relatorio-OMS-da-saude-mental-no-mundo-2001.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2021.

OPAS – ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Uso de álcool durante a pandemia de COVID-19 na América Latina e no Caribe**. Brasília, DF: OPAS, 2020. Disponível em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52936/OPASNMHMHCOVID-19200042_por.pdf?sequence=5&isAllowed=y. Acesso em: 15 fev. 2022.

OPAS. **Histórico da pandemia de COVID-19**. Brasília, DF: OPAS, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>. Acesso em: 30 jan. 2022.

ORNELL, Felipe *et al.* Violência Doméstica e Consumo de Drogas durante a Pandemia da COVID-19. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 24, n. 1, p. 3-11, 2020.

PONTES, Felipe Marangoni. **Ansiedade, estresse, depressão e qualidade de vida**: um estudo com pós-graduandos da Universidade de São Paulo. 2018. 207 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

PORTUGAL, Laura. Volta às aulas presenciais gera aumento de ansiedade entre os jovens. **Universidade Federal de Minas Gerais**, 2022. Disponível em: <https://ufmg.br/comunicacao/noticias/volta-as-aulas-presenciais-gera-aumento-de-ansiedade-entre-os-jovens>. Acesso em: 12 ago. 2022.

PRADO, Aneliana da Silva; FREITAS, Joanneliese de Lucas. O sistema de pós-graduação brasileiro e a saúde mental dos estudantes: que fragilidades a pandemia da covid-19 revela? **REVASF**, Petrolina, v. 12, n. 28, p. 1-36, 2022.

QUEIROS, Gean Breda. Pedagogia Universitária e pandemia: novos desafios na formação docente em isolamento social. **Revista Teias**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 66, p. 459-467, 2021.

QUEIROZ, Maria Eduarda Diógenes de Freitas; SPINELLI, Vamberto Fernandes Junior. Relação entre a pressão social estética e a sexualidade feminina na atualidade. **Contemporânea – Revista de Ética e Filosofia Política**, Caruaru, v. 2, n. 3, p. 1053-1076, 2022.

RIGHETTI, Sabine; GAMBA, Estêvão. Na pós-graduação, mulheres são maioria entre estudantes, mas minoria entre docentes. **Folha de São Paulo**, 2021. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/educacao/2021/03/na-pos-graduacao-mulheres-sao-maioria-entre-estudantes-mas-minoria-entre-docentes.shtml>. Acesso em: 10 fev. 2022.

SAFATLE, Vladimir. A economia é a continuação da psicologia por outros meios: sofrimento psíquico e neoliberalismo como economia moral. *In*: SAFATLE, Vladimir; SILVA JUNIOR, Nelson; DUNKER, Christian. **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021. p. 17-47.

SALECL, Renata. **Sobre a ansiedade**. São Leopoldo: Editora Unisinos, 2005.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; BAPTISTA, María del Pilar Lucio. **Metodologia de pesquisa**. 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SANTOS, Caroline dos. **A era fitness no período de distanciamento social devido à pandemia da Covid-19**: a relação entre a alteração do peso corporal, a saúde mental, a alimentação e outras variáveis de estilo de vida de usuários de academias. 2021. 118 f. Dissertação (Mestrado em Promoção da Saúde) – Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, 2021.

SANTOS, Karolliny Danielle *et al.* Ensino Online em tempos de pandemia: a opinião de universitários quanto aos desafios encontrados. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 1-9, 2021.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. 1. ed. São Paulo: Cortez, 2013.

SGUISSARDI, Valdemar. Produtivismo acadêmico. *In*: OLIVEIRA, Dalila Andrade; DUARTE, Adriana Maria Cancela; VIEIRA, Lívia Maria Fraga. **Dicionário**: trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

SILVA JÚNIOR, João dos Reis; FARGONI, Everton Henrique Eleutério. Tecnociência, industrialização e pesquisa na financeirização radical do capitalismo e da educação superior. **Inter-Ação**, Goiânia, v. 45, n. 3, p. 569-581, 2020.

SILVA JUNIOR, Nelson da. O Brasil da barbárie à desumanização neoliberal: do “Pacto edípico e pacto social”, de Hélio Pellegrino, ao “E daí?”, de Jair Bolsonaro. *In*: SAFATLE, Vladimir; SILVA JUNIOR, Nelson; DUNKER, Christian. **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021. p. 17-47.

SILVA, Alessandro Costa da; TCHAICKA, Ligia; SÁ-SILVA Jackson Ronie (org.). **Experiências de aulas remotas nos cursos de Ciências Biológicas da Universidade Estadual do Maranhão**: volume I. São Luís: EDUEMA, 2021a.

SILVA, Cecilia Maria Lima; LIMA, Maria do Socorro Nogueira Oliveira Filha; MARTINS, Elcimar Simão. Pós-graduação *stricto sensu* no ensino remoto emergencial: desafios e perspectivas. **Ensino em Perspectiva**, Fortaleza, v. 2, n. 3, p. 1-11, 2021b.

SILVA, Edna Lúcia da.; MENEZES, Estera Muszkat. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 3. ed. Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da UFSC, 2001.

SILVA, Érika Correia; HELENO, Maria Geralda Viana. Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 4, n. 1, p. 69-76, 2012.

SILVA, Hávila Lorrana Dutra da; LIMA, Anna Myrna Jaguaribe de. Alterações no ritmo circadiano e suas consequências em estudantes durante a pandemia de Covid-19: uma revisão narrativa da literatura. **Revista Científica Saúde e Tecnologia**, Jundiaí, v. 2, n. 5, p. 1-9, 2022.

SILVA, Joselma; GOULART, Ilsa do Carmo Vieira; CABRAL, Giovanna Rodrigues. Ensino remoto na educação superior: impactos na formação inicial docente. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 16, n. 2, p. 407-423, 2021c.

SILVA, Michel Goulart da. Capitalismo, pós-graduação e adoecimento mental. **Revista Metodologias e Aprendizado**, Blumenau, v. 5, p. 1-14, 2022.

SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo? **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 10, p. 4613-4622, 2021.

SIMMEL, Georg. As metrópoles e a vida mental. *In*: Simmel, Georg. **Fidelidade e Gratidão e Outros Textos**. Lisboa: Relógio D'Água Editores, 2004. p. 75-94.

SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias; PADOVAM, Valquiria Aparecida Rossi. Bases Teóricas do Bem-Estar Subjetivo, Bem-Estar Psicológico e Bem-Estar no Trabalho. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 201-209, 2008.

SOARES, Carlos. Lima Barreto: o psicólogo amargo das ruas cariocas. *In*: BARRETO, Lima. **Lima Barreto**: Obra Reunida. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2018.

SOUZA, Jackeline Maria *et al.* **Teoria e Prática da Educação**, Maringá, v. 24, n. 2, p. 142-159, 2021.

SOUZA, Vera Lucia Trevisan de.; ANDRADA, Paula Costa de. Contribuições de Vigotski para a compreensão do psiquismo. **Estudos em Psicologia**, Campinas, v. 30, n. 3, p. 355-365, 2013.

TELLES, Susana Lerosa; VOOS, Mariana Callil. Distúrbios do sono durante a pandemia de COVID-19. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 28, n. 2, p. 124-125, 2021.

UEM. Programa de Pós-Graduação em Educação, [s.d.]. **Administração**. Disponível em: <http://www.ppe.uem.br/administracao.htm>. Acesso em: 27 ago. 2022a.

UEM. Programa de Pós-Graduação em Educação, [s.d.]. **Corpo Discente**. Disponível em: <http://www.ppe.uem.br/corpo-discente.htm>. Acesso em: 27 ago. 2022b.

UEM. Programa de Pós-Graduação em Educação, [s.d.]. **Corpo Docente**. Disponível em: <http://www.ppe.uem.br/corpo-docente.htm>. Acesso em: 27 ago. 2022c.

UEM. Programa de Pós-Graduação em Educação, [s.d.]. **Grupos de Pesquisa**. Disponível em: <http://www.ppe.uem.br/grupos-de-pesquisa.htm>. Acesso em: 27 ago. 2022d.

UEM. Programa de Pós-Graduação em Educação, [s.d.]. **Sobre nós**. Disponível em: <http://www.ppe.uem.br/sobre-nos.htm>. Acesso em: 27 ago. 2022e.

UEM. Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação, c2013. **Institucional**. Disponível em: <http://www.ppg.uem.br/index.php/institucional>. Acesso em: 29 ago. 2022f.

UEM. Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação, c2013. **Normas e Regulamentos**. Disponível em: <http://www.ppg.uem.br/index.php/pos-graduacao/normas-e-regulamentos>. Acesso em: 29 ago. 2022g.

UEM. Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação, c2013. **Pós-Graduação**. Disponível em: <http://www.ppg.uem.br/index.php/pos-graduacao>. Acesso em: 29 ago. 2022h.

UEM. **Resolução Nº 005/2020 – COU**. Aprova a Política Institucional Aplicada ao Ensino, Pesquisa e Inovação na Pós-Graduação da UEM. Universidade Estadual de Maringá, Maringá, PR, 22 jun. 2020. Disponível em: <http://www.ppg.uem.br/images/downloads/pgd/stricto/Resolucao-005-2020-COU-Politica-Institucional-Ensino-Pesquisa-Inovacao-Pos.pdf> . Acesso em: 29 ago. 2022i.

UEM. **Resolução Nº 072/2021– CI/CCH**. Aprova o novo Regulamento do Programa Graduação em Educação (PPE). Universidade Estadual de Maringá, Maringá, PR, 30 nov. de 2021. Disponível em: http://www.ppe.uem.br/documentos/regulamentos/Res_072_2021-CI-CCH.pdf. Acesso em: 29 ago. 2022.

WANDERBROOCK JUNIOR, Durval. Soldados de todo o país: Higienizai-vos! A Liga Brasileira de Hygiene Mental e as Forças Armadas (1914-1945). *In*: BOARINI, Maria Lucia (org.). **Raça, higiene social e nação forte**. Maringá: EDUEM, 2011.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Coronavírus (COVID-19) – Dashboard**. [2022]. Disponível em: <https://covid19.who.int/>. Acesso em: 10 fev. 2022.

WHO. **World Mental Health report: transforming mental health for all.** Geneva: [s.n.], 2022.

YASUI, Silvio. O estranho vizinho – reflexões sobre cidadania e loucura. **Revista de Psicologia da UNESP**, Assis, v. 7, n. 1, p. 152-168, 2008.

ZANELLO, Valeska; FIUZA, Gabriela; COSTA, Humberto Soares. Saúde mental e gênero: facetas gendradas do sofrimento psíquico. **Fractal – Revista de Psicologia**, Niterói, v. 27, n. 3, p. 238-246, 2015.

ZOTESSO, Marina Cristina. **Sofrimento psicológico em pós-graduandos: aspectos emocionais e comportamentais.** 2021. 99 f. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, 2021.

APÊNDICES

APÊNDICE A – SURVEY “SAÚDE MENTAL DOS PÓS-GRADUANDOS EM TEMPOS DE PANDEMIA”

Suas respostas a este questionário nos ajudarão a compreender mais sobre o impacto da pandemia, na qualidade de vida, na saúde mental e no desempenho acadêmico dos (as) estudantes de pós-graduação *stricto sensu*, da Universidade Estadual de Maringá.

BLOCO 1: Caracterização sociodemográfica

Suas respostas a esta etapa, nos ajudarão a identificar e traçar o perfil sociodemográfico dos (as) discentes dos cursos de pós-graduação *stricto sensu* da Universidade Estadual de Maringá.

1) Identidade de gênero: (Considere o termo cisgênero para as pessoas que se identificam com o gênero determinado ao nascer, e o termo transgênero para as pessoas que não se identificam com o gênero designado ao nascer)

- Homem cisgênero
- Mulher cisgênero
- Mulher transgênero
- Homem transgênero
- Travesti
- Não-binária
- Intersexo
- Outro. Qual: _____

2) Qual sua orientação sexual?

- Heterossexual
- Gay
- Lésbica
- Bissexual
- Pansexual
- Assexual
- Outro. Qual: _____

3) Quanto à cor/raça, como você se auto identifica?

- Branco (a)
- Pardo (a)
- Preto (a)
- Amarelo (a)
- Indígena
- Outra. Qual: _____

4) Qual é sua idade? _____

5) Qual seu estado civil?

- Solteiro (a)
- Casado (a)
- União Estável
- Divorciado (a)
- Viúvo (a)
- Outro. Qual: _____

6) Se casado (a) ou em união estável, seu cônjuge/companheiro (a) é pós-graduando (está cursando uma pós-graduação)?

- Sim
- Não

7) Você tem filhos (as)? Se sim, quantos?

- Não tenho filhos (as)
- Um filho (a)
- Dois filhos (as)
- Mais que dois filhos (as)

8) Com quem você mora atualmente?

- Sozinho (a)
- Com cônjuge/companheiro (a)
- Com amigos/colegas
- Com os pais
- Com outros familiares
- Outro. Qual: _____

9) Você mora em Maringá?

- Sim
- Não. Em qual cidade mora? _____

10) Você precisou mudar de residência ou estado, para estudar?

- Sim, precisei mudar de residência
- Sim, precisei mudar de estado
- Sim, precisei mudar de residência e de estado
- Não

11) Você está cursando:

- Mestrado
- Doutorado
- Pós-Doutorado

12) Qual semestre você está cursando atualmente?

- 1º
- 2º
- 3º

- 4º
- 5º
- 6º
- 7º
- 8º

13) Você possui alguma bolsa de estudo?

- Não
- Sim – Qual agência de fomento? _____

14) Você trabalha?

- Não
- Sim - Quantas horas por semana e quais são suas atribuições?

15) Se você trabalha, qual é o seu principal vínculo empregatício?

- Trabalho informal
- Trabalho formal
- Autônomo
- Estágio

16) Qual é sua renda familiar mensal? Selecione o valor que mais se aproxime.

- Menos de um salário mínimo (R\$ 1.100,00)
- Entre um e dois salários mínimos (R\$ 1.100,00 – R\$ 2.200,00)
- Entre dois e três salários mínimos (R\$ 2.200,00 – R\$ 3.300,00)
- Entre três e cinco salários mínimos (R\$ 3.300,00 – R\$ 5.500,00)
- Entre cinco e sete salários mínimos (R\$ 5.500,00 – R\$ 7.700,00)
- Mais de sete salários mínimos (R\$ 7.700,00)

17) Essa renda familiar mensal atende a quantas pessoas? (Incluindo você)

- Uma
- Duas
- Três
- Quatro
- Mais de cinco pessoas

BLOCO 2: Ser estudante na Pós-Graduação *Stricto Sensu*

Suas respostas a esta etapa, nos ajudarão a compreender as principais características e particularidades dos (as) estudantes da pós-graduação *stricto sensu* da Universidade Estadual de Maringá.

18) Quantas horas por semanas você dedica para o estudo? (Valor aproximado) _____

19) Você tem em casa um espaço físico dedicado, especificamente, para estudar?

- Sim, tenho um espaço próprio e separado dos outros cômodos da casa para estudar

- () Não, eu uso o mesmo ambiente para realizar atividades diferentes, no entanto, fico sozinho nele enquanto as realizo
- () Não, eu preciso dividir o espaço com outras pessoas, que realizam atividades diferentes

20) Porque você escolheu cursar pós-graduação *stricto sensu*?

21) Você conhece seu orientador (a) pessoalmente?

- () Sim
- () Não

22) Como você classificaria o relacionamento com seu orientador (a)?

- () Excelente
- () Bom
- () Regular
- () Ruim
- () Muito ruim

23) Para você, quais são as principais dificuldades em cursar uma pós-graduação *stricto sensu* em formato remoto?

24) Você acredita que as aulas remotas, atualmente empregadas devido à pandemia, estão sendo prejudiciais à sua formação? Por quê?

25) Mesmo com as aulas acontecendo de maneira remota, e com a distância do espaço físico da universidade, você ainda se sente pertencente a um curso de pós-graduação *stricto sensu*?

- () Sim
- () Não. Por quê? _____

26) Em relação às aulas remotas, quais são os maiores desafios e dificuldades nessa modalidade de ensino? (Você pode marcar mais de uma opção)

- () Não tive nenhuma dificuldade com as aulas remotas
- () Tive/tenho desconforto e vergonha de me expor diante de uma câmera
- () Tive/tenho dificuldades de acesso a materiais eletrônicos de boa qualidade (como computador e internet)

- Tive/tenho um conhecimento limitado sobre o uso de tecnologias e o manuseio de programas e plataformas digitais
- Tive/tenho dificuldade em organizar e separar meu tempo de estudo do tempo de descanso/lazer
- Tive/tenho dificuldades em lidar com a falta de contato humano
- Tive/tenho dificuldades em lidar com as falhas do material tecnológico durante as aulas online (como a perda do sinal da internet, o desligamento repentino do computador, os cortes no áudio, o travamento da imagem, etc.)
- Tive/tenho dificuldades em lidar com os contratemplos oriundos de permanecer no ambiente doméstico (latidos de cachorro, choro de criança, interrupções de familiares, barulhos da vizinhança, etc.)
- Tive/tenho dificuldades em respeitar meu horário de almoço/jantar e fazer as minhas refeições com calma
- Outros: Quais _____

27) Você se sente desmotivado em assistir aulas online?

- Sim. Por quê? _____
- Não

28) Você acredita que a pandemia e o ensino remoto afetaram sua experiência/satisfação com a pós-graduação *stricto sensu*?

- Sim, impactaram negativamente
- Sim, impactaram positivamente
- Não impactaram

29) Você tem apresentado problemas de bloqueio criativo e/ou dificuldades na escrita acadêmica?

- Sim. Por quê? _____
- Não

30) Você tem participado de grupos de pesquisa e/ou Seminários de Pesquisa com seu (sua) orientador (a) e demais orientandos dele (a)?

- Sim
- Não

31) Sua participação nesses grupos, tem contribuído para o seu bem estar e para amenizar os impactos causados pela pandemia?

- Sim
- Não. Por quê? _____

32) Você se sente satisfeito (a) com as perspectivas de carreira que a pós-graduação *stricto sensu* oferece?

- Sim
- Não. Por quê? _____

33) Você considera ter sido uma boa escolha realizar uma pós-graduação *stricto sensu*?

- Sim
- Não. Por quê? _____

34) Você já pensou em abandonar a pós-graduação *stricto sensu*?

- Sim. Por quê? _____
 Não

35) Você enfrentou problemas com separação/divórcio durante a pós-graduação?

- Sim. Você correlaciona sua separação/divórcio às demandas de cursar uma pós-graduação *stricto sensu*? _____
 Não

36) Para você, quais são os principais desafios/dificuldades da pós-graduação *stricto sensu*? (Você pode marcar mais de uma opção)

- Competitividade entre pares
 Cobrança por produtividade
 Relação com o (a) orientador (a)
 Falta de recursos financeiros/bolsas de estudos
 Falta de ambientação ao programa e/ou a universidade
 Cumprimento dos créditos
 Exigência de proficiência em outro idioma
 Exigência de publicações científicas para a obtenção do título de mestre/doutor
 Falta de acolhimento da instituição/programa
 Conciliar trabalho com as demandas da pós-graduação
 Excesso de leituras
 Outros. Quais: _____

BLOCO 3: Qualidade de vida em tempos de pandemia

Suas respostas a esta etapa, nos ajudarão a compreender um pouco mais sobre a qualidade de vida dos (as) discentes dos cursos de pós-graduação *stricto sensu* da Universidade Estadual de Maringá, no atual contexto de pandemia.

37) Você está cumprindo o isolamento social em casa?

- Sim, não saio de casa para realizar nenhuma atividade
 Sim, saio de casa para resolver apenas coisas essenciais (como ir ao supermercado)
 Sim, no entanto, saio de casa para visitar minha família e resolver outras pendências
 Não, já estou realizando minhas atividades fora de casa, normalmente

38) Você teve Covid-19?

- Sim
 Não

39) Alguma pessoa da sua família teve Covid-19?

- Sim
 Não

40) Alguma pessoa de sua família veio a falecer em decorrência de complicações da Covid-19?

- Sim. Quem? _____
 Não

41) Você já recebeu, ao menos uma dose, da vacina da Covid-19?

- Sim
 Não

42) Sua renda familiar foi afetada em função da pandemia?

- Minha renda familiar permaneceu a mesma durante a pandemia
 Tive um declínio em minha renda familiar durante a pandemia
 Tive um aumento da minha renda familiar durante a pandemia

43) Durante a pandemia, você percebeu que os conflitos familiares/domésticos:

- Diminuíram
 Aumentaram
 Permaneceram como antes da pandemia

44) Você percebeu mudanças na sua rotina doméstica e/ou familiar, durante a pandemia?

- Não houve mudanças significativas na minha rotina
 Sim, houve pequenas mudanças
 Sim, houve mudanças significativas. Por isso, tenho me sentindo muito sobrecarregado (a) e cansado (a).

45) Para você, o que significa QUALIDADE DE VIDA? Defina com uma pequena frase.

46) Nas horas vagas, quais atividades você realiza? (Você pode marcar mais de uma opção)

- Leio um livro
 Durmo
 Cozinho
 Assisto um filme/série na televisão
 Fico com a minha família
 Escrevo
 Faço atividade física
 Danço
 Faço minhas atividades domésticas
 Cuido dos filhos
 Faço compras no supermercado
 Fico navegando nas redes sociais
 Outros. Quais: _____

47) Você realiza atividades físicas?

- Sim. Que tipo de atividade física? _____
 Não. Por quê? _____

48) Você observou mudanças no seu hábito alimentar durante a pandemia?

- Não, tenho me alimentado como antes da pandemia
 Sim, percebi que durante a pandemia tenho me alimentado com uma menor quantidade e com menos frequência que antes da pandemia
 Sim, percebi que durante a pandemia tenho me alimentado com uma menor quantidade, porém, com uma maior frequência que antes da pandemia
 Sim, percebi que durante a pandemia tenho comido uma maior quantidade de comida, e com uma maior frequência que antes da pandemia
 Sim, percebi que durante a pandemia tenho comido uma maior quantidade, porém, com menos frequência que antes da pandemia

49) Durante o período de pandemia, você percebeu um aumento na ingestão de alimentos industrializados, como doces e refrigerantes?

- Sim
 Não

50) Durante a pandemia, você apresentou diminuição ou aumento de peso corporal?

- Sim, eu perdi peso. Quanto? _____
 Não, meu peso permanece o mesmo de sempre
 Sim, porém foi um aumento insignificante (menos de 1 kg)
 Sim, tive um aumento razoável de peso corporal durante a pandemia (de 1 a 5 kg)
 Sim, tive um aumento significativo de peso corporal durante a pandemia (de 5 a 10 kg)
 Sim, tive um grande aumento de peso corporal durante a pandemia (mais de 10 kg)

51) Durante a pandemia você iniciou, ou aumentou, o consumo de algumas dessas substâncias? (Você pode marcar mais de uma opção)

- Bebidas Alcoólicas
 Maconha
 Cigarro
 Cocaína
 Medicamentos para dormir. Quais: _____
 Medicamentos psiquiátricos. Quais: _____
 Outras drogas/substâncias. Quais: _____
 Não faço uso de nenhuma dessas substâncias
 Prefiro não responder

BLOCO 4: Saúde mental em tempos de pandemia

Suas respostas a esta etapa, nos ajudarão a entender um pouco mais sobre a saúde mental dos (as) discentes dos cursos de pós-graduação *stricto sensu* da Universidade Estadual de Maringá, no atual contexto de pandemia.

52) Para você, o que é saúde mental?**53) Diante do atual contexto de pandemia, como você se sente?**

- Muito inseguro (a)
- Inseguro (a)
- Seguro (a)
- Muito seguro (a)
- Não sei avaliar

54) Você tem se sentido desmotivado (a), estressado (a) ou ansioso (a) nessa pandemia? (Você pode marcar mais de uma opção)

- Sim, o estresse, a desmotivação e a ansiedade fazem parte do meu dia a dia
- Sim, estou sempre muito estressado (a)
- Sim, estou sempre muito desmotivado (a)
- Sim, estou sempre muito ansioso (a)
- Não tenho me sentindo desmotivado (a), estressado (a) ou ansioso (a) nessa pandemia
- Não sei avaliar

55) Você percebeu um aumento na frequência de pesadelos e/ou insônia, nesse período de pandemia?

- Sim, tenho tido muitos pesadelos
- Sim, tenho tido episódios de insônia
- Sim, tenho tido muitos pesadelos e insônia
- Não tenho pesadelos e nem insônia

56) Como você classificaria a sua qualidade do sono durante a pandemia?

- Muito ruim
- Ruim
- Regular
- Boa
- Excelente

57) Você observou se, durante a pandemia, apresentou com maior frequência episódios de dores físicas (como dor de cabeça, dores musculares, dores nas costas, etc.)? (Você pode marcar mais de uma opção)

- Sim, tenho tido vários episódios de dores de cabeça
- Sim, tenho tido dores musculares

- () Sim, tenho tido dores nas costas
- () Sim, tenho tido dores de cabeça, musculares e nas costas
- () Sim, tenho apresentado outros problemas físicos. Quais: _____
- () Não tenho apresentado dores e/ou problemas físicos durante a pandemia

58) Como você avalia a qualidade de sua vida sexual?

- () Muito ruim
- () Ruim
- () Regular
- () Boa
- () Muito boa
- () Não tenho vida sexual
- () Não sei avaliar

59) Sua vida sexual teve alterações durante esse período de pandemia?

- () Sim, observei um aumento na frequência e na qualidade das interações
- () Sim, observei um aumento na frequência, mas uma queda na qualidade das interações
- () Sim, observei uma queda na frequência, mas um aumento na qualidade das interações
- () Sim, observei uma queda tanto na frequência quanto na qualidade das interações
- () Não observei alterações na minha vida sexual

60) Você já foi diagnosticado (a) com algum dos transtornos psicológicos citados abaixo? (Você pode marcar mais de uma opção)

- () Transtorno depressivo (depressão)
- () Transtorno de ansiedade
- () Transtorno bipolar
- () Síndrome do pânico
- () Transtorno Obsessivo Compulsivo
- () Esquizofrenia
- () Transtornos fóbicos (fobias)
- () Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade
- () Transtornos alimentares
- () Nunca fui diagnosticado (a) com transtorno psicológico
- () Outros. Quais: _____
- () Prefiro não responder

61) Você foi diagnosticado (a), durante a pandemia, com algum dos transtornos psicológicos abaixo? (Você pode marcar mais de uma opção)

- () Transtorno depressivo (depressão)
- () Transtorno de ansiedade
- () Transtorno bipolar
- () Síndrome do pânico
- () Transtorno Obsessivo Compulsivo
- () Esquizofrenia
- () Transtornos fóbicos (fobias)
- () Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade

-) Transtornos alimentares
-) Nunca fui diagnosticado (a) com transtorno psicológico
-) Outros. Quais: _____
-) Prefiro não responder

62) Você iniciou algum tratamento psiquiátrico durante a pandemia?

-) Sim
-) Não
-) Prefiro não responder

63) Com quais pessoas você costuma compartilhar seus anseios e angústias?

-) Mãe
-) Pai
-) Psicólogo (a) ou Psiquiatra
-) Cônjuge/Companheiro (a)
-) Amigos (as)
-) Familiares
-) Orientador (a)
-) Sou muito reservado (a) e não costumo compartilhar meus anseios e angústias com outras pessoas
-) Outros. Quem? _____

64) Você buscou, em algum momento dessa pandemia, escuta psicológica especializada?

-) Sim, fiz terapia por algum tempo
-) Sim, ainda faço terapia regularmente
-) Sim, porém, só fui em uma consulta
-) Não precisei/procurei escuta psicológica especializada
-) Prefiro não responder

65) Você tem se sentido irritado (a) e/ou chora com frequência?

-) Sim, tenho me sentido irritado (a) com frequência
-) Sim, tenho chorado com certa frequência
-) Sim, tenho me sentido irritado (a) e choro com frequência
-) Não tenho me sentido irritado (a) e nem choro com frequência

66) Atualmente, quais são as suas maiores preocupações? Cite pelo menos as duas mais relevantes.

67) Assinale se, nos últimos seis meses, você apresentou: (Você pode marcar mais uma de opção)

-) Insatisfação
-) Desconforto
-) Angústia

- Falta de motivação
- Procrastinação (adiamento de uma ação)
- Bloqueio criativo
- Medo
- Irritabilidade
- Solidão
- Alterações de humor
- Apatia
- Dificuldades de concentração
- Rigidez muscular
- Problemas de memória
- Raiva
- Estresse
- Impulsividade
- Tristeza
- Tédio
- Compulsão alimentar
- Tremores nas pálpebras
- Disfunção sexual e/ou alterações de libido
- Falta de ar e/ou alterações na respiração
- Dores no estômago, azia e/ou gastrite
- Zumbido no ouvido
- Ansiedade
- Tontura e/ou vertigens
- Queda de cabelo
- Sensação de desmaio
- Tremores
- Suores frios e/ou transpiração excessiva
- Palpitação ou aceleração cardíaca
- Fadiga
- Outros: _____

68) Como você classifica os itens abaixo:

- Sua atual saúde mental?

- Excelente Boa Regular Ruim Muito ruim

- Sua atual saúde física?

- Excelente Boa Regular Ruim Muito ruim

- Sua atual qualidade de vida?

- Excelente Boa Regular Ruim Muito ruim

- Sua atual condição de estudante?

- Excelente Boa Regular Ruim Muito ruim

- Seu nível de satisfação com a pós-graduação *stricto sensu*?

- Excelente Boa Regular Ruim Muito ruim

- **Seu atual relacionamento com seu (sua) orientador (a)?**

() Excelente () Boa () Regular () Ruim () Muito ruim

- **Seu nível de satisfação com a vida?**

() Excelente () Boa () Regular () Ruim () Muito ruim

69) De que forma o Programa de Pós-Graduação em Educação (coordenação/docentes) pode contribuir para amenizar os impactos da pandemia em sua vida acadêmica?

Informações Adicionais

Há alguma informação que você gostaria de partilhar conosco, sobre seus sentimentos, anseios, alegrias e/ou decepções na pós-graduação *stricto sensu* antes, ou durante, a pandemia? Sinta-se à vontade para registrá-la.

**APÊNDICE B – CARTA DE ANUÊNCIA DA COORDENADORA DO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU* EM EDUCAÇÃO DA
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ**

Declaramos, para os devidos fins e a quem de direito possa interessar, que autorizamos o desenvolvimento da pesquisa de mestrado intitulada: “O adoecimento psíquico na pós-graduação: um estudo sobre a saúde mental discente em tempos de pandemia”, da discente Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz, sob orientação da Profa. Dra. Solange Franci Raimundo Yaegashi, docente do Programa de Pós-Graduação em Educação, linha de pesquisa Ensino, Aprendizagem e Formação de Professores, da Universidade Estadual de Maringá. O período de execução previsto para a coleta de dados ocorrerá entre os meses de setembro a novembro de 2021, conforme cronograma do projeto apresentado.

Coordenadora do Programa de Pós-Graduação *stricto sensu* em Educação

CPF: _____

E-mail: _____

**APÊNDICE C – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA
DISCENTES DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU* EM
EDUCAÇÃO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ**

Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada “**O adoecimento psíquico na pós-graduação: um estudo sobre a saúde mental discente em tempos de pandemia**”, vinculada ao Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação da Universidade Estadual de Maringá - UEM, sob orientação da Prof.^a Dr.^a Solange Franci Raimundo Yaegashi. O objetivo desta pesquisa é investigar e analisar as concepções dos discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Maringá (UEM), acerca da saúde mental dos (as) pós-graduandos (as) em tempos de pandemia, buscando compreender o impacto do ensino remoto e do isolamento social em sua saúde física e psíquica, bem como, em sua vida acadêmica. Salientamos que sua participação é muito valiosa e importante para nós e que ao aceitar participar desta pesquisa, você responderá ao *survey* “Saúde Mental dos Pós-graduandos em Tempos de Pandemia” elaborado pela pesquisadora. Sua participação é voluntária e dar-se-á somente após o aceite deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, podendo você desistir a qualquer momento sem ônus ou prejuízo. É importante salientar que, assim como toda pesquisa que envolve seres humanos, os procedimentos de coleta de dados podem oferecer risco às pessoas que participarem deste estudo, podendo provocar desconforto e angústia pelo teor das questões a serem respondidas e dos sentimentos a serem evocados, caso se sinta constrangido (a), é possível desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, sem sofrer nenhum tipo de penalidade. Esclarecemos, contudo, que o Survey foi submetido a um pré-teste e avaliado por pesquisadores e pós-graduandos de outras IES, a fim de eliminar as questões não pertinentes e que pudessem desencadear conflitos emocionais, minimizando, assim, os riscos de desconforto e ansiedade. Entretanto, caso isso ocorra, a orientadora dessa pesquisa, que também é psicóloga, se dispõe a conversar com esse (a) participante a fim de acolhê-lo (a) em suas dúvidas e inquietações.

Destacamos que além dos riscos relacionados à participação na pesquisa, há os riscos característicos do ambiente virtual, meios eletrônicos, ou atividades não presenciais, em função das limitações das tecnologias utilizadas. Dessa forma, a fim de assegurar o sigilo e a confidencialidade das informações dos (as) participantes da pesquisa, todos os dados coletados em ambiente virtual serão transferidos para um dispositivo local (HD Externo), evitando-se, dessa forma, o vazamento de dados.

Assinalamos, ainda, que todas as informações aqui coletadas serão utilizadas para fins de pesquisa e serão armazenadas em um banco de dados onde os (as) respondentes serão identificados (as) apenas por um número e/ou letra, sendo analisadas em conjunto com os dados fornecidos por outros (as) participantes da pesquisa. Ao término do estudo, todos os dados coletados serão apagados e destruídos completamente, incluindo qualquer plataforma digital, e-mail e ambiente compartilhado remotamente. A apresentação dos resultados desta pesquisa em eventos acadêmicos-científicos e/ou artigos científicos, empregará os dados obtidos coletivamente, sem referenciar-se a dados individuais, de forma a respeitar o sigilo absoluto quanto à identidade dos (as) participantes. Esteja ciente de que, se você concordar em colaborar com esta pesquisa, não receberá compensação financeira por sua participação. O questionário é breve e sua contribuição será de importante para uma melhor compreensão a respeito da saúde mental dos (as) estudantes do Programa de Pós-Graduação em Educação da UEM, em tempos de pandemia, podendo fornecer, inclusive, subsídios para a criação de políticas que possam prover um olhar mais atento ao sofrimento psíquico dos pós-graduandos. Por fim, salientamos que enviaremos uma cópia do TCLE e do Survey via e-mail, os quais deverão ser guardados de forma segura pelo(a) participante da pesquisa.

Eventuais dúvidas sobre a pesquisa, ou em relação aos aspectos éticos e sobre seus direitos enquanto participante, sinta-se à vontade para entrar em contato com as pesquisadoras responsáveis, nos endereços a seguir disponibilizados, ou procurar o Comitê Permanente de Ética em Pesquisas Envolvendo Seres Humanos (COPEP).

Mestranda: Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz
Endereço: xxx
Telefone/e-mail: xxx

Orientadora: Solange Franci Raimundo Yaegashi
Endereço: xxx
– CEP: 87.030-030 – Zona 07
Telefone/e-mail: xxx

COPEP/UEM – Universidade Estadual de Maringá
Av. Colombo, 5790, UEM-PPG, sala 4
Bairro: Jardim Universitário, CEP: 81.020-900. Maringá -PR
Telefones: (44) 3011-4597
E-mail: copep@uem.br
Horário de funcionamento do CPEP/UEM: 07h45min às 11h30min; 13h30min às 17h30min

Orientadora: Solange Franci Raimundo Yaegashi

Mestranda: Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz