



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO SUDOESTE DA BAHIA – UESB

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS – DCB

LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

VINÍCIUS SOUZA DE JESUS

**PERCEPÇÕES SOBRE SAÚDE MENTAL E SUAS IMPLICAÇÕES NA FORMAÇÃO
DOCENTE: UM ESTUDO COM LICENCIANDOS(AS) EM CIÊNCIAS
BIOLÓGICAS DE UMA UNIVERSIDADE ESTADUAL DA BAHIA**

Jequié-BA
2024

VINÍCIUS SOUZA DE JESUS

**PERCEPÇÕES SOBRE SAÚDE MENTAL E SUAS IMPLICAÇÕES NA FORMAÇÃO
DOCENTE: UM ESTUDO COM LICENCIANDOS(AS) EM CIÊNCIAS
BIOLÓGICAS DE UMA UNIVERSIDADE ESTADUAL DA BAHIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de
Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade
Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB) – campus de
Jequié, como requisito parcial para obtenção do título de
Licenciado em Ciências Biológicas.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Joelia Martins Barros

Jequié-BA
2024

Agradecimentos

Gostaria de expressar, primeiramente, minha gratidão a Deus, que esteve ao meu lado em cada dia desses anos de graduação. Foram muitos desafios, incluindo a pandemia e as greves, além das dificuldades para conciliar trabalho, vida social e as exigências acadêmicas.

Agradeço imensamente à minha família, especialmente aos meus pais, Maria Alice e Geraldo de Jesus, e aos meus irmãos Neto (in memoriam), Carol, Jeanderson, Tayalla e Tayonara, além dos meus cunhados Jessica e Fabrício, que sempre torceram por mim. Mesmo sem compreender totalmente alguns momentos, estiveram presentes, oferecendo apoio e incentivo incondicionais.

Estendo minha gratidão à minha família Apascentar, meus irmãos de ministério, que sempre me sustentaram com suas orações e presença.

Agradeço à Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, campus de Jequié, especialmente ao Departamento de Ciências Biológicas, que me proporcionou todo o suporte necessário ao longo da graduação.

Minha profunda gratidão à minha orientadora, professora Dr^a. Joélia Martins Barros, por toda sua atenção e apoio, mesmo diante de desafios. Sou igualmente grato aos professores Rodrigo Luz e Matheus dos Santos, cujas orientações foram essenciais para a concretização deste trabalho.

Aos meus amigos da Universidade, agradeço a parceria e companheirismo. Em especial, à Géssica Praxedes e à Leiliane Santos, amigas que estiveram comigo nos dias mais difíceis. Obrigado por sua paciência, por me ouvirem tanto e por acalmarem minha ansiedade inúmeras vezes.

Minha gratidão também vai aos amigos do Laboratório de Geociências I, em especial à professora Dr^a. Rita de Cássia Bittencourt, que me convidou a colaborar em ações tão relevantes na Universidade, proporcionando experiências únicas.

Aos meus amigos Gabriel Amaral e Carine Santos, agradeço a leveza e alegria que trouxeram aos meus últimos meses de graduação.

Aos colegas da Secretaria de Cultura e Turismo do Município de Jequié, agradeço por compartilharem comigo boa parte dessa jornada. Em especial, à minha amiga e diretora Juliana de Andrade, cujo apoio tornou muitos desafios mais leves. Por fim, agradeço a todos os familiares, amigos e colegas que, direta ou indiretamente, estiveram ao meu lado nesta caminhada, ajudando e torcendo por mim.

Gratidão.

Resumo

O debate sobre saúde mental tem sido discutido em diversos contextos sociais, devido o aumento nos casos de adoecimento psicológico. Um desses ambientes é o acadêmico, que apesar dos altos índices ainda carece de pesquisas nesta área, especialmente nos cursos de licenciatura. Por isso, esta pesquisa objetifica analisar as percepções de discentes do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas de uma Universidade Estadual da Bahia acerca da saúde mental e seus impactos na formação docente. Para isso, foi aplicado um questionário qualitativo para compreender quatro fatores: (1) compreensão e percepção sobre saúde mental, (2) desafios relacionados à saúde mental, (3) formação do licenciando em saúde mental e (4) perspectivas do discentes de Biologia para promoção de saúde. Nos resultados percebemos que a maioria dos discentes compreende, de modo de geral, o conceito de saúde mental, que não há estigmas associados a temática entre os licenciandos. Sobre a formação, acreditam ser essencial prepará-los pedagogicamente para lidar com suas demandas emocionais durante a graduação e por conseguinte, torna-los sensíveis as demandas de seus futuros alunos e por fim, que a universidade precisa ampliar a políticas de prevenção e tratamento de saúde mental no campus e no curso de licenciatura em Ciências Biológicas. Dessa maneira, conclui-se que é preciso que se ampliem as ações de políticas públicas institucionais para promoção da saúde mental e seja implementado, nos cursos de formação de professores, maneiras de preparar os futuros docentes a lidarem com suas questões emocionais inerentes ao processo de ensino e aprendizagem, bem como suas implicações na prática docente.

Palavras-chave: Formação docente, Saúde mental, Adoecimento psicológico, Licenciatura em Ciências Biológicas, Políticas Institucionais.

Abstract

The debate on mental health has been discussed across various social contexts due to the rise in cases of psychological distress. One of these settings is the academic environment, which, despite high incidence rates, still lacks research in this area, especially in teacher education programs. Therefore, this research aims to analyze the perceptions of students on the Biological Sciences Degree course at a State University of Bahia regarding mental health and its impacts on teacher training. To achieve this, a qualitative questionnaire was administered to understand four factors: (1) understanding and perception of mental health, (2) challenges related to mental health, (3) mental health training for teacher candidates, and (4) perspectives of Biology students on health promotion. Our results show that most students generally understand the concept of mental health, that no stigma is associated with the topic among teacher candidates, and that they believe it is essential to prepare them pedagogically to manage their emotional needs during their studies. Consequently, this would make them more sensitive to the needs of their future students. Finally, the university needs to expand mental health prevention and treatment policies on campus and within the Biological Sciences Teaching Program. In conclusion, it is essential to increase institutional public policy actions to promote mental health and to implement ways within teacher training programs to prepare future teachers to handle the emotional aspects inherent to the teaching and learning process, as well as the implications for their teaching practice.

Keywords: Teacher training, Mental health, Psychological illness, Degree in Biological Sciences, Institutional Policies.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. REFERENCIAL TEÓRICO	8
2.1 Saúde mental.....	8
2.2 Saúde mental no ambiente universitário.....	9
2.3 Saúde mental e formação de professores.....	11
3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO	14
3.1 Público-alvo.....	14
3.2 Instrumento de coleta/geração de dados	14
3.3 Análise de dados.....	15
4 - RESULTADOS E DISCUSSÃO	15
4.1 Análise Qualitativa	17
4.2 Compreensão e percepção sobre saúde mental.....	17
4.3 Desafios relacionados à saúde mental	21
4.4 Formação dos licenciandos em Saúde Mental.....	25
4.4 Perspectivas dos discentes em Biologia para promoção de saúde.....	29
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	35
REFERÊNCIAS.....	36

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o tema “saúde mental” tem recebido a atenção da sociedade e dos centros acadêmicos devido ao alto índice de pessoas que sofrem com problemas emocionais e ao impacto que a falta de saúde mental pode ter na qualidade de vida. A literatura dos últimos anos demonstrou, em inúmeros artigos, o quanto, durante a pandemia de COVID-19, os estudantes universitários tiveram sua saúde mental comprometida, como relatados por Morales e Lopez (2020), Guimarães et al. (2021) e Vieira (2022). Contudo, apesar de a pandemia ter passado, os desafios continuaram a existir, pois a sociedade da produtividade não desacelerou.

Assim, esse debate permanece pertinente, pois a pandemia trouxe à tona demandas pré-existentes que, se não tratadas e prevenidas, podem continuar a afetar a vida pessoal e acadêmica dos(as) licenciandos(as). De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2022), aproximadamente um bilhão de pessoas, incluindo 14% dos adolescentes globalmente, conviviam com algum transtorno mental, no ano de 2019. O suicídio foi responsável por mais de 1% das mortes, sendo que 58% dessas ocorreram em indivíduos com menos de 50 anos. Transtornos mentais são a maior causa de incapacidade, contribuindo para um em cada seis anos vividos com limitação.

Além disso, pessoas com condições graves de saúde mental têm uma expectativa de vida de 10 a 20 anos inferior à da população geral. Quando falamos de saúde mental, é essencial estudá-la em diversos contextos, sendo um deles o ambiente universitário, visto que o adoecimento mental não escolhe cor, raça, classe social, idade, identidade de gênero, sexualidade ou local. Por se tratar de um período de altas demandas, o ambiente universitário pode se tornar um espaço propício para o desenvolvimento desses problemas.

De acordo com Aosani (2020), pesquisas realizadas no Brasil e no exterior indicam que, em média, um em cada quatro estudantes enfrenta problemas emocionais em algum momento durante sua permanência na universidade. Muitos também relatam dificuldades para concluir suas tarefas diárias, o que pode afetar diretamente, de maneira qualitativa, o seu processo de aprendizado. Assim, fatores como a carga excessiva de trabalhos e atividades tendem a ter um impacto maior na saúde mental tanto de estudantes quanto de professores.

No entanto, sabemos que disfunções mentais podem ocorrer por diferentes razões, dessa forma, os transtornos mentais estão ligados a uma combinação de fatores sociais, genéticos, psicológicos e ambientais. Assim, a saúde mental está diretamente ligada à qualidade

das interações que o indivíduo estabelece, tanto no âmbito pessoal quanto coletivo (Santos et al., 2022).

Portanto, não podemos isentar o processo formativo como um agente importante na promoção do entendimento e suporte desses estudantes sobre a temática. A justificativa pessoal e social da presente pesquisa surgiu da vontade de entender sobre o tema e pela observação de inúmeros amigos e colegas do curso de licenciatura em Ciências Biológicas apresentarem queixas relacionadas à saúde mental, e perceber que pouco era debatido em sala, mesmo sendo um tema tão fulcral.

Além disso, a justificativa é fortalecida pela escassa literatura sobre saúde mental nos cursos de formação docente, sendo ainda mais restrita nos cursos de licenciatura em Ciências Biológicas. A maior parte da literatura é destinada aos cursos da área da saúde, como conclui a revisão de literatura de Graner e Cerqueira (2019), o que demonstra a urgência dessa discussão no campo educacional para compreender amplamente o tema e identificar sua importância pessoal, política e social, e a posteriori saber lidar com as demandas que a profissão docente exige.

Conforme relatam Nascimento e Seixas (2020), o trabalho no campo da Educação apresenta uma vasta gama de desafios e responsabilidades para o profissional, que lida com diversas situações que ultrapassam o ato de ensinar. Na escola, refletem-se muitas das dificuldades sociais que afetam as famílias, os alunos e até mesmo o processo de ensino. O professor, muitas vezes, é o primeiro a ter contato com as demandas apresentadas pelos alunos.

Além disso, a pesquisa se torna necessária quando pensamos nos altos índices de adoecimento docente, como é mostrado por Nascimento e Seixas (2020). No passado, os afastamentos dos professores da educação básica eram por problemas vocais; hoje, 50% das licenças são motivadas por transtornos mentais e comportamentais, conforme relatam Moreira e Rodrigues (2018).

Esse conjunto de aspectos foi o combustível necessário para ampliar a visão sobre o tema da saúde mental, que permeia diversas disciplinas. Assim, a questão norteadora desta pesquisa é: **como os(as) discentes do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas percebem a saúde mental, e quais são as implicações dessa percepção para sua formação enquanto futuros professores(as)?**

Neste sentido, esta pesquisa teve como objetivo **analisar as percepções de discentes do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas de uma Universidade Estadual da Bahia acerca da saúde mental e seus impactos na formação docente.**

Com base nas respostas obtidas, buscamos ressaltar a relevância de abordar esse tema em cursos de formação de professores, com o intuito de contribuir para uma melhor prevenção e preparação dos licenciandos em relação às demandas psicológicas próprias e de seus futuros alunos.

Este texto está organizado nas seguintes seções: 1 – Introdução, 2 – Referencial teórico, 3 – Delineamento metodológico, 4 – Resultados e discussão e, por fim, as Considerações Finais e as Referências.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Do ponto de vista teórico, buscamos inicialmente compreender o conceito de saúde mental, analisando definições de pesquisadores da área e diretrizes apresentadas em documentos federais. Em seguida, enfatizamos a importância de reflexão sobre essa temática no ambiente universitário em geral, com especial atenção aos cursos de formação de professores.

2.1 Saúde mental

Responder à questão "O que é saúde mental?" não é simples, pois há muitas abordagens, discursos e conhecimentos que tentam definir o tema. A saúde mental vai além da ausência de problemas, sendo compreendida como um estado em que uma pessoa está preparada para enfrentar as situações do dia a dia, que podem ser variadas e imprevisíveis. Além disso, a saúde mental impacta diretamente a maneira como pensamos, sentimos e agimos, influenciando nossa visão de mundo, nosso comportamento e nossas relações interpessoais. (Evangelista; Mondoni, 2023).

Apesar de não ser fácil a definição, ao longo do tempo, várias instituições e pesquisadores vêm mostrando em seus trabalhos o que se entende como saúde mental, definido pela OMS em 2022:

Saúde mental é um estado de bem-estar mental que permite que as pessoas lidem com o estresse da vida, percebam suas habilidades, aprendam bem e trabalhem bem, e contribuam para sua comunidade. É um componente integral da saúde e bem-estar que sustenta nossas habilidades individuais e coletivas de tomar decisões, construir relacionamentos e moldar o mundo em que vivemos. Saúde mental é um direito humano básico. E é crucial para o desenvolvimento pessoal, comunitário e socioeconômico (OMS, 2022, n.p.).

Esse conceito da OMS destaca que, mesmo diante dos desafios, uma pessoa é capaz de lidar com as situações de forma equilibrada. O estudo sobre as percepções dos estudantes de licenciatura em ciências biológicas sobre saúde mental visa propor uma abordagem pedagógica para entender como as patologias mentais interferem na dinâmica do processo de ensino e aprendizagem, evidenciando sua importante compreensão no contexto acadêmico e docente.

De modo amplo, os pesquisadores brasileiros Naomar de Almeida Filho, Maria Thereza Ávila Coelho e Maria Fernanda Peres (1999) definem que:

[...] a saúde mental significa um *socius* saudável; ela implica emprego, satisfação no trabalho, vida cotidiana significativa, participação social, lazer, qualidade das redes sociais, equidade, enfim, qualidade de vida. Por mais que se decreta o fim das utopias

e a crise dos valores, não se pode escapar: o conceito de saúde mental vincula-se a uma pauta emancipatória do sujeito, de natureza inapelavelmente política (Filho; Coelho; Peres, 1999, p.123).

Comungamos com a definição dos autores, pois entendemos que ter saúde mental abrange diversas áreas da vida humana e ocorre a partir de uma qualidade de vida que não é conquistada de modo individual, mas, coletivo. Isso se dá quando compreendemos a saúde mental como um direito garantido por leis, sendo uma necessidade vital e de caráter emancipatório do sujeito.

É importante nos atentarmos que o direito à saúde é assegurado pela Constituição Federal de 1988 conhecida como Constituição cidadã. Assim, podemos observar os artigos de número 196 e 197 que afirmam esse compromisso:

Art. 196. A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação (Brasil, 1988, Art.196).

Art. 197. São de relevância pública as ações e serviços de saúde, cabendo ao Poder Público dispor, nos termos da lei, sobre sua regulamentação, fiscalização e controle, devendo sua execução ser feita diretamente ou através de terceiros e, também, por pessoa física ou jurídica de direito privado (Brasil, 1988, Art.197).

Esses artigos da Constituição Federal deixam claro o papel do Estado na promoção da saúde da sociedade, evidenciando que é um direito de todos. Por isso, é fundamental que a sociedade compreenda esse tema, pois, a partir desse entendimento, nos posicionamos social e politicamente para buscar e lutar por uma melhor qualidade de vida, prezando por todos os aspectos relacionados à saúde.

2.2 Saúde mental no ambiente universitário

O estudante que inicia a graduação se depara com um ambiente novo e desconhecido, o que pode ser intimidador em alguns casos, assim como ocorre com os docentes em suas respectivas experiências. O ingresso no ensino superior envolve uma série de transformações, comparáveis à transição da adolescência para a vida adulta. (Ariño; Bardagi, 2018; Aosani, 2020; Santos et al., 2022; Evangelista; Mondoni, 2023).

Essas mudanças incluem a troca de localidade, o afastamento do círculo social e familiar, além da necessidade de adaptação a novos grupos, ambientes e conhecimentos. Nesse cenário, as transformações podem impactar a saúde mental, gerando sentimentos de angústia e sofrimento.

Perez, Brun e Rodrigues (2019) apontam que:

A formação de nível superior também é percebida como um momento de transição entre a vida estudantil e a vida profissional, o que coincide com sentimentos de insegurança e sentimento de incerteza sobre o futuro. Nem sempre o aluno encontra apoio em suas redes, sejam elas familiares, sociais ou até mesmo entre os colegas na universidade. Não dar conta das demandas impostas e não suportar a pressão do contexto são fatores entendidos como fraqueza e, de certo modo, como uma inabilidade para a carreira acadêmica (Perez; Brun, Rodrigues, 2019 p. 363).

Quem já vivenciou a graduação entende o impacto que a intensa carga de estudos pode ter tanto no corpo quanto na mente, aspectos que estão profundamente interligados no processo de aprendizagem do aluno. No contexto acadêmico, esses fatores podem comprometer tanto a qualidade da formação profissional quanto a continuidade dos estudos, uma vez que o sofrimento psicológico pode dificultar a permanência no curso. (Santos et al., 2022; Evangelista; Mondoni, 2023).

Segundo Aosani (2022), no contexto acadêmico, o estudante enfrenta mudanças decorrentes da adaptação à universidade, que possui suas próprias regras e oferece maior liberdade. Ele assume a responsabilidade pelo próprio aprendizado, antes mais orientado pela escola, desenvolvendo estratégias de estudo e gestão de tempo para equilibrar atividades de estudo, lazer, família, amigos e outras demandas, o que exige definir prioridades.

Além disso, aspectos como morar longe de casa pela primeira vez, lidar com exames e prazos, a pressão por obter sucesso, incertezas sobre o mercado de trabalho, continuidade dos estudos e eventuais dificuldades financeiras podem impactá-lo emocionalmente de diversas formas. O ambiente universitário, competitivo e exigente, pode tornar-se hostil, especialmente para aqueles que moram longe da família ou enfrentam pressões internas.

A autora e psicóloga universitária Oikawa (2019) também descreve os contextos que favorecem o adoecimento psíquico de universitários. Conforme a literatura, o sofrimento psicológico pode ser provocado por fatores econômicos, sociais e pessoais, levando a cenários de ansiedade, estresse e depressão. A depressão, em casos graves, pode incluir sintomas de ideações e tentativas de suicídio. Desta forma é preciso conhecer tantos os transtornos mentais comuns no ambiente universitário, como as formas de prevenir e/ou mitigar os agravos relacionados ao adoecimento psicológico.

Dentre os principais fatores envolvidos neste processo podemos citar os relatados por Gomez *et al.* (2021) como:

pressão excessiva, elevado nível de exigência imposta sobre si próprio e pela sociedade, sobrecarga de assuntos, pouco tempo para o lazer, competitividade entre colegas, excesso de tarefas acadêmicas, desmotivação para os estudos, a carreira escolhida, a existência de conflitos com colegas e professores, a apresentação de trabalhos, dificuldades na aquisição de materiais e livros, períodos de transição

marcantes como a entrada na universidade e o período anterior à formatura, mudanças de ambiente e adaptações ao mundo acadêmico (Gomez et al., 2021, p. 9).

É notório o quão múltiplos fatores podem prejudicar a vida acadêmica dos universitários e o alto índice de estudantes que têm ou já tiveram algum transtorno de saúde mental, contudo muitos não buscam ajuda ou desconhecem dos serviços disponibilizados pela instituição acadêmica, o que dificulta ainda mais no processo de melhoria deste cenário.

Destarte, as intervenções e apoio psicológico ao estudante universitário são indispensáveis como relatado por Gomes et al. (2021). O psicólogo tem papel essencial no contexto acadêmico, auxiliando os estudantes a enfrentarem situações de angústia e sofrimento, o que contribui para a preservação da saúde mental deles. O profissional adota estratégias preventivas e de promoção da saúde mental para favorecer o desenvolvimento dos acadêmicos. Ele orienta os estudantes a resolverem suas questões frente aos fatores de estresse, ajudando-os a organizar os estudos e desenvolver autonomia no aprendizado e na gestão de suas carreiras.

Para isso, o psicólogo escolhe abordagens adequadas às demandas do corpo discente, colaborando com a política estudantil, equipe pedagógica e professores na criação de palestras, campanhas e estratégias que promovam um ambiente acadêmico mais leve. Por meio da psicoeducação, o psicólogo capacita os estudantes a lidarem com frustrações, reduzindo fatores estressores, dentro do amplo campo de atuação que ele pode ter.

De modo semelhante, Barros e Peixoto (2022), acreditam ser importante cultivar os vínculos sociais para a saúde mental estudantil, sendo necessárias intervenções que visem a criação de laços dentro e fora de sala de aula, fornecendo ao estudante apoio, identificação e pertencimento. Além disso, sugere a formulação de programas de treinamento e desenvolvimento para docentes e demais corpo técnico, voltados à sensibilização e capacitação para lidar com as demandas dos estudantes universitários.

2.3 Saúde mental e formação de professores

O processo construtivo de se tornar professor é moldado pelas experiências que ele vivencia desde o seu processo formativo. Por isso, formar professores que sejam abertos aos debates sobre saúde mental deve ser um dos objetivos das instituições de ensino. É necessário almejar que seja estimulado formar docentes que se importem com seus alunos e não sejam promotores de problemas psicológicos, seja por falta de conhecimento, preconceito ou mero descaso sobre a temática. Como é ressaltado por Vieira (2022):

É preciso que se tenha no currículo da formação de professores medidas cabíveis para se pensar em um ensino preocupado em formar professores conscientes com a promoção de saúde e que considerem o contexto a qual estão inseridos e promovam mudanças sensíveis às questões humanitárias. É notório para os alunos de graduação em licenciatura trabalhem essa perspectiva em sala de aula, eles devem experimentar tais debates durante sua formação não almejando assumir o papel de um psicólogo, [sic] porque vai além da sua atribuição, mas se abrindo tanto para uma escuta acolhedora como inserindo a temática na sala de aula criando um espaço para discussão (Vieira, 2022, p. 17).

Entendemos que, dentre os modelos de professores relatados na literatura, o mais próximo do ideal seria o do intelectual crítico, visto que professores tecnicistas, que veem o conhecimento científico como uma verdade absoluta, ou reflexivos, que embora reflitam sobre a própria prática o fazem de forma superficial, não são suficientes para atender ao perfil docente adequado (Vieira, 2022).

Reconhecemos como professor do tipo intelectual crítico, aquele(a) que adota uma postura crítica e que reflete sobre sua própria prática, mas também leva em consideração o contexto em que atua. Vieira (2022) compreende que uma mesma aula pode gerar resultados distintos quando ministrada em um bairro de classe alta ou em uma comunidade da periferia.

Essa diferença não está relacionada à capacidade intelectual dos alunos, mas ao fato de que o que é relevante em um contexto pode ter um significado diferente em outro. Ele reconhece que o capital cultural dos envolvidos varia e que isso influencia diretamente a aprendizagem. Esse professor crítico se vê como um agente de transformação social e, por isso, questiona por que está ensinando aquele conteúdo, aquela disciplina, para aqueles estudantes, e de que forma isso se adequa à realidade daquela comunidade (Ferreira; Kasseboehmer, 2012, *apud* Toledo *et al.*, 2020).

Para além da atuação humanizada, inicialmente esse professor precisa se ver enquanto ser humano que também possui sensibilidades e necessidades:

[...] afinal quão longe poderemos ir humanizando os conteúdos enquanto preterimos o Ser Docente? Como seremos capazes de olhar com compaixão para os indivíduos nos distintos contextos se não conseguimos nos olhar como Seres Humanos? Como perceber nossos discentes como pessoas que sentem, que têm necessidades e que têm limites se não conseguimos ter esse olhar diante do espelho? Podemos formar intelectuais críticos, mas se antes de olharmos para o outro não formos capazes de olharmos para nós mesmos, corremos o risco de nos tornarmos mentalmente tão debilitados que, diante das agruras da prática diária, venhamos a adoecer [...] (Toledo; Coutinho, 2020, p. 195)

Essa humanização é basilar no processo de ensino e aprendizagem e deve ser incluída no movimento formativo. Ademais é importante salientar que a Base Nacional Comum Curricular, nas competências gerais da educação básica é descrito a valoração da saúde mental: “Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na

diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas” (Brasil, 2018, p.10).

Ao examinar essas diretrizes, compreende-se a importância do docente não apenas considerar a saúde mental como um direito humano assegurado pela Constituição, mas também abordá-la como uma competência fundamental no âmbito da educação básica. Essa abordagem integra a formação integral dos estudantes e contribui para a promoção do bem-estar emocional e cognitivo, aspectos essenciais para o desenvolvimento pleno e o sucesso acadêmico.

Podemos confirmar a importância da saúde mental na qualidade do processo de ensino e aprendizagem na pesquisa realizada por Evangelista e Mondoni (2023) com a finalidade de avaliar a influência da saúde mental na qualidade do processo de ensino-aprendizagem dos estudantes do curso de licenciatura em Ciências Biológicas do Instituto Federal do Espírito Santo. Observamos que a saúde mental exerce um papel fundamental na sociedade moderna e no ambiente acadêmico, com efeitos diretos no bem-estar e desempenho individual. A pesquisa afirma ser urgente discutir e refletir sobre saúde mental de modo abrangente, levando em conta os aspectos sociais e culturais, para que os alunos alcancem seu pleno potencial cognitivo e emocional.

Entende-se que essa abordagem é vital no contexto acadêmico e escolar, podendo exercer uma forte influência no desenvolvimento emocional, psicológico e cognitivo dos estudantes. A pesquisa ainda reforça a importância da promoção da saúde mental: “Portanto, a promoção da saúde mental deve ser incorporada nos processos de ensino e aprendizagem, defendendo que o bem-estar emocional dos alunos é essencial para o sucesso acadêmico.” (Evangelista, Mondoni, 2023, p. 26) Isso nos leva a refletir que a promoção da saúde mental não deve ser percebida e tratada como algo à parte, mas, sim, em consonância com o processo construtivo de ensino.

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

A metodologia adotada visou coletar dados qualitativos, com o objetivo de analisar as percepções de discentes do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas de uma Universidade Estadual da Bahia acerca da saúde mental e seus impactos na formação docente. Esse enfoque possibilita a elucidação das origens e dos significados dos fenômenos observados. A pesquisa foi fundamentada na definição de pesquisa qualitativa apresentada por Minayo (2014, p. 57).

O método qualitativo é o que se aplica ao estudo da história, das relações, das representações, das crenças, das percepções e das opiniões, produtos das interpretações que os humanos fazem a respeito de como vivem, constroem seus artefatos e a si mesmo, sentem e pensam (Minayo, 2014, p. 57).

3.1 Público-alvo

A presente pesquisa foi realizada em uma Universidade Pública Estadual da Bahia, tendo como público-alvo os alunos dos últimos períodos do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do campus. Foram distribuídos 20 questionários de modo presencial, sendo 10 do turno diurno e 10 do noturno, com o objetivo de representar diferentes perspectivas e obter o maior percentual de participantes. A escolha desses licenciandos se justifica pelo fato de estarem próximos da conclusão da graduação, o que significa que já vivenciaram a maior parte dos componentes curriculares e experiências acadêmicas.

Para a análise, obtivemos 17 respostas dos 20 questionários sobre a percepção de saúde mental, entregues aos alunos de Licenciatura em Ciências Biológicas. Para garantir o anonimato, esses alunos foram identificados com os códigos L1, L2, L3, Ln..., em que “L” representa “Licenciando”. Antes de responderem, todos os participantes concordaram em realizar a pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual foram informados sobre a utilização dos resultados.

3.2 Instrumento de coleta/geração de dados

Inicialmente, realizamos um diagnóstico por meio de um questionário semiestruturado com oito questões, entregue em papel impresso, visando uma maior taxa de resposta e evitando distrações que pudessem interferir na escrita. Os participantes foram solicitados a descrever e selecionar a opção que melhor refletia sua opinião, facilitando o tratamento e a análise das informações. Assim, foi possível obter as percepções dos alunos sobre sua saúde mental e seus

impactos no processo de formação docente. É importante salientar que o questionário não teve a finalidade de fornecer diagnósticos clínicos para transtornos psico-neurais ou suas variações, sendo essa responsabilidade exclusiva dos profissionais de saúde das áreas de psicologia e/ou psiquiatria. Esta ferramenta foi utilizada com um objetivo pedagógico, conduzindo a pesquisa no ambiente universitário para embasar a criação de propostas de intervenção educacional.

3.3 Análise de dados

A segunda etapa consistiu na análise dos dados coletados, utilizando a metodologia de análise de conteúdo proposta por Bardin. Conforme definido por Bardin (1997), essa metodologia busca sistematizar e descrever o conteúdo das comunicações, permitindo a interpretação objetiva e detalhada dos dados qualitativos.

É um método muito empírico, dependente, do tipo de «fala» a que se dedica e do tipo de interpretação que se pretende como objectivo. Não existe o pronto-a-vestir em análise de conteúdo, mas somente algumas regras de base, por vezes dificilmente transponíveis. A técnica de análise de conteúdo adequada ao domínio e ao objectivo pretendidos, tem que ser reinventada a cada momento, excepto para usos simples e generalizados, como é o caso do escrutínio próximo da descodificação e de respostas a perguntas abertas de questionários cujo conteúdo é avaliado rapidamente por temas (Bardin, 1977, p. 30-31.)

Esta abordagem implica em várias etapas, incluindo transcrição das entrevistas, pré-análise para familiarização com o conteúdo, codificação para identificar unidades de significado, categorização para agrupar essas unidades em categorias mais amplas, análise temática para identificar temas recorrentes, interpretação dos resultados em relação aos objetivos do estudo e, finalmente, apresentação dos resultados de forma clara e organizada. Desta maneira objetivamos analisar as reflexões dos sujeitos de modo a levar em conta o contexto a qual estão inseridos, de modo a representar as percepções sobre saúde mental dos alunos e seus impactos no processo de formativo.

4 - RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da análise do questionário semiestruturado, os resultados serão apresentados e discutidos cinco categorias principais: (1) Perfil dos(as) licenciandos(as) participantes da pesquisa; (2) Compreensão e percepção sobre saúde mental, (3) Desafios relacionados à saúde mental, (4) Formação do licenciando em saúde mental, e (5) Perspectivas dos discentes de Biologia para a promoção da saúde. Inicialmente, os entrevistados preencheram um quadro destinado à análise do perfil dos estudantes. A partir desse levantamento, obteve-se o seguinte resultado (tabela 1)

Tabela 1: Dados dos questionários analisados.

Itens	Categorias	N (%)
Gênero	F	82,35
	M	17,65
Cor/Etnia	Parda	47,06
	Preta	41,18
	Branca	11,76
Idade	18-28	88,24
	29-37	5,88
	37 ou mais	5,88
Estado Civil	Solteiro(a)	82,35
	Casado(a)	17,65

Fonte: Elaborado pelo autor (2024).

Dentre os dados apresentados sobre o perfil dos licenciandos, um dos que mais chama a atenção é que 88,24% possui faixa etária entre 18 e 28 anos, ou seja, são jovens. Isso destaca a importância de nos preocuparmos com a compreensão da saúde mental desses alunos e também de motivá-los a permanecer na docência. O cenário atual da procura por cursos de licenciatura não é favorável, conforme discutido no trabalho de Ferreira e Paschoalino (2019), há uma redução da escolha pela carreira docente entre os mais jovens.

Além da baixa remuneração e das condições deficitárias de infraestrutura, sobretudo no ensino público, ser professor implica lidar com o complexo e desafiador processo de formar novas gerações. É fundamental construir relações efetivas com o outro, visando uma formação que vá além de uma simples capacitação mercadológica, com caráter unilateral, e que forme sujeitos capazes de abrir novos espaços para a morada da ética, da política, da diversidade e da generosidade.

Outro dado extremamente importante é que 82,35% dos participantes da pesquisa são do gênero feminino, o que reforça a prevalência das mulheres como maioria nos cursos de licenciatura. Apesar de ser uma conquista histórica a ocupação desses espaços, estudos como o de Oikawa (2019) evidenciam que é o público que mais procura apoio psicológico durante a graduação, o que tem se estendido para a prática profissional, onde muitas professoras têm adoecido por se sentirem sobrecarregadas, cobradas e desvalorizadas devido aos baixos salários, gestões autoritárias e à necessidade de conciliar as exigências domésticas e da maternidade, como relata Muniz e Brito (2021, p. 3).

Compreendemos que a docência majoritariamente feminina é pautada em uma história de lutas, resistências a desvalorização da profissão, retiradas de direitos, sobrecargas de trabalho e demandas que interferem na vida das professoras. Por vezes, estas profissionais vivenciam o adoecimento, a falta de amparo e investimento em políticas públicas que busquem melhorias em sua rotina exaustiva. Neste sentido, tencionar tais questões, pode ser visto como um meio de anunciar, denunciar, resistir e construir uma agenda de demandas de lutas presentes-futuras na-com-por-pela profissão docente majoritariamente composta por mulheres (Muniz; Brito, 2021, p. 3).

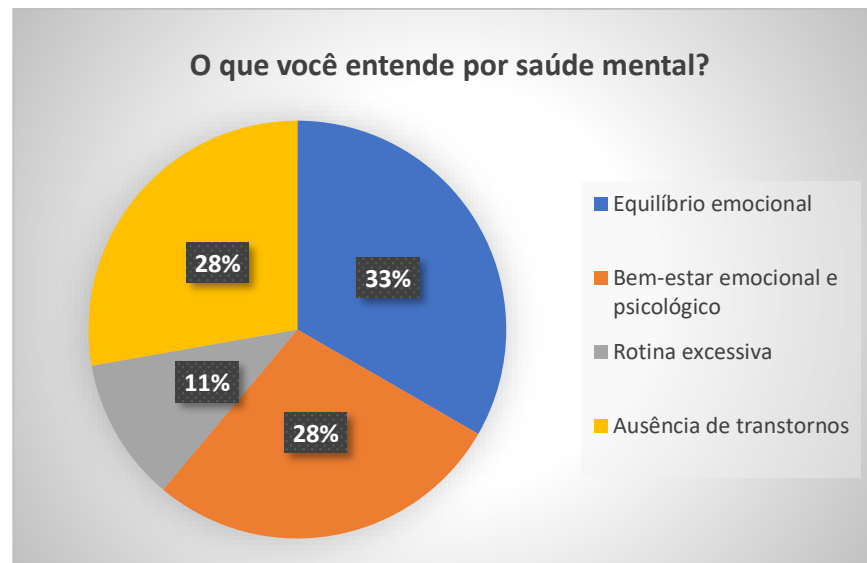
Portanto, a atenção e o apoio para este público são inerentes e devem ser percebidos e atendidos na universidade, levando em conta esses contextos e realidades e atuando de maneira prévia nas aflições e demandas das futuras professoras.

4.2 Compreensão e percepção sobre saúde mental

Nesta primeira categoria estão incluídas as perguntas 1 e 3 que visaram entender como os alunos concebem a saúde mental, bem como os possíveis preconceitos associados ao tema. A primeira pergunta foi: “*O que você entende por saúde mental?*”.

Dados da figura 1 revelam que 33% dos entrevistados entendem que a saúde mental está relacionada ao contexto do equilíbrio emocional, sendo este um aspecto também definido por pesquisadores e OMS (2022). Contudo, não se restringe apenas a um equilíbrio mental. 28% acreditam ser ausência de transtornos, e outros 28% equilíbrio e bem-estar. Esses três principais conceitos definidos pelos discentes compõem a definição de saúde mental, não apenas um ou outro, além de incluir aspectos como saber lidar com os desafios e contribuir em sua comunidade. OMS (2023).

Figura 1: Percepção dos discentes acerca da definição de Saúde Mental.



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

A partir da análise foi possível perceber algumas expressões que aparecem na maioria das definições dadas pelos licenciandos, “*Bem-estar emocional e psicológico*” e “*Equilíbrio*”. Como demonstram os trechos abaixo:

Ter saúde mental é ter **equilíbrio emocional**, saber lidar com as situações do cotidiano de forma saudável, dentre outros aspectos mais profundos que abrangem o autoconhecimento (L6, **grifo nosso**).

Seriam um conjunto de ações e reações que geram um **equilíbrio** e um **bem-estar** na parte mental de cada pessoa (L9, **grifo nosso**).

Acredito que a saúde mental está associada com o **bem-estar da pessoa**, de uma forma que ela possa desenvolver suas atividades do dia a dia sem ter “problemas” que os afetem, prejudicando seu estado emocional (L10, **grifo nosso**).

Acredito que saúde mental se refere a um **bem-estar emocional e psicológico**, estando ligada à **capacidade de administrar e lidar com as emoções e demandas em geral** (L11, **grifo nosso**).

Saúde mental para mim é o estado geral de **bem-estar psicológico e emocional** que aquela pessoa se encontra, se a pessoa tem **equilíbrio emocional** se aquela pessoa lida bem com estresses, adversidades do cotidiano, acredito que tudo isso é saúde mental (L14, **grifo nosso**).

Esses relatos mostram inicialmente que a maioria dos alunos compreendem, mesmo que de maneira incipiente o significado de saúde mental, e suas definições se aproxima muito com o que é definido pela OMS (2022) e pelos pesquisadores Filho et al. (1999) em que a saúde

mental é um estado de bem-estar em que o indivíduo consegue realizar suas atividades de maneira plena, podendo contribuir em sua comunidade.

Contudo, os licenciandos L15 e L16 relatam que:

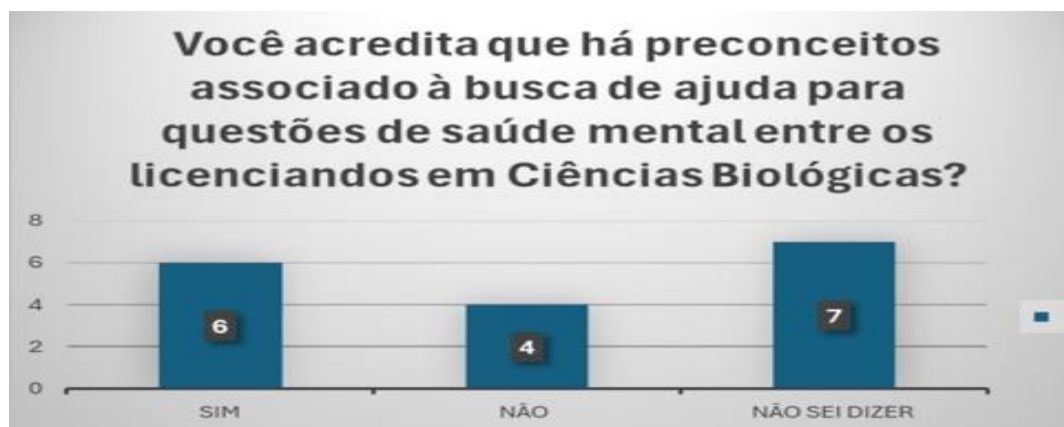
Acredito que saúde mental [...] **é algo que não consigo descrever** (L15, grifo nosso).

Minha compreensão atual na verdade veio se ampliar e se fundamentar melhor agora mesmo, pois antes imaginava que estava doente, porém hoje sei que não é apenas isso e que a **saúde mental não acontece de uma hora para outra. E que é custoso permanecer com essa saúde mental** (L16, grifo nosso).

A declaração do L15 evidencia que mesmo estando no final da graduação e se tratar de um tema que foi amplamente difundido nos últimos tempos, ainda se faz necessário abordar a temática, pois faltou repertório para se conceituar sobre saúde mental. Em seguida, o L16 ressalta que seu entendimento sobre saúde mental é recente e salienta que é custoso permanecer com saúde mental. Acreditamos não se tratar de custos financeiros, mas de manter sempre o equilíbrio da mente, devido a tantos fatores que desestabilizam o indivíduo. O que deixa evidente o quanto é fundamental que neste período formativo o estudante seja assistido pelas fontes de apoio disponíveis na universidade.

A segunda indagação (Figura 2) desta categoria questiona: *“Você acredita que há preconceitos associados à busca de ajuda para questões de saúde mental entre os licenciandos em Ciências Biológicas”? Sim, Não, Não sei dizer, Justifique.*

Figura 2: Percepções sobre preconceitos na busca de ajuda para Saúde Mental.



Fonte: Dados da Pesquisa (2024).

Observamos que inicialmente a maioria das respostas (7) não consegue-dizer se há ou não preconceitos associados à busca por ajuda para questões de saúde mental entre os licenciandos, seguido de (6) que acreditam existir preconceitos e (4) que dizem não reconhecer preconceitos sobre o tema (Figura 2). Os alunos que responderam “Não sei dizer” foram: L3,

L4, L5, L6, L7, L9, L15, os respondentes L3, L4 e L9 não justificaram suas respostas, contudo, quando vemos os relatos L7 e L5 eles acreditam que não exista preconceito entre os licenciandos em relação à busca de ajuda psicológica. No entanto, não quiseram afirmar isso devido ao pouco contato com outros colegas do curso, o que os limita em uma visão mais holística sobre a existência de tais preconceitos:

*NÃO SEI DIZER. Já vi muitos colegas precisarem de ajuda e procurarem sem nenhum problema, já incentivei muitos deles e também fui muito incentivada a procurar ajuda muitas vezes, mas **como meu círculo social na universidade é um pouco limitado, acredito que nem todos tenham essa facilidade** (L7, grifo nosso).*

*NÃO SEI DIZER. Na maioria dos casos em que converso com outros discentes do curso eles apresentam suas dificuldades psicológicas e seus problemas na manutenção da saúde mental sem nenhum receio [...] **Mas como não tenho muito contato com várias pessoas, não sei dizer ao certo se há um preconceito, pois socialmente é bastante presente** (L5, grifo nosso).*

A justificativa apresentada por L7 e L5 é o baixo vínculo com os outros colegas de curso, o que poderia ser atenuado, se fossem criadas as redes de apoio coletivo, com espaços de trocas de experiências aos quais os alunos pudessem compartilhar expectativas, medos, problemas e dificuldades, como defendido por Aosani (2020).

Já ao analisarmos L6 e L15, percebemos que eles também não acreditam que exista preconceito sobre a temática na universidade. Todavia, acreditam que muitos não buscam ajuda por vergonha dos familiares ou pela falta de recursos financeiros para arcar com os custos:

NÃO SEI DIZER. Acredito que por parte do corpo docente e colegas há um esclarecimento maior sobre saúde mental, mas alguns têm vergonha ou até medo do preconceito por parte da família, medo de precisar de medicação, ou outras questões (L6).

*NÃO SEI DIZER. Nunca vi preconceitos relacionados a isso. Na verdade, sempre escuto colegas comentando abertamente sobre as suas necessidades. **O que percebo é que muitos não buscam ajuda por falta de recursos financeiros para bancar** (L15, grifo nosso).*

O L15 reflete sobre os problemas de cunho financeiro, como entrave pela busca de ajuda profissional psicológica, como de fato acontece, pois muitos discentes vivem apenas de auxílios estudantes, que muitas vezes não chegam a todos. Um estudo da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), revelou que mais de 80% dos alunos enfrentam dificuldades emocionais, frequentemente exacerbadas por questões financeiras e pela pressão acadêmica, o que reforça a necessidade de políticas institucionais que ofereçam atendimento psicológico gratuito. Além disso, Ariño e Badargi (2018) destacam que as pressões financeiras afetam diretamente a autoeficácia e o bem-estar acadêmico. Alunos com pouca confiança em sua capacidade para enfrentar os desafios universitários tendem a ter maiores níveis de ansiedade e estresse, o que pode ser agravado pela necessidade de conciliar estudos com trabalho para

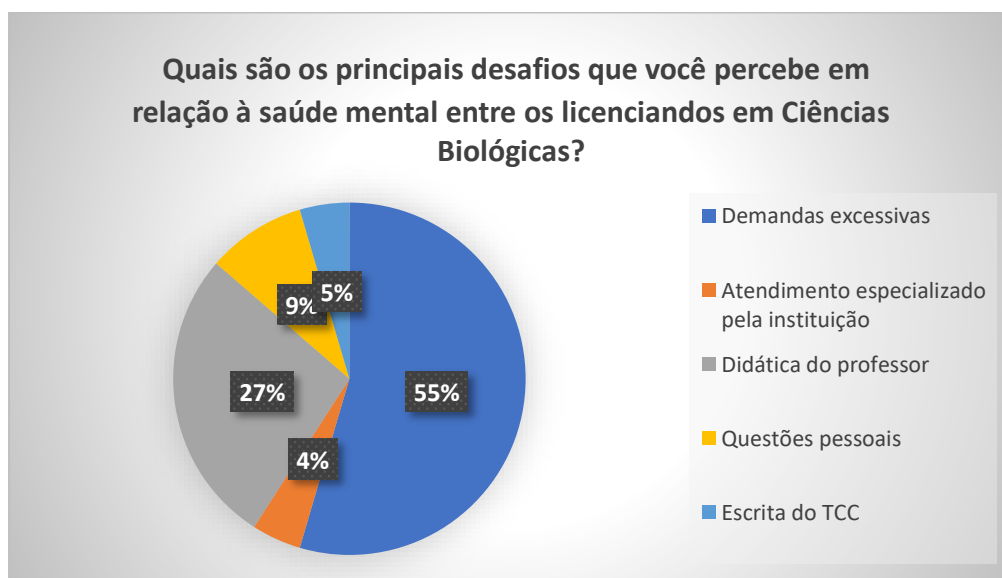
sustentar-se. Estes fatores podem minar a experiência acadêmica e dificultar a adaptação e o sucesso na formação superior.

4.3 Desafios relacionados à saúde mental

Nesta segunda categoria refletimos a partir da questão 2 que teve o objetivo de analisar as dificuldades específicas mais latentes dos estudantes, que podem impactar seu bem-estar psicológico. Fazemos o seguinte questionamento: “*Quais são os principais desafios que você percebe em relação à saúde mental entre os licenciandos em Ciências Biológicas?*”

Conforme apresentado na figura 3, 55% dos licenciandos acreditam que as demandas excessivas são os principais desafios, seguidos de 27% a didática do professor(a), 9% as questões pessoais, seguidos de 5% escrita de TCC e 4% atendimento psicológico especializado pela instituição.

Figura 3: Principais desafios percebidos entre os licenciandos.



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Nas respostas, o que mais aparece são as “altas demandas”, em que os alunos relatam a dificuldade de conciliar as numerosas atividades solicitadas pelos professores com suas tarefas pessoais. Muitos, inclusive, sentem que alguns professores não compreendem o lado dos alunos. Outro ponto destacado é a “mudança das metodologias”; acreditam que muitos professores insistem em modelos tradicionais no processo de ensino-aprendizagem, o que não contribui para a descomplexidade e o dinamismo de que o processo formativo necessita. Por isso, a

reflexão dos licenciandos em torno desses desafios levou ao estabelecimento de 3 subcategorias, quais sejam: *i Altas cobranças e demandas; ii Sensibilidade docente, iii A prática docente e as metodologias alternativas.*

(i) Altas cobranças e demandas: No âmbito desta primeira subcategoria situam-se as reflexões dos seguintes respondentes L3, L4, L7, L8, L9, L11, L14 e L15:

Acredito que **um dos principais desafios seja** compreender o ambiente acadêmico, como ele funciona para **acompanhar os ritmos e as demandas** que surgem ao longo dos semestres (L3, **grifo nosso**).

Acredito que estejam muito relacionadas **às demandas da faculdade** (L4, **grifo nosso**).

Os **principais desafios são as demandas do curso**, que muitas vezes sobrecarregam muito e a falta de compreensão de alguns docentes quanto às necessidades distintas de cada estudante (L7, **grifo nosso**).

A **demandas no curso de ciências biológicas é muito grande**. Muitas vezes não sobra tempo para qualquer descanso, porque o que é priorizado, querendo ou não, são as notas [...]. Juntando isso **às demandas e cobranças, é complicado se manter saudável mentalmente** (L9, **grifo nosso**).

Acho que os principais **desafios estão relacionados às demandas do curso em si**: a necessidade de estar produtivo o tempo inteiro e de dar conta de diversas atividades diferentes ao mesmo tempo [...]. Outro desafio é em **relação a alguns professores que não parecem ter noção de que os alunos são humanos**. Esses professores acabam tendo ações e falas que têm um impacto negativo na nossa saúde mental (L11, **grifo nosso**).

Observamos que o principal desafio para se manter mentalmente saudável, relatado pelos sujeitos, está relacionado às altas demandas da vida acadêmica, em que é difícil acompanhar o ritmo, conciliar com a vida pessoal e ter tempo para descansar, como menciona o respondente L9. Já o respondente L11 destaca também a “necessidade” de estar produtivo a todo momento, o que reforça um discurso difundido na sociedade capitalista, que valoriza excessivamente a produtividade, em que é preciso “dar conta de tudo” independentemente de qualquer circunstância. Como relatado por Perez; Brun; Rodrigues (2019):

Atualmente há uma maior pressão por resultados, quantifica-se o trabalho como nunca na história visto. Em relação ao contexto universitário há uma ideia de que a qualificação vai garantir melhores condições de trabalho e que a vida intelectual não estará suscetível à precarização do trabalho, o que de fato não acontece (Perez; Brun; Rodrigues, 2019, p. 8).

Santos et al. (2022) ao evidenciar os aspectos relacionados aos transtornos mentais dos estudantes de licenciaturas de Química e Ciências Biológicas da Universidade Estadual de Alagoas, constataram que, muitas vezes, esses estudantes têm seu quadro clínico agravado com a alta demanda que a rotina universitária exige, e salienta a necessidade de conhecer a saúde

mental dos discentes e qual o prejuízo disso em seu processo formativo, visto que estes sujeitos serão agentes de transformação social.

Além disso, os licenciandos salientam que, por parte de alguns docentes, falta uma humanização da prática, como se esquecessem que o discente também é humano. Por isso, devemos formar professores intelectualmente críticos, definidos por Toledo (2020) como aqueles que se preocupam não apenas com conteúdos técnicos, mas também com a humanização na prática docente.

(ii) Sensibilidade docente: Nesta segunda subcategoria vemos os seguintes relatos (L1) (L6) (L16) e (L17):

Os principais desafios acredito que são na maioria iguais para todos, embora sejam levados de formas diferentes. Como por exemplo [...] **a incompreensão de alguns professores**. (L16, grifo nosso)

É comum durante a graduação passarmos por estresses, mas algumas situações provocam traumas que poderiam ser evitadas. Principalmente entre os alunos do noturno, em que alguns precisam conciliar trabalho e família com os estudos, enfrentam desafios maiores e **ao desabafarmos nossa situação pessoal com o corpo docente, parece que estamos nos vitimizand**o. (L6, grifo nosso)

São muitos desafios que nós alunos de biologia enfrentamos, que muitas das vezes abalam psicologicamente nossa vida, uns desses desafios são: **falta de compreensão de alguns professores, falta de empatia e respeito com a limitação de aprendizado, pois ninguém aprende ao mesmo tempo**, temos uma vida fora da universidade “ambas vezes conflitantes” [...] A cobrança com muitos trabalhos dos professores, então isso tudo gera uma pressão psicológica de sobrecarga, com impotência, com ansiedade, e muita das vezes crises de pânico com depressão. (L17, grifo nosso)

Ao analisarmos as falas dos entrevistados L16, L17 e L6, observamos em comum que um dos desafios para o bem-estar mental é a falta de sensibilidade e humanização por parte de alguns professores universitários, que não responde de maneira positiva às necessidades apresentadas pelos (as) alunos(as) ou tentar minimizar e descredibilizar as fragilidades e dificuldades expostas, como afirma L6. Já segundo L17, tem faltado empatia e respeito às limitações de aprendizado que muitos discentes possuem. Dessa maneira, urge a necessidade de trabalhar o processo de escuta no ambiente formativo. Como defendido por Freire (2011), a escuta é:

[...] a disponibilidade permanente por parte do sujeito que escuta para a abertura à fala do outro, ao gesto do outro, às diferenças do outro. Isso não quer dizer, evidentemente, que escutar exija de quem realmente escuta sua redução ao outro que fala. [...] Pelo contrário, é escutando bem que me preparo para melhor me colocar ou melhor me situar do ponto de vista das ideias. Como sujeito que se dá ao discurso do outro, sem preconceitos (Freire, 2011, p. 61).

Assim, compreendemos que a escuta é um dos primeiros passos para que o educador possa construir, no ambiente acadêmico, um espaço aberto a diálogos democráticos e respeitosos, contribuindo para o bem-estar de seus educandos.

Por último vemos que na descrição do L1 é trazido um aspecto diferente dos demais:

A falta de um bom apoio especializado oferecido pelo campus, além da falta de compreensão e humanidade por parte do corpo docente, que por vezes trata com descaso a situação psicológica dos discentes (L1, **grifo nosso**).

Podemos entender, a partir dessa reflexão, que o respondente L1 faz uma crítica ao nível do apoio especializado oferecido pela instituição, mas não deixa clara a lacuna ou deficiência percebida pelo(a) estudante.

Por isso, é essencial que os núcleos de apoio psicológico, em parceria com a universidade, realizem pesquisas por meio de questionários e entrevistas para entender melhor como atender às demandas que os(as) alunos(as) sentem não serem supridas em relação ao apoio especializado. Isso contribuirá na clareza das ações do núcleo para prevenir adoecimentos e promover saúde, como relata Aosani (2020).

(iii) Didática: Nesta 3 subcategoria refletimos sobre as respostas dos licenciandos L5, L2, e L6

Um dos principais desafios são os próprios docentes do curso que muitas vezes não compreendem o estado atual dos alunos e não procuram modificar suas atitudes, atividades e metodologias para que esses alunos com problemas possam não ser excluídos e realizem as atividades. [...] É importante ainda lembrar da pressão psicológica em relação a completar a escrita do TCC enquanto se realiza diversos estágios de regência, o que causa diversos problemas (L5, **grifo nosso**).

Pelo fato do meu curso de licenciatura ser noturno e durante o dia ter outras obrigações, torna o tempo mais escasso para os estudos. [...] em outros casos **a didática do docente que não favorece o aprendizado**. Todo esse conjunto proporciona desafios para a saúde mental dos licenciandos em ciências biológicas (L2, **grifo nosso**).

Na verdade **queremos coerência na avaliação e metodologias aplicadas em aula** (L6, **grifo nosso**).

Ao analisarmos a descrição dos principais desafios pelo respondente (L5), observamos que ele aponta a prática dos docentes do curso como um problema, destacando que muitos professores não apenas deixam de compreender o cenário atual dos discentes, mas também não buscam diversificar as metodologias para transmitir e realizar as atividades acadêmicas. Sabe-se que aderir a novas formas de construção conhecimento não é uma tarefa simples, exige inicialmente reflexão da própria prática, e adoção de estratégias alternativas, o que pode resultar

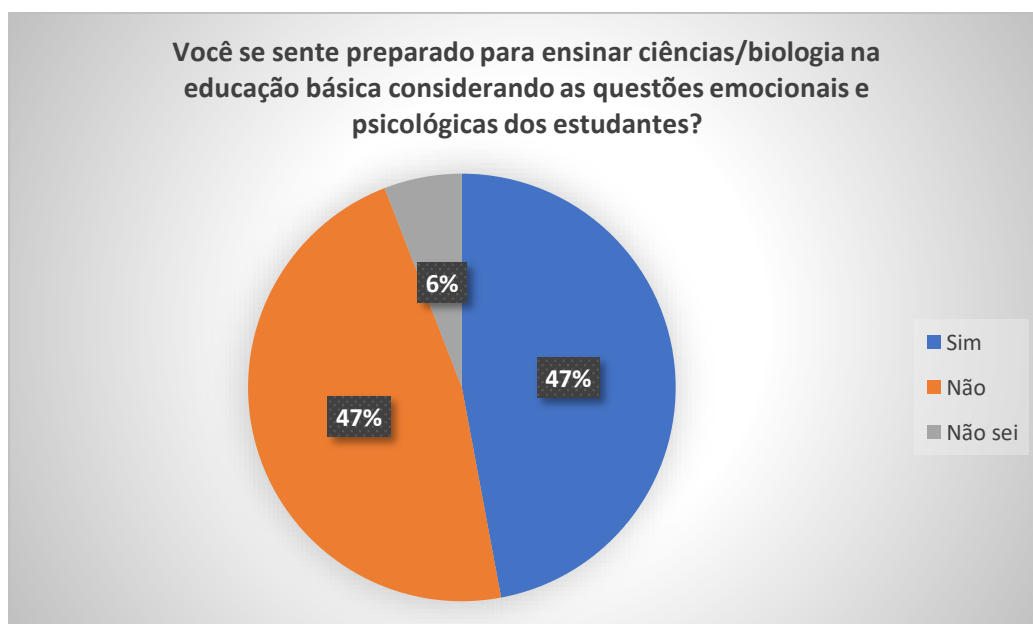
em um ensino-aprendizado mais efetivo, principalmente quando contextualizado com a realidade na qual os alunos (as) estão inseridos, em consonância com Freire (1986, p. 21) que afirma: “ensinar não é transferir conhecimento, mas **criar possibilidades** para sua produção ou sua construção”. E essas possibilidades só se concretizam quando novas estratégias pedagógicas são adotadas.

4.4 Formação dos licenciandos em Saúde Mental

Esta terceira categoria abrange as reflexões de três perguntas 6, 7 e 8 em que teve por objetivo as percepções dos licenciandos sobre sua preparação emocional e psicológica para ensinar na educação básica, além da influência da saúde mental em sua futura prática profissional. Sendo a primeira delas: “*Você se sente preparado para ensinar ciências/biologia na educação básica considerando as questões emocionais e psicológicas dos estudantes*”? *Sim, não, não sei dizer. Explique sua resposta.*

Como observado na figura 4, dos 17 respondentes, 8 afirmaram que sim, 8 responderam que não e 1 não soube dizer.

Figura 4: Percepção dos licenciandos acerca da atuação profissional.



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Dentre os que afirmaram possuir preparo para lidar com as questões psicológicas dos estudantes, foram identificados alguns atributos que os fazem se sentir confiantes. Sendo eles:

- 1) Ser flexível. (L10, L12,15)
- 2) Ter empatia. (L16)
- 3) Saber encaminhar para o profissional. (L2, L10)
- 4) Possuir vivências acadêmicas/pessoais. (L6, L15, L17)

Os respondes L10, L12 e L15, retratam que apesar de não poderem solucionar o problema, serão complacentes, para com as demandas dos estudantes, a exemplo de L10, que se mostrou consciente do cenário atual sobre saúde mental e mesmo não sendo sua atribuição tratar dificuldades nesta área, buscará ser aberta ao diálogo e fornecer apoio:

Visto que a quantidade de alunos com a saúde mental comprometida cresce cada vez mais, sendo assim, de uma certa forma a gente acaba vivenciando algumas situações. **Não vou saber solucionar o problema, mas conseguirei contornar a situação oferecendo ajuda, sendo flexível e direcionando para um profissional da área (psicólogo) (L10, grifo nosso).**

No segundo item temos a empatia, que é um termo bastante utilizado para se referir a um sentimento de se colocar no lugar do outro. O responde L16 defende que ao menos, devemos adquirir a habilidade da empatia para saber lidar com as questões emocionais e psicológicas dos alunos.

Não acredito que não estamos preparados e não vamos estar preparados nunca, pois as questões psicológicas dos alunos estão num contexto não só escolar, mas familiar, social, mental etc. mas creio que **temos que nos preparar no caminho, para saber ao menos ter empatia de entender aquele aluno (L16, grifo nosso).**

Quando analisamos a relação professor-aluno por um prisma humanista, percebemos que é, de fato, importante exercermos a empatia, como é fomentado, ainda que de forma superficial, na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), em suas competências gerais, que destacam a importância do “exercício da empatia e do diálogo na resolução de conflitos, promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza” (Brasil, 2018, p. 10).

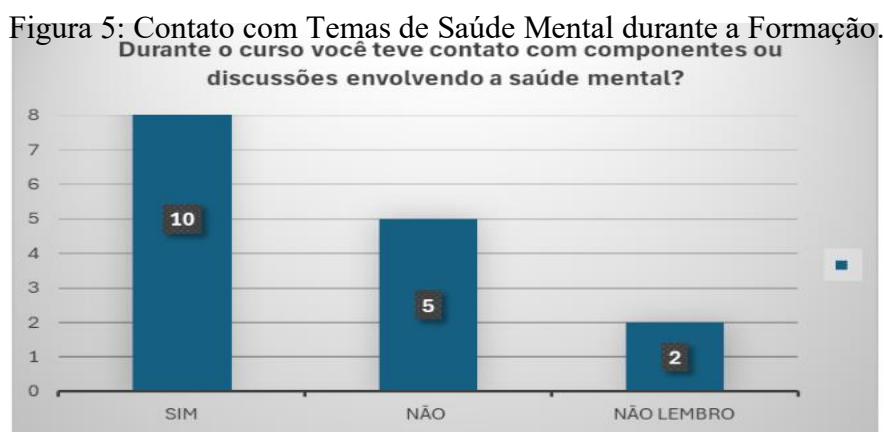
Essa ideia também está em consonância com as ideias de Rogers, como relata Oliveira et al. (2021), segundo os quais a atitude empática tem impacto na motivação dos alunos para aprender, pois envolve fatores emocionais.

O terceiro item é colocado por L2 e L10, que basicamente refere-se à atenção e disponibilidade de direcionar ao profissional qualificado quando este aluno apresentar sinais de problemas psicológicos, a exemplo da reflexão de L10:

Estamos vivendo em um tempo que **precisamos primar pelas emoções e psiquê dos alunos, pois, muitos se sentem inferiores ou emocionalmente abalados**, até mesmo em sua própria família. Me sinto à vontade para conversar e orientar alunos que sentem problemas dessa natureza, **observando claro, o tipo de situação que possa necessitar de acompanhamento profissional adequado** (L11, grifo nosso).

Por conseguinte, observamos que o discente salienta a importância de priorizar as questões emocionais dos alunos, especialmente considerando que uma em cada oito pessoas no mundo vive com algum transtorno mental, e o fato de o suicídio ser a principal causa de morte entre pessoas de 15 a 29 anos, segundo Vieira (2022). Além disso, observa-se que, entre as queixas expostas pelos alunos e pela comunidade acadêmica, predominam a depressão e a ansiedade. Por isso, cabe às instituições realizarem pesquisas específicas sobre a temática da saúde mental.

A segunda indagação (Figura 5) desta categoria faz o seguinte questionamento: *Durante o curso você teve contato com componentes ou discussões envolvendo a saúde mental? () Sim () Não () Não lembro. Se você respondeu sim, explique como se deu esse contato.*



Fonte: Dados da Pesquisa (2024)

Os respondes L4 e L15 afirmarem não lembrar de terem contato ao longo da graduação com temas envolvendo saúde mental, bem como os L2, L3, L6, L8, L14 assinalaram não ter contato algum com a temática ao longo da graduação, o que evidencia que as experiências com relação ao tema não são unânimes. No entanto, a maioria dos(as) alunos(as) afirmou que teve contato com debates sobre saúde mental na graduação, o que inicialmente parece positivo, todavia, ao justificarem como se deram esses contatos, observamos que foram de maneira pontual, motivados por uma série de casos preocupantes na universidade, o que, para os alunos, refletiu como uma tentativa de “apagar incêndio”, e não uma medida de prevenção ou

tratamento para aqueles que precisam de suporte. Como exemplos, podemos ver os relatos de L11, L12 e L13:

Apesar da resposta ser “sim”, nesse caso não foi uma experiência muito positiva. **Aconteceu em um momento em que tiveram muitos casos de suicídio de discentes da faculdade**, em todos os campus. Então a universidade adotou algumas ações, como fazer com que a psicóloga do campus passasse nas salas **discutindo questões de saúde mental durante uma aula. O ponto negativo dessa visita, foi a forma rasa que a questão foi abordada. No geral, a discussão levantada pela psicologia girou em torno de fazer caminhadas matinais e olhar para a natureza** (L11, grifo nosso).

Tive contato com discussões em sala sobre a temática e recorde de uma conversa com a psicóloga, após o suicídio de um colega do curso, porém essas influências da universidade, em minha opinião são mais voltadas a uma obrigação que estão cumprindo do que de fato se importar com a saúde mental dos alunos (L12).

Sim, uma vez. A psicóloga passou de sala em sala dando “dicas” de como deveríamos exercitar nossa saúde mental depois de uma série de acontecimentos preocupantes dentro da instituição. Acho que não preciso nem dizer o que isso resultou (risos) (L13).

Os discentes evidenciam que não foi o suficiente a ação pontual realizada pela instituição e de fato, não é quando se entende a importância da saúde mental no processo formativo, como afirmam Evangelista e Mondoni (2023) em que os impactos dos transtornos mentais, como a depressão ansiedade, afetam a qualidade de vida e o desempenho acadêmico dos indivíduos, ressaltando a importância de esforços individuais e coletivos para enfrentar esse problema de saúde. Esse enfrentamento requer a participação ativa da própria universidade na criação de estratégias que promovam e protejam a saúde mental dos estudantes, incluindo a revisão do currículo e das atividades, o incentivo à prática de lazer, o acesso ao acompanhamento psicológico e orientações sobre gestão do tempo, equilíbrio emocional e uma rotina saudável, o que não é possível de maneira superficial.

Desse modo, coadunamos com Vieira (2022) que é essencial aprofundar essa temática com os estudantes de graduação, tanto para entender como está a saúde mental deles e oferecer o apoio necessário, quanto para refletir como incorporar essa abordagem em sala de aula. Analisar sobre o modo como esses futuros professores percebem o assunto pode ajudá-los a apoiar os alunos e aprimorar sua formação, promovendo uma docência mais sensível e humanizada.

A terceira e última questão desta categoria reflete na seguinte pergunta: *Como você imagina que sua experiência com a saúde mental durante a licenciatura possa influenciar em sua prática profissional no futuro?* O objetivo foi compreender como os licenciandos percebem

a influência da experiência em saúde mental na graduação em sua atuação como docente. A exemplo, vemos os relatos de L1 e L11:

Acredito que diante das situações que ocorreram sobre saúde mental eu possa ter **um olhar mais humanizado para os meus alunos**, dando abertura para entender suas situações e ajudar da melhor forma possível. Jamais ignorando as urgências de nenhum ou tratando com descaso (L1, **grifo nosso**).

Imagino que toda discussão levantada durante o curso que trate de questões mais humanas têm um impacto positivo na prática futura. **Acho que o professor ter uma noção de que o aluno é um ser com sentimentos e emoções, influência para que ele não adote ou repita padrões que podem ser nocivos para o aluno**. Acredito que a noção que tenho sobre saúde mental, contribuirá para que no futuro eu seja uma profissional mais compreensiva e empática (L11, **grifo nosso**).

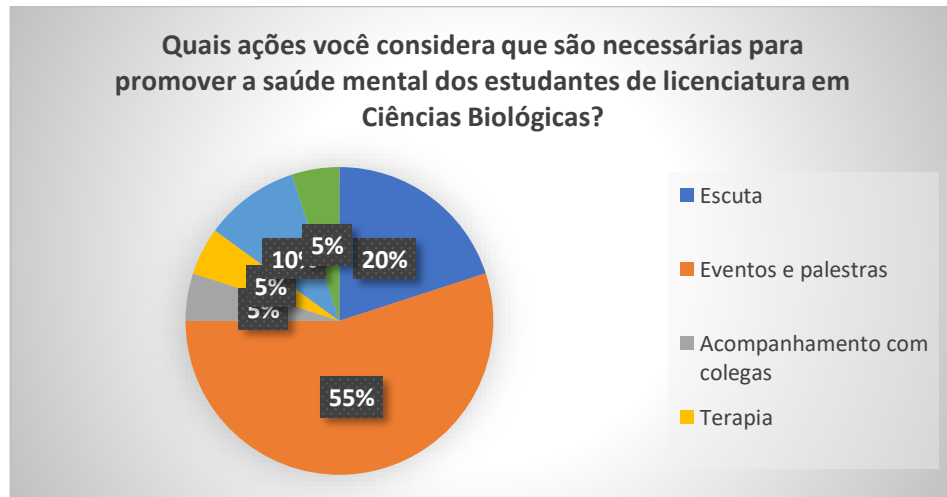
A partir das reflexões dos respondentes podemos perceber que eles acreditam que os experiências vivenciadas na graduação terão fortes influências do modo perceber, acolher e lidar as questões psicológicas dos seus futuros alunos(as), sendo um profissional mais empático e humanizado. Esta humanização na prática docente coaduna com o descrito por Toledo e Coutinho (2020), em que, primeiro, o docente olha para si, se percebendo como um ser humano e suas fragilidades, acolhendo-as e tratando quando necessárias, em consequente, adotando um perfil de professor intelectual crítico, que reflete a sua prática e não reproduz ações nocivas aos seus alunos(as).

4.4 Perspectivas dos discentes em Biologia para promoção de saúde

A quarta e última categoria, objetivou refletir a partir das questões 4 e 5 quais os aspectos os licenciandos acreditam que devem ser priorizados para que haja efetivas ações que promovam bem-estar mental e emocional dos estudantes, em seu contexto, bem como o que eles fazem para cuidar de sua saúde mental durante a graduação. Sendo a 4, “*Quais ações você considera que são necessárias para promover a saúde mental dos estudantes de licenciatura em Ciências Biológicas?*”

Dentre as respostas observamos 5 aspectos que surgem das respostas (Figura 6):

Figura 6: Ações para promoção da Saúde Mental na universidade.



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

- 1) Espaços de escuta/Ambiente de trocas (L1, L9, L13, L15, L16)
- 2) Eventos/ palestras e discussões (L2, L5, L10, L17)
- 3) Psicólogos/Terapia (L5, L11, L13, L14)

1) Espaços de escuta/Ambiente de trocas (L1, L9, L13, L15, L16) a maior parte dos respondes relatam a exemplo:

Principalmente a escuta, os discentes devem ser escutados e terem suas queixas levadas a sério, construção de um ambiente mais amigável, confortável, lugar que possibilitaria descanso aos discentes, pois muitos reclamam de um cansaço extremo (L1, **grifo nosso**).

Acredito que rodas de conversa, e grupos de apoio deveriam ser feitos para essas questões de saúde mental serem discutidas durante todos os meses dos semestres. (L9, **grifo nosso**).

A criação de espaços de troca e interação entre os alunos com a finalidade de se apoiar uns aos outros, troca de reflexões e experiências, às **vezes só queremos sermos ouvidos** (L13, **grifo nosso**).

Acredito que é necessário **espaços de escutas** dentro da universidade (L15, **grifo nosso**).

O que mais aparece nas falas dos discentes é a necessidade de serem ouvidos e levados a sério. Como possível solução, é sugerido a promoção de um espaço para encontros e trocas, com o intuito de compartilharem seus desafios. Dessa forma, não se sentirão sozinhos em um período da vida que é, por natureza, desafiador, dado o nível de autonomia e protagonismo que uma graduação exige de cada um.

Por isso, se faz necessário que na Universidade seja ofertado espaços onde os estudantes possam compartilhar experiências, incluindo expectativas, problemas e dificuldades, fazendo com que eles(as) não se sintam sós. Pois nessas interações, emergiram questões como a gestão do tempo que frequentemente, vem sendo uma das principais fontes de estresse no contexto acadêmico, conforme apontado por diversos autores. Sabemos que cada indivíduo vivencia essa adaptação de forma particular, mas a troca em grupo permite um acolhimento coletivo, onde todas as ansiedades, transformações e desafios, como defendem (Perez; Brun e Rodrigues, 2019; Aosani, 2020).

2) Eventos/ palestras e discussões (L2, L5, L10, L17). Os licenciandos também relatam que se faz necessário eventos e discussões que ampliem o entendimento sobre a temática de saúde mental, como vemos em:

Penso que seja necessário a universidade promover aos alunos **palestras** que ajudem o desenvolvimento emocional e psicológico dos alunos. Além disso proporcionar profissionais como psicólogos ou psicopedagogos que possam ser mais acessíveis aos estudantes. **Promover eventos** que levem aos alunos a descontração (L2, **grifo nosso**).

Cursos e palestras para docentes e servidores que têm contato direto com os alunos, pois muitos desses não conseguem, ou não sabem, com suas disciplinas de forma a não gerar posteriores problemas (L5, **grifo nosso**).

Acolhimento da família que é necessário, **debates ou simpósios com essa temática**, mais acolhimento de alguns professores com os alunos, um projeto dos Departamentos com iniciação de reforço terapêutico para os alunos, pois todos necessitam de terapia (L17, **grifo nosso**).

3) Psicólogos/Terapia (L5, L11, L13, L14)

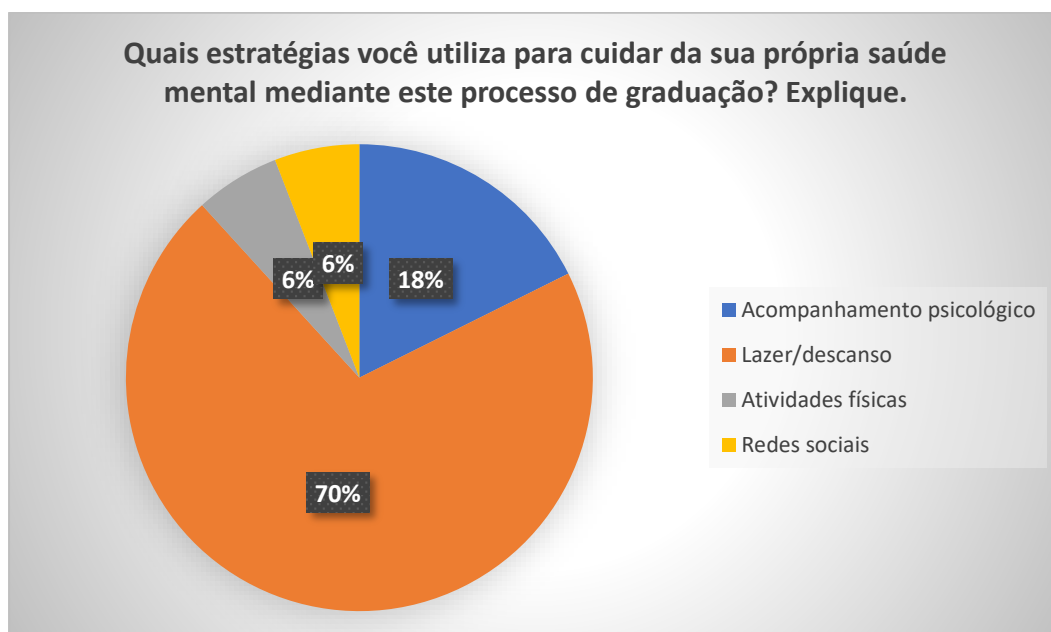
Melhorar a qualidade do **atendimento psicológico oferecido pela Universidade** (L11, **grifo nosso**). Um maior **acompanhamento psicológico, a alteração de horários mais flexíveis, um apoio na vida profissional dessas pessoas** (L13, **grifo nosso**).

Acompanhamento psicológico para os discentes e docentes, uma reformulação de estratégias de ensino que os docentes usam e uma reformulação do currículo do curso pois tem muitas matérias que dão conteúdos muito parecidos (L14).

Como relatado por Gomes *et al.* (2023) as atividades como palestras e atendimentos psicológicos individuais têm foco em estudantes e interessados para a conscientização e suporte em mudanças pessoais. Em contraste, práticas coletivas, como grupos e rodas de conversa, possibilitam uma ampliação do alcance dessas ações ao incorporarem as vivências e percepções dos alunos sobre o ambiente universitário, ou que podem influenciar diretamente as políticas institucionais.

A pergunta número 5 faz a seguinte indagação: “Quais estratégias você utiliza para cuidar da sua própria saúde mental mediante este processo de graduação? Explique”. O objetivo desta pergunta foi conhecer quais as formas que os discentes do curso buscaram/buscam lidar com sua saúde mental, seja para se manter equilibrado ou atenuar sofrimentos psicológicos. Dentre as respostas dos licenciandos podemos identificar 4 estratégias mais utilizadas como forma de autocuidado (figura 7).

Figura 7: Estratégias para os cuidados com a saúde mental.



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

As atividades de lazer e distrações foram as mais citadas pelos discentes como tática de cuidado próprio, com relação ao bem-estar mental, como vemos nos exemplos:

Eu cuido da minha saúde mental por meio de mídias. Eu em horas vagas ou em momentos que estou em crise procuro por conteúdos nas mídias (youtube, internet, etc), assistindo séries, canais de youtube, filmes e conteúdos acerca destes que possam me entreter e me acalmar, essa estratégia sempre funcionou comigo (L5).

Eu costumo me desligar da universidade quando estou no limite de mal-estar mental. Durante esse tempo, eu durmo, ou arrumo a casa para espairer, leio livros e vejo algumas séries [...] **E durante esse tempo de “desligamento”, eu percebo o quanto sinto falta de que minha vida seja um pouco minha e não da universidade** (L9, grifo nosso).

Para ter esse cuidado tento sempre reservar algum momento para ficar longe das obrigações da graduação, podendo fazer algum hobby ou só não fazer nada por um dia mesmo. Nesse processo da graduação, às vezes o que mais ajuda a minha saúde mental é tentar esquecer que ela existe por um tempinho (L11).

Os relatos mostram que, mais do que distrações, os hobbies têm sido um escape/fuga para os estudantes, como relam L9 e L11, que desejam “esquecer” a universidade por um tempo, talvez por ser um lugar que tem representado mais desafios do que soluções, mais estresses do

que o cultivo de efetivas relações interpessoais e conhecimento de qualidade. Acreditamos como relata Aosani (2020) que é inerente ao ser humano viver sentimentos de tristeza, dores e incertezas, contudo, é possível, passar pela academia sem adoecer, se, assim forem ofertadas as condições necessárias e facilitadoras para uma relação acolhedora, de cuidado entre os pares da universidade, saindo então deste processo e experiência, transformado(a).

2) Apoio familiar/religioso (L2, L3, L7, L5)

Procuo ir aos cultos religiosos, sair com a família, sempre descontraír quando me sinto ansioso ou estou com alguma questão acadêmica para resolver (L2, **grifo nosso**).

Busco ter momentos de descontração com meus amigos, familiares e com meu namorado. São momentos nos quais faço desabafos e há momentos de descontração em relação aos problemas da universidade (L15, **grifo nosso**).

Os discentes mencionados utilizam como fonte de apoio a família, sendo essa uma realidade não possível para muitos, pois precisam se deslocar do ambiente familiar para cursar na faculdade escolhida, o que acarreta alguns casos, vulnerabilidades, como falta de recurso financeiro e suporte emocional. Por isso, o apoio familiar é visto como positivo e importante como realçam (Oikawa, 2019; Aosani, 2020).

3) Terapia (L1, L6)

Faço acompanhamento psicológico, pratico yoga e tento sempre dedicar os fins de semana para lazer e descanso, com objetivo de sair da rotina e descansar a mente (L1, **grifo nosso**).

Já procurei apoio psicológico durante a graduação, foram cinco sessões que me ajudaram a me acalmar num momento de emergência, mas não substituí uma terapia completa (L6, **grifo nosso**).

Os relatos de L1 e L6 evidenciam o quanto é importante e eficaz fazer um acompanhamento psicológico, mesmo que por um período. O que os respondentes destacam como positivos e serem instrumentos de melhoria para suas demandas psicológicas é desejo relatado por outros alunos do curso, por isso, segundo destaca Penha (2020, p. 371), investir em ações externas à atenção à saúde mental é essencial para promover uma formação de qualidade, abrangendo não apenas o desenvolvimento acadêmico, mas também os aspectos emocionais e sociais. Assim, esses resultados reforçam a importância de priorizar a saúde mental dos estudantes nas instituições de ensino, aprimorando políticas e práticas que atendam

a essa demanda, com o objetivo de garantir um ambiente acadêmico mais saudável e produtivo para todos.

4) Atividade física (L4)

No início até a metade da graduação não praticava nada que pudesse ajudar na minha saúde mental, mesmo sabendo da sua importância e vendo que ela precisava de atenção. Atualmente comecei a frequentar uma academia, com o intuito de melhorar a saúde física e mental (L4).

A prática esportiva já é difundida pela mídia e demais meios de comunicação como sendo importantes para melhoria da qualidade de vida, longevidade e sensação de bem-estar. Ao L4 abordar a prática de exercício, evidencia que sabe da importância e efeitos positivos em sua saúde mental. O que precisa, no entanto é que esse benefício seja fomentado pela universidade para os demais cursos, para que os estudantes não apenas saibam, como também se sintam motivados a praticar. Visto que dentre os 17 participantes da pesquisa, apenas um afirmou utilizar esta estratégia tão eficaz e eficiente na promoção da saúde. Por isso x defende a necessidade de esforços individuais e coletivos para sanar esse problema de saúde, o que requer a participação da própria universidade na elaboração de estratégias que promovam e protejam a saúde mental de seus estudantes, como revisão de seu currículo e atividades, incentivo à prática de lazer e acompanhamento psicológico, com orientações sobre gestão de tempo, equilíbrio emocional e rotina saudável.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nos últimos anos, a saúde mental vem sendo debatida de diversas formas e contextos, principalmente pós-pandemia, devido ao aumento nos casos de estresse, ansiedade, depressão e suicídios. No contexto universitário, não tem sido diferente; inúmeros pesquisadores têm buscado entender tanto as demandas psicológicas dos acadêmicos quanto a forma de melhorar a qualidade de vida e o bem-estar, visto os altos índices de agravamento dos problemas emocionais no período formativo.

Respondendo à pergunta da nossa pesquisa, sobre como os(as) discentes do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas percebem a saúde mental, e quais são as implicações dessa percepção para sua formação enquanto futuros professores(as) podemos identificar que a maioria consegue definir, mesmo que de modo incipiente, o que significa saúde mental, e afirmam, em sua maioria, que não há preconceitos relacionados ao tema entre os licenciandos e professores do curso. Além disso, a maior dificuldade apresentada pelos alunos está relacionada às altas demandas acadêmicas. Sobre a questão formativa, a maioria percebe que as vivências acadêmicas relacionadas à saúde mental são fundamentais para uma prática profissional sensível e consciente, e defende a importância de palestras e eventos que abordem a temática nos cursos de formação de professores, além da intensificação das políticas institucionais voltadas para a promoção da saúde no campus.

Destarte, é necessário entender que refletir sobre a percepção da saúde mental dos licenciandos na formação não tem como objetivo atribuir aos docentes já em atuação profissional e aos futuros professores uma demanda a mais em sua prática. Discutir a saúde mental no processo formativo visa contribuir para que o futuro professor saia da graduação com uma visão ampliada e aprofundada sobre essa temática tão sensível e contemporânea, além de fortalecer a percepção de si mesmo como indivíduo.

Ademais, o conhecimento adquirido permite que ele reconheça possíveis sinais de adoecimento mental em seus alunos, sem assumir a função dos profissionais da saúde, pois isso foge do seu escopo, mas o torna sensível e atento, promovendo um ambiente educacional mais acolhedor e consciente. Dessa maneira, acreditamos que é preciso pensar para além do diagnóstico, que é fundamental a princípio por nos mostrar, por meio de dados, o cenário psicológico e mental dos licenciandos e docentes; contudo, é o momento de avaliarmos,

implementarmos e expandirmos os meios de prevenção e tratamentos especializados, necessários para lidar com os desafios do processo de formação docente.

Por fim, incentivamos que se ampliem as pesquisas sobre saúde mental nos cursos de formação de professores, abrangendo outras licenciaturas, visto que esta pesquisa se limita ao curso de licenciatura em Ciências Biológicas, e são poucas as literaturas que abordem esse tema na educação.

Por conseguinte, que se ampliem as ações de políticas públicas institucionais para promoção da saúde mental e seja implementado, nos cursos de formação de professores, maneiras de preparar os futuros docentes a lidarem com suas questões emocionais inerentes ao processo de ensino e aprendizagem, bem como suas implicações na prática docente, a partir da inclusão desse debate no currículo em componentes que possuem abertura, como as disciplinas pedagógicas, bem como em parceria com o núcleo de psicologia do campus, promover fóruns, workshops e mesas redondas que abordem esta temática, de modo a capacitar os futuros professores (as) a direcionarem de maneira assertiva seus alunos ao acompanhamento psicológico especializado e cuidar de sua saúde e bem-estar psicológico. Assim, poderá se promover uma sociedade mais saudável mentalmente.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO SILVA, Alan Carlos; SILVEIRA, Nádia Alvim Muffato; DE CARVALHO TEIXEIRA, Meryene. O impacto na saúde mental de estudantes do curso de licenciatura em ciências biológicas do IFMG-Campus Bambuí submetidos ao Ensino Não Presencial durante a pandemia de Covid-19. **Educação em Foco**, v. 26, n. 49, 2023.
- ARINO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. **Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários**. *Psicol. pesq.* [online]. 2018, vol.12, n.3, pp. 44-52. ISSN 1982-1247. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.24879/2018001200300544>. Acesso em: 28 jun. 2024.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: edições, v. 70, p. 225, 1977.
- BARROS, Rebeca Neri de, PEIXOTO, Adriano de Lemos Alves. Integração ao ensino superior e saúde mental: um estudo em uma universidade pública federal brasileira. **Avaliação**, v.27, n.03, p.609-631, dez.2022. DOI <https://doi.org/10.1590/S1414-40772022000300012>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/dfcGTywRV3srdNG7NVTvG4K/>. Acesso em: 10 set. 2024
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.
- EVANGELISTA, Dâmarys Fieni; MONDONI, Tatiane Bissi. **SAÚDE MENTAL E A QUALIDADE DO PROCESSO ENSINO E APRENDIZAGEM: um olhar a partir da perspectiva da comunidade acadêmica do curso de Licenciatura em Ciência Biológicas– IFES**, 2019. 37 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências Biológicas) - Instituto Federal do Espírito Santo, Santa Teresa, 2023.
- FERREIRA, Amauri Carlos; DE QUEIROZ PASCHOALINO, Jussara Bueno. Proletarização, intensificação e controle do trabalho docente, na atualidade: seus impactos sobre os corpos dos professores. **Revista Cocar**, v. 13, n. 27, p. 619-636, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/2860>. Acesso em outubro de 2024.
- FILHO, Naomar de Almeida, COELHO, Maria Thereza Ávila, PERES, Maria Fernanda Tourinho. O conceito de Saúde Mental. **REVISTA USP**, São Paulo, n.43, p. 100-125, setembro/novembro 1999. Disponível em: <file:///C:/Users/Usu%C3%A1rio/Downloads/frcosta,+N43+a+10.pdf>. Acesso em: 28 out. 2024.
- FREIRE, Paulo; SHOR, Ira. Medo e ousadia: o cotidiano do professor. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1986. Tradução de Adriana Lopez. _____. **Pedagogia da autonomia**. São Paulo: Paz e Terra, 2011.
- GOMES, L. M. S.; LEITÃO, H. A. L.; SANTOS, K. M. C.; ZANOTTI, S. V. Saúde Mental Na Universidade: Ações e Intervenções Voltadas Para Os Estudantes. **Revista Em Educação**, Belo Horizonte, v. 39, e40310, 2023. DOI <https://doi.org/10.1590/0102-469840310>.

Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/wpFT8qpYkFN3JgWS5XD9qJD/?lang=pt>. Acesso em: 4 jun. 2024

GOMES, Ricardo Martins, BORGES, Eleonara, SAGAZ, Or Valéria Rossi. **Saúde Mental do Estudante Universitário: Principais Transtornos**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade Sant’ana, Ponta Grossa, Paraná.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. DE A. R.. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 24, n. 4, p. 1327–1346, abr. 2019. DOI 10.1590/1413-81232018244.09692017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/RLFrGpHpQKgkYpwXvHx3B3b/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 nov. 2024.

GUIMARÃES, J. P. D. ; RODRIGUES, F. A. ; DIAS, A. K. ; GUIMARÃES, A. P. M. ; COUTO, G. B. F. do ; PEREIRA, R. A.; MARKUS, G. W. S. ; SANTOS, J. M. dos . COVID-19: **Impacts on mental health in Brazilian higher education students** . Research, Society and Development, [S. l.], v. 10, n. 9, p. e3410917385, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.17385. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/17385>. Acesso em: 26 out. 2024.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde**. 14ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MORALES, V.; LOPEZ, Y. A. Impactos da Pandemia na Vida Acadêmica dos Estudantes Universitários. **Revista Angolana de Extensão Universitária**, v. 2, n. 2, p. 53 - 67, 25 jul. 2020.

MOREIRA, Daniela Zanoni; RODRIGUES, Maria Beatriz. Saúde mental e trabalho docente. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal, v. 23, n. 3, p. 236-247, set. 2018. DOI 10.22491/1678-4669.20180023. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2018000300004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 19 out. 2024.

MUNIZ, Gardenia Oliveira; BRITO, Talamira Taita Rodrigues. A TRAJETÓRIA DOCENTE DE MULHERES QUE LECIONAM CIÊNCIAS DA NATUREZA: OS DESAFIOS DA DOCÊNCIA. **Diversidade e Educação**, [S. l.], v. 9, n. Especial, p. 128–154, 2021. DOI: 10.14295/de.v9iEspecial.12677. Disponível em: <https://furg.emnuvens.com.br/divedu/article/view/12677>. Acesso em: 28 out. 2024.

NASCIMENTO, Kelen Braga do, SEIXAS, Carlos Eduardo. O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas. **Revista Educação Pública**, v.20, nº 36, 22 de setembro de 2020. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/36josepho-adoecimento-do-professor-da-educacao-basica-no-brasil-apontamentos-da-ultima-decada-de-pesquisa>.

OIKAWA, Fabiana Midori. **Implicações do contexto universitário na saúde mental dos estudantes**. 2019. 142 p. Dissertação (Mestrado em Educação) - Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade de São Carlos, São Carlos, 2019.

OLIVEIRA, Guilherme Saramago et al. As ideias de Rogers e o processo de ensino-aprendizagem de matemática. **Cadernos da FUCAMP**, v. 20, n. 44, 2021.

OMS - Organização Mundial da Saúde. OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção, em 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao> . Acesso em: 01 set.2024.

PENHA, Joaquim; OLIVEIRA, Cleide; MENDES, Ana. **Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa.** *Journal Health NPEPS*, n. 1, p. 369-395, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.30681/252610103549>. Acesso em: 28 jun. 2024. » <https://doi.org/10.30681/252610103549>

SANTOS, E. L.; KRYNSKI, J. J. D. P.; BERETA, T. A. D. S.; BOMBARDA, L. V. Saúde mental no contexto universitário: uma revisão narrativa com ênfase em estudantes de psicologia. **REVISTA CIÊNCIAS DA FAP**, v. 1, p. 1-18, 2022.

SOBRAL, Maria Maria Vitória de Araujo Carvalho, SILVA, Rosemberg Valério de Melo, FRANÇA, Emmily de Fabiana Galindo de. DESAFIOS NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NOS ÚLTIMOS ANOS DA GRADUAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. In: ROBERT, J. P.J. (org.) **Caminhos da saúde mental: estratégias para o bem-estar psicológico.** Pernambuco: Editora Atenas, 2023. Cap. 8, p. 63-75.

TÂNIA, Aosani Psicologia - **BLOG. Saúde Mental e o Ambiente Acadêmico - TÂNIA AOSANI PSICOLOGIA - BLOG.** Saúde Mental e o Ambiente Acadêmico - Tânia Aosani Psicologia - Blog. [S. l.: s. n.], 2020. Disponível em: <https://taniaosanipsicologia.com.br/blog/saude-mental-e-o-ambiente-academico/> Acesso em: 30 agosto 2024.

TOLEDO, Evelyn Jeniffer de Lima; COUTINHO, HENRIQUE DO NASCIMENTO. FORMAÇÃO DE PROFESSORES: LICENCIATURA EM QUÍMICA HUMANIZADA SOB A ÓTICA DOS ALUNOS DA UNB. **Revista Prática Docente**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 193–213, 2020. DOI: 10.23926/RPD.2526-2149. 2020.v5. n1.p193-213.id571. Disponível em: <https://periodicos.cfs.ifmt.edu.br/periodicos/index.php/rpd/article/view/485>. Acesso em: 18 julho. 2024.

VIEIRA, Thalita Queiroz. **Saúde mental e a formação dos professores de Química na UnB.** 2022. Trabalho de Conclusão de curso (Graduação em Licenciatura em Química) – Universidade de Brasília, Brasília.

Apêndice

Questionário aplicado:

- 1- O que você entende por saúde mental?
- 2- Quais são os principais desafios que você percebe em relação à saúde mental entre os licenciandos em Ciências Biológicas?
- 3- Você acredita que há preconceitos associados à busca de ajuda para questões de saúde mental entre os licenciandos em Ciências Biológicas? () Sim () Não () Não sei dizer. Explique sua resposta.
- 4- Quais ações você considera que são necessárias para promover a saúde mental dos estudantes de licenciatura em Ciências Biológicas?
- 5- Quais estratégias você utiliza para cuidar da sua própria saúde mental mediante este processo de graduação? Explique.
- 6- Você se sente preparado para ensinar ciências/biologia na educação básica considerando as questões emocionais e psicológicas dos estudantes? () Sim () Não () Não sei dizer. Explique sua resposta.
- 7- Durante o curso você teve contato com componentes ou discussões envolvendo a saúde mental? () Sim () Não () Não lembro. Se você respondeu sim, explique como se deu esse contato.
- 8- Como você imagina que sua experiência com a saúde mental durante a licenciatura possa influenciar em sua prática profissional no futuro?