



A importância de debater a Saúde Mental dos Acadêmicos da Área da Saúde - Relato de Experiência

Sabrina Klipp Demori¹
Carla Cristani¹
Juliana Trevisan Casarin¹
Maria Renita Burg²

Cuidar da saúde mental dos acadêmicos do ensino superior está sendo cada vez mais necessário. Ao relatar as áreas com maiores números de depressão e transtorno de ansiedade, observa-se que a área da saúde está em primeiro lugar nos índices. Isso ocorre devido a cargas horárias extensas, grande pressão psicológica, enormes responsabilidades desde o início do curso e baixa interação social e lazer. O estudo objetiva relatar a experiência das ligantes no evento Saúde Mental dos Acadêmicos da Área da Saúde promovida pela LASC em 2022. Trata-se de relato de experiência e embasamento teórico científico da palestra sobre Saúde Mental dos Acadêmicos da Área da Saúde, ministrada por psicóloga convidada pelos integrantes da Liga Acadêmica de Saúde Coletiva da ULBRA/Canoas, no primeiro semestre de 2022. Participaram 208 alunos e foram abordados aspectos sobre prevalência de depressão, ansiedade, suicídio e Síndrome de Bournout nos alunos dos cursos da saúde em comparação aos demais cursos universitários. O adoecimento dos estudantes pode ser justificado pela falta de apoio familiar, conciliação das horas exaustivas de estudos com o trabalho e o pouco tempo de lazer disponível. Os alunos em exaustão emocional, que encontram-se submetidos à sobrecarga, costumam utilizar mecanismos de enfrentamento inapropriado como automedicação e aumento do consumo de álcool e drogas, agravando ainda mais o quadro de sofrimento e burnout. Portanto, é importante que o aluno receba o auxílio da instituição acadêmica, da família e de amigos, sendo-lhe oportunizado um espaço para que seja ouvido e receba ajuda por meio de uma rede integrada de apoio. Entender os motivos que causam a maior incidência de suicídio, depressão e ansiedade entre os estudantes da área da saúde quando comparado com os demais cursos é de suma importância, para fins de adoção de medidas que visem reduzir a sensação de desamparo e sofrimento como parte do processo de aprendizagem. Nesse sentido, é necessário fomentar nas universidades o debate sobre a temática, para que com isso compreenda e apresente um ambiente psicossocial adequado para enfrentar as condições de adoecimento de estudantes da área da saúde.

¹ Acadêmicas da Universidade Luterana do Brasil

² Professora Coordenadora da Liga Acadêmica de Saúde Coletiva da ULBRA