

A PRODUÇÃO ACADÊMICA SUSCITA ADOECIMENTO? REVISÃO SISTEMÁTICA INTEGRATIVA SOBRE A SAÚDE DISCENTE NA PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU

*ACADEMIC PRODUCTION SUGGESTS ILLNESS? SYSTEMATIC
INTEGRATIVE REVIEW ON STUDENT HEALTH IN THE STRICTO SENSU
POSTGRADUATE*

*PRODUCCIÓN ACADÉMICA SUGIERE ENFERMEDAD? REVISIÓN
SISTEMÁTICA INTEGRATIVA SOBRE SALUD ESTUDIANTIL EN EL
POSTGRADO STRICTO SENSU*

MARIA TATIANA PEIXOTO

Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES) pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN) – Pau dos Ferros – RN
mariatatianapeixoto@gmail.com

THEMIS CRISTINA MESQUITA SOARES

Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN).
Professora do Curso de graduação em Educação Física, e do Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES) da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – Pau dos Ferros – RN
themissoares@uern.br

SARA TACIANA FIRMINO BEZERRA

Doutora em Enfermagem pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC). Professora do Curso de graduação em Enfermagem e do Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES) da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – Pau dos Ferros – RN
sarataciana@uern.br

Recebido em: 22/03/2022

Aceito em: 15/06/2022

Publicado em: 19/12/2022

Resumo

A pesquisa teve como objetivo conhecer e analisar os estudos científicos que discorrem sobre a saúde e o adoecimento de mestrandos e doutorandos. Para tanto, utilizou-se como procedimento metodológico a revisão sistemática integrativa de literatura, com abordagem quanti-qualitativa. Obteve-se como resultado que os pós-graduandos são acometidos principalmente por estresse, ansiedade e depressão. Os sintomas predominantes são de ordem psicológica: mal-estar psicológico, angústia, preocupação intensa, tensão, e distúrbios relacionados ao sono. Nesse contexto, foram relatados como principais fatores contributivos para o adoecimento discente: exigência de grande dedicação à atividade de

pesquisa, publicações, relação com o orientador ou orientação, dificuldades com o tema escolhido ou na condução da pesquisa, múltiplas tarefas simultâneas, os fatores tempo, horas e prazos, recursos financeiros, desempenho, e as dúvidas quanto à inserção profissional. Por fim, pode-se concluir com base na literatura estudada, que a pós-graduação, nos moldes atuais, pode resultar em adoecimento discente. Por isso, é necessário fornecer atendimento, principalmente psicológico especializado aos estudantes no âmbito das universidades e programas de pós-graduação, além de promover o debate sobre o assunto no ambiente acadêmico.

Palavras-chave: Adoecimento. Pós-graduandos. Revisão. Saúde. Sofrimento psicológico.

Abstract

The research objective was to know and analyse the scientific studies that covering all the health and illness of master's and doctoral students. For this purpose, the integrative systematic literature review was used as a methodological procedure, with a quantitative and qualitative approach. As a result, postgraduate students are mainly attacked by stress, anxiety and depression. The predominant symptoms are psychological (psychological malaise, anguish, intense worry, tension, and sleep related disorders). In this context, were reported as main contributing factors for student illness: requirement of great dedication to research activity, publications, relationship with the advisor or guidance, difficulties with the chosen topic or in conducting the research, multiple simultaneous tasks, the factors time, hours and deadlines, financial resources, performance, and doubts about professional insertion. It can be concluded, based on the studied literature, that the postgraduate course in the current molds can result in student illness. Therefore, it is necessary to provide care, specialized psychological care, to students within the scope of Universities and postgraduate programs, in addition to promoting debate on the subject in the academic environment.

Keywords: Illness. Graduate students. Revision. Health. Psychological suffering.

Resumen

La investigación tuvo como objetivo conocer y analizar los estudios científicos que discuten la salud y la enfermedad de estudiantes de maestría y doctorado. Para ello, se utilizó como procedimiento metodológico una revisión sistemática integrativa de la literatura, con un enfoque cuantitativo-cualitativo. Como resultado, los estudiantes de posgrado se ven afectados principalmente por el estrés, la ansiedad y la depresión. Los síntomas predominantes son psicológicos (malestar psicológico, angustia, preocupación intensa, tensión y trastornos del sueño). En ese contexto, se relataron los principales factores contribuyentes para la enfermedad de los estudiantes: exigencia de gran dedicación a la actividad investigadora, publicaciones, relación con el asesor o guía, dificultades con el tema elegido o en la realización de la investigación, múltiples tareas simultáneas, los factores tiempo, horarios y plazos, recursos económicos, rendimiento y dudas sobre inserción profesional. Finalmente, con base en la literatura estudiada, se puede concluir que los estudios de posgrado en la forma actual pueden resultar en la enfermedad del estudiante. Por ello, es necesario brindar atención, principalmente atención psicológica especializada, a los estudiantes en el ámbito de las universidades y programas de posgrado, además de promover el debate sobre el tema en el ámbito académico.

Palabras clave: Enfermedad. Estudiantes de posgrado. Revisión. Salud. Sufrimiento psicológico.

1 Introdução

Durante a década de 1950, os esforços se voltaram para o processo de expansão e fortalecimento da pós-graduação brasileira. A criação do Conselho Nacional de

Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e da Fundação de Capacitação de Pessoal de Nível Superior (CAPES) no ano de 1951, da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) nº 4.024 de 1961, a qual fixou as diretrizes e bases da educação nacional, e do Parecer Newton Sucupira datado de 1965, responsável por explicar a necessidade de formar professores em quantidade e qualidade suficiente para atender à crescente demanda do ensino superior, impulsionaram a expansão e o desenvolvimento em quantidade e qualidade da pós-graduação *stricto sensu* (BRASIL, 1965; MOROSINI, 2009).

Apesar dos esforços destinados à expansão e valorização da pós-graduação brasileira, esse nível de ensino só foi reconhecido pelo Ministério da Educação em 1965, mesmo ano de publicação do Parecer Newton Sucupira (BALBACHEVSKY, 2005). Mas, por se tratar de algo novo, a pós-graduação nacional passou a ser notável, principalmente, a partir de 1988. Para tanto, apesar da inegável expansão, evolução, e valorização, ainda são visíveis as assimetrias regionais, principalmente no que concerne à concentração de Programas de Pós-Graduação (PPGs) em grandes centros urbanos (CIRANI; CAMPANARIO; SILVA, 2015; NAZARENO; HERBETTA, 2020).

Considerando todas as regiões brasileiras, pode-se afirmar que a concentração de PPGs e cursos de pós-graduação *stricto sensu* se dá da seguinte forma: 1º Sudeste, 2º Sul, 3º Nordeste, 4º Centro-Oeste e 5º Norte. Estando os últimos dois, muito aquém tanto no número de PPG, quanto de cursos, quando comparados com os primeiros, conforme figura 1.

Figura 1 - Cursos avaliados e reconhecidos por regiões brasileiras.

Região	Total de Programas de pós-graduação							Totais de Cursos de pós-graduação				
	Total	ME	DO	MP	DP	ME/DO	MP/DP	Total	ME	DO	MP	DP
CENTRO-OESTE	398	147	7	65	1	176	2	577	323	184	67	3
NORDESTE	960	384	16	162	1	387	10	1358	771	404	172	11
NORTE	282	127	7	53	0	89	6	378	216	98	60	6
SUDESTE	1983	372	38	376	1	1175	23	3181	1547	1211	399	24
SUL	984	279	11	147	0	533	14	1532	812	544	162	14
Totais	4607	1309	77	803	3	2360	55	7026	3669	2439	860	58

ME: Mestrado Acadêmico
DO: Doutorado Acadêmico
MP: Mestrado Profissional
DP: Doutorado Profissional
ME/DO: Mestrado Acadêmico e Doutorado Acadêmico
MP/DP: Mestrado Profissional e Doutorado Profissional

Fonte: CAPES (2021b).

Os últimos anos foram de grande avanço para o sistema de pós-graduação nacional, pois, no período de vigência do Plano Nacional de Pós-graduação 2011-2020 “[...] houve um aumento contínuo no número de cursos de pós-graduação recomendados pela CAPES, variando de 2.738 a 3.663 para o mestrado (crescimento de 34%); 1.615 a 2.410 para o doutorado (49%) e de 338 a 826 para o mestrado profissional (144%)” (CAPES, 2021a, p. 45).

A pós-graduação brasileira encontra-se, portanto, envolta em um processo recente de expansão. O conseqüente aumento no número de PPG, a abertura de novos cursos de mestrado e doutorado, assim como, o crescimento no número de matriculados, faz-se refletir sobre as condições de formação na pós-graduação. Aliado a esse crescimento, é importante destacar a saúde dos pesquisadores como fator indispensável para o sucesso e avanço da produção acadêmica e científica no País.

Embora o adoecimento dos estudantes de pós-graduação durante os cursos não ganhe tanto destaque nas produções científicas, pesquisadores indicam a existência do debate no universo acadêmico.

Há uma série de estudos realizados em diversas partes do mundo, os quais evidenciam que as taxas de doenças mentais como depressão, ansiedade, crise de pânico, distúrbios do sono, além do risco de suicídio, são muito maiores entre estudantes matriculados em cursos de graduação, e principalmente de pós-graduação, do que no restante da população (COSTA; NEBEL, 2018, p. 208-209).

O adoecimento discente se relaciona de forma direta com as atividades e interações desenvolvidas no ambiente da pós-graduação, no entanto, outras variáveis interferem diretamente nesse processo, o fato de muitos estudantes não terem apoio financeiro governamental por meio de bolsas, por exemplo, implica na necessidade de desenvolverem atividades rentáveis paralelamente ao curso. Nesse sentido, o pouco tempo para se dedicar às atividades da pós, a falta de recursos financeiros para se manter durante o curso e o acúmulo de atividades favorecem o aparecimento de estresse e depressão nesse grupo (ZOTESSO, 2021).

Todo crescimento traz dificuldades, e na pós-graduação não foi diferente. Ao lado da expansão, cresceram também as dificuldades e cobranças elencadas pelos estudantes. Momento em que, a pressão acadêmica aflora, aumentando-se as queixas relacionadas à saúde. Nesse ponto, evidencia-se o processo de adoecimento nos pós-graduandos. Para tanto, o cumprimento de prazos, associados a grandes demandas acadêmicas, a pressão interna por bom desempenho, a interferência das demandas do estudo em outros aspectos da vida relações pessoais, familiares,

vida social e atividade profissional – podem ser listados como alguns dos elementos causadores de adoecimento nos estudantes (FARO, 2013).

Mediante tantas atividades desenvolvidas pelos discentes na pós-graduação, percebe-se que a exaustão emocional está fortemente presente. Com efeito, corriqueiramente são expostos sentimentos negativos (tristeza, solidão, medo, raiva, desespero, frustração, decepção, entre outros) em detrimento dos positivos (satisfação, felicidade, realização), relacionados principalmente ao cansaço e ao estresse. Além disso, os estudantes vivenciam frequentemente o risco de frustração com o curso, ou ainda, com a carreira profissional após o término deste, o que sugere alto risco para desenvolvimento de estresse crônico, além de outras patologias que podem comprometer a saúde dos pós-graduandos (SOUZA; CAVALCANTI; CAVALCANTE, 2018).

A pós-graduação é uma fase cercada de muitas mudanças, o que demanda grande capacidade adaptativa dos pós-graduandos em um curto espaço de tempo. Diante do exposto, a revisão proposta parte da seguinte problemática: O que os estudos revelam sobre a saúde dos pós-graduandos *stricto sensu* no período de 2001 a 2021? Além disso, a pesquisa tem como principal objetivo conhecer e analisar os estudos científicos que discorrem sobre a saúde e o adoecimento de mestrandos e doutorandos.

Considera-se que o crescimento da pós-graduação pode ter propiciado um aumento expressivo no adoecimento discente, sobretudo porque a expansão não veio acompanhada de políticas voltadas à saúde física, mental e qualidade de vida dos pesquisadores. No entanto, elevaram-se as exigências e concorrência entre os pares, o que resulta em cobrança e competitividade, por vezes, excessiva (CÂMARA, 2020).

Atualmente, a pós-graduação apresenta-se como um ambiente desafiador, constituído por um curto período adaptativo, o que pode refletir diretamente na saúde do pesquisador (SANTOS, 2013). Cursar mestrado ou doutorado demanda tempo, dedicação e esforço frequente para atender às demandas emanadas do curso. Além disso, o pesquisador precisa conciliar essas atividades com a vida pessoal, profissional e financeira (COSTA; NEBEL, 2018).

Embora a saúde física e mental, assim como, o adoecimento da população seja amplamente analisado por pesquisadores brasileiros, poucos são os estudos que dedicam-se a pesquisar tais variáveis em um grupo específico como os mestrandos e doutorandos, por esse

motivo é necessário um olhar mais atento sobre o produtivismo na pós-graduação, as demandas acadêmicas, as relações interpessoais e os impactos causados na saúde do pesquisador, decorrentes ou exacerbados pelo ambiente acadêmico.

2 Metodologia

A pesquisa foi desenvolvida em forma de revisão sistemática integrativa de literatura, com abordagem quanti-qualitativa. Esse tipo de revisão dedica-se a reunir e sintetizar sistematicamente estudos científicos publicados sobre um assunto específico, de forma que possibilite amplo conhecimento sobre o tema, baseando-se em evidências científicas (MARINI; LOURENÇO; BARBA, 2017). Já o uso da abordagem quanti-qualitativa permite quantificar, interpretar e atribuir significados aos dados encontrados (FONSECA, 2002). Nesse sentido, uma revisão sistemática integrativa de qualidade deve seguir as seguintes etapas:

1ª Identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; 2ª Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; 3ª Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; 4ª Categorização dos estudos selecionados; 5ª Análise e interpretação dos resultados; 6ª Apresentação da revisão/síntese do conhecimento (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011, p. 129).

Para essa pesquisa, foram incluídos artigos com abordagem quantitativa, qualitativa, ou mista, que trouxessem no título ou no resumo aspectos relacionados à saúde de mestrandos e doutorandos, escritos em qualquer idioma. Para tanto, utilizaram-se artigos publicados nos últimos 20 anos (entre 31 de maio de 2001 e 31 de maio de 2021).

Os artigos utilizados na composição da amostra atendiam aos seguintes critérios: I) contemplar apenas discentes de pós-graduação, mestrandos e doutorandos; II) abranger informações sobre a saúde de pós-graduandos *stricto sensu*; III) conter a palavra pós-graduandos e/ou pós-graduação seguida de um dos termos – saúde, sofrimento, adoecimento – no título ou no resumo.

Os artigos foram pré-selecionados e selecionados entre 28 de maio e 05 de junho de 2021. A busca foi realizada nas bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e portal de periódicos da CAPES. Os estudos selecionados foram localizados com base em três descritores: Adoecimento *AND* Pós-graduandos; Saúde *AND* Pós-graduandos; e Sofrimento *AND* Pós-graduandos, da mesma forma em ambas as bases de dados.

Vale salientar que para essa busca foram utilizados também os descritores: Saúde *AND* Pós-graduação, Adoecimento *AND* Mestrandos, Adoecimento *AND* Doutorandos,

Adoecimento AND Estudantes, Adoecimento AND Pós-graduação, e Saúde AND Pós-graduação. No entanto, apesar das buscas retornarem resultados, nem um deles se referia a estudantes de pós-graduação *stricto sensu*, e por esse motivo não foram contabilizados ou considerados em nem uma etapa dessa revisão. Para melhor visualização dos descritores utilizados e quantidade de estudos localizados, elaborou-se o quadro 1.

Quadro 1 - Artigos científicos publicados entre 2001 e 2021 localizados nas bases de dados através de descritores.

BASE DE DADOS → DeSC ↓	Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)	Portal de Periódicos CAPES	Total de artigos após aplicação dos critérios de inclusão
Adoecimento AND Pós-graduandos	26	11	1
Saúde AND Pós-graduandos	114	149	6
Sufrimento AND Pós-graduandos	44	16	6
TOTAL	184	176	13

Fonte: Elaboração própria (2021).

Para categorização dos estudos, foi organizado na seção dos resultados um quadro contendo os principais dados referentes a cada artigo integrante dessa revisão, quais sejam: autor, ano e periódico da publicação, e os resultados das pesquisas no que concerne direta ou indiretamente à saúde de mestrandos e doutorandos.

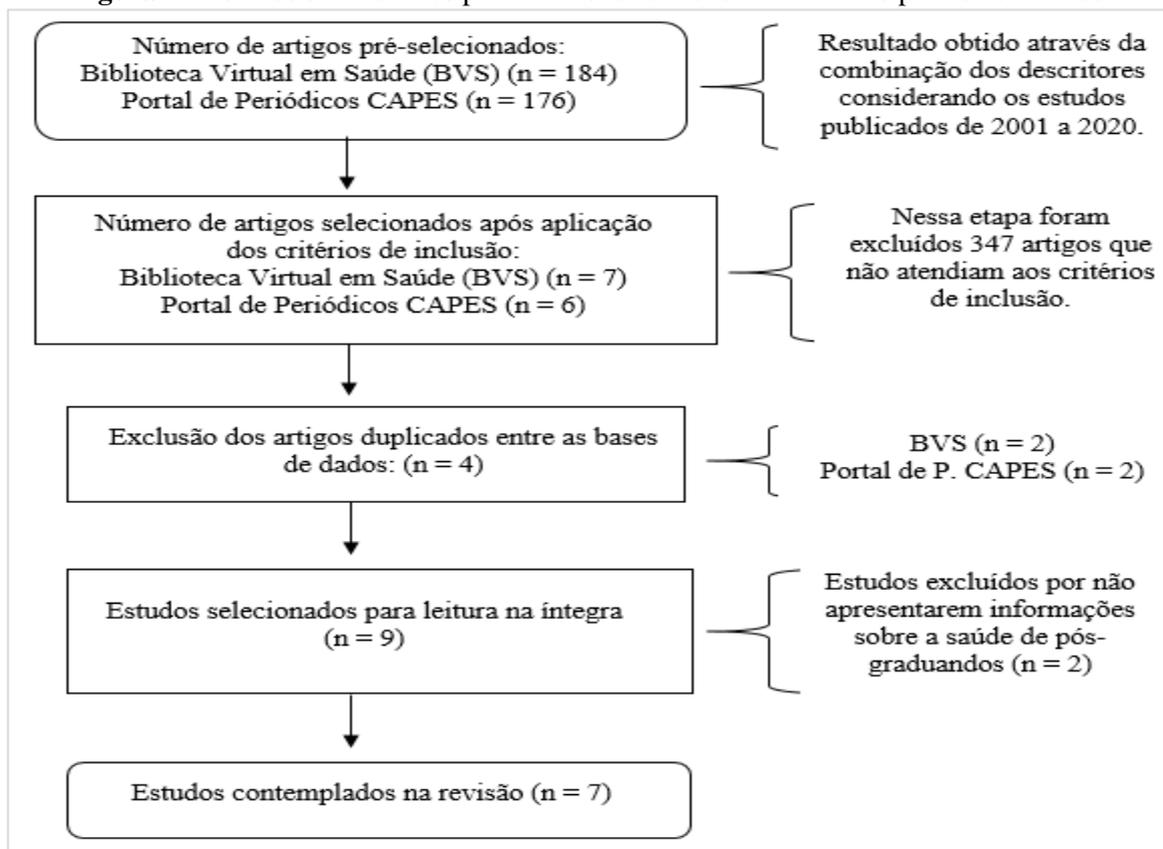
Já a análise, se deu com base na quantificação e interpretação dos dados contidos nas publicações. A interpretação “[...] esclarece não só o significado do material, mas também faz ilações mais amplas dos dados discutidos” (LAKATOS; MARCONI, 2003, p. 168).

3 Análise e discussão dos resultados

A primeira etapa contemplou as buscas nas bases de dados. Nessa fase foram localizados com base nos descritores, 360 artigos publicados entre 2001 e 2021. Após esse levantamento, procedeu-se com a aplicação dos critérios de inclusão, sendo selecionados aqueles que continham a palavra pós-graduandos ou pós-graduação seguida de um dos termos – saúde, sofrimento, adoecimento – no título ou resumo, perfazendo nessa etapa 13 estudos. Posteriormente, foram excluídos os artigos repetidos (4).

As pesquisas resultantes da etapa anterior foram lidas na íntegra, observando-se que sete estudos se encaixavam no proposto pela pesquisa, conforme figura 2.

Figura 2 - Estudos selecionados para a revisão com base em critérios pré-estabelecidos.



Fonte: Elaboração própria (2021).

Os resultados foram compostos por 7 artigos publicados entre 2005 e 2020. Além disso, os objetivos, embora variados, buscavam entender como se dá o processo de adoecimento de pós-graduandos (mestrandos e doutorandos). Corroborando com isso, expressaram como resultados as principais doenças presentes nesse grupo, assim como, a sua incidência e fatores correlacionados, como pode ser observado no quadro 2.

Quadro 2 - Características dos estudos que analisaram a saúde de pós-graduandos entre 2005 e 2021.

Nº	Autor, ano e Periódico	Aspectos relacionados a saúde
E1	LOUZADA; SILVA FILHO, 2005. Psicologia em Estudo	O sofrimento psíquico faz parte do percurso acadêmico, aparece nomeado de diversas formas e em diferentes graus de intensidade, variando desde uma simples preocupação até um intenso mal-estar, tristeza, somatização ou depressão. Os principais responsáveis apontados para essa sintomatologia são: condução do projeto de pesquisa; divulgação de trabalhos; tornar-se pesquisador independente; definir/mudar o problema da pesquisa; ausência de resultados; montagem de uma história a partir dos experimentos; existência de múltiplos projetos/tarefas simultâneos, e problemas institucionais. Também estiveram presentes sintomas de estresse e ansiedade

E2	SANTOS, 2013. Psicologia: Reflexão e Crítica.	Os principais estressores apontados pelos pós-graduandos que exerceram impacto na produção e variabilidade do estresse foram: tempo e recursos financeiros; fatores de supervisão e desempenho; e demandas do curso. O estresse médio dos participantes (aproximadamente 29 pontos) ficou ligeiramente acima do ponto médio da escala (28 pontos), mostrando que, mesmo discretamente, o estresse dos pós-graduandos estava acima dos 50% possíveis na pontuação do instrumento utilizado
E3	FARO, 2013. Psicologia: Teoria e Pesquisa.	A média de estresse foi de 29,1, ficando ligeiramente acima do ponto médio da escala (28 pontos). Nesse contexto, as discentes do sexo feminino apresentaram maior nível de estresse. Quanto aos estressores, oito preocupações se destacaram como principais queixas relatadas pelos estudantes: pressão interna pelo bom desempenho (cobrança pessoal elevada, etc.); interferência da demanda dos estudos sobre outros aspectos de sua vida; pressão externa acerca da conclusão (social, acadêmica, etc.); possibilidade de não atingir o desempenho esperado pela banca; tempo para concluir a tese ou dissertação; questões relativas ao calendário e prazos da pós-graduação; possível decepção quanto à inserção profissional
E4	SOUZA; FADEL; FERRACIOLI, 2016. Revista da ABENO.	A condição estresse mostrou-se presente em 59,1% dos pós-graduandos ingressantes, e em 41,2% dos concluintes. Desses, houve predominância da fase intitulada de resistência, marcada por sintomas psicológicos, embora os físicos também se fizessem presentes em associação (dores musculares, cansaço excessivo, cefaleias, falta de concentração, instabilidade emocional, depressão, isolamento social, hipertensão arterial, insônia, hipersensibilidade, entre outras). Os pós-graduandos ingressantes apresentaram maior nível, e as do sexo feminino apresentaram maior vulnerabilidade ao estresse. Como causadores de estresse que incidiam diretamente na saúde dos discentes foram listados: saturação de atividades inerentes à pós-graduação, a má distribuição da carga horária do curso, os prazos para cumprir suas atividades acadêmicas, a insatisfação em relação à forma de avaliação do corpo docente, a pressão imputada pela bolsa de estudos, as exigências externas à sua área de concentração acadêmica e a incerteza sobre a contribuição do curso em sua vida profissional como fontes estressoras centrais
E5	COSTA; NEBEL, 2018. Polis, Revista Latinoamericana.	74% dos respondentes alegaram ter ansiedade, 31% sofriam com insônia, 25% de depressão, e 24% apresentaram crises nervosas. O estudo também mostrou que grande parte deles sofrem constantemente com algum distúrbio relacionado ao sono, como por exemplo: deitar-se e não conseguir dormir, acordar várias vezes durante o sono, acordar no meio do sono e não conseguir mais dormir. Com relação ao sono, o que mais impressiona é que 40% dos estudantes têm sentimento de culpa ao ir dormir, e para tanto, 19% têm medo ou pânico ao deitar-se, sendo que, essa mesma porcentagem faz uso de medicamentos para dormir, em sua maioria, por conta própria. A instabilidade financeira entre os estudantes, principalmente bolsistas, o prazo para a titulação, a incerteza com o futuro profissional, a pressão psicológica antes e em torno da defesa, o processo de orientação, a preocupação com o <i>Lattes</i> , o isolamento e a falta de interlocução, podem ser apontados como causadores de mal-estar psicológico

E6	GALDITO <i>et al.</i> , 2018. Revista Eletrônica De Enfermagem.	Sedentarismo, insatisfação com o tema de pesquisa, dificuldade de conciliar estudos e vida pessoal, consumo de bebida alcoólica, preocupação com o prazo para conclusão do curso, relacionamento insatisfatório com os docentes, e tabagismo, estiveram associados a menor percepção de qualidade de vida em pós-graduandos. Houve indícios que a formação <i>stricto sensu</i> impactou negativamente na qualidade de vida dos pesquisados, visto que, a maioria dos fatores associados que influenciaram desfavoravelmente nesse quesito, foram variáveis relacionadas ao contexto acadêmico
E7	PINZÓN <i>et al.</i> , 2020. Revista Brasileira de Orientação Profissional.	O estudo indica que no quesito trabalho, os estudantes estão em uma “situação-limite”, capaz de potencializar o mal-estar e ampliar o risco de adoecimento. Evidencia-se, portanto, um estado que requer atenção e providências de curto e médio prazo. Os pós-graduandos apresentaram níveis moderados de depressão e ansiedade, seguidos de sintomas leves de estresse. Nesse sentido, os resultados indicaram que havia presença de sintomas moderados de adoecimento mental entre os estudantes de pós-graduação. Para tanto, a falta de tempo, falta de orientação, falta de prazo, falta de bolsa, não ter recursos financeiros, não conseguir conciliar trabalho e estudo, entre outros, representaram fatores de risco significativos para o adoecimento discente na pós-graduação

Fonte: Elaboração própria (2021).

Considerando o autor principal das produções, notou-se predominância de estudos realizados por pesquisadores da saúde, distribuídos nas áreas de Psicologia (44%)^{E2, E3, E7}, Enfermagem (14%)^{E6}, Psiquiatria (14%)^{E1}, e odontologia (14%)^{E4}. Apenas um estudo (14%) estava fora dessa grande área, sendo realizado por um sociólogo^{E5}. As pesquisas não fizeram distinção quanto ao público alvo dentro do grupo de pós-graduandos *stricto sensu*, todas elas contemplaram mestrados e doutorados.

Ainda com relação as características primárias dos estudos, quatro pesquisas foram realizados a nível nacional^{E2, E3, E5, E7}, contemplando estudantes *stricto sensu* de diferentes áreas do conhecimento. Já três^{E1, E4, E6}, voltaram-se para estudantes da área da saúde. Além disso, 57% dos estudos obtiveram maior concentração das respostas vindas de mestrados^{E2, E3, E4, E6}, 14% de doutorandos^{E1} e 29% não expuseram detalhadamente essa distinção^{E5, E7}.

No contexto do adoecimento dos discentes de pós-graduação, as principais doenças de ordem psicológica presentes nesse grupo, de acordo com a literatura estudada, foram: estresse^{E1, E2, E4, E3, E6, E7}, ansiedade^{E1, E4, E5, E7}, e depressão^{E1, E4, E5, E7}. Já com relação as doenças físicas, elencou-se: cefaleia, hipertensão arterial, dores musculares, e alterações alimentares, além do tabagismo, consumo de álcool e sedentarismo estarem associados a menor percepção de qualidade de vida (percepção negativa)^{E4, E6}.

Com relação aos sintomas, houve prevalência daqueles indicativos principalmente de sofrimento psicológico, tais como: mal-estar psicológico^{E1, E5}, angústia^{E1, E4}, preocupação intensa^{E1, E5}, tensão^{E1, E4}, distúrbios relacionados ao sono^{E4, E5}, instabilidade emocional^{E4}, falta de concentração^{E4}, nervosismo^{E4}, alterações de humor^{E4}, irritabilidade^{E4}, e tristeza^{E1}. Com relação aos sintomas físicos, foi relatado o cansaço excessivo^{E4}.

Os estudos preocuparam-se também, em descrever os principais aspectos que poderiam interferir na saúde dos estudantes. Para tanto, descobriu-se que, a exigência de grande dedicação as atividades de pesquisa^{E1, E4, E7}, as publicações^{E2, E4, E7}, a relação com o orientador ou orientação^{E1, E2, E3, E5, E7}, as dificuldades com o tema ou na condução da pesquisa^{E1, E2, E6}, as múltiplas tarefas simultâneas^{E1, E6, E7}, os fatores tempo, horas e prazos^{E2, E3, E4, E5, E6, E7}, os recursos financeiros^{E2, E3, E5, E6, E7}, o desempenho metodológico^{E2, E3, E4, E5}, as dúvidas quanto à inserção profissional^{E2, E3, E4, E5}, e o isolamento^{E4, E5} colaboram diretamente para o adoecimento de estudantes de pós-graduação.

A partir dos estudos integrantes dessa revisão, fica evidenciado o processo de adoecimento de pós-graduandos *stricto sensu*. O adoecimento é descrito e caracterizado de inúmeras formas, porém, todas elas, apontam para o mesmo indicativo, o estudante está adoecendo na pós-graduação e esse adoecimento se relaciona diretamente com ela.

O sofrimento psíquico está presente em todo o processo de formação dos pesquisadores *stricto sensu*. Esse pode se apresentar de diferentes formas em cada sujeito, “[...] variando desde uma simples preocupação, até um intenso mal-estar, tristeza, somatização ou depressão” (LOUZADA; SILVA FILHO, 2015, p. 455).

Pesquisar um tema sem afinidade ou interesse, desenvolver a pesquisa e as atividades inerentes a pós-graduação de forma desarmoniosa com os outros aspectos da vida cotidiana, a cobrança excessiva por publicações, e o relacionamento conturbado com o orientador, não só contribuem para a percepção de má qualidade de vida dos estudantes, como também, para o surgimento de sintomas de adoecimento físico e psicológico (GALDITO *et al.*, 2018; SANTOS, 2013; SOUZA, FADEL, FERRACIOLI, 2016).

A realização de múltiplas tarefas, dedicação de tempo reduzido a pós-graduação ou até mesmo, a falta de tempo para essa e outras atividades particulares, decorre principalmente do fato que, nem todos aqueles que necessitam, conseguem ser contemplados com bolsas de estudo ofertadas pelas agências de fomento (GALDITO *et al.*, 2018; PINZÓN *et al.*, 2020).

Além do exposto, os estudantes passam por fortes pressões pessoais e sociais para obter sucesso na carreira. Ao serem indagados sobre o assunto, relatam que o sucesso na carreira acadêmica é muito mais subjetivo do que objetivo. Fato que pode explicar os relatos de dificuldade financeira durante ou após a formação, assim como, possíveis frustrações com a inserção profissional (FARO, 2013; PINZÓN *et al.*, 2020).

Esse fato leva o estudante a buscar meios para a sua subsistência, seja através de trabalhos formais ou informais. Principalmente quando não podem contar com a ajuda, ou suporte financeiro de familiares durante o curso. Além disso, os diversos papéis desempenhados pelos pós-graduandos, contribui para insatisfação e má percepção sobre a sua qualidade de vida, ou seja, gera também, um conflito resultante da associação entre o trabalho e os demais papéis que precisam ser desempenhados (GALDITO *et al.*, 2018; PINZÓN *et al.*, 2020).

Considera-se que o desenvolvimento das atividades acadêmicas no decorrer do curso de pós-graduação *stricto sensu* constituem fontes geradoras de estresse, contribuindo principalmente para o surgimento de sintomas psicológicos. No entanto, apesar de em menor proporção, também estão presentes os sintomas físicos (SANTOS, 2013; SOUZA, FADEL, FERRACIOLI, 2016).

Outro aspecto muito importante a ser considerado ao se estudar saúde e adoecimento de pós-graduandos, é a qualidade de vida. Nesse sentido, o estudo de Galdito *et al.* (2018), demonstrou que “os mestrandos e doutorandos apresentaram percepções inferiores de QV quando comparados aos estudantes de graduação [...], sugerindo que este nível de ensino possui demandas que interferem desfavoravelmente na QV dessas pessoas” (GALDITO *et al.*, 2018, p. 5).

Ainda no que tange ao estresse no ambiente acadêmico e sua caracterização “[..] [o] estresse vem sendo caracterizado como fato psicossocial com repercussão biológica, que ocorre quando há a percepção de ameaça real ou imaginária, avaliada como capaz de alterar o estado de conforto subjetivo provocando sensações de mal-estar transitório ou persistente” (SOUZA, FADEL, FERRACIOLI, 2016, p. 50).

As cobranças externas, fazem com que os estudantes se sintam pressionados a produzir cada vez mais, isso resulta em cobrança interna excessiva e no desenvolvimento de patologias compatíveis com a ansiedade. Com efeito, é importante identificar esses gatilhos propulsores de adoecimento e gerar ações efetivas no âmbito das universidades e PPGs que possibilitem a

prevenção dos efeitos negativos provocados na saúde do pesquisador decorrentes dessas demandas (PINZÓN *et al.*, 2020).

O desenvolvimento de distúrbios mentais e psicológicos é uma realidade em pós-graduandos brasileiros, assim como, de diversas outras nacionalidades. A tentativa de conciliar a vida pessoal, estudo e por vezes trabalho, a fase adaptativa, além das diversas mudanças ocorridas nesse período, somadas as demandas acadêmicas e a incerteza quanto ao futuro profissional, por vezes deixam os estudantes vulneráveis, o que prejudica seu bem-estar psicológico oportunizando o desenvolvimento de doenças como ansiedade, depressão, distúrbios do sono e até mesmo, em casos extremos, suicídio ou a tentativa desse (COSTA; NEBEL, 2018).

Alguns estudos revelam que os pós-graduandos ingressantes apresentam maior nível de estresse, quando comparados aos que estão finalizando o curso. Esse fato busca embasamento na fase adaptativa a que os estudantes são submetidos ao iniciarem um curso de mestrado ou doutorado. Embora, outros achados da literatura relatem exatamente o contrário, devido à forte pressão sofrida pelos estudantes ao se aproximarem do término do curso (SOUZA, FADEL, FERRACIOLI, 2016).

O ambiente acadêmico apresenta cobranças que podem ser tornar excessivas a depender do indivíduo submetido a elas. As exigências constantes para participar de eventos acadêmicos, apresentar suas produções, escrever e publicar artigos em periódicos científicos qualificados, qualificar, além de paralelamente escrever a dissertação ou tese, exigem alto grau de envolvimento cognitivo e emocional, podendo resultar em distúrbios mentais (COSTA; NEBEL, 2018; FARO, 2013; PINZÓN *et al.* 2020).

Sabendo-se que o estresse, em certa medida, está presente durante o processo formativo, vale salientar que o nível de estresse mental é bem mais elevado em pós-graduandos do que em graduandos. Nesse sentido, do estresse decorrem sintomas físicos e psicológicos, e por esse motivo se faz necessário entender as demandas internas dos estudantes (expectativas em torno de si, com o programa e com a pesquisa), além da relação com o orientador, o que se torna essencial para compreender o processo de adoecimento do pós-graduando *stricto sensu* causado pela busca incessante de atingir níveis de qualidade cada vez mais altos. Além disso, estudantes acometidos por altos níveis de estresse tendem a não querer dar continuidade à formação (COSTA; NEBEL, 2018; FARO, 2013; SANTOS, 2013).

As demandas acadêmicas exigem um alto grau de envolvimento cognitivo, emocional, psicológico, e até financeiro. Dessa forma, o ambiente da pós-graduação se torna propício ao adoecimento dos estudantes, principalmente daqueles que se encontram em estado de vulnerabilidade psicológica. Pois, estar em um curso de pós-graduação pode ser altamente estressante, o que requer muito do estudante, principalmente nos quesitos adaptabilidade e inteligência emocional, além de outros fatores correlacionados (COSTA; NEBEL, 2018).

Considerando o ambiente de pós-graduação e o contexto em que os estudantes estão inseridos, “[...] o tempo dedicado ao estudo, às disciplinas, ao trabalho, à pressão por resultados, que deriva em cobrança e ansiedade, evidencia a importância de identificar esses aspectos e gerar ações, tanto globais quanto específicas, para prevenir seus efeitos” (PINZÓN *et al.*, 2020, p. 195).

O comprometimento da saúde do pós-graduando é um tema bastante complexo. Não há apenas um fator responsável por esse adoecimento, como demonstrado na literatura estudada. No entanto, grande parte dos fatores estão diretamente relacionados à pós-graduação *stricto sensu*, seja pela fase que implica em grande capacidade adaptativa em um curto período de tempo, seja pelas cobranças inerentes à pós-graduação, ou ainda, pelo relacionamento interpessoal dentro do curso.

4 Conclusões

A partir da análise da produção científica sobre a saúde de pós-graduandos *stricto sensu*, nota-se que a forma de se fazer ciência no País pode estar conduzindo o estudante ao adoecimento. Pois, apesar dos estudos contemplarem pós-graduandos de áreas diversas, os dados encontrados são semelhantes quanto ao aspecto saúde, associados, inclusive, até certo ponto, ao produtivismo acadêmico. Nesse sentido, os autores passaram a preocupar-se com essa temática principalmente a partir de 2005. No entanto, como foi possível constatar mediante a quantidade de estudos localizados nas bases de dados, ainda é um tema pouco discutido.

É possível perceber que a literatura enfatiza o constante adoecimento de pós-graduandos, elencando, inclusive, as doenças que podem surgir durante o curso de pós-graduação, constatando, assim, o adoecimento desse grupo. A primeira medida urgente a ser tomada é a implantação de serviços de cuidado à saúde dos pós-graduandos dentro das universidades e Programas de Pós-graduação, oferecendo atendimento psicológico especializado – psicólogo e psiquiatra –, já que, mediante a análise dos estudos é possível

afirmar que os pós-graduandos são acometidos principalmente por sintomas e doenças de ordem psicológica.

Outra ação que se faz necessária é a promoção de palestras, cursos e demais eventos, inclusive com a presença de especialistas que contribuam para o debate sobre o adoecimento discente no ambiente da pós-graduação. Pois, sabe-se que a sociedade ainda apresenta forte resistência em falar sobre doenças psíquicas, o que inibe o estudante acometido por essas patologias de expor o problema e procurar ajuda especializada.

Quanto às limitações dessa revisão, podem ser elencadas a busca realizada em apenas duas bases de dados e o uso de descritores amplos. Dessa forma, como sugestões para estudos futuros, indica-se que a busca seja realizada em mais bases de dados e que se proceda à ampliação dos descritores. Pois, considerando os dados dessa revisão, as doenças mais presentes nesse grupo, são: ansiedade, estresse e depressão, sendo assim, a combinação de descritores relacionados a essas patologias, também podem resultar em um número maior de pesquisas sobre a temática.

Embora os estudos levantados para essa revisão tratem de diferentes grupos de pós-graduandos, no sentido de formação, é importante ressaltar que todos os PPGs do País, até então, são levados a funcionar em padrão semelhante. Portanto, mediante a literatura estudada, é possível inferir que a produção acadêmica como está posta, o produtivismo acadêmico, as relações desenvolvidas de forma desarmoniosa, e a alta cobrança decorrente das demandas da pós-graduação suscitam em adoecimento de mestrandos e doutorandos durante o processo formativo.

Referências

BALBACHEVSKY, E. A pós-graduação no Brasil: novos desafios para uma política bem-sucedida. Os desafios da educação no Brasil. **Nova Fronteira**, Rio de Janeiro, v. 1, [s.n.], p. 285-314, 2005. Disponível em:

<http://www.schwartzman.org.br/simon/desafios/9posgrado.pdf>. Acesso em: 05 abr. 2021.

BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. de A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e sociedade**, [s.l.], v. 5, n. 11, p. 121-136, maio/ago., 2011. Disponível em:

<https://www.gestaoesociedade.org/gestaoesociedade/article/view/1220/906>. Acesso em: 31 maio 2021.

BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). **Evolução do SNPG no decênio do PNPG 2011-2020**. Brasília: CAPES, 2021a.

BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). **Cursos avaliados e reconhecidos por região**. 2021b. Disponível em: <https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/programa/quantitativos/quantitativoRegiao.jsf>. Acesso em: 14 jun. 2021.

CÂMARA, V. M. dos S. **Adoecimento e atendimento psicológico de pós-graduandos: perfil, queixas e fatores associados aos sintomas de ansiedade**. 2020. Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas) – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO. Parecer CFE nº 977/1965, aprovado em 3 dez. 1965. **Revista Brasileira de Educação**, Brasília, DF, n. 30, p. 162-173, set./dez., 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbedu/n30/a14n30.pdf>. Acesso em: 12 mar. 2021.

CIRANI, C. B. S.; CAMPANARIO, M. de A.; SILVA, H. H. M. da. A evolução do ensino da pós-graduação senso estrito no Brasil: análise exploratória e proposições para pesquisa. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 163-187, mar., 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-40772015000100163&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 15 jan. 2021.

COSTA, E. G. da; NEBEL, L. 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, ago., 2018. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-65682018000200207. Acesso em: 29 de maio 2021.

FARO, A. Estresse e estressores na pós-graduação: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 29, n. 1, p. 51-60, jan./mar., 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722013000100007. Acesso em: 01 jun. 2021.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UECE, 2002.

GALDITO, M. J. Q. *et al.* Qualidade de vida de estudantes de mestrado e doutorado em enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, [s. l.], v. 20, dez., 2018. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/50673>. Acesso em: 04 jun. 2021.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LOUZADA, R. de C. R.; SILVA FILHO, J. F. da. Formação do pesquisador e sofrimento mental: um estudo de caso. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 10, n. 3, p. 451-461, set./dez., 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pe/v10n3/v10n3a12.pdf>. Acesso em: 01 jun. 2021.

MARINI, B. P. R.; LOURENÇO, M. C.; BARBA, P. C. de S. D. Revisão sistemática integrativa da literatura sobre modelos e práticas de intervenção precoce no Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, [s.l.] v. 35, n. 4, p. 456-463, set., 2017. Disponível em:

<https://www.scielo.br/pdf/rpp/v35n4/0103-0582-rpp-2017-35-4-00015.pdf>. Acesso em: 20 maio 2021.

MOROSINI, M. C. A pós-graduação no Brasil: formação e desafios. **RAES**, [s.l.], n. 1, p. 125-152, nov., 2009. Disponível em: <http://flacso.redelivre.org.br/files/2012/07/518.pdf>. Acesso em: 26 jan. 2021.

NAZARENO, E.; HERBETTA, A. F. A pós-graduação brasileira: sua construção assimétrica e algumas tentativas de superação. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 24, n. 2, p. 103-112, abr./jun., 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2019000200002. Acesso em: 25 jan. 2021.

PINZÓN, J. H. *et al.* Barreiras à carreira e saúde mental de estudantes de pós-graduação. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Campinas, v. 21, n. 2, p. 189-201, jul./dez., 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902020000200007. Acesso em: 02 jun. 2021.

SANTOS, A. F. Um modelo explicativo para o bem-estar subjetivo: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, [s.l.], v. 26, n. 4, p. 654-662, dez., 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?frbrVersion=4&script=sci_arttext&pid=S0102-79722013000400005&lng=en&tlng=en. Acesso em: 30 maio 2021.

SOUZA, J. A. de; FADEL, C. B.; FERRACIOLI, M. U. Estresse no cotidiano acadêmico: um estudo com pós-graduandos em odontologia. **Revista da ABENO**, [s.l.], v. 16, n. 1, p. 50-60, 2016. Disponível em: <https://revabeno.emnuvens.com.br/revabeno/article/view/207>. Acesso em: 04 jun. 2021.

SOUZA, M. B. C. A. de; CAVALCANTI, H. T. da S.; CAVALCANTE, C. E. Colapso na academia? O comportamento de pós-graduandos em administração e o burnout. **Cadernos de Estudos Sociais**, [s.l.], v. 33, n. 1, p. 59-84, jul., 2018. Disponível em: <https://periodicos.fundaj.gov.br/CAD/article/view/1726>. Acesso em: 05 jun. 2021.

ZOTESSO, M. C. **Sofrimento psicológico em pós-graduandos**: aspectos emocionais e comportamentais. 2021. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, 2021.