

“VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHA”: RODAS DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL COM ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE EM SALVADOR, BAHIA

“NO ESTÁS SOLO”: CÍRCULOS DE ATENCIÓN EM SALUD MENTAL A ESTUDIANTES DE GRADUACIÓN EN UNA UNIVERSIDAD DE SALVADOR, BAHÍA

“YOU ARE NOT ALONE”: MENTAL HEALTH CARE CIRCLES FOR UNDERGRADUATE STUDENTS AT A UNIVERSITY IN SALVADOR, BAHIA



Carla BRITO¹

e-mail: soucarlabrito@gmail.com



Anna FLYNN²

e-mail: anflynn09@gmail.com



Suely AIRES³

e-mail: suely.aires7@gmail.com

Como referenciar este artigo:

BRITO, Carla; FLYNN, Anna; AIRES, Suely. “Você não está sozinha”: rodas de cuidado em saúde mental com estudantes de graduação de uma Universidade de Salvador, Bahia. **Plurais - Revista Multidisciplinar**, Salvador, v. 10, n. 00, e025008. e-ISSN: 2177-5060. DOI: 10.29378/plurais.v10i00.22278



| Submetido em: 03/11/2024

| Revisões requeridas em: 02/07/2025

| Aprovado em: 04/08/2025

| Publicado em: 29/10/2025

Editoras: Profa. Dra. Célia Tanajura Machado
Profa. Dra. Kathia Marise Borges Sales
Profa. Dra. Rosângela da Luz Matos

Editor Adjunto Executivo: Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

¹ Universidade de São Paulo (USP), São Paulo – São Paulo (SP) – Brasil. Mestranda do Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica pela Universidade de São Paulo (USP).

² Universidade Federal da Bahia (UFBA), Salvador – Bahia (BA) – Brasil. Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal da Bahia.

³ Universidade Federal da Bahia (UFBA), Salvador – Bahia (BA) – Brasil. Professora no Instituto de Psicologia da Universidade Federal da Bahia e professora do Programa de Pós-Graduação em Psicologia (IPS-UFBA). Líder do grupo de pesquisa “Hiato: psicanálise, clínica e política”.

RESUMO: O presente artigo tem como objetivo apresentar um projeto de extensão de rodas de cuidado voltado para estudantes universitários em Salvador, Bahia. O Projeto AconChegar busca ofertar um espaço de escuta e cuidado compartilhado aos alunos de graduação, de modo a fortalecer o laço mútuo, partilhar experiências de sofrimento e multiplicar estratégias de cuidado. Foram realizadas 33 rodas de cuidado promovidas pelo projeto entre os anos de 2020 e 2022. Neste artigo, apresentamos inicialmente o projeto de extensão e a aposta em um determinado modo de entender e de lidar com o sofrimento para, em seguida, discutir o mal-estar relatado pelos participantes em sua relação com o neoliberalismo, mais especificamente com a ideia do “empreendedor de si”. As rodas de cuidado do AconChegar, ao irem na contramão da individualização do sofrimento, constituíram uma saída coletiva para o mal-estar e sofrimento psíquico presentes na universidade.

PALAVRAS-CHAVE: Sofrimento psíquico. Roda de cuidado. Universidade. Neoliberalismo. Mal-estar.

RESUMEN: Este artículo tiene como objetivo presentar un proyecto de extensión de ruedas de cuidado orientadas a estudiantes de la universidad en Salvador, Bahia. El Proyecto AconChegar tiene como objetivo ofrecer un espacio de escucha y cuidado compartido a estudiantes de pregrado, con el fin de fortalecer el vínculo mutuo, compartir experiencias de sufrimiento y multiplicar estrategias de cuidado. Entre 2020 y 2022 se realizaron 33 círculos de atención promovidos por el proyecto. En este artículo, presentamos, en primero lugar, el proyecto de extensión y el compromiso con una determinada forma de entender y afrontar el sufrimiento para, luego, discutir el malestar reportado por los participantes en su relación con el neoliberalismo, más específicamente la idea del “autoempreendedor”. Las ruedas de cuidado del proyecto AconChegar, al ir en contra de la individualización del sufrimiento, constituyeron una salida colectiva al malestar y sufrimiento psicológico presente en la universidad.

PALABRAS CLAVE: Salud mental. Rueda de cuidado. Universidad. Neoliberalismo. Malestar.

ABSTRACT: This article aims to present an extension project based on care circles for university students in Salvador, Bahia. The AconChegar Project seeks to offer a space for listening and shared care to undergraduate students, in order to strengthen the mutual bond, share experiences of suffering, and multiply care strategies. Thirty-three care circles were carried out between 2020 and 2022 by the AconChegar project. In this article, we present, first, the extension project and the commitment to a certain way of understanding and dealing with suffering, and, secondly, we discuss the discontents referred to by the participants in their relationship with neoliberalism, more specifically with the idea of the “self-entrepreneur”. The AconChegar care circles, by going against the individualization of suffering, constituted a collective way out of the discomfort and psychological suffering present at the university.

KEYWORDS: Mental health. Care circles. University. Neoliberalism. Discontents.

Introdução

A saúde mental no ambiente universitário vem ganhando um maior destaque nos últimos anos (Lima *et al.*, 2019). Casos de adoecimento psíquico e suicídio em universidades de cidades brasileiras como São Paulo, Rio de Janeiro e Salvador vêm sendo veiculados por jornais e mídias diversos, de modo a denunciar uma questão que tem preocupado a muitos. Ao adentrar o banheiro feminino de um dos *campi* da Universidade Federal da Bahia (UFBA), podemos ler frases como “todo dia eu penso em desistir”, ao lado de “você não está sozinha”. As portas dos banheiros, todas rabiscadas, são um dos lugares na universidade em que é possível notar a presença do sofrimento psíquico em estudantes.

Diante desse contexto, foi elaborado o projeto de cuidado compartilhado, AconChegar, que aconteceu, em sua primeira edição, entre os anos de 2020 e 2022 e promoveu um espaço para as universitárias tecerem cuidado entre si, a partir da promoção de saúde e acolhimento do sofrimento psíquico. A extensão esteve vinculada a dois projetos de Iniciação Científica, que tiveram metodologias distintas; e, para este artigo, há a descrição da experiência de trabalho que ocorreu na extensão.

Por meio da revisão de literatura realizada para este trabalho, pudemos constatar uma maior preocupação com o tema: desde o ano de 2018, o número de publicações de estudos sobre saúde mental na universidade vem aumentando consideravelmente. Em 2019, foi realizado um levantamento nacional pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (Fonaprace, 2019), no qual foi identificado um alto índice de sofrimento e adoecimento psíquicos entre universitários. Além disso, importante mencionar que o suicídio é considerado como a segunda causa de morte entre universitários (Santos *et al.*, 2017).

A literatura indica que a entrada na universidade é marcada por inúmeras mudanças importantes na vida dos estudantes, as quais podem produzir sofrimento e adoecimento, dentre elas: primeira vez morando sem a família e longe da rede de amizades até então estabelecida (Diniz; Aires, 2018; Souza; Lourenço; Santos, 2016; Oliveira *et al.*, 2014); uma nova gestão do tempo, isto é, a busca por conciliar e dar conta de diversas atividades (Dias *et al.*, 2019; Diniz; Aires, 2018); nível de exigência de desempenho acadêmico a que os estudantes ingressantes não estavam acostumados (Vieira-Santos; Paiva; Mendes Pacheco, 2023; Dias *et al.*, 2019; Diniz; Aires, 2018; Oliveira *et al.*, 2014). A pandemia de covid-19, por sua vez, e o isolamento social por ela imposto, intensificou esses aspectos e gerou ainda maiores dificuldades na vivência acadêmica (Mota *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2021; Rocha *et al.*, 2021; Antúñez *et al.*, 2021).

Grande parte dos estudos que se debruçam sobre os chamados “transtornos psicológicos” o fazem através de métodos quantitativos de modo a identificar fatores de vulnerabilidade de proteção. Ter baixo nível de habilidade social, por exemplo, correlaciona-se positivamente com ansiedade (Borba; Hayasida; Lopes, 2019) e depressão (Bolsoni-Silva; Guerra, 2014). Os estudos acerca de suicídio seguem essa mesma perspectiva de pesquisa. Ser estudante de períodos iniciais (Silva; Faro, 2020) e fazer uso de substâncias psicoativas (Machado *et al.*, 2020) foram alguns aspectos que apareceram como risco ao suicídio. Por outro lado, o exercício de práticas religiosas (Silva; Faro, 2020) e ter boas relações interpessoais (Machado *et al.*, 2020) surgiram como fatores protetivos nas investigações.

Chama a atenção a escassez de estudos que incluam os atravessamentos de gênero, raça e classe. Ainda assim, segundo Lameu, Salazar e Souza (2016), as mulheres apresentaram um nível elevado de estresse, assim como os alunos que moram em residências estudantis públicas ou privadas e que têm menos contato com a família. Reis (2020) afirma que o estresse é prevalente entre os estudantes, principalmente do gênero feminino, que fazem sintomas corporais variados.

O estudo de Santos e Castanho (2021) aponta para as barreiras de raça que estudantes negros enfrentam no percurso universitário, e como estas impactam no senso de pertencimento a esse mundo, podendo gerar sofrimento psíquico, o qual pode ser intensificado para os alunos cotistas, expostos a múltiplas vulnerabilidades. Nesse sentido, Reis (2021, p. 12) afirma que “o cuidado psicossocial é fundamental para instrumentalizar o discente cotista à sua permanência, através da provisão para suas necessidades”. Esses estudos apresentam marcadores socioeconômicos, de gênero e de raça, que modulam a experiência na universidade e são importantes para entendermos vivências de sofrimentos dos discentes.

Reis (2019) endossa essa discussão apresentando a experiência do Núcleo de Apoio Pedagógico e Psicossocial ao Estudante (NAPE), desenvolvido na Universidade do Estado da Bahia, campus XVIII. O NAPE surgiu a partir das demandas dos próprios estudantes e teve início em 2016, promovendo um espaço de psicoterapia individual. Em 2018 foram implementadas as rodas de Terapia Comunitária Integrativa (TCI), ratificando a importância de promover um espaço de cuidado compartilhado no ambiente acadêmico.

[...] observou-se a importância da adoção de técnicas de âmbito grupal/coletivo, bem como de baixo custo como a TCI, através da qual se obteve resultados positivos para os estudantes participantes, visando garantir a ampliação e a continuidade do cuidado, na medida em que as instituições públicas de Ensino Superior passam por situação de crise na atualidade, que

podem vir a refletir na qualidade de vida estudantil, bem como na qualidade do suporte oferecido (Reis, 2019, p. 8).

Em uma perspectiva semelhante, iniciamos o trabalho de rodas de cuidado compartilhado por meio do AconChegar, visto que a lógica individualista é insuficiente para a produção de cuidado, sendo necessário apostar no apoio mútuo e na partilha de experiências. Além disso, de modo a aprofundar o tema sob a perspectiva psicanalítica, afirmamos a importância de produzir discussões que levem o laço social em consideração, pois grande número de pesquisas limita-se a apresentar o sofrimento como um transtorno, relacionando-o a aspectos dos “indivíduos”, enquanto seres isolados de seu meio.

Em *O mal-estar na civilização*, publicado em 1930, Freud já discutia a ânsia do ser humano em evitar a dor e buscar um ideal de felicidade, como se fosse possível alcançar esse estado e permanecer nele. No entanto o fundador da psicanálise apontou para três fontes de sofrimento, os quais são, ainda hoje, muito atuais. Segundo Freud (2010[1930]), o mal-estar pode advir:

Do próprio corpo, que, fadado ao declínio e à dissolução, não pode sequer dispensar a dor e o medo, como sinais de advertência; do mundo externo, que pode se abater sobre nós com forças poderosíssimas, inexoráveis, destruidoras; e, por fim, das relações com os outros seres humanos (Freud, 2010[1930], p. 31).

Efeito da desarmonia entre as pulsões e a civilização, Freud coloca, nessa formulação, o mal-estar como fazendo parte da experiência humana no mundo. O sofrimento sempre esteve aí, é verdade; mas, como escreve Christian Dunker (2015), os sofrimentos nem sempre foram os mesmos. Segundo o autor, o sofrimento se transforma ao longo do tempo, assumindo diferentes formas, a depender da época e do contexto. Diferente do mal-estar, que é definido como um tipo de padecimento que resiste à nomeação, o sofrimento é indissociável da linguagem. Nesse sentido, modalidades de mal-estar e de sofrimento se articulam com o laço social no qual o sujeito está inserido.

Como apontam Safatle, Silva Júnior e Dunker (2021), com a ascensão do neoliberalismo no mundo, a partir da década de 1970, cada vez mais a dimensão conflitual do sofrimento é apagada. Nessa nova gramática de sofrimento, a dimensão conflitual do que sinalizou Freud, em 1930, entre o sujeito e o laço social e suas normas, é substituída por uma determinação do sofrimento que está localizada no cérebro, no *déficit* de neurotransmissores. Ocorre, como argumentam esses autores, uma individualização do conflito que é marca da lógica neoliberal.

Há um movimento de patologização e individualização do sofrimento, em que a dor passa a ser

compreendida como um transtorno ou uma doença, não sendo integrada às possibilidades da vivência humana cotidiana.

Assim, a fim de analisar e intervir sobre os modos de sofrimento e mal-estar na universidade atualmente, é preciso levar em consideração o contexto no qual a universidade está inserida. Esse contexto é marcado pelo neoliberalismo em suas múltiplas facetas, seja na precarização das universidades, seja em seu *modus operandi*, seja pelos efeitos nas subjetividades de quem nela está. Identificar, nomear e reconhecer os modos de sofrimento dentro da universidade implica atentar para os diferentes tipos de relação com o social. Cabe, portanto, destacar que o neoliberalismo não se limita aos atos e procedimentos administrativos e legais, mas implica modos de constituição da subjetividade e de gestão do sofrimento. Nesse sentido, ao considerar o contexto universitário, enfatizamos que o modo de estar e se relacionar na universidade tem passado por mudanças significativas, o que se intensificou na pandemia. Ao longo do artigo, apresentamos e desenvolvemos essa discussão.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo apresentar o projeto de extensão “AconChegar: rodas de cuidado” que ocorreu ao longo dos anos de 2020 e 2022 e esteve voltado para estudantes de graduação da UFBA. Através do AconChegar apostamos em um modo específico de lidar com o sofrimento, sendo este marcado pelo contato com o outro e pelo compartilhamento do cuidado.

AconChegar: procedimentos metodológicos

“[...] enquanto um olho chora, o outro espia o tempo procurando a
solução”.
(Conceição Evaristo, 2014, p. 114)

A proposta para a realização do AconChegar surgiu a partir da intensificação dos relatos de sofrimento e adoecimento no ambiente universitário e do reduzido número de ações de cuidado à saúde mental dentro da universidade. O estopim para o início do projeto de extensão, em 2020, foi a pandemia de covid-19 (*Corona Virus Disease* 2019, na sigla em inglês) e do contexto de isolamento social, o qual produziu sofrimento e adoecimento em estudantes universitários. Assim, foi construído um espaço de cuidado compartilhado para esse grupo, visando o fortalecimento do laço mútuo e a troca das experiências de vida.

O AconChegar aconteceu sob coordenação de duas professoras e psicólogas do Instituto de Psicologia da UFBA, e a facilitação das rodas de cuidado foi realizada por três graduandas de psicologia, com presença alternada das professoras. Os cuidados éticos necessários a uma

prática de escuta foram seguidos em conformidade ao Código de Ética Profissional do Psicólogo. Posteriormente, após reconhecimento do potencial das rodas de cuidado, foi estruturado um projeto de pesquisa, o qual foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (Protocolo 4.953.364). No que diz respeito à participação, podiam se inscrever para os encontros estudantes de graduação dos cursos do *campus* de São Lázaro (Psicologia, Serviço Social, Estudos de Gênero e Diversidade, História, Ciências Sociais, Filosofia e Museologia) e dos Bacharelados Interdisciplinares.

Como as rodas foram frequentadas majoritariamente por pessoas do gênero feminino, neste artigo os substantivos estão flexionados conforme essa perspectiva. Foram realizadas 33 rodas de cuidado de agosto de 2020 a setembro de 2022, cuja predominância era de mulheres, pessoas negras e sem deficiência. As rodas aconteciam quinzenalmente durante o período noturno, por meio do Google Meet, com duração aproximada de 1h30min, apresentando uma média de 12 inscrições, com participação efetiva de 6 estudantes. As inscrições eram realizadas via Google Forms e seu link era anexado à chamada de divulgação da roda, cujos principais canais eram grupos de WhatsApp e e-mails de colegiados dos cursos.

As falas ocorriam em “associação livre”, não havendo um tema pré-definido na maioria dos encontros, porém houve rodas temáticas que aconteceram em parceria com grupos de trabalho de disciplinas e com o Diretório Acadêmico do curso de Psicologia. Foi optado por não gravar as rodas como modo de ofertar um espaço em que as participantes ficassem mais à vontade para se expressar. Ao fim de cada roda, as extensionistas e supervisora permaneciam na sala e realizavam uma breve avaliação do encontro, com o intuito de refletir sobre a condução realizada e discutir os principais temas que surgiram nas falas das participantes, temas estes que se repetiam em diferentes rodas, como os impactos da virtualização da vida; a saudade dos encontros cotidianos, que aconteciam no *campus* presencialmente; a sobrecarga de demandas; a rotina acelerada e a falta de tempo.

Posteriormente, essa avaliação era registrada por cada extensionista em um diário, em que anotávamos os temas e algumas falas das participantes que mais chamaram atenção, assim como impressões individuais. Esses diários eram compartilhados entre as extensionistas e as supervisoras e, para a elaboração desta experiência de extensão, foram lidos em conjunto e identificados os temas que mais se repetiam nos registros.

Era comum na fala das participantes relatos sobre o modo como a pandemia afetava suas vidas cotidianas. Diante do isolamento social, as estudantes foram submetidas a mudanças em suas atividades rotineiras, tendo como um dos efeitos a fragilização dos vínculos. Algumas

participantes destacaram o valor dos encontros que se davam nos corredores da universidade no período anterior à pandemia. Nesse sentido, essas repetições foram agrupadas sob a categoria de análise *Fragilização dos vínculos e a potência dos encontros cotidianos*. Outro aspecto que aparecia com frequência na fala das participantes era o sentimento de ansiedade e de insuficiência em relação aos afazeres da vida acadêmica, levando muitas vezes a um intenso sofrimento subjetivo. Essas falas levaram à construção da segunda categoria de análise que denominamos de *Você tem que correr atrás e o sentimento de insuficiência*, em que discorremos sobre como o sofrimento e o adoecimento psíquico individual refletem o sistema social mais amplo marcado pelo neoliberalismo.

A escolha por trabalhar com o que se repetia nas falas se deu a partir do entendimento de que, para a psicanálise, a repetição diz de algo que faz questão, que insiste e que, portanto, pede nomeação, reconhecimento e elaboração. Assim, os diários foram inicialmente lidos identificando as repetições para depois serem agrupados em temas e, por fim, analisados à luz da revisão de literatura e marco teórico.

O que nos guiou no manejo das rodas foi a psicanálise enquanto um dispositivo de escuta, entendendo dispositivo como um “conjunto multilinear, composto por linhas de natureza diferente” (Deleuze, 2016[1988], p. 359). Ao “fazer ver e fazer falar” (Deleuze, 2016[1988], p. 360), o dispositivo pode vir a produzir subjetivação na medida em que pode fazer emergir determinado sujeito (Checcia, 2010). No caso do dispositivo analítico, por meio da proposta de fala livre, buscamos escutar o sujeito do inconsciente, esse que não coincide com o eu ou com a consciência, e que é indissociável do Outro, sendo constituído no laço social (Lacan, 1985; Aires *et al.*, 2021).

A psicanálise enquanto dispositivo de escuta pode ser atualizada em vários contextos, inclusive nas práticas de grupo, como é o caso do AconChegar. Nosso objetivo não era o de proporcionar um espaço de psicoterapia grupal, mas de produzir cuidado a partir da construção de um espaço em que os estudantes pudessem colocar em palavras seu sofrimento em um lugar acolhedor e sem julgamento, de modo que as angústias, ansiedades, tristezas e frustrações pudessem encontrar certo contorno simbólico. Assim, foi construído um espaço em que a fala estava endereçada, podendo produzir reconhecimento de um dado modo de estar no mundo.

Como especificidade das práticas em grupo, quem fala também escuta os outros em suas questões. Assim, ao mesmo tempo em que são possibilitadas as identificações com as experiências dos outros, também há a possibilidade de ver o outro como diferente, o que oportuniza o reconhecimento da alteridade. Na posição de mediadoras, sempre apontávamos

para aquilo que havia de singular em cada experiência, ao mesmo tempo em que indicávamos caminhos comuns. Ou seja, afirmávamos, a cada instante, que não há receita de bolo para lidar com o sofrimento — o que faz sentido para um, não necessariamente faz sentido para o outro — e que se faz possível inventar saídas e modos de lidar com o que acomete a cada um.

Tendo apresentado o formato das rodas, agora passaremos para o que colhemos desses encontros. A seguir, apresentaremos fragmentos e aspectos de falas que se repetiram nas rodas e que indicavam modos de sofrimento presente nas estudantes.

A fragilização dos vínculos e a potência dos encontros cotidianos

O AconChegar aconteceu durante a vigência da pandemia, o que resultou na fragilização de vínculos que já existiam, como também na virtualização do estilo de vida, em função do isolamento social como medida sanitária para evitar a circulação do vírus. Assim, o modelo online das aulas perdurou até 2022. Logo, quais foram os impactos desse novo cenário para as universitárias que participaram do projeto?

É importante levar em consideração que o período de transição para a universidade é, por si só, repleto de desafios: dar conta do novo ritmo das demandas acadêmicas, entender todo um novo mundo de uma nova instituição, e estar longe da rede de amizades com a qual até então estavam acostumadas (Dias *et al.*, 2019; Diniz; Aires, 2018; Souza; Lourenço; Santos, 2016; Oliveira *et al.*, 2014). Nesse contexto de grandes mudanças, a construção de uma rede de apoio aparece na literatura estudada como um elemento fundamental para a permanência na universidade.

Santos (2009), em estudo sobre estudantes cotistas, ajuda-nos a pensar esse elemento ao propor duas formas de permanência na universidade: a material e a simbólica. Enquanto a primeira diz respeito à necessidade de a universidade prover condições materiais aos estudantes que ingressaram por cota para que consigam atravessar o percurso universitário, a segunda diz da importância de um amparo subjetivo para conseguir dar conta dessa travessia. Esse amparo está, por exemplo, na criação de vínculos que propiciem o sentimento de pertencimento e reconhecimento (Santos, 2009).

Faz-se importante o recurso à noção de interseccionalidade, a fim de destacar como os estudantes são afetados de formas diferentes a depender dos marcadores sociais que os atravessam, tais como raça, classe, gênero e sexualidade. Segundo Moreira (2021, p. 140), “o não-dito do racismo que paira no meio acadêmico produz efeitos nefastos à subjetividade, pois

apresenta-se como uma questão desordenadora do psiquismo”. Isto é, o racismo é produtor de sofrimento desde questões materiais às relacionais, bem como incide de forma distinta ao se considerar o gênero e a orientação do sujeito em questão.

O modelo de aulas on-line, por sua vez, tornou a possibilidade de construção de vínculos mais frágil e difícil para a maioria das participantes, propiciando, muitas vezes, um sentimento de solidão. O desinteresse em frequentar as aulas remotas foi relatado por alguns participantes ao lembrar o quanto a sala de aula presencial as instigava, ao contrário das aulas virtuais, que as deixavam cansadas e desmotivadas. Ademais, estar presente num cenário único, que no caso de muitas estudantes era o quarto, resultou em uma dificuldade com o tempo de início e término das diversas atividades do cotidiano.

Nessa direção, uma reflexão compartilhada entre as participantes foi que a vivência universitária não se restringe às paredes das salas de aula, mas é constituída também a partir do contato diário com atividades corriqueiras presentes na vida de estudantes: carona, companhia para chegar ao ponto de ônibus, encontros nos corredores, na fila do Restaurante Universitário, no pátio do pavilhão de aulas etc.

Para uma participante, o estudo presencial era muito mais construtivo, pois possibilitava a criação de laços, a potência dos encontros e o cuidado coletivo, que fazia com que ela se sentisse menos só, a exemplo dos encontros com colegas, que iam juntos do metrô à universidade e vice-versa. Uma outra participante expressa bem esse aspecto ao lembrar de um dia de aula presencial em que ela e outros colegas aguardavam no ponto de ônibus para ir para casa quando começou a chover, e o que poderia ser um desconforto, tornou-se uma memória afetiva.

No cenário inédito provocado pela pandemia, houve muitos rompimentos de vínculos, porém, buscando promover saúde mental, algumas estratégias surgiram ou tornaram-se mais frequentes, para conter preocupações e angústias de estudantes durante o isolamento social; um exemplo é o teleatendimento, tal como descrito por Liberal *et al.* (2021). Outro recurso importante foram as experiências em grupo relatadas em Silva *et al.* (2021), Rocha *et al.* (2021) e Antúñez *et al.* (2021); segundo os autores, o compartilhamento de angústias, preocupações e dificuldades comuns propiciou o fortalecimento do vínculo entre estudantes e a experiência de pertencimento ao ambiente universitário, configurando-se como fatores protetivos à saúde mental na universidade em meio à pandemia.

Em nossas atividades, percebemos uma ambiguidade em relação a essa possibilidade do virtual, pois à medida em que as participantes relatavam alguns ganhos em poder estar em mais

de um lugar, ao mesmo tempo, os efeitos subjetivos de cansaço e dispersão prevaleceram. Algumas participantes relataram que, para elas, o on-line se tornou mais cômodo e menos cansativo quando comparado ao presencial. Certos aspectos do modelo presencial, como o deslocamento até o *campus*, o transporte cheio e o preço cada vez mais alto do transporte público, levavam e levam, segundo as participantes, a um grande desgaste físico e emocional vivido na rotina.

Entre quem havia vivido a universidade antes da pandemia, o tom era de saudade dos momentos com os colegas e de reconhecimento da diferença enorme entre o on-line e o presencial para a qualidade dos vínculos. Já cursando sua segunda graduação, uma participante lembra do quão importante foram as amizades que fizera ao longo do outro curso, totalmente presencial, para atravessar os “trancos e barrancos” da vida universitária. Já a experiência on-line tem sido difícil para ela tanto para criar vínculos com colegas quanto com professores. Ela relatou a dificuldade de ter iniciado a faculdade durante a pandemia, o que a impediu de criar laços mais profundos com os colegas no primeiro semestre, já que foi integralmente remoto.

Em contraponto às falas sobre as vantagens do estudo presencial, uma estudante relatou que não se identificava com essa vivência, pois se sentia sozinha e, para ela, o on-line é muito melhor por propiciar a sensação de que está protegida. Esse momento foi bem importante, pois a discente frequentava as rodas do AconChegar com frequência e sua participação acontecia mais pelo *chat* da sala virtual e pela escuta. No entanto, nesse encontro, apresentou uma outra dimensão da vivência acadêmica, pouco explanada nas participações dos demais estudantes no AconChegar.

Portanto, é interessante afirmar que há contrapontos existentes nos relatos das participantes, o que ratifica a diversidade existente nas rodas de cuidado do AconChegar e, consequentemente, no modo de vivenciar a universidade. Todos os outros espaços universitários, nos quais podem surgir outras formas de interação, foram suprimidos no modelo on-line, fazendo com que a universidade se restringisse à sala de aula, na maior parte das vezes. Sala de aula que, como alguns participantes ressaltaram, mostrava-se um tanto impessoal, quando a pessoa se fazia presente por meio de um quadrado na tela, visto que, na maioria das vezes, nem mesmo a câmera era ligada.

Escutando as participantes, notamos o quanto essas especificidades do modelo on-line têm como um de seus efeitos a fragilização dos vínculos afetivos, tornando mais tênue o senso de pertencimento a esse universo e de se sentir reconhecido nele. Vinculado a essa fragilização, o sofrimento de se sentir sozinha nas vicissitudes do percurso universitário se intensifica.

Retomando as três fontes de sofrimento apontadas por Freud (2010[1930]), a saber, o próprio corpo, o mundo externo e a relação com os outros seres humanos, podemos considerar que o período da pandemia colocou em questão estes três aspectos. O mundo externo, no qual surge o próprio Coronavírus, e que se transforma profundamente com sua presença. A relação com o corpo que, como vimos, se altera na medida em que o espaço virtual/on-line se espalha para a maior parte das atividades do dia a dia. E, por fim, a relação com as demais pessoas, visto que se tratava de um corpo com movimentos restritos, sem contato físico com outros corpos e ainda com o receio de ser contaminado. Como pudemos ver, um dos efeitos da ausência do contato físico foi a fragilização dos vínculos afetivos, impactando, assim, a relação com as outras pessoas.

“Você tem que correr atrás” e o sentimento de insuficiência

“Estamos exaustos e correndo. Exaustos e correndo. Exaustos e correndo. E a má notícia é que continuaremos exaustos e correndo, porque exaustos-e-correndo virou a condição humana dessa época”.
(Eliane Brum, 2016)

Nesta parte do texto, abordaremos relatos que tinham em comum o sentimento de não estar fazendo o suficiente ou de não se sentir o suficiente diante das exigências colocadas para si, fortemente marcadas pelo neoliberalismo, o qual é responsável por mediar não somente as relações socioeconômicas, como também o modo com que o sujeito se relaciona, sendo motivado a se tornar *empreendedor de si mesmo* ou *sujeito empresarial* (Dardot; Laval, 2016).

Nomeamos como sofrimento neoliberal a ligação que os sentimentos, preocupações e angústias têm com um modo de subjetivação atravessada e constituída pela produção e a lógica de mercado. Além da própria mudança na estrutura educacional de ensino superior e da precarização da universidade pública, as rodas também mostraram o quanto o espírito neoliberal de competição, alta performance e autorresponsabilização pelos fracassos atravessa subjetivamente e é produtor de sofrimento nos estudantes. Assim, o sujeito neoliberal é uma noção preciosa para nomearmos alguns mal-estares e sofrimentos que circulam entre os estudantes.

O neoliberalismo é mais do que uma série de normas e regulações político-econômicas, é, fundamentalmente, uma racionalidade (Dardot; Laval, 2016). Segundo Safatle, Silva Junior e Dunker (2021, p. 7), o neoliberalismo “molda nossos desejos, e, nesse sentido, a performatividade neoliberal tem igualmente efeitos ontológicos na determinação e produção do

sofrimento”. Isso quer dizer que o que está em jogo é uma forma de constituição do sujeito em sua subjetividade, em sua prática cotidiana, em sua forma de estar no mundo consigo mesmo e com outros.

A educação, de um modo geral, e a universidade, de forma específica, não estão ilesas desse espírito neoliberal, mesmo que este seja também um dos principais polos de crítica e contestação desse *modus operandi*. Segundo Aires (2021), data da década de 1990 o reposicionamento das universidades brasileiras de modo a se voltarem ao mercado. Desde então, a lógica neoliberal atravessa as universidades no Brasil (e no mundo) de forma a buscar reduzi-las a um meio de preparação profissional. A presença do neoliberalismo nas universidades mostra sua face na exigência de *performance* voltadas para professores e estudantes.

Nesse contexto, o neoliberalismo na universidade foi percebido e analisado nos relatos das participantes das rodas do AconChegar. Queixas sobre falta de tempo, rotina acelerada, culpa por se permitir descansar, cobrança excessiva, pressões externas e estresse são alguns dos conteúdos que emergem nos relatos das participantes da pesquisa. Por exemplo, chamou a atenção a fala de uma participante que contou viver pensando constantemente no que pode fazer em seguida, qual será o novo problema para resolver, associada à sensação de estar perdendo tempo ao fazer coisas que julga inúteis.

“Ansiedade” é um significante de grande circulação social e que muitas participantes das rodas do AconChegar utilizaram para nomear um sofrimento marcado por preocupações, seja em relação à rotina de tarefas acadêmicas ou com atividades outras. Tais preocupações têm em comum uma relação com o tempo marcada pela antecipação de futuro, um tempo sempre à frente, acelerado. Uma participante nomeou de “ansiedade acadêmica” a sensação de estar tendo aulas, aprendendo assuntos, sem saber para onde está indo. Embora tenha iniciado há pouco tempo os estudos na universidade, diz já se preocupar com o final do curso, questionando-se se está preparada para atuar profissionalmente. Outras estudantes também compartilharam essa ansiedade em relação ao futuro profissional, se terão ou não emprego, e se questionam se o curso irá prepará-las para adentrar no mercado.

Essa noção de utilidade e de um ensino instrumentalizável, entendendo a universidade como passagem para o mercado de trabalho, é uma das transformações da educação no neoliberalismo (Aires, 2021). Em muitas falas surgiu o relato de uma sensação de não estar fazendo o bastante ou de se sentir insuficiente nesse processo, que se relaciona diretamente com

a ideia de que o “sucesso” na universidade depende da capacidade do indivíduo, sozinho, *correr atrás* e *dar conta de tudo*, ideia que está fortemente marcada por uma lógica neoliberal.

Outro efeito dessa vivência de ansiedade apareceu em muitas falas como a dificuldade de desacelerar e se permitir relaxar, como também relatos de falta de tempo para fazer coisas que dão prazer. Novamente, aparece uma lógica produtivista e utilitarista do tempo, em que o espaço para o ócio, a preguiça, ou atividades que não tenham um fim específico para o aprimoramento pessoal são relegados ao estatuto de “inútil” e desimportantes. Podemos entender esse sofrimento como fazendo parte do próprio período de adaptação à rotina acadêmica que é repleta de desafios (maior autonomia, novas exigências) e possível propiciadora de crises na vida dos sujeitos (Dias *et al.*, 2019), mas não o desvinculamos das exigências neoliberais atuais.

Dessa forma, a partir de algumas falas, podemos perceber que a maior liberdade proporcionada pela experiência universitária pode gerar angústia em muitas estudantes, as quais se sentem muitas vezes solitárias e sobrecarregadas por exigências introjetadas. Nessa direção, entendemos esse sofrimento como portador da lógica do *empreendedor de si*. Ou seja, é o sujeito que deve gerir sozinho sua vida, seu tempo, suas emoções, cabendo-lhe o esforço máximo e a responsabilidade individual pelo sucesso ou fracasso (Dardot; Laval, 2016).

Diferente da ideia do indivíduo, *indiviso*, o sujeito em psicanálise se constitui no campo do Outro, no campo da linguagem e da cultura, em sua divisão constitutiva. Tal concepção encontra-se em Freud, embora de modo diferente por fazer recurso a outro vocabulário, mais notadamente a noção de aparelho psíquico. Em Freud, as instâncias psíquicas — o Isso, o Eu e o Supereu — não são dissociados do meio (Freud, 2010[1930]), sendo o Supereu a instância que regula, vigia e pune o Eu, mantendo-se em eterna vigilância, e avaliando se o Eu está agindo de acordo com os ideais que criou para si (Pena; Moreira; Guerra, 2020), os quais se fazem também em relação à cultura. Lacan, por sua vez, pensará o Supereu em relação à pulsão de morte, na medida em que impõe uma única ordem: aproveite! Esse imperativo leva o sujeito à repetição por nunca ser suficiente o que faz para saciá-lo (Pena; Moreira; Guerra, 2020). Para ambos os autores, trata-se de uma instância que pune, mas enquanto para Freud o Supereu é proibitivo, para Lacan é um imperativo de gozo: faça mais.

Embora haja importantes diferenças que por ora não serão discutidas, ambas as perspectivas, tanto de Freud quanto de Lacan, entendem o Supereu como se constituindo a partir de romances familiares e ideais da cultura e se caracterizando por ser uma instância com potencial destruidor do sujeito (Pena; Moreira; Guerra, 2020). O sofrimento, ao ser associado

à linguagem, tem relação também com os ideais de uma época. Sendo assim, as exigências relacionadas ao *empreendedor de si*, que circulam ao redor dos imperativos de “não pode parar”, “tem que fazer”, “tem que dar o seu melhor”, “tudo depende de você”, articulam-se com o Supereu na medida em que são ordenações que, por um lado, nunca são suficientes e, por outro, caso não sejam cumpridas, levam à punição do sujeito. De todo modo, o saldo, muitas vezes, é a sensação de insuficiência, tantas vezes relatada pelas participantes.

Nesse sentido, a retórica de esforço máximo, da autorresponsabilização e do individualismo faz com que o sujeito exija muito — em demasiado — de si mesmo, produzindo um sofrimento que tem um grande potencial adoecedor. Logo, isso se agrava em um cenário no qual os laços são fragilizados, ou quando a lógica da solidariedade não está presente, em que não há o compartilhamento de informações sobre possibilidades da vida acadêmica, desde coisas simples como o local para resolver questões burocráticas, até como ter informações sobre a oportunidade de bolsas de pesquisas.

Considerações finais

Este trabalho teve como objetivo apresentar o projeto de extensão de rodas de cuidado chamado *AconChegar* que aconteceu entre 2020 e 2022. A ideia da construção desse espaço para estudantes de graduação se deu pelos crescentes relatos de sofrimento e adoecimento no mundo universitário. Dessa forma, a experiência das rodas de cuidado, ao ofertar um espaço coletivo de fala e escuta, possibilitou que o sofrimento fosse articulado em palavras e endereçado ao outro, produzindo reconhecimento e a sensação descrita por muitos de “você não está sozinho”.

O ato de reconhecer e nomear modos de sofrimento e a forma que o fazemos muda como nos relacionamos com ele. Trata-se, portanto, de um exercício político (Dunker, 2015). Ao longo das rodas, relatos relacionados ao incômodo com o modelo on-line das aulas se repetiram, em especial o cansaço e desgaste diante das inúmeras horas frente à tela e o excesso de ofertas de atividades virtuais. A ausência de intervalos e a possibilidade de fazer várias coisas ao mesmo tempo, embora tivessem suas vantagens, levaram a um grande desgaste emocional dos estudantes. Ademais, a redução da universidade à sala de aula no modelo remoto fez com que os vínculos entre os estudantes ficassem fragilizados. Ter uma rede de apoio é fundamental para atravessar o percurso universitário, e muitos dos participantes relataram a dificuldade de

construir relações mais significativas, levando em muitos momentos ao sentimento de estar só nesse percurso.

Localizamos também um sofrimento, com grande potencial de adoecimento, decorrente das altíssimas exigências que os estudantes colocam para si e da sensação de serem os únicos a sentirem essas dificuldades, insuficientes ao se compararem com o outro, estando sempre aquém de um ideal impossível de alcançar. Isso se agrava em um cenário no qual os laços são fragilizados, ou quando a lógica da solidariedade não está presente. É fundamental levar em consideração que a interseccionalidade entre gênero, raça e classe podem intensificar esse sofrimento.

A escolha por discutir esse mal-estar que retornava a partir do neoliberalismo se deu pela relação dessas narrativas de sofrimento com a lógica do *empreendedor de si*. Dessa forma, apostamos em uma nomeação e compartilhamento que inclua o sujeito em sua relação com os ideais, com o laço social, e não uma compreensão dessa vivência como um transtorno isolado. Se cada pessoa está empreendendo sua vida individualmente, quase não resta tempo e espaço para cuidar do outro, o que remete à popular frase “cada um no seu quadrado”.

Outro efeito do neoliberalismo na educação incide sobre o desenvolvimento das pesquisas. Grande parte dos estudos que se debruçam sobre os chamados “transtornos psicológicos” o fazem exclusivamente através de métodos quantitativos de modo a identificar fatores de vulnerabilidade de proteção, como os níveis de habilidade social, que apontam para a tendência do sujeito em desenvolver ansiedade (Borba; Hayasida; Lopes, 2019) e/ou depressão (Bolsoni-Silva; Guerra, 2014). O mesmo acontece com os estudos sobre suicídio. Nesse contexto, prevalece nos estudos uma forma de entender o sofrimento como algo somente individual, dissociada do laço social.

Nas rodas do AconChegar, a maioria das pessoas que participou é negra e mulher. Logo, não se pode desconsiderar os impactos dessas condições sociais na vivência de estudantes e de como influenciam na saúde mental. Ao mesmo tempo em que este trabalho considerou a relevância da interseccionalidade para análise dos resultados, chama a atenção que questões de raça, classe e gênero não surgiram como queixas das participantes. Nesse sentido, embora não tenha sido expressa de forma direta pelas estudantes, é possível pensar que a lógica do *empreendedor de si*, da responsabilização do indivíduo, constitui um sujeito universal que pode intensificar o sofrimento, sequer nomeado, em pessoas negras e em mulheres. Tal lógica, quando interseccionada com barreiras materiais e subjetivas às quais mulheres negras

enfrentam na universidade, como a dificuldade de se sentir pertencente e reconhecida no meio, pode ampliar o nível de sofrimento.

Uma limitação do estudo diz respeito ao fato de o AconChegar ter acontecido de forma virtual, o que resultou em um espaço paradoxal, pois ao mesmo tempo em que a virtualização do estilo de vida era uma queixa das participantes, o cuidado compartilhado e as trocas de experiências nas rodas só eram possíveis por meio de uma ferramenta on-line, única saída possível frente ao isolamento social em que vivíamos decorrente de covid-19. Desse modo, embora houvesse ausência do toque, outra forma de presença se propôs como modo de cuidado, permitindo que o AconChegar fosse reconhecido pelas participantes como uma importante ferramenta de promoção de saúde e prevenção do adoecimento ao longo dos semestres.

Não estar só e não se sentir só no ambiente universitário mostra-se uma possibilidade de prevenção do adoecimento psíquico e promoção da saúde mental dos estudantes, tecendo um cuidado compartilhado e inventado no contato com o outro. As rodas de cuidado, portanto, apostaram numa saída coletiva para esse sofrimento, de modo a fazer furos na lógica neoliberal que insiste em individualizar e patologizar qualquer forma de sofrimento. Sendo assim, apostamos que outras ofertas de espaços compartilhados de cuidado pautados na escuta, como foi o AconChegar, seja como projeto de extensão ou por iniciativa dos próprios estudantes, podem se tornar modelos alternativos fundamentais de apoio aos estudantes, fazendo frente às exigências neoliberais.

Diferente da saída das palavras anônimas nas portas dos banheiros, as rodas constituíram um espaço possível de compartilhamento em que as estudantes puderam falar de suas preocupações e angústias, sendo reconhecidas em seus sofrimentos e escutando e reconhecendo as outras em suas dificuldades. A crença de que “só eu passo por isso” pôde ser afetada nesse processo, entendendo que cada uma, à sua maneira, está às voltas com a experiência desafiadora que é estar na universidade.

Assim, o AconChegar tornou-se uma aposta contínua na construção de um espaço que não apresentava como objetivo a utilidade de aprimorar conhecimentos, de preparar para a carreira, mas um lugar em que as estudantes poderiam simplesmente *estar*, sem tanto mal-estar.

REFERÊNCIAS

- AIRES, S. Mal-estar na universidade: um diálogo sobre o neoliberalismo. In: BRHUNHARI, M. V.; MORETTO, M. L. T.; PEREZ, G. H.; VASCONCELLOS, S. C. (org.). **Diversidade e mal-estar na saúde**: modos de cuidar. São Paulo: Zagodoni. 2021.
- AIRES, S.; MOSCON, B.; CHAMUSCA, C.; MIGNAC, L.; GUERRA, L. Experiências de atendimento online a crianças e adolescentes em tempos de COVID-19. **Estilos da Clínica**, v. 26, p. 283-296, 2021. DOI: 10.11606/issn.1981-1624.v26i2p283-296. Disponível em: <https://revistas.usp.br/estic/article/view/181297>. Acesso em: 29 set. 2025.
- ANTÚNEZ, A. E. A.; COLAGROSSI, A. L. R.; COLOMBO, E. R.; ZOLTY, F.; SILVA, N. H. L. P. Rodas de conversa na universidade pública durante a pandemia covid-19: educação e saúde mental. **Construção psicopedagógica**, v. 30, n. 31, p. 6-18. 2021.
- BOLSONI-SILVA, A. T.; GUERRA, B. T. (). O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 14, n. 2, p. 429-452. 2014. DOI: 10.1590/0102.3772e324212. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/NGC39GWnfgL98TcVsdQSWqy/>. Acesso em: 30 maio 2024.
- BORBA, C. de S.; HAYASIDA, N. M. de A.; LOPES, F. M. Ansiedade social e habilidades sociais em universitários. **Psicologia em Pesquisa**, v. 13, n. 3, p. 119-137. 2019. DOI: 10.34019/1982-1247.2019.v13.27052. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/27052>. Acesso em: 29 maio 2024.
- BRUM, E. Exaustos-e-correndo-e-dopados: na sociedade do desempenho, conseguimos a façanha de abrigar o senhor e o escravo no mesmo corpo. **El País Brasil**. 4 de julho 2016. Disponível em: https://brasil.elpais.com/brasil/2016/07/04/politica/1467642464_246482.html. Acesso em: 5 fev. 2024.
- CHECCHIA, M. A. A clínica psicanalítica é um dispositivo? **A peste**, v. 2, n. 1, p. 89-100, 2010. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/apeste/article/view/12060/8744>. Acesso em: 23 abr. 2024.
- DARDOT, P.; LAVAL, C. **A nova razão do mundo**: ensaio sobre a sociedade neoliberal. São Paulo: Boitempo, 2016.
- DELEUZE, G. O que é um dispositivo? In: DELEUZE, G. **Dois regimes de loucos**: textos e entrevistas. São Paulo: Editora 34, 2016. p. 359-369 (Trabalho original publicado em 1988).
- DIAS, A. C. G.; CARLOTTO, R. C.; OLIVEIRA, C. T.; TEIXEIRA, M. A. P. Dificuldades percebidas na transição para a universidade. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 20, n. 1, p. 19-30, 2019. Disponível em: 10.26707/1984-7270/2019v20n1p19. Acesso em: 30 maio 2024.
- DINIZ, N. F. P. de S.; AIRES, S. Grupo de escuta e reflexão com estudantes universitários. **Revista Vínculo**, v. 15, n. 1, p. 61-75, 2018.

DUNKER, C. I. L. A hipótese depressiva. In: SAFATLE, V.; SILVA JUNIOR, N.; DUNKER, C. (Orgs). **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.

DUNKER, C. I. L. **Mal-estar, sofrimento e sintoma**: uma psicopatologia do Brasil entre muros. São Paulo: Boitempo. 2015.

EVARISTO, C. **Olhos D'água**. Rio de Janeiro: Pallas; Fundação Biblioteca Nacional, 2014.

FONAPRACE. **V Pesquisa do Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das universidades federais**. Brasília: FONAPRACE, 2019.

FREUD, S. O mal-estar na civilização. In: FREUD, S. **Obras Completas Volume 18**. São Paulo: Companhia das Letras, 2010. p. 12-122. (Original publicado em 1930).

LACAN, J. **Seminário 20**: Mais, Ainda (1972-1973). Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1985.

LAMEU, J. do N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. de. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. **Psicologia da Educação**, n. 42, p. 13-22, 2016. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752016000100002. Acesso em: 29 abr. 2024.

LIBERAL, S. P.; BORDIANO, G.; LOVISI, G. M.; ABELHA, L.; DIAS, F. M.; CARVALHO, C. O.; MORAIS, L. R. N.; BRASIL, M. A. A. Implementation of a telemental health service for medical students during the COVID-19 pandemic. **Revista Brasileira de Educação Médica [online]**, v. 45, n. 4, e202, 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.4-20200407.ING. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/8fLrxDrcSNkJ9b9FYxfySfD>. Acesso em: 29 abr. 2024.

LIMA, S. O.; LIMA, A. M. S.; VARJÃO, R. L.; SANTOS, V. F. dos.; VARJÃO, L. L.; MENDONÇA, A. K. R. H.; BARROS, E. S.; NOGUEIRA, M. S.; DEDA, A. V.; JESUS, L. K. A.; SANTANA, V. R. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 39, p. e187530, 2019. DOI: 10.1590/1982-3703003187530. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Qd5gjh8KPsf6kXVvQWFgmHp>. Acesso em: 03 mar. 2024.

MACHADO, R. P.; ZAGO, K. S. A.; RODRIGUES-MENDES, C.; CALDERARI, E. S.; RAMOS, D. A. S. M.; GOMES, F. A. Fatores de risco para ideação suicida entre universitários atendidos por um serviço de assistência de saúde estudantil. **SMAD**, v. 16, n. 4, p. 23-31, 2020. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.169186. Disponível em: <https://revistas.usp.br/smad/article/view/169186>. Acesso em: 3 mar. 2024.

MOREIRA, A. L. C. Vidas negras importam na universidade? o adoecimento psíquico de estudantes negras e negros. **Revista da ABPN**, v. 13, n. 37, p. 123-150, 2021.

MOTA, D. C. B.; SILVA, Y. V. da.; COSTA, T. A. F.; AGUIAR, M. H. da C.; MARQUES, M. E. de M.; MONAQUEZI, R. M. Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 6, p. 2159–2170, 2021. DOI: 10.1590/1413-81232021266.44142020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/kZGncmhsthtskP463HNQ95s>. Acesso em: 3 mar. 2024.

OLIVEIRA, C. T.; CARLOTTO, R. C.; VASCONCELOS, S. J. L.; DIAS, A. C. G. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 15, n. 2, p. 177-186, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_issues&pid=1679-3390&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 29 abr. 2024.

PENA, B. F.; MOREIRA, J. de O.; GUERRA, A. M. C. O supereu em Freud e Lacan: da moralidade à amoralidade, uma gula estrutural. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 23, n. 1, p. 37-56, 2020. DOI: 10.1590/1415-4714.2020v23n1p37.4. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlpf/a/Kcc7XvjKhYzxYyFnPdCxSvJ>. Acesso em: 25 fev. 2024.

REIS, M. M. de A. Núcleo de Apoio Pedagógico e Psicossocial ao Estudante: uma experiência pioneira de apoio ao sofrimento estudantil universitário no município de Eunápolis – BA. **Seminário Gepráxis, Vitória da Conquista**, v. 7, n. 7, p. 5018-5026, 2019.

REIS, M. M. de A. O sofrimento psíquico de estudantes cotistas e não cotistas e o cuidado psicossocial como estratégia de apoio à permanência em universidade pública. In: MARAUX, Amélia T. S. R.; SANTOS, Dina M. R. dos; OLIVEIRA, Iris V. S. de O. **Ações afirmativas públicas institucionais e experiências de estudantes cotistas**. Salvador: EDUNEB. 2021. p. 189-216.

REIS, M. M. de A. Uma experiência pioneira de cuidado ao sofrimento estudantil universitário no município de Eunápolis – Bahia – serviço de apoio psicossocial ao estudante. In: JULIÃO, C; NOVO, C. B.; ASENSI, F. D.; OLIVEIRA, R. B.; SEGAL, R.(Orgs.). **Temas contemporâneos de educação**. Rio de Janeiro: Pembroke Collins, 2020. p. 654.

ROCHA, A. C.; FALCÃO, I.; LIMA, J. G. Á. De.; CARVALHO, J. M. de.; HIGINO, M. L. de O.; DINIZ, R. V. Z. Reflexões sobre a quarentena: uma estratégia de acolhimento de discentes em um grupo de mentoring. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, e122, 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210181. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/fCDn6MrYfsjJ6j4jDZbLzGJ>. Acesso em: 07 abr. 2024.

SAFATLE, V.; SILVA JUNIOR, N.; DUNKER, C. (org.). **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.

SANTOS, D. B. R. **Para além das cotas**: a permanência de estudantes negros no ensino superior como política de ação afirmativa, 2009. Dissertação (Doutorado em Educação), Universidade Federal da Bahia, Salvador. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/11778>. Acesso em: 7 abr. 2024.

SANTOS, V. S.; CASTANHO, P. Sofrimento psíquico na universidade: reflexões sobre pertencimento e racismo. **Jornal de Psicanálise**, São Paulo, v. 54, n. 101, p. 73-88, 2021.

SILVA, M. C.; FARO, A. Comportamento Suicida e Religiosidade em estudantes de Psicologia. **Mudanças – Psicologia da Saúde**, v. 28, n. 1, p. 35-45, 2020.

SOUZA, L. K. de; LOURENÇO, E.; SANTOS, M. R. G. dos. Adaptação à universidade em estudantes ingressantes na graduação em psicologia. **Psicologia da Educação**, v. 42, p. 35-48, 2016.

VIEIRA-SANTOS, J.; PAIVA, W. F.; MENDES-PACHECO, C. C. Sintomas de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Estudos de Psicologia**, v. 40, 2023. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/estpsi/article/view/10427>. Acesso em: 03 mar. 2024.

CRedit Author Statement

- ☐ **Reconhecimentos:** Agradecimento às professoras Suely Aires e Lika Queiroz pela coordenação do AconChegar, à colega Victória Lima pela colaboração durante o projeto e às(aos) estudantes que tornaram a realização desse projeto possível.
 - ☐ **Financiamento:** CAPES, FAPESB e CNPQ.
 - ☐ **Conflitos de interesse:** Não se aplica.
 - ☐ **Aprovação ética:** O projeto de extensão está articulado ao projeto de pesquisa aprovado no CAAE 46405021.0.3001.5686 - Protocolo 4.953.364.
 - ☐ **Disponibilidade de dados e material:** Material sob posse das autoras, sem acesso público.
 - ☐ **Contribuições dos autores:** Carla Brito: pesquisa de campo; coleta de dados; análise e interpretação de dados; redação do texto. Anna Flynn: pesquisa de campo; coleta de dados; análise e interpretação de dados; redação do texto. Suely Aires: conceitualização; coordenação do projeto; análise e interpretação dos dados; revisão do texto.
-

Processamento e editoração: Editora Ibero-Americana de Educação
Revisão, formatação, normalização e tradução

