



INTERFACE ENTRE ESTRESSE E PRODUÇÃO DO CONHECIMENTO: O ADOECIMENTO DE PÓS-GRADUANDOS BRASILEIROS

Maria Tatiana Peixoto¹, Bertulino José de Souza², Themis Cristina Mesquita Soares³

¹ Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), *Campus* Avançado de Pau dos Ferros (CAPF) - Rio Grande do Norte. E-mail: mariatatianapeixoto@gmail.com

² Professor Doutor do Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), *Campus* Avançado de Pau dos Ferros (CAPF), Rio Grande do Norte.

³ Professora Doutora do Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido (PLANDITES), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), *Campus* Avançado de Pau dos Ferros (CAPF), Pau dos Ferros - Rio Grande do Norte.

Recebido em: 15/05/2022 – Aprovado em: 15/06/2022 – Publicado em: 30/06/2022

DOI: 10.18677/EnciBio_2022B21

trabalho licenciado sob licença [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

RESUMO

A pesquisa teve como objetivo apresentar e analisar, com base em literatura científica, os estudos científicos relacionados ao adoecimento de estudantes brasileiros (mestrandos e doutorandos), decorrentes do estresse durante a pós-graduação. Para tanto, utilizou-se, como procedimento metodológico, a revisão sistemática integrativa de literatura com abordagem quanti-qualitativa. Foram incluídos estudos nacionais publicados em língua portuguesa entre 2001 e 2021, que trouxessem no título ou no resumo temáticas relacionadas ao estresse e estressores em pós-graduandos *stricto sensu*. Os resultados demonstraram que os pós-graduandos possuem altos níveis de estresse, sendo o sexo feminino o mais afetado. Nesse contexto, estiveram presentes como principais estressores: as dificuldades financeiras, o prazo para a entrega de trabalhos, articulação com o tempo, supervisão e orientação.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse; Pós-graduação; Saúde.

INTERFACE BETWEEN STRESS AND KNOWLEDGE PRODUCTION: THE ILLNESS OF BRAZILIAN GRADUATE STUDENTS

ABSTRACT

Based on scientific literature of the field, this research aimed to present and analyze scientific studies related to the illness of brazilian students (master and doctoral students), resulting from stress along post graduate studies. To get that, it was used as a methodological procedure the systematic integrative review of literature with a quanti-qualitative approach. We included national studies published in Portuguese from 2001 to 2021, which carried out in the title or abstract themes related to stress and stressors in graduate of *stricto sensu* level students. The results showed that graduate students have high levels of stress, it was seen that female gender students is the most affected. In this context, the main stressors were: financial difficulties, the deadline to end the work, consequently a kind of coordination with time, supervision and guidance, and the need to keep up with the pace of work.

KEYWORDS: Stress; Graduate; Health.

INTRODUÇÃO

A pós-graduação brasileira tem passado por um processo de expansão e interiorização considerável, em pouco mais de 60 anos de trajetória, vem contribuindo com o desenvolvimento científico, social e econômico no País através do acesso à educação superior e formação de profissionais (NETTO, 2018). Principalmente a partir da década de 2000 com a implementação das políticas de ações afirmativas, primeiramente na graduação e posteriormente na pós-graduação (NAZARENO; HERBETTA, 2020).

“Entre 1998 e 2018, o crescimento do número de cursos de pós-graduação no País foi de 188%, e do número de discentes matriculados foi de 289%” (TREVISOL *et al.*, 2020). Com a abertura de novos programas *stricto sensu* e qualificação dos profissionais para formar mestres e doutores é necessário um olhar atento e humano para com os produtores de ciência, principalmente no que concerne à saúde física e mental dos pesquisadores durante o processo para obtenção do título no ambiente da pós-graduação.

A construção do processo de acesso ao conhecimento se dá através de políticas públicas sociais e educacionais voltadas para a formação dos sujeitos, assim como, para a produção de conhecimento científico. Nesse contexto, de acordo com Oliveira (2010) “políticas públicas educacionais dizem respeito às decisões do governo que têm incidência no ambiente escolar, enquanto, ambiente de ensino-aprendizagem”, além disso, tem em seus objetivos a erradicação do analfabetismo, aumento da qualidade do ensino e universalização, de modo a garantir condições de acesso ao conhecimento (ALMEIDA, 2013).

As políticas públicas sociais, por sua vez, são aquelas destinadas a oferta de bens e serviços básicos à população, tais como: saúde, alimentação, segurança, previdência e assistência social, educação, trabalho, moradia, lazer, proteção à maternidade e à infância, bem como, assistência aos desempregados (BRASIL, 1988).

O norte das políticas públicas de educação, que possibilitaram a expansão e qualificação do ensino superior no Brasil, decorrem principalmente das metas estabelecidas pelo Plano Nacional de Educação (PNE), assim como, das políticas públicas de inclusão social e ações afirmativas (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MANTENEDORAS DE ENSINO SUPERIOR, 2018).

Já no contexto da saúde, diversos aspectos devem ser avaliados, pois segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), “a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade” (WHO, 2018).

Com relação aos pós-graduandos, esse segmento é marcado por constantes pressões decorrentes do curso de pós-graduação, tornando-se um grupo de risco para o adoecimento, sobretudo, mental. Embora, no ambiente acadêmico outras categorias como professores e técnicos administrativos também sejam afetados por esse fenômeno, o adoecimento de mestrandos e doutorandos tem relação direta com a sua condição acadêmica (SILVA, 2022).

A dualidade entre as exigências cada vez maiores na produção acadêmica e a saúde dos discentes, por vezes esquecida ou deixada em segundo plano, podem resultar em consequências imediatas e/ou futuras incalculáveis. Com a pressão acadêmica aflorada, vivenciada durante o processo de formação por boa parte dos pesquisadores, aumentam as queixas relacionadas à saúde, nas quais fica

evidenciado o processo de adoecimento decorrente do estresse nos pós-graduandos brasileiros (FARO, 2013a).

Também há indícios na pesquisa de Galdino e Martins (2018) que o nível de formação *stricto sensu* impacta negativamente na qualidade de vida dos pesquisadores. Essa narrativa se confirma quando a maioria dos fatores associados e que influenciaram negativamente nesse quesito, eram variáveis relacionadas ao ambiente acadêmico, colaborando assim, para o adoecimento.

Nesse ponto, Altoé *et al.* (2014) enfatizam o quanto é complexo se dedicar a um curso de mestrado ou doutorado, pois “[...] nota-se que o estudo não é uma atividade fácil, sendo preciso dispor, além de tempo e dedicação, muita energia”. Além desses fatores, precisa-se de organização e gestão do tempo, mais também de apoio e ajuda, inclusive profissional se necessário para lidar com questões que estão além do controle do indivíduo.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) conceitua o estresse como uma epidemia mundial que atinge cerca de 90% da população e cujo potencial de desencadear várias outras doenças, tanto físicas quanto psicológicas, é alto (UFMG, 2021). Nesse cenário, o estresse pode ser considerado uma epidemia mundial vivenciada atualmente pela população, e decorre entre outros fatores das mudanças no estilo de vida, impermanências, e aceleração das rotinas e atividades (GARCIA *et al.*, 2021).

Já para Marras e Veloso (2012) “O estresse é um processo crescente no contexto moderno e pós-moderno, sendo que alguns autores chegam a associá-lo entre as principais causas de doenças e mortes não violentas no século XXI”. Ainda no sentido de entender as consequências causadas pelo estresse e mais propriamente de onde ele surge no decorrer da vida dos sujeitos, Souza *et al.* (2016) sugerem que,

A vida moderna traz consigo inúmeras vantagens, bem como elementos capazes de influenciar negativamente a percepção e o desempenho de papéis sociais. Dentre eles encontra-se o estresse, considerado fenômeno de alta prevalência social e cujos desdobramentos vêm alcançando campos distintos.

Sujeitos fragilizados ou vulneráveis psicologicamente, que passam por mudanças bruscas de rotina e/ou situações extremas de forma prolongada, tendem a desenvolver sintomas de estresse e suas consequências corriqueiramente. O estresse prolongado pode prejudicar drasticamente vários setores da vida de um sujeito, além de trazer consequências significativas para a sua saúde (MARRAS; VELOSO, 2012).

É necessário enfatizar que o estresse atinge diversos setores da vida de uma pessoa, tais como os aspectos emocionais, sociais, acadêmicos e de saúde. Se tratando especificamente de estudantes de pós-graduação requer atenção por constituir um cenário de fortes pressões e cobranças para os estudantes, além do curto espaço de tempo para adaptação as demandas da pós-graduação (MALAGRIS *et al.*, 2009).

Nesse cenário, os estudantes de pós-graduação têm um risco a mais, pois estão expostos a diversos estressores (grande carga de demandas em forma de leitura, dificuldade de conciliar as atividades acadêmicas com a vida pessoal, pesquisa e publicações, além da convivência, nem sempre harmônica, com o orientador e demais sujeitos no ambiente de pós-graduação). Tais fatores, constituem agravantes para a saúde à medida que se prolongam, ou quando o

estudante não consegue atender as exigências do curso e apresenta exagerado sofrimento psicológico para cumpri-las (FARO, 2013a).

Tratando-se exclusivamente de estudantes de pós-graduação, as principais doenças psicológicas são: estresse, ansiedade e depressão, sendo o estresse o mais presente. Além das anteriormente citadas, sintomatologias físicas como cefaleia, hipertensão, distúrbios alimentares e dor muscular, são rotineiras (LOUZADA; SILVA FILHO, 2005; SOUZA *et al.*, 2016).

Em face do exposto, evidencia-se a necessidade de aprofundar os estudos referentes a relação entre produção científica e a saúde de discentes. Nesse sentido, a pesquisa tem como objetivo: apresentar e analisar, com base em literatura científica, os estudos científicos relacionados ao adoecimento de estudantes brasileiros (mestrandos e doutorandos), decorrentes do estresse durante a pós-graduação. Para tanto, parte da seguinte problemática: O que os estudos revelam sobre o adoecimento dos pós-graduandos brasileiros em decorrência do estresse no período de 2001 a 2021?

Pesquisas apontam para o crescimento considerável de pessoas diagnosticadas com problemas psicológicos, porém considerando estudos realizados em diversas partes do mundo, se analisarmos apenas pessoas jovens, um grupo específico se destaca, são alunos de graduação e principalmente de pós-graduação os mais afetados por problemas psicológicos em comparação ao restante da população (COSTA; NEBEL, 2018).

Nesse interim, Cesar *et al.* (2018), enfatizam que algumas características se tornam potencialmente estressoras quando presentes em estudantes de pós-graduação, quais sejam: dificuldade financeira, insegurança sobre o futuro profissional, poucas horas de sono, sentimentos negativos e ansiedade. Já em uma pesquisa realizada em determinada Universidade Federal brasileira com 125 pós-graduandos (79% mestrandos e 21% doutorandos), dos quais 40% afirmaram que a pós-graduação exerce influência negativa, quando se trata da sua saúde, especialmente a mental (VIANA; SOUZA, 2021).

Estar em um curso de mestrado ou doutorado demanda tempo, dedicação e esforço contínuo, bem como disponibilidade para participar de eventos, escrever artigos, cumprir créditos de disciplinas, publicar constantemente e se preparar para a defesa. Aliado a isso, o jovem pesquisador ainda precisa conciliar as atividades da pós-graduação com a vida financeira, relacionamento familiar, estado pessoal e emocional (COSTA; NEBEL, 2018). Conseguir equilibrar esses dois universos é, no mínimo, desafiador.

As altas demandas de trabalho no ambiente acadêmico, as quais por vezes, os estudantes não conseguem dá conta, resultam em pressões de natureza psicológica, e possuem grande potencial danoso para a saúde dos pesquisadores (SANTOS *et al.*, 2020).

Nesse sentido, segundo Louzada e Silva Filho (2005) em estudo realizado com mestrandos e doutorandos, relata que “Os dados colhidos revelaram que o sofrimento faz parte do processo de formação dos pesquisadores entrevistados; manifesta-se em diversos níveis de intensidade e aparece nomeado de múltiplas formas.” Uma das nomenclaturas utilizadas pelos pós-graduandos para justificar essa condição de adoecimento físico e mental é justamente o estresse.

Considerando o estresse como um grande causador de vulnerabilidades e fragilidades humanas, algumas pesquisas, que estudam os efeitos específicos em pós-graduandos, se preocupam em destacar o processo de adaptação às adversidades cotidianas. Para tanto, Louzada e Silva Filho (2005) enfatizam que,

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.

Os estudos que retratam as consequências do estresse em acadêmicos, ou a presença desse, exclusivamente no ambiente de pós-graduação ainda são poucos (FARO, 2013a). No entanto, já evidenciam que a presença do estresse na vida dos pós-graduandos é constante e que dele decorre o comprometimento de aspectos acadêmicos, pessoais, familiares, financeiros, além de reflexos negativos na saúde do pesquisador.

MATERIAL E METODOS

Esta pesquisa trata-se de um estudo de revisão sistemática integrativa de literatura, com abordagem quanti-qualitativa. Esse tipo de revisão, visa reunir e sintetizar sistematicamente estudos científicos publicados sobre determinada temática, de forma que possibilite uma visão abrangente sobre o problema, baseado em evidências científicas (MARINI et al., 2017). Já o uso da abordagem quanti-qualitativa permite não só quantificar, como também, interpretar e atribuir significados aos dados encontrados (FONSECA, 2002).

De acordo com Botelho *et al.* (2011), para uma revisão sistemática integrativa de qualidade é necessário seguir as seguintes etapas:

1. Identificação do tema e seleção da questão de pesquisa;
2. Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão;
3. Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados;
4. Categorização dos estudos selecionados;
5. Análise e interpretação dos resultados;
- e 6. Apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

Foram incluídos no estudo, artigos, no idioma português, cuja abordagem fosse quantitativa e/ou qualitativa e que trouxessem no título ou no resumo temáticas relacionadas ao estresse e estressores em pós-graduandos (mestrandos e doutorandos), já que a revisão se propôs a investigar os aspectos relacionados ao estresse que impactam a saúde do discente em território brasileiro. Dessa forma, neste estudo contemplaram-se os artigos publicados nos últimos 20 anos (entre 15 de maio de 2001 e 15 de maio de 2021).

Para fazer parte da amostra, os artigos deveriam atender aos seguintes critérios de adequação ao tema em foco: (I) ter sido realizado apenas com discentes de pós-graduação (mestrandos e doutorandos); e (II) conter informações sobre estresse e/ou estressores em pós-graduandos *stricto sensu*;

Por este ser um artigo de revisão da literatura, foram excluídos desta pesquisa, os artigos que utilizaram a mesma metodologia. Pois fariam um apanhado das pesquisas publicadas, se encaixando em apenas alguns dos critérios pré-estabelecidos, principalmente no que concerne as bases de dados de pesquisa, período e idioma, o que não se enquadraria no problema de pesquisa dessa revisão, e, portanto, não atenderia ao que se propõe.

A etapa dos estudos pré-selecionados e selecionados foi realizada entre 01 e 15 de maio de 2021, concentrando-se no adoecimento de estudantes (mestrandos e doutorandos), decorrentes do estresse durante a pós-graduação. Foram utilizadas as bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e do Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior (CAPES) para

compor os artigos da amostra da pesquisa, padronizados em ambas as bases de dados a partir dos descritores: Estresse *AND* pós-graduação; Estresse *AND* pós-graduandos e Estressores *AND* pós-graduandos.

A seleção e categorização dos estudos foi organizada por meio de uma matriz de catalogação contendo os dados referentes a cada estudo, quais sejam: Autor, ano e periódico (origem dos artigos), objetivo, desenho metodológico e instrumentos utilizados (metodologia), e os resultados identificados relacionados ao estresse e estressores em estudantes de pós-graduação brasileiros.

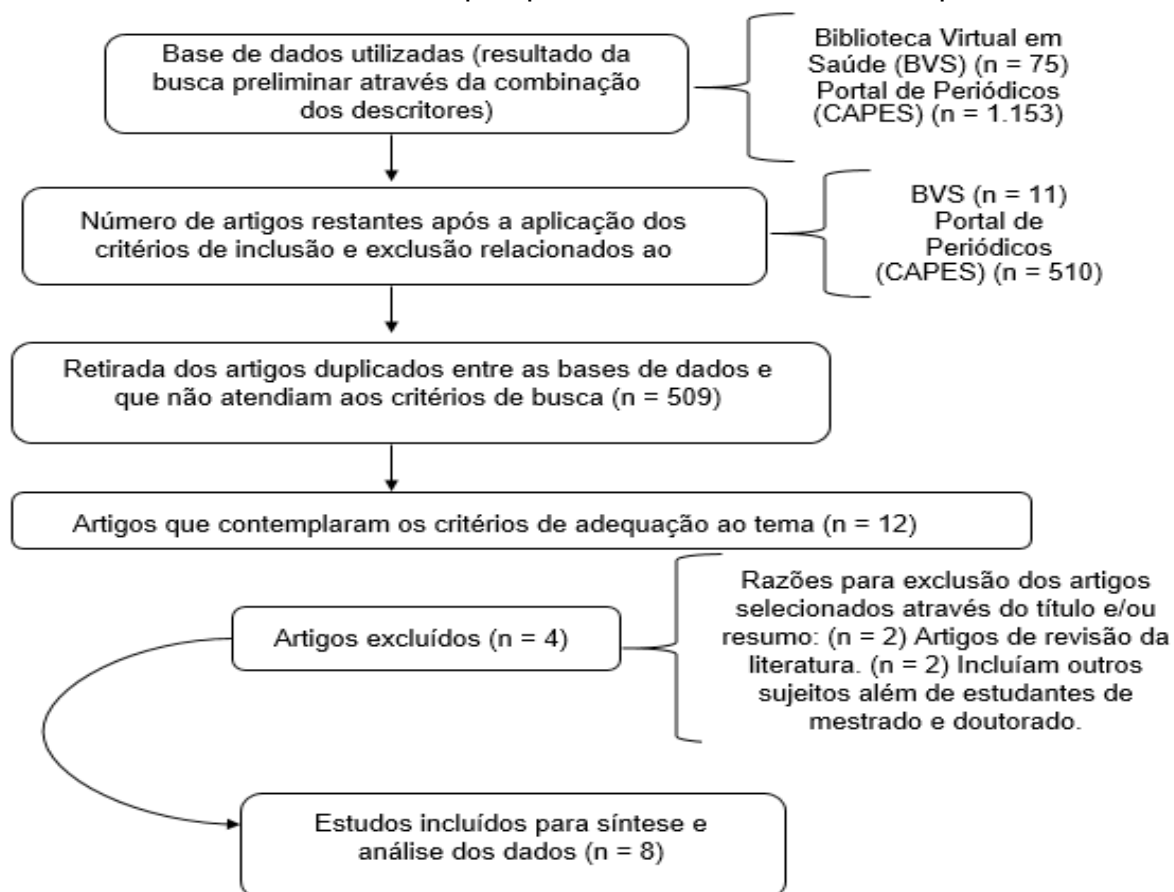
A análise se deu pela quantificação e interpretação dos dados relativos as publicações, como proposto por Lakatos e Marconi (2003, p. 168) que subscrevem a respeito da interpretação: “[...] Esclarece não só o significado do material, mas também faz ilações mais amplas dos dados discutidos”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na etapa de buscas, foram localizados 1.228 artigos com os cruzamentos dos descritores nas bases de dados. Depois da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão relacionados ao período de publicação e idioma, restaram 521 pesquisas. Após esse levantamento, foram excluídos os artigos que se repetiam de forma que evitasse a análise de conteúdo repetido.

Posteriormente, selecionou-se 12 estudos que atendiam aos critérios: constar os termos estresse, estressores, pós-graduação e pós-graduandos no título ou resumo a partir dos descritores utilizados. Desses, a leitura na íntegra revelou que 08 artigos se encaixavam na proposta da pesquisa, conforme figura 1.

FIGURA 1. Estudos incluídos na pesquisa, com base nos critérios pré-estabelecidos.



Fonte: Autores (2021).

Dos oito artigos, com data de publicação variando entre 2007 e 2020, cinco pesquisas (62%) evidenciaram, claramente, o uso de questionário para caracterização da amostra. Além disso, com relação aos instrumentos previamente validados para análise do estresse, 50% utilizaram o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp, seguindo pela Escala de Estresse Percebido (25%).

Para além dos instrumentos, houve predominância dos estudos realizados a nível nacional sem restrição de área de concentração, equivalente a 37% das pesquisas, em seguida, foram contemplados com maior uniformidade, os estudantes da área da saúde (25%), conforme categorizados no Quadro 1.

QUADRO 1. Características das publicações científicas que analisaram o adoecimento de pós-graduandos em decorrência do estresse entre 2001 e 2021.

Nº	AUTOR/PERÍODO/BASE DE DADOS	OBJETIVO DO TRABALHO	METODOLOGIA	INCIDÊNCIA DE ESTRESSE E/OU PRINCIPAIS ESTRESSORES
E1	SANTOS; ALVES JUNIOR, 2007. Psicologia: Reflexão e Crítica/SciELO, recuperado do Portal de Periódicos CAPES.	Conhecer a ocorrência de estresse em 27 mestrandos em ciências da saúde da Universidad Federal de Sergipe, sendo 16 mulheres e 11 homens. Buscou-se também delinear as estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com o estresse e os estressores percebidos na pós-graduação.	Pesquisa realizada em dois dias utilizando o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp, a Escala de Modos de Enfrentamento de Problemas e um questionário sobre possíveis estressores.	40,7% dos sujeitos apresentaram estresse em diferentes fases, sendo desses, 81,8% mulheres. Quanto ao estresse auto percebido, 96,3% se percebiam estressados. O estressor mais frequente foi a dificuldade na articulação do tempo para realizar o mestrado (38%), seguido dos aspectos financeiros pessoais e da pesquisa (26,2%) e da falta de incentivo e motivação (26,2%).
E2	MALAGRIS et al., 2009. Psicologia em Revista/DOAJ,	Investigar a presença e o nível de estresse em	A pesquisa foi desenvolvida nos programas de Pós-graduação	58,6% dos alunos encontravam-se estressados em diferentes fases. Na

	recuperado do Portal Periódicos CAPES.	do de alunos de pós-graduação da UFRJ, além de caracterizar a amostra.	de todos os seis Centros Universitários da UFRJ. Para tanto usou-se o inventário de sintomas de estresse para adultos de Lipp e um questionário sócio biográfico aplicado com 140 estudantes.	amostra pesquisada haviam mais mulheres estressadas (67,6%). Os alunos que não tinham outras atividades fora da pós estavam mais estressados (67,6%) do que os que tinham (48,4%).
E3	FARO, 2013a. Psicologia: Reflexão e Crítica/SciELO, recuperado do Portal Periódicos CAPES.	Mapear as relações entre estressores, estresse, enfrentamento e bem-estar subjetivo em mestrandos e doutorandos no Brasil.	Os instrumentos utilizados foram um questionário sobre estressores na pós-graduação, a Escala de Estresse Percebido, a Escala de Modos de Enfrentamento de Problemas e a Escala de Bem-Estar Subjetivo aplicados por e-mail com 2.150 pós-graduandos no Brasil, entre mestrandos e doutorandos, oriundos das cinco regiões do país.	A média de estresse foi de 29,1 ficando ligeiramente acima do ponto médio da escala (28 pontos). Os principais estressores foram: fator Tempo e Recursos Financeiros, seguido dos fatores Supervisão e Desempenho e Demandas do Curso.
E4	FARO, 2013b. Psicologia: Teoria e Pesquisa/SCIELO, recuperado do Portal Periódicos CAPES.	Identificar, segundo mestrandos e doutorandos no Brasil, os principais estressores que ocorrem na pós-graduação, como	Participaram da pesquisa 2.157 pós-graduandos, oriundos das cinco regiões do país. Além de coletar dados acerca do perfil sócio demográfico, formação e atuação	No tocante ao estresse, a média da amostra (29,1 pontos; $DP = 8,54$) ficou acima do ponto médio da escala (28 em 56 pontos possíveis). As mulheres exibiram maior estresse. A orientação e o próprio desempenho, representados pelo

		também buscou determinar o índice de estresse e as variáveis a ele associadas.	profissional, aplicaram-se a Escala de Estresse Percebido e uma lista contendo 28 possíveis estressores na pós-graduação.	fator Supervisão e Desempenho, aparecem como possíveis estressores.
E5	ALTOÉ et al., 2014. Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL/SciELO, recuperado do Portal de Periódicos CAPES.	Identificar o nível de estresse em estudantes de mestrado e doutorado em Contabilidade e no Brasil.	Pesquisa descritiva com abordagem quantitativa realizada com 265 pós-graduandos em Ciências Contábeis no Brasil. Utilizou-se instrumento específico para coleta de dados pessoais e questões referentes ao Inventário de Sintomas de Stress de Lipp, aplicado pelo <i>Google Docs</i> .	Os sintomas de estresse mais apresentados foram: tensão muscular; insônia; cansaço constante; esquecimento; angústia ou ansiedade diária; e irritabilidade sem causa aparente. Dentre os pós-graduandos que apresentaram estresse, a maioria são mestrandos, sendo as mulheres as mais estressadas, chegando a ser até 25% superior aos homens.
E6	SOUZA et al., 2016. Revista da ABENO/LILACS, Recuperado da Biblioteca Virtual em Saúde.	Investigar a presença e o perfil do estresse entre pós-graduandos de Odontologia, considerando o início e final de curso, e apreender as suas percepções sobre fatores determinantes e desdobramentos	Pesquisa quantitativa, de caráter exploratório e descritivo, realizada com 39 pós-graduandos de odontologia. A coleta de dados foi realizada através de um questionário sócio demográfico simples, do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp e da técnica em	O estresse estava presente em 59,1% dos pós-graduandos ingressantes, e em 41,2% dos concluintes. Os pós-graduandos do sexo feminino apresentaram maior vulnerabilidade ao estresse, com predominância de sintomas psicológicos. Quanto aos estressores foram relatados: a saturação de atividades inerentes à pós-graduação, a má distribuição da carga

		ntos no contexto da vida diária.	entrevista Grupo Focal.	horária do curso, a exiguidade de 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.
E7	SOUZA et al., 2018. Cadernos de Estudos Sociais/SciELO, recuperado do Portal de Periódicos CAPES.	Compreender comportamentos de mestrandos averiguando-os por meio da incidência das três dimensões do modelo teórico de Maslach.	Pesquisa com abordagem qualitativa/ Interpretativista com entrevistas de roteiro semiestruturado realizadas com 12 estudantes de mestrado do Programa de Pós-Graduação em Administração da Universidade Federal da Paraíba.	Indícios de estresse ocupacional crônico. De modo geral, foram citados: cansaço; sono; pressão; tensão; elevado nível de estresse; sentimento de impotência diante da carga de estudo; aprisionamento por expor opiniões; sentimento de obrigação e cobrança. Esse conjunto configurou um cenário de exaustão emocional.
E8	PINZON et al., 2020. Revista Brasileira de Orientação Profissional/LILACS, Recuperado da Biblioteca Virtual em Saúde.	Identificar as barreiras de carreira percebidas por pós-graduandos brasileiros.	Estudo transversal, descritivo, que combina estratégias quantitativas e qualitativas de coleta e análise de dados. Realizado com 1.619 estudantes de pós-graduação	A amostra apresenta sintomatologia leve para o estresse. A “falta de tempo”, “falta de orientação”, “falta de prazo”, “falta de bolsa”; seguidos de “tempo” e “trabalho” podem ser caracterizados como os principais estressores.

			residentes no Brasil, através do uso de questionário e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse.	
--	--	--	---	--

Fonte: Autores (2021).

Conforme demonstrado no Quadro 1, cinco estudos (61%) obtiveram como resultados que mais da metade dos pós-graduandos se encontravam com níveis de estresse elevado. Ademais, percebeu-se, mediante a análise das pesquisas, que as mulheres são mais acometidas por estresse (61%), em comparação aos homens (39%). Em todo caso, embora três estudos não tenham encontrado altos índices de estresse entre os estudantes, todos elencaram como um fator presente no cotidiano acadêmico, chegando a atingir, por vezes, mais de 40% dos discentes matriculados em mestrados e doutorados.

Quando o corpo humano é submetido a situações estressantes de forma prolongada, em alguns casos, essa condição se revela na forma de adoecimento físico e/ou mental. Lipp e Tanganelli (2002) enfatizam que dentre as principais doenças relacionadas ao estresse, destacam-se a,

[...] arteriosclerose, distúrbios no ritmo cardíaco, enfarte e derrame cerebral. Outras doenças que podem ocorrer em função do stress são diabetes, câncer (em face de diminuição da imunidade), úlceras, gastrites, doenças inflamatórias, colites, problemas dermatológicos (micoses, psoríase, queda de cabelo), problemas relacionados à obesidade e problemas sexuais como impotência e frigidez, entre outros. Além das patologias físicas e mentais que podem ocorrer, há também uma queda na habilidade de se concentrar e de pensar de modo lógico com conseqüente queda de produtividade.

Além das doenças que podem ser ocasionadas pelo estresse, a Secretaria de Saúde do Estado de Goiás (2019) em matéria informativa a população, alerta que “tanto o estresse de curto quanto o de longo prazo podem ter efeitos sobre o seu corpo. Estresse dispara mudanças no organismo e aumenta a probabilidade de ficar doente. Ele também piora problemas de saúde já existentes”.

Os achados das pesquisas revelam altos índices de estresse em mulheres. Tal revelação pode ser justificada pelas demandas da pós-graduação serem exacerbadas devido a outras atribuições sociais, historicamente relacionadas a mulher, como: cuidar dos filhos, marido e da casa. Outrossim, as demandas de trabalho, tanto dentro quanto fora de casa, e estudo constituem um quadro relevante de características sociais que predispõem ao adoecimento feminino por estresse (SANTOS; ALVES JUNIOR, 2007 ; FARO, 2013b).

No contexto dos estressores, esses foram separados em três categorias:

I - Características individuais ligadas as particularidades dos estudantes de mestrado e doutorado;

II - Características acadêmicas relacionadas ao processo formativo diante do contexto da pós-graduação;

III - Relações interpessoais caracterizadas pela convivência com colegas e orientador;

As principais características individuais do estudo, que apareceram como fonte estressora, foram: o gênero feminino (33%), dificuldade financeira (20%), articulação ou problemas com a organização do tempo (20%), cobrança interna (7%), exaustão emocional (7%), poucas horas de sono (7%), além da insegurança quanto ao futuro profissional após a titulação (6%). Nesta revisão, dificuldades financeiras e o fator tempo constituem os principais estressores dessa categoria, depois de gênero, sendo mencionados em três pesquisas.

No que tange as características acadêmicas ligadas diretamente ao processo de formação na pós-graduação, os estudos revelam que prazos para realização e entrega dos trabalhos acadêmicos constituem o principal estressor, aparecendo em três estudos e correspondendo a 37% dos resultados. Em escala menor aparecem: a pressão da bolsa (12%), demandas do curso de mestrado ou doutorado (12%), dedicação exclusiva a pós-graduação sem realização de trabalhos paralelos (13%), carga horária do curso (13%) e insatisfação com a forma de avaliação do corpo docente (13%).

No processo de formação dos sujeitos, as características acadêmicas, especialmente aquelas relacionadas diretamente com a pós-graduação *stricto sensu*, foram as principais responsáveis pelos estressores impactantes na vida dos estudantes. Diante disso, evidencia-se que as demandas relacionadas de forma direta ao ambiente da pós-graduação, contribuem negativamente para o adoecimento discente.

Na pós-graduação a identidade do estudante acaba vinculada somente ao que ele produz no desenvolvimento da pesquisa científica, ou seja, acaba ocasionando um ciclo de cobranças relacionadas principalmente a quantidade de produção acadêmica, resultando por vezes em estresse e conseqüentemente adoecimento (PEREZ *et al.*, 2017).

As relações interpessoais apareceram de forma sucinta, embora expressiva em quatro estudos. Destaca-se, dessa categoria, a relação com o orientador ou orientação a mais prevalente, levantada como estressor em dois estudos. Já a falta de incentivo para realizar a pesquisa e a supervisão na pós-graduação foram mencionados, respectivamente, em um estudo cada.

Ainda com relação a esse ponto, vale salientar que uma boa relação de supervisão entre o orientador e o orientando é fundamental para o desenvolvimento exitoso da pesquisa acadêmica. Essa relação funciona como uma rede de apoio, que apesar de por vezes ser conflitante, desempenha papel essencial dentro do ambiente acadêmico (MACHADO *et al.*, 2018). Com isso, problemas nessa relação tem potencial significativo para aumentar o nível de estresse dos pesquisadores (SILVA *et al.*, 2018).

Para Câmara *et al.* (2021) “a vulnerabilidade psíquica, pode se apresentar nos momentos que os estudantes de pós-graduação necessitam cumprir com altas demandas tendo que conciliá-las com a vida pessoal e profissional”. Sendo assim, é necessário que haja atenção psicossocial aos pós-graduandos, conforme também revelaram os estudos sobre o estresse na pós-graduação. Ademais, o ambiente acadêmico em si já constitui um fator estressor, pois exige do estudante forte capacidade adaptativa em um curto período de tempo, se considerado o prazo entre a aprovação no processo e a efetiva entrada no curso (FARO, 2013b).

Ainda de acordo com as pesquisas elencadas, grande carga de demandas em forma de leitura, pesquisa e publicação se tornam agentes estressores a partir

do momento em que o pós-graduando não consegue atender as exigências inerentes ao universo da pós-graduação, ou quando apresenta exagerado sofrimento para cumpri-las. “É importante ressaltar que os eventos estressores são cumulativos e que o estresse se intensifica a cada nova ocorrência, fazendo com que o nível de estresse do indivíduo seja elevado” (COSTA; SOUZA NETO, 2020).

O nível de estresse e as categorias de estressores levantadas nesta revisão, constituem os principais aspectos que podem ocasionar efeitos negativos na saúde do pós-graduando, tanto em forma de sintomas físicos, quanto psicológicos. Os dados permitem inferir que a vivência e relação do estudante com a pós-graduação pode ser influenciada tanto por fatores internos ao sujeito, como por fatores externos presentes na academia.

Vale acrescentar que considerando o recorte temporal dessa pesquisa, não foram localizados estudos que tratassem sobre a relação entre a pandemia e o aumento de estresse em estudantes de pós-graduação *stricto sensu*. No entanto, o estudo realizado pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (2020) em 23 estados brasileiros aponta que os sintomas de estresse agudo, mais que dobraram no período pandêmico.

No cenário pandêmico de instabilidade, alguns aspectos geradores de estresse nos estudantes se acentuaram. “Aspectos como a manutenção ou não de bolsas de estudo, prazos para conclusão de créditos, possíveis prorrogações de prazos e até mesmo oportunidades de emprego futuro tendem a impactar a saúde mental” (SCORSOLINI-COMIN *et al.*, 2021). Entende-se assim, que a pandemia de Covid-19 passa a influenciar o nível de estresse de mestrandos e doutorandos brasileiros a partir de 2020.

Nesse sentido, em relação à estratégia de busca utilizada nesta revisão cuja abrangência frente ao tema é limitada, conseguiu-se encontrar dados relevantes sobre o adoecimento discente, os quais servirão para aprofundamento do tema e formulação de estratégias de ajuda ao estudante no âmbito da pós-graduação.

CONCLUSÕES

A partir da análise da produção nacional sobre a incidência de estresse, estressores e adoecimento de estudantes de pós-graduação *stricto sensu*, é notório que o estresse está presente na vida cotidiana dos discentes e que provoca diversas sintomatologias, tanto físicas quanto psicológicas, e que o adoecimento decorrente desse, é uma realidade.

Nesse sentido, os autores (SANTOS; ALVES JUNIOR, 2007; MALAGRIS *et al.*, 2009; FARO, 2013a; FARO, 2013b; ALTOÉ *et al.*, 2014; SOUZA *et al.*, 2016; SOUZA *et al.*, 2018; PINZON *et al.*, 2020) passaram a preocupar-se com essa temática mais enfaticamente em meados de 2007, considerando o intervalo de tempo abordado nessa revisão. No entanto, como foi possível constatar pelas pesquisas nas bases de dados, ainda há poucos estudos abordando essa temática tão relevante.

O estresse é algo cotidiano, entretanto, ao ingressar na pós-graduação *stricto sensu*, o discente passa por um período de transição muito rápido que demanda alto poder de adaptabilidade e conciliação da vida afetiva, familiar, social e profissional com a acadêmica. Essa mudança, assim como a fase de adaptação, ou a não adaptação ao sistema de pós-graduação, pode representar situações estressoras e resultar em níveis de estresse elevado, incidindo negativamente em diversos aspectos da vida do estudante.

É possível perceber, portanto, que a literatura enfatiza o constante adoecimento de pós-graduandos, elencando, inclusive, as doenças que podem ser ocasionadas pelo alto nível de estresse e pela frequente exposição a estressores. As pesquisas ainda sugerem que o adoecimento ocorre por uma complexa conjuntura de fatores, sendo necessário aprofundar-se na relação entre estresse, estressores e o perfil dos pós-graduandos para se chegar a um diagnóstico mais conclusivo.

No Brasil há vários estudos voltados ao adoecimento da população em geral, porém quando consideramos apenas um grupo, especificamente alunos de pós-graduação *stricto sensu*, as pesquisas encontradas são limitadas e com poucos dados. Embora pouco abordada, faz-se perceber o quanto é importante a temática para continuidade das pesquisas, e não só delas, também se faz necessário refletir sobre esse estudante que adoeceu durante o processo de formação, obtendo o título ou não, e as consequências que se leva para a vida pessoal, profissional e acadêmica posterior ao curso de mestrado ou doutorado.

Por outro lado, julga-se que atenção dada ao estudante de pós-graduação *stricto sensu* ainda está longe de constituir o cuidado aceitável. Nesse sentido, a análise dos estudos demonstrou fragilidade nessa relação, no momento em que não há referências científicas sobre a existência de uma rede de apoio ao estudante, seja no âmbito do programa de pós-graduação, da Universidade a qual ele está vinculado, ou do órgão de avaliação desse nível de ensino, tratando-se claro, exclusivamente de saúde física e/ou mental.

Por fim, entende-se, consensualmente, que o adoecimento físico e/ou mental se reflete diretamente na saúde e qualidade de vida do pesquisador, bem como, na sua capacidade de produzir ciência, ou de permanecer no programa de pós-graduação até a conclusão do curso.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, G.W.G.; **Princípio da igualdade e as políticas públicas educacionais federais após a Constituição Federal de 1988**. Brasília: Conteúdo Jurídico. 2013. URL: <https://conteudojuridico.com.br/consulta/Artigos/36199/principio-da-igualdade-e-as-politicas-publicas-educacionais-federais-apos-a-constituicao-federal-de-1988>

ALTOÉ, S. M. L.; FRAGALLI, A. C.; ESPEJO, M. M. S. B. A “dor do crescimento”: um estudo sobre o nível de estresse em pós-graduandos de contabilidade. **Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL**, v. 7, n. 1, p. 213-233, 2014. Disponível em: URL: <https://www.redalyc.org/pdf/3193/319330058012.pdf>

ABMES – Associação Brasileira de Mantenedoras de Ensino Superior. **Políticas públicas - A porta de entrada para o Ensino Superior**. 2018. URL: <https://abmes.org.br/noticias/detalhe/3139/-politicas-publicas-a-porta-de-entrada-para-o-ensino-superior>

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília: Presidência da República. 1988. URL: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm

_____. Ministério da Saúde. **Estresse**. Brasília: Biblioteca Virtual de Saúde. 2015. URL: <http://bvsmis.saude.gov.br/dicas-em-saude/2068-estresse>.

BOTELHO, L. L. R.; ALMEIDA, C. C. C.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. DOI: <https://doi.org/10.21171/ges.v5i11.1220>

CÂMARA, V. M. S.; MATTA, A. H. A.; BONADIMAN, H. L. Perfil e principais queixas de pós-graduandos usuários do serviço de psicologia de uma universidade federal. **Humanidades & Inovação**, v. 8, n. 45, p. 174-184, 2021. URL: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/4015>

CESAR, F. C. R.; SOUSA, E. T.; RIBEIRO, L. C. M.; OLIVEIRA, L. M. A. C. Estressores da pós-graduação: revisão integrativa da literatura. **Cogitare Enfermagem**, v. 23, n. 4, p. e57460, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v23i4.57460>

COSTA, E. G.; NEBEL, L. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis**, v. 17, n. 50, p. 207-227, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682018000200207>

COSTA, M.; SOUZA NETO, M. A.; Eventos estressores e as implicações do estresse ocupacional na saúde do docente do ensino superior. **Revista Eletrônica da Faculdade de Ceres**, v. 9, n. 1, 2020. URL: <http://revistas2.unievangelica.edu.br/index.php/refacer/article/view/4696/3312>

FARO, A. Um modelo explicativo para o bem-estar subjetivo: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 26, n. 4, p. 654-662, 2013a. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400005>

FARO, A. Estresse e estressores na pós-graduação: estudo com mestrandos e doutorandos no brasil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 29, n. 1, p. 51-60, 2013b. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722013000100007>

FARO, A.; PEREIRA, M. E. Estresse: Revisão narrativa da evolução conceitual, perspectivas teóricas e metodológicas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 14, n. 1, p. 78-100, 2013. URL: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S164500862013000100006

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UECE. 2002. 127 p. URL: <http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/1SF/Sandra/apostilaMetodologia.pdf>

GALDINO, M. J. Q.; MARTINS, J.T.; Qualidade de vida de estudantes de mestrado e doutorado em enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 20, p. 1-8, 2018. DOI: <https://doi.org/10.5216/ree.v20.50673>

GARCIA, A. L.; EMERICH, T. B.; SARALORI, L. B.; CAVACA, A. G.; SANTOS, N. E. T. Notícias sobre o estresse na mídia impressa: abordagens biológicas, psicológicas, sociais ou biopsicossociais. **Repositório Institucional da Fiocruz**, p. 209-229, 2021. URL: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/49609>

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica**. São Paulo: Atlas. 2003. 310 p.

LIPP, M. E. N.; TANGANELLI, M. S. Stress e qualidade de vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: diferenças entre homens e mulheres. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 15, n. 3, p. 537-548, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722002000300008>

LOUZADA, R. C. R.; SILVA FILHO, J. F. Formação do pesquisador e sofrimento mental: um estudo de caso. **Psicologia em Estudo**, v. 10, n. 3, p. 451-461, 2005. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722005000300013>

MACHADO, D. P.; FONSECA, J. M. T.; CLEMENTE, A. Orientador e orientando ideais: similaridades e dissimilaridades na percepção de professores e alunos. **Revista Contemporânea de Contabilidade**, v. 15, n. 35, p. 32-47, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.5007/2175-8069.2018v15n35p32>

MALAGRIS, L. E. N. *et al.* Níveis de estresse e características sociobiográficas de alunos de pós-graduação. **Psicologia em Revista**, v. 15, n. 1, p. 184-203, 2009. URL: <https://doaj.org/article/291db471576243eda674f134e88a0dd6>

MARRAS, J. P.; VELOSO, H. M. **Estresse ocupacional**. Rio de Janeiro: Elsevier. 2012. 157 p.

MARINI, B. P. R.; LOURENÇO, M. C.; BARBA, P. C. S. D. Revisão sistemática integrativa da literatura sobre modelos e práticas de intervenção precoce no Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 35, n. 4, p. 456-463, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2017;35;4;00015>

NAZARENO, E.; HERBETTA, A. F. A pós-graduação brasileira: sua construção assimétrica e algumas tentativas de superação. **Estudos de Psicologia**, v. 24, n. 2, p. 103-112, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.22491/1678-4669.20190013>

NETTO, C. A. Princípios para um novo modelo de avaliação da pós-graduação. **Ciência e Cultura**, v. 70, n. 3, p. 47-51, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.21800/2317-66602018000300012>

OLIVEIRA, A. F. **Políticas públicas educacionais: conceito e contextualização numa perspectiva didática**. Goiânia: Editora da PUC Goiás. 2010. p. 93-99. URL: <https://www.sinprodf.org.br/wpcontent/uploads/2012/01/texto4pol%C3%8Dticasp%C3%9Ablicaeducacionais.pdf>

PEREZ, K. V.; BOTTEGA, C. G.; MERLO, Á. R. C. Análise das políticas de saúde do trabalhador e saúde mental: uma proposta de articulação. **Saúde Debate**, v. 41, p. 287-298, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-11042017S224>

PINZÓN, J. H.; SANCHEZ, G. M.; MACHADO, W. L.; OLIVEIRA, M. Z. Barreiras à Carreira e Saúde Mental de Estudantes de Pós-graduação. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 21, n. 2, p. 189-201, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2020v21n206>

SANTOS, A. F.; ALVES JÚNIOR, A. Estresse e estratégias de enfrentamento em mestrandos de ciências da saúde. **Psicologia: Reflexão e crítica**, v. 20, n. 1, p. 104-113, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722007000100014>

SANTOS, M. M. S.; SAMPAIO, J. M. F.; BRITO JÚNIOR, F. E.; LIMA JÚNIOR, J. C. C. de; SANTOS, S. M. S.; SILVA, S. M.; MACÊDO, L. R. de; PEREIRA, T. C.; DUARTE, I. G. T.; SIEBRA, F. L.; PEREIRA, G. F.; PEREIRA, D. F. Avaliação do nível de estresse e perfil social de estudantes de pós-graduação da área da saúde. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e276985776, 2020. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5776>

SCORSOLINI-COMIN, F.; PATIAS, N. D.; COZZER, A. J.; FLORES, P. A. W.; HOHENDORFF, J. V. Saúde mental e estratégias de coping em pós-graduandos na pandemia da COVID-19. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 29, p. 2-10, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5012.3491>

SECRETARIA DE SAÚDE DO ESTADO DE GOIÁS. **Estresse**. Governo do Estado de Goiás, 2019. URL: <https://www.saude.go.gov.br/biblioteca/7598-estresse>

SILVA, Michel. Capitalismo, pós-graduação e adoecimento mental. **Metodologias e Aprendizado**, v. 5, p. 1-14, 2022. URL: <https://publicacoes.ifc.edu.br/index.php/metapre/article/view/2378/2122>

SILVA, T. D.; PEREIRA, J. M.; MIRANDA, G. J. O estresse em graduandos de Ciências Contábeis e Administração. **Advances in Scientific and Applied Accounting**, v. 11, n. 2, p. 330-350, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.14392/asaa.2018110208>

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

SOUZA, J. A.; FADEL, C. B.; FERRACIOLI, M. U. Estresse no cotidiano acadêmico: um estudo com pós-graduandos em Odontologia. **Revista da ABENO**, v. 16, n. 1, p. 50-60, 2016. URL: <https://revabeno.emnuvens.com.br/revabeno/article/view/207/201>

TREVISOL, J. V.; BASTIANI, S. C. de; BRASIL, A. As dinâmicas da Pós-graduação em Santa Catarina: evolução e perspectivas (1969-2018). **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 25, p. 178-198, 2020. URL: <https://www.scielo.br/j/aval/a/NyvnX3C7QjhVcPgQP5rf5XB/?format=pdf&lang=pt>

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. **Pesquisa da Uerj indica aumento de casos de depressão entre brasileiros durante a quarentena**. Rio de Janeiro, RJ: Diretoria de comunicação da UERJ, 2020. URL: <https://www.uerj.br/noticia/11028/>

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS. **Estresse**. Minas Gerais: Pró-reitoria de Assuntos Estudantis. 2021. URL: <https://www.ufmg.br/prae/setor-de-acolhimento/atuacao-do-campo-psicopedagogico/saude-mental/estresse/>

VIANA, H. F.; SOUZA, F. S. Saúde mental na pós-graduação e a COVID-19: Um estudo com mestrandos e doutorandos de uma instituição pública federal de ensino. **Revista de Casos e Consultoria**, v. 12, n. 1, p. e25290-e25290, 2021. URL: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/25290/14302>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health: strengthening our response. 2018. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.