

O PAPEL DA COMUNIDADE ACADÊMICA NA SAÚDE MENTAL NAS UNIVERSIDADES BRASILEIRAS

Elise Hungaro da Cunha

Graduanda em Ciências Econômicas pela Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG e Presidenta do DA FACE na gestão 2017. E-mail: elisehungaro@gmail.com.

Este artigo de opinião tem como objetivo contextualizar a questão da saúde mental na universidade através da experiência de uma aluna enquanto membro da comunidade discente e dos órgãos deliberativos da universidade; discorrer acerca das inter-relações entre o ambiente acadêmico e o desenvolvimento de sofrimento mental; e introduzir opiniões e subsídios para a realização de um debate mais amplo acerca deste fenômeno que apenas recentemente passou a ser debatido em larga escala, devido a uma série de acontecimentos e relatos de casos extremos em diversas universidades brasileiras.

A faculdade, especialmente a universidade pública, é o sonho de muitos. Entretanto, a relação entre a quantidade de alunos que se aplicam para uma vaga nestas instituições é geralmente maior do que aqueles que efetivamente tem acesso a uma vaga. É de conhecimento público que os estudantes passam por uma grande pressão pela escola, pela família e pela sociedade como um todo durante o vestibular. Depois que entram na universidade os alunos passam a sofrer com uma nova pressão. É preciso estudar muito, há pressão para se conseguir um estágio rapidamente, para se especializar, aprender outras línguas, fazer iniciação científica e participar dos projetos de extensão. A comunidade, incluindo professores, técnicos administrativos e alunos como um todo, estabelece padrões quase impossíveis de serem alcançados. Metas de publicações, carga horária e de leitura que muitas vezes faz com que os discentes precisem escolher a quais matérias se dedicar mais ou menos. A pressão em casa continua. A pressão pela sociedade conti-

nua. A pressão na universidade só cresce.

A depressão e a ansiedade são conhecidas como "o mal do século". O problema não está só na faculdade. É uma questão muito mais profunda do que poderíamos entrar aqui. Mas é preciso reconhecer que a faculdade, como instituição importante na nossa vida e onde passamos a maior parte de nosso tempo tem um papel crucial na saúde mental de toda sua comunidade. Ao lidar com estas questões pessoalmente, passamos a compreender que não são apenas alunos, tanto na graduação quanto nos programas de mestrado e doutorado, que passam por sofrimento mental. Esse também é um problema recorrente para professores, técnicos e terceirizados. É preciso que estejamos atentos a essa situação e é importante perceber que nossa faculdade não é uma ilha e não está imune a isso. Pedimos que alguns alunos da FACE enviassem depoimentos sobre como a faculdade afeta a sua saúde mental e separamos aqui alguns trechos:

Nunca foi fácil estar submetido a cobrança, a pressão. Ao meu ver, tais coisas são inerentes a nossa geração. No entanto, na UFMG foi diferente, a pressão e a cobrança foi anexado um sentimento de impotência. E como é nítido isso nos corredores dessa Universidade. Mas o porquê dessa forma? (...) Quem se preocupa com o fato de termos matérias demais, tempo de menos e condições psicológicas insuficientes para estarmos em um ambiente de pressão constante e apoio nenhum? Ninguém. Nós não precisamos de mais psicólogos, precisamos de novos métodos, precisamos de mais compreensão. (Depoimento anônimo)

Acredito que pode-se aprender muito na universidade. Mas muita coisa que a gente aprende vem acompanhada de muito problema e perda de vitalidade. Especialmente na UFMG, nossa cobrança já começa quando as pessoas te enxergam como “merecedor” da vaga. Isso traz um peso sobre as costas imensurável motivado pelo fato de todo mundo acreditar que você é diferente só porque garantiu uma vaga na universidade federal, quando na verdade você é só mais um jovem querendo estudar. (...) A UFMG tira o tempo, e se o aluno for sedento por conhecimento fora de classe então, como é o meu caso, certamente irá ainda mais se sentir sobrecarregado já que vai procurar mil e um projetos de extensão e se sentir culpado por às vezes preferir ficar até tarde assistindo uma palestra legal do que estudando um monte de conteúdo maçante que não deixa claro o que vai acrescentar na nossa trajetória. Às vezes eu acho que falta uma comunicação de igual para igual entre aluno e professor, em que pelo menos a gente entenda a utilidade daquele monte de conteúdo na nossa grade. (...) A universidade devia ser mais como cidade de interior, onde a comunicação é menos hierárquica e mais colaborativa. Se a instituição vivesse 1% dos ideais que prega, teríamos muito menos doença mental por aí. (...) (Depoimento anônimo)

Muitas vezes os alunos que mais sofrem e tem dificuldade para estar na universidade são os que mais precisam estar nela. O aluno que fica semanas sem vir na aula por estar tendo um surto em casa por não ter sua sexualidade aceita por seus pais pode ser aquele que mais precise se formar para ter condições de se mudar de casa e se sustentar sozinho, em um ambiente menos tóxico. Uma aluna que depende da assistência financeira oferecida pela universidade para se manter na cidade e que tem seu auxílio cortado, como o de muitos alunos foi esse ano e começa a ter que fazer seu dinheiro render o dobro do que antes e se sente impotente por não conseguir e começa a

ter seu desempenho acadêmico reduzido pode ser a que mais precisa conseguir se formar para melhorar a vida de seus parentes e mostrar ao resto de sua família que isso é possível. Uma aluna negra que não se sente bem-vinda e isolada em uma comunidade que ainda é preconceituosa e não a recebe bem, e pode ser facilmente excluída das várias outras mini comunidades que compõem a universidade, pode ser a que mais precise estar aqui dentro para escancarar os preconceitos que ainda existem mas ficam silenciados dentro da faculdade.

Apesar dos exemplos simbólicos, o problema é real e acontece em diversas universidades brasileiras. O papel de suas comunidades agora é compreendê-lo e escolher a melhor forma de lidar com ele.

Em uma conversa com uma aluna representante de um coletivo que luta pelo fim dos manicômios e pela reintegração das pessoas com sofrimento mental na sociedade, foram expostos os motivos pelos quais o coletivo defende a luta antimanicomial. Os manicômios partem da premissa de que o louco, ou aquele que não se encaixa no comportamento esperado da sociedade, deve ser excluído dela, de modo a não prejudicar os outros. Por isso, segundo ela, os manicômios funcionam como prisões e o “paciente” deve ficar lá, isolado da sociedade, até se recuperar (o que raramente acontece nesses ambientes) para poder voltar ao convívio.

Levando em consideração esta conversa e a experiência de contato com os representantes dos alunos nas congregações, colegiados e câmaras e convívio diário com o corpo discente, foi minha interpretação de que, dadas as devidas proporções, a faculdade atualmente segue em muitos casos essa lógica manicomial, no sentido de excluir da comunidade o aluno que não segue o que foi estabelecido como o normal. Ao invés de oferecer apoio, a universidade (por universidade refiro-me a seus res-

ponsáveis maiores como a reitoria e o Conselho Universitário, mas também nós, que compomos as instâncias deliberativas nos prédios, membros dos departamentos, câmaras e colegiados, professores, técnicos e alunos) opta por excluí-lo, apagar sua matrícula e removê-lo da nossa comunidade ao invés de tentar compreender de verdade o que o levou a chegar a tal ponto e pensar políticas que permitam o acompanhamento do aluno que precisa e que ofereçam os meios para que eles consigam permanecer e concluir os estudos.

Neste momento, é importante que unamos forças em prol de uma universidade mais inclusiva e que deixe essa lógica manicomial de lado para se preocupar em encontrar formas de apoiar esses alunos para que eles consigam concluir seus cursos ao invés de simplesmente excluí-los da universidade, em julgamentos nas instâncias deliberativas, quando temos o dever de decidir quais alunos tem o direito ou não de concluir o curso. É imprescindível levar em consideração as particularidades de cada caso. É irreal acreditar que teremos a capacidade de estabelecer regras completas ao ponto de abarcarem todos os casos, sem que seja feita uma exposição e discussão acerca da situação específica de cada aluno. Enquanto existem casos de alunos que não se esforçam para preencher com justiça a vaga que ocupam, temos inúmeros outros alunos que estão passando por dificuldades reais. É preciso humanizar nossas decisões. É importante lembrar sempre que estamos tratando de vidas e contextos individuais, cada qual com suas particularidades.

A questão da saúde mental nas universidades é tão presente e constante no meio acadêmico que muitas vezes passa a ser naturalizada. Entretanto, o fato de uma coisa acontecer com frequência não quer dizer que ela é normal, mas muitas vezes é um sinal de que existe um problema sistêmico com o qual é

preciso lidar. Não é "normal" ter casos como de alunos que fogem para outra cidade sem avisar ninguém por ter surtado ao estudar para uma prova. Não é "normal" que os alunos não se sintam a vontade para reclamar de uma nota ou da forma como o professor avaliou por ter medo de se sentir perseguidos. Não é "normal" que os alunos se sintam mal por descansar no fim de semana. Não é "normal" dormir 4 horas por dia para conseguir acompanhar a universidade. Não é "normal" se sentir inferior por não ter o mesmo ritmo ou o mesmo tempo para estudar que outros alunos. Mesmo assim, vemos situações como essas se repetirem todos os dias, e somente paramos para pensar a respeito ou tomar alguma atitude quando uma tragédia relacionada à situação chega aos noticiários.

O papel da comunidade, tanto alunos quanto professores e técnicos, especialmente agora, com a mudança dos perfis de alunos que frequentam a universidade pública, é o de decidir qual a universidade que acreditamos e que queremos. Não uma universidade que configura um ambiente tóxico e exclui os que não são considerados normais e que tem dificuldade em se manter aqui, mas uma universidade que oferece o apoio e auxílio necessário para que eles não só permaneçam, mas para que prosperem em seus estudos e possam contribuir para o desenvolvimento de uma universidade mais plural e representativa, capaz de compreender a importância de preservar as particularidades de cada um de seus membros. Uma universidade que se expande e gera conhecimento capaz de ser replicado e que alcance os lugares que mais precisam. Porém, para que este objetivo seja alcançado é preciso construir uma rede sólida de aparatos institucionais, como a ampliação das redes de psicólogos que atendem a comunidade, o incentivo à atividades de integração realizadas nos campus, mecanismos que garantam que os colegiados e câmaras le-

vem em consideração as avaliações de alunos e professores acerca dos desenhos das matérias e cursos, a regulamentação de visitas nas moradias universitárias, entre tantas outras medidas que somente emergirão do debate amplamente aberto e constante com a comunidade universitária.