

EVIDÊNCIAS DE SOFRIMENTO PSÍQUICO NA PÓS-GRADUAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

EVIDENCE OF PSYCHOLOGICAL SUFFERING IN GRADUATE STUDIES: AN INTEGRATIVE REVIEW

Cássio Adriano Braz de Aquino¹

Raquel Nascimento Coelho²

Antônia Vaneska Timbó de Lima Meyer³

Carlos Adriano Santos Gomes Gordiano⁴

Natalia Lopes Braga⁵

José Joatan da Silva Gomes⁶

¹ Professor Titular do Departamento de Psicologia e do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UFC e coordenador do Núcleo de Psicologia do Trabalho - NUTRA/UFC.

² Professora Adjunta do Departamento de Psicologia e vice -coordenadora do Núcleo de Psicologia do Trabalho - NUTRA/UFC.

³ Doutoranda em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará

⁴ Professor Adjunto do Departamento de Contabilidade da Universidade Federal do Ceará.

⁵ Professora Adjunta do Departamento de Psicologia, membro do Núcleo de Psicologia do Trabalho - NUTRA/UFC e do Laboratório de Estudos do Trabalho - LET/Unifor.

⁶ Discente do Curso de Psicologia da Universidade Federal do Ceará - Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/CNPQ).

Resumo: O crescimento da pós-graduação no Brasil e no mundo tem sido acompanhado pelo aumento de relatos de sofrimento psíquico entre estudantes. Essa trajetória envolve intensas demandas acadêmicas e pessoais, que podem repercutir na saúde mental e suscitar diferentes manifestações de sofrimento. O objetivo deste trabalho foi identificar e analisar a manifestação do sofrimento psíquico entre os estudantes de pós-

graduação, a partir de uma revisão integrativa. Selecionou-se para a revisão artigos científicos revisados por pares no Portal Periódicos CAPES entre 2008 e 2024. Realizou-se buscas utilizando descritores consultados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-Psi) em inglês e em português, resultando em 30 publicações escolhidas para análise. Observou-se constância entre as produções a partir de 2012, destacando-se as produções internacionais e das ciências da saúde. As evidências de sofrimento psíquico concentram-se, principalmente, em estresse, ansiedade, depressão e burnout. Os estudos alertam para as dificuldades dos estudantes nos processos de adaptação cultural, sobrecarga de trabalho, competitividade excessiva e importância da relação com o orientador.

Palavras-chave: Sofrimento Psicológico; Pós-graduação; Produção Científica; Saúde Mental.

Abstract: The growth of graduate programs in Brazil and worldwide has been accompanied by an increase in reports of psychological distress among students. This trajectory involves intense academic and personal demands, which can impact mental health and trigger various manifestations of distress. The objective of this work was to identify and analyze the manifestation of psychological suffering among postgraduate students, based on an integrative review. Peer-reviewed scientific articles from the CAPES Periodicals Portal published between 2008 and 2024 were selected for review. Searches were conducted using descriptors from the Virtual Health Library (BVS-Psi) in both English and Portuguese, resulting in 30 publications chosen for analysis. A consistent volume of publications has been observed since 2012, with a notable emphasis on international and health sciences studies. Evidence of psychological suffering is mainly related to stress, anxiety, depression, and burnout. The studies highlight students' difficulties with cultural

adaptation, excessive workload, high competitiveness, and the importance of the advisor-student relationship.

Keywords: Psychological Suffering; Graduate Studies; Scientific Production; Mental Health

Resumen: El crecimiento de los programas de posgrado en Brasil y en todo el mundo ha venido acompañado de un aumento en los informes de angustia psicológica entre los estudiantes. Esta trayectoria implica intensas exigencias académicas y personales, que pueden afectar la salud mental y desencadenar diversas manifestaciones de angustia. El objetivo de este trabajo fue identificar y analizar la manifestación del sufrimiento psicológico en estudiantes de posgrado, a partir de una revisión integradora. Se seleccionaron para la revisión artículos científicos revisados por pares en el Portal Periódicos CAPES entre 2008 y 2024. Se realizaron búsquedas utilizando descriptores consultados en la Biblioteca Virtual en Salud (BVS-Psi) en inglés y portugués, resultando en 30 publicaciones seleccionadas para el análisis. Se observó una constancia en las publicaciones a partir de 2012, destacándose las producciones internacionales y del área de ciencias de la salud. Las evidencias de sufrimiento psíquico se concentran principalmente en el estrés, la ansiedad, la depresión y el burnout. Los estudios alertan sobre las dificultades de los estudiantes en los procesos de adaptación cultural, sobrecarga de trabajo, competitividad excesiva y la importancia de la relación con el orientador.

Palabras clave: Sufrimiento Psicológico; Posgrado, Producción Científica; Salud Mental.

Introdução

O presente artigo consolida os achados da primeira etapa de uma pesquisa mais ampla, executada em 3 fases, intitulada “Sofrimento Psíquico entre Pós-graduandos” e desenvolvida por um Núcleo de Extensão de uma universidade pública do nordeste brasileiro. A pesquisa está voltada a levantar evidências do sofrimento psíquico vivenciadas pelos estudantes de pós-graduação *stricto-sensu* da referida universidade.

A primeira etapa – apresentada neste artigo - consistiu numa revisão integrativa da produção científica que discute essa temática, considerando o contexto de sua realização, áreas que fundamentam a discussão e os conteúdos das investigações já realizadas. Nesta pesquisa, são apresentadas as principais evidências de sofrimento psíquico que estão guiando o trabalho investigativo nas demais etapas da referida pesquisa, mas que tratadas de forma particular apontam para as principais manifestações de adoecimento relatadas em estudos já publicados.

Ao longo dos últimos anos, atrelado ao crescimento da pós-graduação no país, têm surgido diversos casos de sofrimento e adoecimento entre os alunos de cursos *stricto sensu*. Inicialmente tratados como fatos episódicos, o aumento de sua incidência se tornou um elemento de alerta e passou a figurar como uma preocupação crescente na sociedade e no cenário universitário. Nesse sentido, há uma diversidade de trabalhos que analisam aspectos como a qualidade dos programas, a inserção dos profissionais formados, os problemas relativos à vinculação com o contexto brasileiro e a responsividade dos mesmos ante os problemas nacionais e locais. Tais ideias têm sido difundidas através de artigos de diferentes pesquisadores, publicados tanto em periódicos como em forma de livros que, associados aos trabalhos realizados no âmbito dos órgãos de fomento da pós-graduação, são fundamentais para repensar os cursos e os readequar à realidade cambiante, que tem priorizado aspectos como uma formação cada vez mais exigente, competitiva e dentro de um contexto de internacionalização do conhecimento (COLLUCCI, 2017).

A dimensão da saúde aqui tratada é compreendida para além dos modelos focados em doenças e busca abarcar fatores psicossociais,

incluindo aí estratégias de enfrentamento, suporte social, valores individuais e coletivos e comportamentos vinculados à saúde (MINAYO, 2007). Já o sofrimento psicológico é compreendido como um sentimento de mal-estar, uma insatisfação diante da vida, no qual o sujeito se situa em uma condição que o impede de agir de forma mais autônoma e ativa, podendo se expressar de diferentes maneiras segundo o contexto cultural, social e político de uma comunidade (CARLESSO, 2020; GRANER & CERQUEIRA, 2019; FONSECA, 2008).

Rodrigues (2017) alerta para o fato de que há poucas estatísticas sobre a saúde mental dos universitários no Brasil e descreve alguns estudos internacionais que evidenciam números alarmantes sobre a incidência de transtornos psicológicos entre estudantes em diferentes países, apontando para dados mais extremos de casos de depressão e tentativas de suicídio entre pós-graduandos.

Em 2016, a revista *Nature Biotechnology*, publicou um estudo sobre a saúde mental e o bem-estar de estudantes na área de biociências, trazendo informação sobre a repercussão negativa da atividade desenvolvida por esses sujeitos no seu cotidiano, principalmente, refletida em abuso de substâncias psicoativas, distúrbios do sono e depressão (Tsai & Muindi, 2016). No ano seguinte, um artigo publicado na revista *Science* também trouxe evidências de sérios problemas relacionados à saúde mental enfrentados por pós-graduandos e alertou sobre os altos índices de depressão (PAIN, 2017).

Os estudos supracitados são indícios de que a saúde mental dos alunos de pós-graduação vem sendo negativamente afetada e representam um alerta para a falta de dados mais precisos para acompanhar tal situação.

Se os primeiros estudos sobre a saúde nos cursos de mestrado e doutorado estavam centrados no sofrimento dos professores, pautado principalmente na precarização do trabalho docente e no aumento das exigências produtivas, muitas vezes naturalizadas e tomadas como uma consequência do processo competitivo da seara científica, percebe-se que há outro lado que se vê fragilizado por essas mesmas consequências, a saber, os discentes. Apesar de manifestações extremas, como depressões e tentativas (e concretização) de suicídio, estarem chamando a atenção na

imprensa e nos meios acadêmicos (COLLUCCI, 2017), há outros problemas que muitas vezes são invisibilizados em sua manifestação. A ansiedade (levando ao Burnout), assédio moral, estresse, dentre outros, são tratados como pouco relevantes, ou mesmo são julgados como causas muito pessoais e que guardam pouca relação com a situação vivenciada pelos estudantes enquanto pós-graduandos (RODRIGUES, 2017).

Todas essas incidências revelam que o sofrimento não é tratado com a devida atenção e acaba tendo repercussão sobre a própria tentativa de qualificação na formação de futuros mestres e doutores. Se no âmbito dos programas de pós-graduação isso começa a chamar a atenção, a situação tende a se agravar em nosso país por que o processo de mundialização e financeirização da economia parece afetar diretamente a universidade pública - espaço privilegiado dos programas acadêmicos *stricto-sensu* -, tornando o contexto ainda mais "arriscado" e promotor de sofrimento dos que a ela se vinculam. E se forem somados a isso o contexto pandêmico e seus efeitos, vivencia-se potencialmente uma situação ainda mais alarmante de intensificação desse sofrimento.

Dessa forma, percebeu-se a necessidade de analisar, em um primeiro momento, a dimensão do sofrimento psíquico presente na vivência de estudantes de pós-graduação a partir da realização de um levantamento integrativo da produção científica sobre o tema, visando identificar a manifestação do sofrimento psíquico entre os estudantes de pós-graduação.

Método

Escolheu-se a revisão integrativa como método de investigação pela possibilidade de maximização do potencial da busca, resgatando o maior número possível de resultados de uma forma estruturada, além de minimizar possíveis vieses por parte dos pesquisadores (MARTINS, 2018; COSTA & ZOLTOWSKI, 2014; SOUZA, SILVA & CARVALHO, 2010). Trata-se, portanto, de um método pautado em um questionamento bem demarcado, permitindo o acesso a estudos sistematizados por meio de dados secundários. Esse tipo de investigação pode oportunizar processos decisórios acerca de episódios clínicos e delineamentos de pesquisas posteriores (AQUINO et al, 2017), o que lhe tornou adequada para essa

investigação. As revisões de modo geral – sistemáticas, integrativas, bibliográficas – permitem a identificação de um cenário amplo das produções relativas a um determinado tema, constituindo, com isso, a base de um posterior delineamento sobre o campo que será investigado.

Demarcando as evidências de sofrimento psíquico em estudantes de pós-graduação como a questão a ser escrutinada, decidiu-se revisar publicações no formato de artigos científicos disponibilizados no Portal Periódicos CAPES. A escolha do referido portal se deu por sua relevância como repositório/indexador, abrangendo diversas bases nacionais e internacionais. Ademais, delimitou-se a revisão a artigos científicos por ser o formato, atualmente, mais difundido no ambiente acadêmico.

Foram incluídos neste levantamento artigos científicos publicados no período de 2008 a 2024 e nas diversas áreas abrangidas pelo referido portal a fim de resgatar publicações mais recentes e identificar em que áreas se concentram as publicações sobre a temática.

A pesquisa foi realizada em dois momentos. Uma busca utilizando os descritores no idioma inglês e a segunda no idioma português. Vale ressaltar que, inicialmente, utilizou-se a busca com o descritor “sofrimento psíquico” em ambos idiomas, mas não foi possível recuperar nenhuma produção. Para a realização do primeiro momento, então, os descritores foram eleitos a partir da consulta à Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-Psi) em inglês a fim de abranger o maior número de publicações relacionadas ao sofrimento psíquico entre estudantes de pós-graduação. Objetivando a maior eficácia das buscas, os descritores eleitos foram associados a alguns operadores booleanos (AND e OR), apresentando-se da seguinte forma: “postgraduate-students AND suffering OR stress OR anxiety OR depression OR anguish”.

Critério de seleção dos artigos

A seleção dos artigos aconteceu utilizando os seguintes critérios de inclusão: (a) artigos revisados por pares, (b) publicados entre 2008 e 2024, (c) que abordassem sofrimento psíquico, saúde mental ou condições associadas, (d) cujo público fosse formado por estudantes de pós-

19

AQUINO, C.A.B; COELHO, R.N; MEYER, A.V.T.L; GORDIANO, C.A.S.G; BRAGA, N.L; GOMES, J.J.S. *Evidências de sofrimento psíquico na pós-graduação: uma revisão integrativa*. R. Laborativa, v. 14, n. 2 p. 13-42, out./2025.

<http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>

graduação *stricto sensu*. Foram excluídas: publicações que não fossem artigos científicos (teses, dissertações, capítulos de livro, editoriais), estudos voltados a outros públicos (graduação, docentes, profissionais), artigos cujo texto completo não estivesse disponível.

No primeiro momento, resgatou-se do Portal de Periódicos Capes 1.194 resultados. A seleção dos artigos para serem incluídos na pesquisa foi realizada através da leitura dos resumos pela equipe em duplas de avaliadores (membros do laboratório que participaram na condição de auxiliares de pesquisa), considerando os critérios de inclusão e exclusão. O coordenador da pesquisa foi consultado para avaliar a pertinência dos artigos selecionados pelas duplas e a equipe chegou ao consenso na seleção de 23 artigos.

Considerando a importância do acesso ao conhecimento nacional produzido sobre a problemática aqui tratada para essa investigação, foram realizadas buscas adicionais utilizando-se os descritores em idioma português, visto a escassez de publicações brasileiras resgatadas na busca com os descritores em idioma inglês. Dessa forma, os descritores e operadores booleanos utilizados na busca adicional foram: “pós-graduandos AND sofrimento OR estresse OR ansiedade OR depressão OR angústia”. Utilizando os mesmos critérios de inclusão e exclusão, foram resgatados 35 resultados. Após leitura dos resumos, 8 artigos foram selecionados para leitura por se tratarem de estudos relacionados ao tema e por atenderem aos critérios referidos. Contudo, entre eles, um foi excluído pela impossibilidade de acessar o texto completo. Nesse sentido, restaram 7 artigos para análise final a somar-se aos 23 artigos da primeira busca.

Os 30 artigos foram lidos na íntegra e caracterizados em relação a: ano de publicação, método, área de conhecimento, origem geográfica, público investigado e principais evidências de sofrimento psíquico relatadas. Em seguida, aplicou-se análise temática que permitiu agrupar os achados em quatro eixos: processos de sofrimento entre estudantes; aspectos culturais; processos de adaptação ao curso de pós-graduação; e relação orientador-orientando.

Resultados e Análise

Inicialmente, apresenta-se na tabela 01 uma síntese com a caracterização das 30 produções coletadas. Em seguida, são discutidos os conteúdos apresentados nos artigos no intuito de evidenciar como o sofrimento psíquico em estudantes de pós-graduação vem sendo abordado nas referidas pesquisas.

Tabela 1 – Caracterização dos artigos da revisão integrativa

Nº	ANO	AUTORIA	TÍTULO	ÁREA DO CONHECIMENTO DO PESQUISADOR	PAÍS DE PRODUÇÃO DO ESTUDO
1	2010	Roos, Strong, Grant.	Positive Adaptation in a Community of Postgraduate Students: Applying the Mmogo-method	Psicologia	África do Sul
2	2012	Divaris, Polychronopoulou, Taoufik, Katsaros, Eliades.	Stress and burnout in postgraduate dental education	Odontologia	Estados Unidos da América
3	2018	Guruprakash, Mehta, Bajpai Atul, Prakash, Divinakumar,	A Study of Relationship between perceived stress,	Medicina/ Psicologia	Índia

		Khan, Patra.	coping pattern, burnout, and general psychopathology among the postgraduate medical students		
4	2014	Jamsiah, Taher, Taufik.	Stress among international postgraduate students at universiti Kebangsaan Malaysia Medical Centre (UKMMC)	Medicina	Malásia
5	2017	Tavukcu, Tahir.	Determination of the Anxiety Levels of Postgraduate Students who are Receiving Digital Scenario Supported Education towards Scientific Research	Ciência da Computação	Chipre
6	2017	Aghaei, Fereshteh, Soleymani, Mohamad	Information seeking anxiety	Medicina	Irã

		Reza,Rizi, Ashrafi.	among M.A. Students of Isfahan University of Medical		
7	2018	Guthrie, Lichten, Belle, Ball, Knack, Hofman.	Understandi ng mental health in the research environment : A Rapid Evidence Assessment	Medicina	Reino Unido
8	2017	Sudeep, Vipin.	Perceived sources of stress amon g postgraduat e students of a dental college in Karnataka, India.	Odontologia	Índia
9	2008	Brown, Lorraine.	The Incidence of Study- Related Stress in Internationa l Students in the Initial Stage of the Internationa l Sojourn	Turismo	Reino Unido
10	2012	Hoffman, Hester.	The acad emic	Enfermagem	África do Sul

I			transitional experiences of masters' students at the University of The Western Cape		
11	2015	Anjali, Garka.	A study of stress, anxiety, and depression among postgraduate medical students	Psicologia /Medicina	Índia
12	2008	Jiao, Collins, Onwuegbuzie.	Role of library anxiety on cooperative group performance	Pesquisa/Método	Estados Unidos da América
13	2018	Almalik, Alnowaiser, El Meligy, Sallam, Balkheyour, Yavuz, Izzet.	Clinical Anxiety among Saudi Postgraduate Pediatric Dentistry Students in Jeddah City	Odontologia	Arábia Saudita
14	2015	Goyal.	Studies on Phantom Vibration and Ringing Syndrome	Zoologia	Índia

			among Postgraduat e Students		
15	2017	Wagener, Bastien.	The importance of affects, self- regulation and relationships in the writing of a master	Psicologia	França
16	2015	Zewotir; North, Murray.	The time to degree or dropout amongst full- time master's students at University of KwaZulu- Natal	Matemática/ Estatística/ Ciências da Computação	África do Sul
17	2009	Brown.	An ethnographi c study of the friendship patterns of international students in England: An attempt to recreate home throu gh conational	Turismo	Inglaterra

			interaction		
18	2012	Wisker.	Doctoral orphans: Nurturing and supporting the success of postgraduates who have lost their supervisors.	Educação/ ciências sociais e políticas	Israel
19	2013	Chau-Kiu.	Sustaining Resilience Through Local Connectedness Among Sojourn Students	Estudos Sociais	China
20	2018	Aldawsari, Adams, Grimes, Kohn.	The Effects of Cross-Cultural Competence and Social Support on International Students Psychological Adjustment: Autonomy and Environmental Mastery	Psicologia	Estados Unidos da América

21	2011	Cree.	'I'd Like to Call You My Mother.' Reflections on Supervising International PhD Students in Social Work	Serviço Social	Reino Unido
22	2013	Dupont, Meert, Galand, Nils.	Postponement in the completion of the final dissertation: an underexplored dimension of achievement in higher education	Psicologia	Bélgica
23	2017	Skaife, Reddick.	Issues facing postgraduate international students: a view from an international students group on a Masters programme in Art Psychotherapy.	Psicologia	Inglaterra

24	2013	Altoé, Fragalli, Espejo.	A "dor do crescimento": um estudo sobre o nível de estresse em pós-graduandos de contabilidade	Ciências Contábeis	Brasil
25	2012	Faro.	Um Modelo Explicativo para o Bem-Estar Subjetivo: Estudo com Mestrandos e Doutorandos no Brasil Saúde	Medicina	Brasil
26	2013	Faro.	Estresse e Estressores na Pós-Graduação: Estudo com Mestrandos e Doutorandos no Brasil	Psicologia	Brasil
27	2015	Silva, Bardagi.	O aluno de pós-graduação	Psicologia	Brasil

			stricto sensu no Brasil: revisão da literatura dos últimos 20 anos		
28	2022	Miranda, Silva, Barbosa e Silva, Pergoraro, Pereira.	Dificuldades , preocupações e estresse na pós-graduação	Ciências contábeis/ Psicologia/ Ciências sociais/Matemática	Brasil
29	2023	Silva, Leal, Faro.	Variáveis explicativas do bem-estar psicológico: Um estudo com Pós-graduandos em Ciências Contábeis	Ciências contábeis/ Psicologia	Brasil
30	2021	Abreu, Marcon, Espinosa, Kogien, Valim e Nascimento.	Fatores associados ao risco de suicídio em estudantes de pós-graduação stricto sensu: estudo transversal	Enfermagem /Estatística	Brasil

Fonte: Dados da pesquisa (2021)

Considerando o ano de publicação, a partir de 2012, observa-se um aumento e constância na produção sobre o tema. A maioria dos artigos (25) foi publicada a partir deste período, com uma média de mais de duas produções por ano. O ano de maior publicação foi 2017 com 5 artigos e, em 2016, não houve publicações recuperadas, apresentando-se como uma exceção na tendência observada. Em relação ao método não houve uma predominância entre estudos qualitativos e quantitativos, contabilizando 10 e 17 artigos respectivamente. Apenas dois artigos utilizaram método combinado quanti/quali e um dos estudos selecionados se configura como teórico de revisão bibliográfica. Com relação à área temática ou setor de estudos dos pesquisadores, destacam-se as Ciências da Saúde como responsáveis pela produção de 18 artigos. Neste grupo, houve uma maior concentração de estudos na área de Psicologia e Medicina (13, incluindo publicações conjuntas das duas áreas). As demais produções se distribuem entre autores provenientes das áreas de Ciências Sociais e Ciências Sociais Aplicadas (8), Ciências Exatas (2), Ciências Agrárias (1) e Metodologia de Pesquisa (1). A predominância de publicações sobre o tema nas Ciências da Saúde pode ser um indício da existência de uma maior concentração de financiamento recebido por pesquisadores da referida área para o estudo do tema em questão, além de se constituir como um tema privilegiado de investigações na área de saúde mental.

Com relação à origem geográfica dos estudos, foi observada uma distribuição global dos mesmos, tendo representantes nos 5 continentes. Destacam-se as produções no Reino Unido (5), Brasil (7) e Índia (4), sendo seguidas por EUA e África do Sul com 3 artigos cada. Apesar da relevância da produção brasileira, fica evidente uma prevalência da produção internacional sobre o tema, com um total de 23 artigos. Vale ressaltar que alguns artigos foram produzidos por pesquisadores de múltiplas nacionalidades, caracterizando o processo de internacionalização das pesquisas, movimento que o Brasil vem construindo nas últimas décadas, considerando que a internacionalização da produção acadêmica é uma das preocupações centrais da comunidade científica dos países emergentes na atualidade e tem sido utilizada como critério avaliativo dos cursos de pós-

graduação pelo principal órgão de fomento nacional – CAPES – Coordenação de Apoio ao Pessoal do Ensino Superior (SANTIN, VANZ & STUMPF, 2016).

Partindo dessa caracterização dos estudos, procurou-se deter-se ao conteúdo abordado por estas investigações (público-alvo, tema abordado e o que foi considerado como evidências de sofrimento psíquico) explicitando como o sofrimento psíquico entre estudantes de pós-graduação vem sendo apontado na comunidade científica.

Considerando a área ou especialidade dos estudantes que formaram o corpo de sujeitos das pesquisas, observa-se uma prevalência de pós-graduandos da área das ciências da saúde, a saber: psicologia (6), medicina (6), odontologia (4), enfermagem (3), saúde pública (3), fisioterapia (2), nutrição (2) e farmácia (1). Tal dado guarda relação com o fato dessa mesma área ser a responsável pela maioria das pesquisas em análise. Assinala-se que boa parte dos estudos envolveram alunos de diferentes cursos e/ou áreas.

Entretanto, observa-se que a preocupação relativa às evidências de sofrimento psíquico, não se dirigem apenas aos discentes da área da saúde, estando representados em outras áreas de conhecimentos e seus respectivos cursos, a saber: tecnologia da informação, ciências da computação, ciências contábeis, metodologia, educação, matemática, geografia, linguística, letras e artes. Ressalta-se, que cinco artigos selecionados não traziam especificadas as áreas dos sujeitos analisados.

Percebe-se, também, a busca pela compreensão de fenômenos e fatores que influem sobre a saúde mental em estudantes que cursam a pós-graduação fora do seu país de origem (observado em 7 artigos) denotando uma preocupação com os processos adaptativos que podem incidir como agravantes ou desencadeantes do sofrimento psíquico nesse contexto.

Ademais, notou-se que dos 30 artigos selecionados, 14 abrangeram estudantes de uma só nacionalidade, ao passo que 7 envolveram discentes de mais de uma nacionalidade e em outros nove não foi possível identificar a nacionalidade dos estudantes participantes. Dentre os artigos que envolveram estudantes de apenas uma nacionalidade, observou-se a seguinte distribuição: 7 tratavam sobre brasileiros, 3 sobre indianos e os

demais sobre estadunidenses, franceses, gregos e chineses, cada um. Por sua vez, 8 artigos envolveram estudantes de mais de uma nacionalidade. A Ásia foi mencionada em 7 destes artigos, seguida pela Europa presente em 6 dos artigos, a África em 5 deles, América do Sul em 3 e Oriente Médio e América do Norte em 2 artigos.

Nas subseções a seguir são apresentadas as principais temáticas abordadas nas publicações coletadas e as evidências propiciadoras de sofrimento psíquico nelas implicadas.

Temáticas abordadas nos artigos

Ao sistematizar as temáticas abordadas no material analisado, constatou-se haver um privilégio dado aos aspectos relacionados a fatores de saúde e de sofrimento entre os estudantes de pós-graduação.

Para efeito desta pesquisa, entende-se como fatores de saúde os aspectos trabalhados nas produções que foram associados a um favorecimento da saúde global e, mais especificamente, da saúde mental. Por sua vez, os fatores de sofrimento são compreendidos como aspectos que influenciam de forma negativa o bem estar geral e subjetivo dos participantes. Portanto, como ressaltado anteriormente, a dimensão de saúde/sofrimento com a qual trabalhamos busca assimilar, para além de modelos focados na doença, uma compreensão psicossocial, incluindo estratégias de enfrentamento individuais e coletivas, suporte social e aspectos culturais (CALESSO, 2020; GRANER & CERQUEIRA, 2019; FONSECA, 2008; MINAYO, 2007).

Em pouco mais da metade das produções, a temática central trabalhada diretamente versou sobre os processos de sofrimento vivenciados pelos estudantes de pós-graduação. Neles, fica evidente que os alunos tendem a sofrer, principalmente, com estresse e ansiedade, e em menor escala com depressão.

Cabe ressaltar que o estresse esteve em destaque em grande parte dos estudos como um sintoma típico desse público e com destaque para três artigos que identificaram níveis muito elevados desse tipo de

sofrimento e esgotamento profissional através do desenvolvimento da Síndrome de Burnout no público estudado (artigos nº 2, 3 e 7). No que concerne ao conteúdo sobre ansiedade, o foco esteve, especialmente, na investigação sobre fatores presentes no contexto da pós-graduação que são geradores desse tipo de sofrimento como: os obstáculos interpostos na coleta de dados e na busca de informação para a elaboração do trabalho final; na dificuldade de gestão do tempo de escrita e de conciliação dos muitos papéis sociais exercidos pelos pós-graduandos.

Outro tema bastante recorrente nos artigos recuperados se refere aos choques culturais vivenciados por estudantes estrangeiros e a forma como eles contribuem para uma vivência de sofrimento desses sujeitos. Em duas publicações, foram evidenciados impactos negativos da discriminação racial e do racismo institucional, inclusive incentivando a criação de grupos de acolhimento como estratégia de enfrentamento coletivo a essa questão. Também foi destacado que, nesses casos, o domínio do idioma atuaria como fator de proteção, já que tem influência na capacidade de aprendizado e na fluída comunicação.

Os processos de adaptação ao curso de pós-graduação e às mudanças que podem ocorrer nesse percurso foram trazidos como tema central em três artigos (nº 1, 10 e 15). A vivência dessas transições relacionadas às novas rotinas, aos novos vínculos e à possibilidade de troca de orientador, por exemplo, foi definida como central e com potencial de gerar efeitos negativos ou positivos a depender das redes de apoio e suporte dos estudantes.

Por fim, a relação com o orientador foi o foco de três das publicações recuperadas (artigos nº 18, 21 e 26). E, assim como nos artigos que abordaram questões sobre adaptação, tal relação pode ser vivida como fator gerador de saúde ou de sofrimento na experiência do pós-graduando caso ela seja facilitadora da integração e aprendizado do aluno ou desagregadora e geradora de conflitos respectivamente.

Evidências propiciadoras do sofrimento psíquico

Foram identificadas diversas evidências de sofrimento como resultados das pesquisas junto a estudantes da pós-graduação, com destaque para as categorias estresse (com 18 ocorrências) e ansiedade, com 13 ocorrências. Depressão e burnout, com 5 e 3 ocorrências respectivamente, foram outras evidências recorrentes no texto, inclusive com o relato da presença de sintomas corporais, associados com ansiedade e estresse. Curiosamente, a categoria “estresse” esteve presente em todos os artigos brasileiros. Outro aspecto revelado na análise foi de que 16 dos 30 artigos apresentaram apenas uma evidência de sofrimento psíquico, como elemento central do estudo, ao passo que os demais discutiram duas ou mais categorias.

Procurou-se observar também quais fatores agravantes foram identificados nos artigos analisados, conforme revela a Tabela 02*, a seguir.

Tabela 02 – Distribuição dos fatores complicadores identificados nos artigos*

CATEGORIA	QUANTIDADE
Estudantes Internacionais	8
Relação supervisor-aluno	4
Ferramentas de pesquisa	4

Carga horária e exigência	5
Isolamento	2
Mais jovens e mais velhos	3
Questões de gênero	2
Sintomas corporais	2
Baixa autoestima	2
Baixa confiança	1
Medo de falhar e “encarar” a família após a falha	1
Transição da graduação para a pós-graduação	1

Total	32
--------------	----

Fonte: Dados da pesquisa (2021)

* Alguns artigos apresentaram mais de um fator complicador tais como o fator financeiro associado e a ausência de estratégias de enfrentamento (espiritualidade e relação com seus pares), por exemplo.

Dentre os estudos internacionais, percebeu-se um volume relevante de pesquisas que possuíam como enfoque as evidências de sofrimento junto a estudantes estrangeiros. Ressalte-se que em países europeus e norte-americanos é muito frequente a participação de discentes de outras nacionalidades em seus programas de pós-graduação e estes enfrentam diversos desafios tais como a capacidade de se adaptar a um ambiente diferente do seu, dificuldade de integração com outros colegas e professores, questões econômicas, barreiras idiomáticas, diferenças culturais e dos padrões de ensino, distância da família, falta de rede de apoio, saudade do país natal, dentre outros, que reverberam em sofrimento nos sujeitos e queda na taxa de conclusão dos cursos. Esses resultados evidenciam como os efeitos de tais dificuldades sobre a saúde mental desses estudantes estrangeiros têm despertado o interesse de pesquisadores nessa área.

A relação com o orientador surge como fator potencial estressor ou de proteção para os discentes (dependendo da relação, se boa/saudável ou não) e aparece em quatro dos estudos investigados. A análise dos artigos revelou que tal relação é permeada por fatores de pressão tais como os padrões de produtividade aos quais os programas de pós-graduação são submetidos, e que, inevitavelmente, afetam a relação de supervisão, mas também a outras características culturais, sociais e políticas, sensíveis numa relação de poder, e isso se revelou como fator complicador para o sofrimento psíquicos nas pesquisas.

Outro fator, apontado em quatro artigos, é a questão das habilidades de redação acadêmica e de “fluência/domínio” nas ferramentas de pesquisa, esta última sendo apontada como possível fator de sofrimento caso o

estudante não domine bem os mecanismos e as tecnologias utilizadas nos programas de pós-graduação. Esse tipo de instrumentalização por vezes é cobrada dos estudantes, no sentido de conhecer certas técnicas e abordagens que seriam necessárias para a realização de suas pesquisas, e o não conhecimento pleno delas, pode levar a insegurança e sofrimento.

Dois estudos indicaram como fator de sofrimento a dificuldade do pós-graduando em acompanhar o curso, envolvendo questões como excessiva carga-horária e elevado volume de conteúdo teórico, além da necessidade de conciliação com a área de atuação no caso de residências e afins. Atrelado a esse fato, a exigência de sucesso acadêmico, o medo de falhar ou encarar os familiares diante de uma possível falha é considerado fator estressor ou elemento ansiogênico.

Foram identificados também estudos que associaram as evidências de sofrimento a recortes no perfil dos participantes: dois artigos indicaram a existência de maior nível de sofrimento entre estudantes do sexo feminino e outros dois apontaram maiores evidências destes entre discentes mais jovens e dois entre estudantes mais velhos. É interessante destacar que nos estudos com discentes mais jovens, o maior nível de sofrimento estava relacionado à extensão do curso e à elevada quantidade de treinos e provas, diferente do estudo com pós-graduandos mais velhos no qual a dificuldade para conciliar a produção do trabalho de tese ou dissertação com suas atividades laborais e a vida familiar os coloca em situação mais vulnerável para apresentar sofrimento psíquico.

Um estudo chamou a atenção para as dificuldades no processo de transição dos alunos da graduação para a pós-graduação, isto é, como eles se preparam e qual fator de motivação para se inserirem na pós-graduação. Os resultados revelaram tal percurso como possível fator de sofrimento, assinalando, inclusive, que as diferenças entre as taxas de inscrições e de conclusão podem ser evidência da não adaptação dos estudantes à nova dinâmica de vida, sendo considerado fator precursor de sofrimento.

Outros conteúdos que aparecem repetidamente nos artigos e podem ser também considerados como evidências de sofrimento foram a baixa percepção de sucesso acadêmico, baixa confiança e baixa autoestima, além dos problemas com o isolamento. Também foram identificadas evidências

de sofrimento associadas às pressões quanto ao prazo de conclusão do curso e seu não cumprimento como reconhecimento de um fracasso acadêmico. Observou-se ainda que a dificuldade de fazer frente à quantidade de tarefas, leituras e atividades atribuídas aos estudantes dentro de prazos percebidos como insuficientes, configuram-se fatores de sofrimento, além da competição entre os colegas e a pressão por se destacar academicamente.

Considerações Finais

Resgatando o objetivo principal, foi possível identificar nos estudos analisados evidências de sofrimento psíquico entre pós-graduandos com destaque para o estresse, a ansiedade, a depressão e o burnout. O sofrimento está frequentemente associado a fatores como sobrecarga acadêmica, competitividade, dificuldades de adaptação cultural e relação com orientadores. Tais achados reforçam a necessidade de compreender a saúde mental nesse nível de ensino a partir de uma perspectiva ampliada, que considere não apenas aspectos individuais, mas também condicionantes institucionais, sociais e culturais. Observou-se, também, que determinados fatores poderiam se vincular à promoção de saúde ou ao sofrimento psíquico a depender do contexto, como é o caso da relação do discente com o orientador(a)/ supervisor(a). Esta pode ser considerada um fator de saúde - quando há uma boa relação entre ambos - ou de sofrimento, quando a relação é conflituosa. Outros exemplos análogos são os aspectos culturais e de adaptação.

Os estudos apontaram, em especial, a necessidade de se considerar a situação de adaptação de estudantes a uma nova cultura - referindo-se a discentes estrangeiros - e as novas demandas de produção e excelência contemporâneas que intensificam a sobrecarga de trabalho destes estudantes fomentando a incidência de sofrimento psíquico entre estes.

De maneira geral, o estudo encontrou quatro grandes enfoques, a saber: processos de sofrimento entre estudantes; aspectos culturais; processos de adaptação ao curso de pós-graduação; e relação orientador/aluno. A partir da análise destes se pode ratificar a relevância do estudo dos processos de sofrimento psíquico entre estudantes de pós-

graduação diante dos impactos da realidade de sobrecarga, alta exigência e cobranças acadêmicas, além da ausência de suporte vivenciada por esses sujeitos no âmbito dos programas de pós-graduação.

A revisão contribui ao sistematizar produções nacionais e internacionais sobre o tema, evidenciando que o sofrimento psíquico na pós-graduação é um fenômeno global e que apresenta variações segundo áreas de conhecimento, contextos acadêmicos e perfis dos estudantes. Por fim, considera-se como limitação da presente investigação o uso de apenas uma base de dados, apesar de reconhecer o Portal de Periódicos CAPES como um dos repositórios de publicações científicas mais reconhecidos por sua qualidade e credibilidade no Brasil, indexando inúmeros outros portais de relevância na temática estudada. Recomenda-se que futuras investigações ampliem a busca a outros repositórios, aprofundem a análise comparativa entre áreas de conhecimento e explorem recortes interseccionais, considerando gênero, raça, classe e geração.

Em estudos futuros, sugere-se também o enfoque em pesquisas com estudantes nativos da região do curso de pós-graduação a fim de identificar aspectos que estejam mais relacionados com o *modus operandi* destes programas. Indica-se, ainda, o desenvolvimento de estudos que abordem diferenças de evidências de sofrimento psíquico entre áreas de conhecimento diversas, o que pode viabilizar a apreensão de nuances entre estas áreas relativas à temática aqui tratada.

Por fim, destaca-se a importância de que programas de pós-graduação desenvolvam políticas institucionais de cuidado e prevenção, que favoreçam ambientes acadêmicos mais saudáveis, com atenção à relação orientador/a-orientando/a, ao equilíbrio entre demandas acadêmicas e pessoais, e à valorização de redes de apoio social.

Referências

AQUINO, C. A. *et al.* Apropriações psicológicas do campo da saúde do trabalhador: uma revisão sistemática. **Estudos de Psicologia**, São Paulo, v. 22, n. 3, p. 316-324, 2017.

BRASIL. Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus. Brasil: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>, 2020. Acesso em 28 de jun 2021.

CARLESSO, J. P. Os desafios da vida acadêmica e o sofrimento psíquico dos estudantes universitários. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 2, p. e82922092, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i2.2092. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/2092>. Acesso em: 6 jun. 2025.

COLLUCCI, C. Medicina da USP se mobiliza após tentativas de suicídio. **Folha de S. Paulo**, São Paulo, Abr. 2017. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2017/04/1874794-medicina-da-usp-se-mobiliza-apos-tentativas-de-suicidio.shtml>. Acesso em: 4 ago. 2021.

COSTA, A; ZOLTOWSKI, A. Como escrever um artigo de revisão sistemática. In: KOLLER, S; COUTO, M.; HOHENDORU, S. (org.). **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014. p. 51-70.

FONSECA, M. L. Sofrimento difuso nas classes populares no Brasil: uma revisão da perspectiva do nervoso. In: VASCONCELOS, E. M. (org.). Abordagens psicossociais: **Reforma Psiquiátrica e saúde mental na ótica da cultura e das lutas populares**. São Paulo: Hucitec, 2008.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, abr. 2019.

Martins, M. F. M. Estudos de revisão de literatura. Rio de Janeiro: FIOCRUZ/ICICT, 37 p. **Trabalho apresentado no Curso de Acesso à Informação Científica e Tecnológica em Saúde**. Modalidade: Qualificação, 2018.

MINAYO, M.C.S. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 10. ed. São Paulo: Hucitec, 2007.

Pain, E. Ph.D. students face significant mental health challenges. **Science**.2017. Disponível em: <https://www.sciencemag.org/careers/2017/04/phd-students-face-significant-mental-health-challenges>. Acesso em: 04/08/2021.

Rodrigues, G. **Como sobreviver ao doutorado, 2017**. Disponível em: <http://gbrodrigues.com/2017/06/15/efeitos-psicologicos-da-pos-graduacao/>. Acesso em: 04/08/2021.

SANTIN, D.; VANZ, S.; STUMPF, I. Internacionalização da produção científica brasileira: políticas, estratégias e medidas de avaliação. **RBPG, Brasília**, v. 13, n. 30, p. 81-100, jan./abr. 2016.

SILVA, T. C.; BARDAGI, M. P. O aluno de pós-graduação stricto sensu no Brasil: revisão da literatura dos últimos 20 anos. **RBPG**, Brasília, v. 12, n. 29, p. 683-714, 2015.

SOUZA, M. T; SILVA, MICHELLY D; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102-106, jan. 2010. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>

TSAI, J., & MUINDI, F. Towards sustaining a culture of mental health and wellness for trainees in the biosciences. **Nat Biotechnol**, 2016,34, p. 353–355.

Artigo apresentado em: 27/09/2025

Versão final apresentada em: 9/10/2025

Aprovado em: 15/10/2025