

Saúde mental de estudantes universitários negros em tempos de Covid-19: estudo quanti-qualitativo

Mental health of black university students in times of Covid-19: quantitative-qualitative study

Salud mental de universitarios negros en tiempos de Covid-19: estudio cuantitativo-cualitativo

Elaine Antunes Cortez¹, Íris Silva Sousa², Carina Corrêa Bonates Campos³, Adriana da Silva Santiago⁴, Vera Maria Sabóia⁵, Bruno Gomes de Oliveira⁶

Como citar esse artigo. Cortez, EA, Sousa, IS, Campos, CCB, Santiago, AS, Sabóia, VM, Oliveira, BG. Saúde mental de estudantes universitários negros em tempos de Covid-19: estudo quanti-qualitativo. Rev Pró-UniverSUS. 2026; 17(1):109-116.

Resumo

O ambiente universitário é atravessado por fatores sociais e desafios específicos de grupos minoritários, como os enfrentados por estudantes negros. Este estudo tem como objetivos mapear projetos de ensino, pesquisa e extensão voltados com estudantes negros em cursos de graduação na área da saúde da Universidade Federal Fluminense e descrever o perfil desses estudantes. Trata-se de uma pesquisa de campo, exploratória, com abordagem metodológica quanti-qualitativa. A produção dos dados foi realizada por meio de um roteiro para registro documental e um formulário online. Assim, foram analisados 11 projetos sobre saúde mental e coletados dados com 17 estudantes negros da área da saúde da Universidade Federal Fluminense. Pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob parecer n.º 5.289.582. O mapeamento relevou não haver projetos de ensino, pesquisa ou extensão voltados à saúde mental de estudantes negros da área da saúde. Entre os participantes, predominavam pessoas do sexo feminino, com idade até 30 anos, solteiras e ingressantes na universidade pelo sistema de cotas socio-raciais. Quanto à saúde mental, relataram necessidade de acompanhamento psicológico e avaliaram sua autopromoção em saúde mental como insatisfatória. Conclui-se que há ausência de projetos acadêmicos voltados à saúde mental de estudantes negros da área da saúde, além da limitada produção científica sobre o tema. Os dados evidenciam a necessidade de ampliar estratégias institucionais de promoção da saúde mental, considerando as múltiplas vulnerabilidades enfrentadas por estudantes negros no contexto universitário.

Palavras-Chave: COVID-19; Estudantes de Ciências da Saúde; Negro ou Afro-Americano; Promoção da Saúde; Saúde Mental.

Abstract

The university environment is shaped by social factors and specific challenges faced by minority groups, such as those encountered by Black students. This study aims to map teaching, research, and extension projects involving Black students in health-related undergraduate courses at the Federal Fluminense University and describe the profile of these students. This is an exploratory field research with a quantitative and qualitative methodological approach. Data collection was conducted through a documentary record guide and an online form. Thus, 11 mental health projects were analyzed, and data were collected from 17 Black students in the health field at the Federal Fluminense University. The study was approved by the Research Ethics Committee under report no. 5,289,582. The mapping revealed that there were no teaching, research or extension projects focused on the mental health of black students in the health field. Among the participants, most were women, under 30 years old, single, and entered the university through the socio-racial quota system. Regarding mental health, they reported a need for psychological support and evaluated their mental health self-care as unsatisfactory. It is concluded that there is a lack of academic projects focused on the mental health of Black students in the health field, along with limited scientific production on the subject. The data highlight the need to expand institutional strategies for promoting mental health, considering the multiple vulnerabilities faced by Black students in the university context.

Keywords: COVID-19; Students, Health Occupations; Black or African American; Health Promotion; Mental Health.

Resumen

El entorno universitario está influenciado por factores sociales y desafíos específicos de grupos minoritarios, como los que enfrentan los estudiantes negros. Este estudio tiene como objetivo mapear proyectos de enseñanza, investigación y extensión dirigidos a estudiantes negros en cursos de pregrado en el área de la salud de la Universidad Federal Fluminense y describir el perfil de estos estudiantes. Se trata de una investigación de campo, exploratoria, con un enfoque metodológico cuantitativo y cualitativo. La producción de los datos se realizó mediante una guía para registro documental y un formulario en línea. Así, se analizaron 11 proyectos sobre salud mental y se recopilieron datos de 17 estudiantes negros del área de la salud de la Universidad Federal Fluminense. La investigación fue aprobada por el Comité de Ética en Investigación con el informe n.º 5.289.582. El mapeo reveló que no existen proyectos de docencia, investigación o extensión enfocados en la salud mental de estudiantes negros en el campo de la salud. Entre los participantes, predominaban personas del sexo femenino, menores de 30 años, solteras e ingresadas en la universidad mediante el sistema de cuotas socio-raciales. En cuanto a la salud mental, reportaron necesidad de seguimiento psicológico y evaluaron su autopromoción de salud mental como insatisfactoria. Se concluye que existe una ausencia de proyectos académicos dirigidos a la salud mental de los estudiantes negros en el área de la salud, además de una producción científica limitada sobre el tema. Los datos evidencian la necesidad de ampliar estrategias institucionales de promoción de la salud mental, considerando las múltiples vulnerabilidades que enfrentan los estudiantes negros en el contexto universitario.

Palabras Clave: COVID-19; Estudiantes del Área de la Salud; Negro o Afroamericano; Promoción de la Salud; Salud Mental.



Afiliação dos autores:

1 Professora Associada III da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense. Niterói, RJ, Brasil. E-mail: elainecortez@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3912-9648>.

2 Discente da Graduação de Enfermagem na Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense. Niterói, RJ, Brasil. E-mail: irissilva@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0049-4720>.

3 Mestre em Ensino na Saúde pela Universidade Federal Fluminense. Niterói, RJ, Brasil. E-mail: carinabonates@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5909-6164>.

4 Professora Adjunta I da Escola de Enfermagem Anna Nery da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: santiagoadriana151@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4404-4024>.

5 Professora Titular da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense. Niterói, RJ, Brasil. E-mail: verasaboia@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0382-5078>.

6 Enfermeiro. Pesquisador e Coordenador das Comissões de Secretaria e Comunicação do Núcleo de Pesquisa Trabalho Saúde e Educação da Universidade Federal Fluminense. Niterói, RJ, Brasil. E-mail: brunogomesoliveira@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2011-3769>.

E-mail de correspondência: elainecortez@id.uff.br

Recebido em: 13/05/25. Aceito em: 13/12/25

Introdução

O período vivenciado pelo estudante universitário durante a graduação caracteriza-se por ser um momento de muitos desafios, mudanças e dificuldades a serem superadas. Trata-se de uma fase bastante peculiar na vida, pois a maioria dos estudantes que ingressam na universidade enfrenta o processo de transição para a idade adulta, o que implica no desenvolvimento da maturidade psicoafetiva, na consolidação dos papéis sexuais e sociais, e na formação da sua identidade pessoal e profissional¹.

O ensino superior proporciona ao estudante uma série de desafios, tanto pessoais quanto profissionais, que exigem capacidades e habilidades possivelmente não utilizadas anteriormente. Nesse contexto, Almeida e Soares¹ destacam a vulnerabilidade experimentada pelos estudantes universitários nesse período, que pode afetar a saúde dos jovens e comprometer seu desenvolvimento pessoal e profissional.

O ambiente universitário é atravessado por fatores sociais e desafios específicos de grupos minoritários, como os enfrentados por estudantes negros^{2,3}. Estima-se que mais da metade dos alunos que ingressam no ensino universitário enfrentam dificuldades nesse período, havendo um aumento nos níveis de psicopatologia entre essa população¹. Desse modo, o ambiente universitário torna-se o locus principal do desenvolvimento psicossocial do estudante, sendo o palco onde emergem grande parte dos conflitos que ele enfrenta na incorporação do papel de adulto^{1,4}.

Com a pandemia do Covid-19, em vários estudos, particularmente em uma revisão sobre os efeitos psicológicos da quarentena, são descritos efeitos psicológicos negativos, incluindo sintomas de transtorno de estresse pós-traumático, confusão e raiva, nos quais os autores sugerem que o impacto psicológico da quarentena é abrangente, substancial e pode ser duradouro⁵. Assim, pensar em atividades que promovam a saúde mental torna-se cada vez mais relevante para impactar positivamente a saúde das pessoas. Promover saúde envolve aspectos de educação em saúde, que se constituem na tecnologia do diálogo, gerando conhecimento em ato, no momento do encontro⁶.

Trazendo a problemática para o contexto atual, Siqueira⁷, em um estudo realizado na Universidade Federal Fluminense (UFF) sobre ações de prevenção e controle de agravos à saúde mental dos estudantes durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19, destaca que a grande maioria dos alunos relatou uma redução significativa na capacidade de concentração durante esse período. Apenas 20,6% mantiveram a mesma capacidade de concentração que tinham antes da pandemia, e uma minoria (8,1%) sentiu-se mais capaz de se concentrar durante o isolamento. Ainda na mesma pesquisa, foi ressaltado que os estressores emocionais adicionais afetam especialmente os alunos das carreiras biomédicas, uma vez que parte desses estudantes mantém atividades acadêmicas em unidades de saúde e serviços acessórios, atuando na linha de frente do combate à Covid-19.

Assim, o ambiente universitário, que deveria contribuir para a construção do conhecimento e ser a base das experiências de formação profissional, torna-se, por vezes, o desencadeador de distúrbios patológicos, especialmente quando há uma exacerbação do estresse acadêmico entre os estudantes⁸, cenário que se agrava quando consideramos diversos fatores que atravessam este ambiente, em especial os enfrentados por estudantes negros².

No Brasil, estudantes negros em universidades públicas enfrentam diversos desafios, incluindo o ingresso em cursos na área da saúde, que são altamente disputados e predominantemente frequentados por estudantes brancos. Um relatório de pesquisa realizado na UFF em 2021 com estudantes universitários identificou que a raça/cor branca foi a maioria, representando 56,9% dos

alunos, seguida pelos pardos (25,7%) e pretos (15,4%), enquanto indígenas e amarelos foram minorias. Além disso, a maioria dos estudantes negros na área da saúde ingressou na universidade por meio de algum sistema de cotas⁹.

Porém, de acordo com pesquisadores do SoU Ciência – Centro de Estudos sobre Sociedade, Universidade e Ciência, vinculado à Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) –, uma pesquisa de 2022 mostrou que o número de estudantes negros em universidades federais do Brasil, em todos os cursos, passou de 17% para 49% nos últimos 13 anos¹⁰.

O racismo está associado ao baixo desempenho acadêmico, bem como a problemas relacionados à saúde mental, considerando que esses alunos enfrentam um contexto educacional deficiente, além de desafios sociais e econômicos que dificultam sua vida universitária. Este também está relacionado ao abandono da faculdade, uma vez que estudantes negros frequentemente apresentam alto sofrimento, isolamento, depressão e ansiedade^{2,3,11}.

Em uma meta-síntese interpretativa qualitativa (QIMS) sobre as experiências de saúde física e mental entre estudantes universitários afro-americanos, evidencia-se que, quando comparados a outros grupos, esses estudantes geralmente apresentam resultados de saúde mais precários, com maiores taxas de doenças cardiovasculares e depressão¹².

Esses fatores, combinados com o racismo sistêmico e as crises sobrepostas, não estimulam um sentimento de pertencimento na universidade. E, como nas profissões da área da saúde, esse problema se amplia, desenvolver um estudo com estudantes negros da área da saúde poderá contribuir para a criação de projetos de ensino, pesquisa e extensão voltados para esse grupo, o que poderá melhorar tanto o desempenho acadêmico quanto os problemas relacionados à saúde mental.

Diante do contexto de promoção da saúde mental dos estudantes negros no ambiente universitário, esta pesquisa busca responder à seguinte questão: como a universidade vem direcionando atividades de promoção da saúde mental aos alunos de graduação negros pertencentes aos cursos da área da saúde?

Desta forma, a pesquisa tem como objetivos: mapear projetos de ensino, pesquisa e extensão que tenham como público alvo estudantes negros em cursos de graduação da área da saúde da Universidade Federal Fluminense e descrever o perfil desses estudantes.

Metodologia

Tipo de Estudo - Trata-se de uma pesquisa de campo, exploratória, com abordagem metodológica quanti-qualitativa. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da UFF, sob o número 5.289.582, conforme descrito na Resolução 466/1213.

Cenário - A pesquisa foi realizada na UFF, especificamente nos polos da área da saúde, que incluem os cursos de Medicina, Medicina Veterinária, Enfermagem, Psicologia, Odontologia, Nutrição, Biomedicina e Farmácia. Como o objetivo da pesquisa foi alcançar o público da área da saúde, foram contatados todos os Diretórios Acadêmicos (DAs) desses cursos na universidade.

Tivemos como foco a população negra devido à escassez de pesquisas que abordam essa parcela desses participantes.

Participantes do estudo - Na primeira etapa do estudo, não houve coleta de dados diretamente com os indivíduos. Em vez disso, foram utilizados dados da plataforma da Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) e informações fornecidas por uma doutoranda do Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS).

Já na segunda etapa do estudo, a população de pesquisa foram os discentes negros da área da saúde da UFF. Assim, foram incluídos os discentes matriculados na UFF, campus de Niterói, nos

curso de Medicina, Medicina Veterinária, Enfermagem, Psicologia, Odontologia, Nutrição, Biomedicina e Farmácia, durante o primeiro semestre de 2022, com idade superior a 18 anos. Como exclusão, considerou-se a ausência de acesso à internet no momento da coleta de dados.

Produção dos dados - A pesquisa foi dividida em duas etapas. Na 1ª etapa, foi realizado o mapeamento de projetos de pesquisa com foco na saúde mental de acadêmicos e seu entorno no período de 2019 a 2020. As informações foram extraídas do site da UFF, na página da PROEX, e também foram utilizadas informações de um levantamento prévio realizado por uma doutoranda da universidade, que gentilmente disponibilizou o quadro de seu levantamento para análise manual deste estudo¹⁴.

Na 2ª etapa da pesquisa, foi conduzida uma pesquisa de campo com alunos negros da área da saúde da UFF, dos cursos de Medicina, Medicina Veterinária, Enfermagem, Psicologia, Odontologia, Nutrição, Biomedicina e Farmácia. Os alunos foram contatados pela pesquisadora através dos DAs de cada curso, após a anuência dos coordenadores dos cursos. Foram enviados por e-mail o instrumento de coleta de dados e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram enviados formulários online semiestruturados com trinta e oito perguntas, abordando o perfil sociodemográfico, o impacto da COVID-19 e o contexto da saúde mental nesse processo. No total, foram obtidas 17 (dezessete) respostas.

Análise de dados - 1ª Fase: Foram analisados todos os projetos de ensino, pesquisa e extensão da UFF, e foi desenvolvido um quadro com os projetos que citavam e/ou investigavam a saúde mental. Observou-se que não foram encontradas pesquisas relacionadas à saúde mental da população negra. 2ª Fase: Nesta fase, foi realizada uma análise estatística simples dos dados quantitativos com o auxílio do Excel, apresentando os resultados em forma de quadros com estatística descritiva, utilizando as medidas de média e desvio padrão para dados paramétricos. Para a análise dos dados qualitativos do questionário, foi empregada a análise temática com base nos artigos publicados sobre o tema abordado.

Resultados e Discussão

Mapeamento dos projetos de ensino, pesquisa e extensão da Universidade Federal Fluminense

A seguir, apresenta-se o levantamento dos projetos de extensão da UFF dos anos de 2019 e 2020, organizados por áreas temáticas de saúde e abordando a saúde mental (Quadro 1).

Quadro 1. Projetos de extensão da UFF voltados para área da saúde e saúde mental durante 2019 e 2020.

Ações/Títulos	Modalidade	Área temática	Público Alvo
Saúde Mental e Universidade: debatendo os desafios do presente	Curso	Saúde	Alunos dos cursos de Pedagogia, Políticas Públicas e Geografia do IEAR, estudantes em geral, administrativos da universidade, técnicos da universidade e a população do bairro Jacuecanga, em Angra dos Reis (RJ).
Cursos de extensão em Saúde Mental	Curso	Saúde	Profissionais/estudantes das áreas de saúde mental, educação, serviço social, famílias e comunidades interessados em enfrentar as demandas e desafios da escola e da clínica no campo do desenvolvimento humano.
NIX, um programa criado no ESTAPEC com ações para melhor saúde mental dos alunos da UFF	Programa	Saúde	Alunos de graduação da Universidade Federal Fluminense. Começaremos, para que a proposta seja viável com os alunos mais próximos: os que passam pelo Instituto Biológico, as áreas de saúde.
A rede Geal-UFF de saúde mental da infância e da juventude (projeto grupo transdisciplinar de estudo e tratamento do alcoolismo e outras dependências)	Projeto	Saúde	Crianças, Adolescentes, jovens, famílias e comunidades cujas condições de acesso a serviços de saúde e educação se encontram denegados, em geral, caracterizando situação de risco para o desenvolvimento humano e social.
Hatha integral yoga na UFF: estratégia para promoção da saúde mental	Projeto	Saúde	Alunos, servidores da UFF e comunidades ao redor.
Promovendo a saúde mental de estudantes universitários	Projeto	Saúde	Estudantes de graduação de instituições públicas e privadas do Estado do Rio de Janeiro.
Saúde mental para estudantes: o cineclub	Projeto	Saúde	Alunos de Enfermagem da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, da Universidade Federal Fluminense.
Cooperação UFF CVV Comunidade Niterói - 2020	Projeto	Saúde	A comunidade universitária fluminense, assim como às pessoas próximas a ela (a exemplo de pais e cônjuges) - busca melhoria da saúde mental e qualidade de vida.
Saúde Mental, álcool e outras drogas: formação, reflexão e cuidado	Projeto	Saúde	O público alvo desta ação são os trabalhadores da rede das cidades de São Gonçalo, Niterói, Itaboraí e Maricá, com ênfase na primeira, docentes e discentes da UFF que tenham interesse na temática.
Formação e educação permanente com trabalhadores de saúde mental no município de Pirai-RJ	Projeto	Saúde	Docentes, discentes, trabalhadores, gestores, cuidadores e movimentos sociais de saúde mental vinculados ao Programa de Saúde Mental da Secretaria de Saúde de Pirai/RJ que atuam na Rede de Atenção Psicossocial.
Saúde Mental e Atenção Básica: articulações intersetoriais e o Apoio da Universidade em tempos de COVID-19	Prestação de serviços	Saúde	O público alvo é a população vulnerável em situação de sofrimento psíquico dos municípios de Miracema e Santo Antônio de Pádua, que se pretende atingir através do Apoio Institucional às equipes de saúde mental dos municípios.

Fonte: dados da pesquisa.

Após análise da base de dados, foram selecionados 11 projetos relacionados a Saúde Mental com o objetivo de identificar aqueles focados em estudantes negros. Ficou explícito a defasagem de projetos de saúde mental voltados exclusivamente para estudantes da área da saúde, e nenhum projeto específico para alunos negros da graduação foi identificado.

É importante destacar que existe uma mudança positiva significativa nos últimos anos, mas ainda temos uma baixa representatividade da população negra no meio acadêmico. Embora a adoção do regime de cotas tenha levado a um aumento considerável dessa população, a presença ainda é escassa. Esse cenário justifica a necessidade de observar esse recorte nos projetos realizados nas universidades, um fenômeno indubitavelmente afetado pelo desequilíbrio estrutural, racismo e resistência enfrentados pela população negra¹⁵.

Perfil dos estudantes negros da área da saúde da Universidade Federal Fluminense

A primeira pergunta abordada foi sobre a raça/cor dos acadêmicos: “Você se considera?” com as opções “preto” ou “pardo”. Entre os respondentes, 41,2% (sete acadêmicos) se consideram pardos e 58,8% (dez acadêmicos) se consideram pretos.

Destaca-se que o baixo índice de respostas está relacionado à pequena quantidade de acadêmicos que atendem aos critérios de inclusão para este estudo no ambiente universitário. Segundo Santos¹⁶, a presença reduzida de graduandos negros nas universidades é resultado do passado de racismo, da falta de tradição universitária entre essa parcela da população e da história do país.

Sobre a pergunta “Qual curso da área da saúde você estuda?” (Tabela 1), é importante observar que não tivemos participação de acadêmicos dos cursos de Biomedicina, Odontologia, Psicologia e Medicina Veterinária. Esse fato ressalta a necessidade de novas pesquisas e de estratégias de sensibilização para estudantes desses cursos, a fim de garantir uma maior representatividade.

Tabela 1. Distribuição dos estudantes de acordo com as características sociodemográficas e econômicas.

Variáveis	n	%
Qual graduação está cursando? [n=17]		
Enfermagem	8	47,1
Medicina	5	29,4
Farmácia	3	17,6
Nutrição	1	5,9
Idade [n=17]		
18 ≥ 20 anos	4	23,5
21 ≥ 30 anos	11	64,7
31 ≥ 40 anos	1	5,9
41 ≥ 50 anos	1	5,9
> 50 anos	0	0
Identidade de Gênero [n=17]		
Feminino	15	88,2
Masculino	2	11,8
Renda Familiar [n=17]		
Até um salário mínimo	7	41,2
Mais de um e meio à três salários mínimos	8	47,1
De três a cinco salários mínimos	1	5,9
Mais de cinco salários mínimos	1	5,9
Ingresso na Faculdade [n=17]		
Ampla concorrência	2	11,8
Cotas	15	88,2
Tipo de Cota [n=15]		
Escola pública com renda e cor	10	66,7
Escola pública sem renda e cor	5	33,3
Estado Civil [n=17]		
Solteiro	13	76,5
Namorando	3	17,6
Casado	1	5,9
Município de Moradia [n=17]		
Niterói	8	47,1
Rio de Janeiro	1	5,9
São Gonçalo	3	17,6
Maricá	1	5,9
Outro	4	23,5
Condição de Moradia [n=17]		
Com amigos/cônjuge/filhos/república/pensionato	4	23,55
Sozinho	4	23,55
Familiares	9	52,9
Situação de Trabalho do Aluno [n=17]		
Sim	5	29,4
Não	12	70,6
Turno de Trabalho [n=5]		
Integral	2	40
Noite	3	60
Vínculo Empregatício [n=5]		
Carteira assinada	1	20
Autônomo	1	20
Sem vínculo	3	60

Fonte: dados da pesquisa.

Na terceira pergunta, abordou-se a faixa etária dos acadêmicos com a pergunta “Qual sua faixa etária?” e a identidade de gênero com a pergunta “Qual identidade de gênero você se identifica?” (Tabela 1). Mesmo com a baixa adesão ao questionário, a maioria dos participantes era do gênero feminino, com 64,7% na faixa etária de 21 a 30 anos e 23,5% na faixa etária de 18 a 20 anos, sendo essas as duas maiores faixas etárias. Esse perfil se assemelha ao encontrado em outros estudos, como o de Santos¹⁶, que ratifica que o

perfil predominante dos acadêmicos universitários é feminino, com idade entre 19 e 24 anos, e autodenominação branca.

No aspecto socioeconômico, foram questionados sobre a renda familiar aproximada (“aproximadamente, qual a sua renda familiar?”), bem como a forma de ingresso na faculdade, com a pergunta “Como você ingressou na UFF?” (Tabela 1).

Dentro da pergunta sobre cotas, foi realizada um questionamento adicional dirigido apenas aos quinze acadêmicos que ingressaram por cotas: “Se respondeu cotas, que tipo?” (Tabela

1). Mais da metade dos acadêmicos (88,2%) ingressaram na universidade por meio do sistema de cotas. Desses, 66,7% utilizaram as cotas de renda. Entre os argumentos favoráveis às cotas nas universidades públicas, destaca-se que esse nível de ensino promove a mobilidade social e é um local importante para a troca de experiências e conhecimentos científicos, econômicos, políticos e sociais entre aqueles que, no futuro, provavelmente administrarão o país. Outro argumento é que a adoção das cotas para negros seria uma forma de reconhecimento histórico do Estado brasileiro e das instituições que se beneficiaram da escravidão¹⁷.

O próximo questionamento foi “Qual a sua situação conjugal?” (Tabela 1). Os resultados mostram que a maioria dos acadêmicos é solteira. Segundo Ziapour¹⁸, o perfil sociodemográfico de estudantes universitários é predominantemente de solteiros, com 92,3% de sua amostra identificados dessa forma, confirmando os dados obtidos neste estudo.

Quando questionados sobre a região de moradia, junto com a pergunta “Com quem você mora?” (Tabela 1), grande parte dos entrevistados (47,1%) mora em Niterói, onde está localizada a UFF. A maioria reside com familiares (52,9%), indicando um perfil de acadêmicos com uma rede de apoio próxima. No entanto, é importante destacar que uma parte significativa mora distante da universidade (52,9%) e uma alta porcentagem vive sozinha (23,5%). Segundo Borch¹⁹, os jovens universitários enfrentam desafios diferentes ao morar sozinhos e iniciar a graduação.

No questionamento “Você trabalha?”, mais da metade dos acadêmicos respondeu que não trabalha. Para os cinco alunos que responderam afirmativamente, foram feitas perguntas adicionais sobre “Em qual turno você trabalha?” e “Qual é o tipo de vínculo?” (Tabela 1). A maioria dos acadêmicos (70,6%) não trabalha o que pode ser uma consequência da alta carga horária dos cursos da área da saúde, a maioria em período integral. De acordo com a pesquisa de Ziapour¹⁸, o perfil socioeconômico dos universitários frequentemente inclui indivíduos que não trabalham. Entre os

acadêmicos que trabalham apenas um possui vínculo formal (carteira assinada), enquanto os demais trabalham sem vínculo formal e/ou de forma autônoma.

Finaliza-se destacando que o perfil predominante dos alunos é: o de estudantes de Enfermagem, com idade entre 21 e 30 anos, do sexo feminino, com renda familiar entre 1 e 3 salários mínimos, que ingressaram por cotas, incluindo cotas raciais, de escola pública e de renda. A maioria é solteira, mora em Niterói com seus familiares e não trabalha. Entre os que trabalham, a maioria realiza suas atividades no período noturno e sem vínculo empregatício.

Ressalta-se que dentre os cursos da área da saúde não houve participação de estudantes da área de Odontologia e Medicina Veterinária. Portanto, é necessário realizar uma nova pesquisa específica nesses cursos para avaliar se a ausência de respostas foi devido à falta de adesão dos alunos ou à ausência de estudantes negros nesses cursos.

Covid-19, Saúde Mental e estratégias de enfrentamento dos estudantes negros

Adentrando na parte do questionário sobre a pandemia de Covid-19, a primeira pergunta foi “Você cumpriu a quarentena obrigatória?”, e 100% dos participantes responderam ‘sim’.

Foi também questionado “Você se consultou com algum psicólogo durante a pandemia?” e, para aqueles que responderam ‘não’, foi perguntado “Sentiu necessidade?” (Tabela 2). A maioria dos acadêmicos (70,6%) afirmou ter buscado ajuda psicológica, e entre os que não buscaram 80% expressaram ter sentido necessidade de fazê-lo. Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP)²⁰, houve um aumento na procura por profissionais de saúde mental (psicólogos e psiquiatras) durante a pandemia de Covid-19, tanto por pacientes que já haviam recebido alta quanto por novos pacientes. Além disso, houve agravamento no quadro dos pacientes que ainda estavam em tratamento.

Tabela 2. Perfil dos estudantes quanto à busca de profissionais da saúde mental.

Variáveis	n	%
Consulta com Psicólogo [n=17]		
Sim	12	70,6
Não	5	29,4
Sentiu necessidade de se consultar com Psicólogo? [n=5]		
Sim	4	80
Não	1	20
Consulta com Psiquiatra [n=17]		
Sim	4	23,5
Não	13	76,5
Sentiu necessidade de se consultar com psiquiatra? [n=13]		
Sim	6	46,2
Não	7	53,8
Buscou outro profissional? [n=17]		
Sim	4	23,5
Não	13	76,5

Fonte: dados da pesquisa.

Além disso, foi questionado se buscaram ajuda de outro profissional além do psicólogo durante a pandemia (Tabela 2). Quatro acadêmicos buscaram ajuda de outros profissionais, citando os seguintes: enfermeira, psicólogo, médico de clínica de família e nutricionista. Apenas 23,5% dos acadêmicos buscaram ajuda psiquiátrica, enquanto quase a metade (46,2%) sentiu a necessidade desse tipo de ajuda, o que corrobora com a observação feita pela ABP sobre o aumento na demanda por serviços de saúde mental durante a pandemia²⁰.

Dessa forma, evidencia-se que a maioria dos acadêmicos fez consultas psicológicas, sentiu necessidade de se consultar com um psicólogo, mas não considerou necessário buscar ajuda psiquiátrica ou de outros profissionais.

Na seção social do questionário, foram feitas as perguntas “Você desenvolveu algum hobby para ajudar com a saúde mental durante a pandemia?” e “Quais foram os hobbies que desenvolveu?” (Tabela 3). Mais da metade dos acadêmicos (64,7%) afirmou ter adquirido novos hobbies durante a pandemia. Os hobbies estão associados ao lazer, e estudos mostram que o lazer é um elemento crucial no contexto social. A pandemia dificultou a realização dessas

atividades sociais, levando uma grande parte da população a incorporar hobbies em sua rotina como uma forma de suprir as vulnerabilidades causadas pela doença²¹.

Tabela 3. Perfil dos estudantes quanto a atividades durante a pandemia.

Variáveis	n	%
Desenvolveu algum hobby durante a pandemia? [n=17]		
Sim	11	64,7
Não	6	35,3
Quais hobbies? [n=11]		
Leitura	7	63,6
Academia	6	54,5
Yoga	3	27,3
Cozinhar	3	27,3
Plantação	2	18,2
Corrida	1	9,1
Meditação	1	9,1
Jogos online	1	9,1
Trilhas	1	9,1
Trilhas, tocar ukulele, correr, jogar vídeo game	1	9,1
Quais hobbies acha que ajudariam durante a pandemia? [n=6]		
Leitura	5	83,3
Yoga	3	50
Cozinhar	3	50
Plantação	2	33,3
Pilates	1	16,7
Academia	1	16,7
Arte, desenho, pintura	1	16,7
Massagem terapêutica	1	16,7
Assistir séries/filmes	1	16,7
Adotou/cuidou de algum pet durante a pandemia? [n=17]		
Sim	11	64,7
Não	6	35,3
Frequentou alguma religião durante a pandemia? [n=17]		
Sim	4	23,5
Não	13	76,5
Qual religião? [n=4]		
Cristinismo	2	50
Protestante	1	25
Igreja Evangélica	1	25
Considera que espiritualidade/religiosidade contribui para saúde mental? [n=17]		
Sim	9	52,9
Não	8	47,1
As aulas online para você foram boas? [n=17]		
Sim	7	41,2
Não	10	58,8

Fonte: dados da pesquisa.

Para os acadêmicos que responderam negativamente sobre o desenvolvimento de hobbies, seis alunos foram questionados: “Quais hobbies você acha que te ajudariam a lidar bem com a saúde mental no contexto da pandemia?” (Tabela 3).

Além disso, foram feitas as seguintes perguntas: “Adotou e/ou cuidou de algum animal de estimação durante a pandemia?”, “Você frequenta/frequentou alguma religião durante a pandemia?” e “Você considera que a espiritualidade/religiosidade contribuiu para sua saúde mental durante a pandemia?” (Tabela 3). Aos acadêmicos que responderam positivamente à última pergunta, foram solicitadas explicações adicionais (o porquê), e as respostas incluíram: religião, fé, força, suporte e uma forma de identidade da pessoa.

Grande parte da amostra (64,7%) assinalou ter adotado um animal de estimação durante a pandemia. A adoção de animais aumentou exponencialmente durante a pandemia e o período de quarentena obrigatória, sugerindo que há relação entre o bem-estar e a adoção, trazendo um vínculo afetivo e melhorando o

relacionamento entre humanos e animais²². Embora apenas 23,5% dos acadêmicos tenham frequentado alguma religião, mais da metade (52,9%) acredita que a espiritualidade contribuiu para sua saúde mental. A religião e a espiritualidade também foram importantes para que muitos se sentissem minimamente melhor durante a pandemia e o isolamento social. Segundo Sequeira²³, o olhar direcionado ao aspecto espiritual têm impacto direto na melhoria do bem-estar físico, mental e social.

Sobre as aulas online, os acadêmicos foram questionados: “As aulas online, durante a pandemia, foram boas para você?” (Tabela 3). Aos que responderam negativamente, foi questionado o “Por quê?”, e as respostas foram: dificuldade de aprendizado, dificuldade para tirar dúvidas, falta de adaptação dos professores às plataformas online, desenvolvimento de problemas de saúde como tendinite e piora na visão devido ao tempo prolongado em frente a dispositivos eletrônicos, além da falta de ânimo para estudar. Com a maior parte dos acadêmicos respondendo negativamente, vale lembrar que as

aulas online trouxeram muitas problemáticas para os mesmos, como dificuldade de concentração e ansiedade. De fato, 58,8% dos acadêmicos disseram não ter gostado das aulas online. Segundo a pesquisa da Lunardi²⁴, grande parte do público que tiveram aulas online sentiram dificuldades para absorver o conhecimento, administrar o tempo e lidar com a ansiedade.

Por fim, destaca-se que o perfil dos alunos é que: a maioria desenvolveu algum hobby, sendo a leitura e a atividade física na academia os mais identificados; a maioria adotou um pet; não frequentou uma religião, mas considerou que a espiritualidade contribuiu para a saúde mental; e não considerou as aulas on-line boas.

Também foi questionado sobre a vacinação contra a Covid-19: “Você se vacinou para Covid-19?”. Todos os dezessete alunos (100%) responderam afirmativamente, com quatorze (82,4%) tendo tomado as três doses até o momento da resposta ao questionário e três (17,6%) tendo recebido duas doses. Esses resultados indicam a conscientização dos alunos sobre a importância da vacinação.

Promoção da saúde inclusiva no cenário universitário

Os acadêmicos foram questionados acerca da instituição de ensino com a pergunta: “Você gostaria que a UFF fornecesse atividades com estratégias promotoras da saúde mental para o grupo

de alunos negros da área da saúde?”, onde todos os dezessete (100%) alunos responderam positivamente.

Dentre as sugestões de atividades a serem desenvolvidas para esse fim, foram obtidas as seguintes respostas: ampliação do serviço de escuta psicológica; grupos de música; grupos de Meditação/Yoga; grupos/Rodas de conversa; atividades ao ar livre; criação de grupos de estudo, de apoio, de pesquisa e ligas, com e para alunos negros; mindfulness; grupo/páginas nas redes sociais para compartilhamento de experiências. Ressalta-se que foi mencionado por um dos acadêmicos o interesse na criação de um grupo de atividades voltadas para estudantes com faixa etária superior a 30 anos, destacando uma necessidade específica, mesmo que a maioria dos participantes do programa sejam jovens.

Por fim, os alunos foram convidados a fazer uma autoavaliação sobre a autopromoção de saúde mental que estariam praticando no momento da pesquisa: “De zero a dez*, qual nota você daria na sua autopromoção de saúde mental?” (Tabela 4) e a maior parte dos acadêmicos (64,7%) se autoavaliou com notas abaixo de sete, o que sugere que os estudantes reconhecem a necessidade de melhorar sua saúde mental, ou até mesmo indica um pedido de ajuda, já que percebem que fazem pouco pela sua própria saúde mental.

Tabela 4. Perfil dos estudantes quanto à autoavaliação.

Variáveis	n	%
Autoavaliação da autopromoção da saúde mental. [n=17]		
Nota 3	3	17,6
Nota 4	4	23,5
Nota 5	2	11,8
Nota 6	2	11,8
Nota 7	2	11,8
Nota 8	4	23,5

Fonte: dados da pesquisa.

Dessa forma, torna-se evidente a necessidade de uma atenção especial à saúde mental dos acadêmicos negros da área da saúde e a proposição de futuros estudos nessa vertente.

Sendo a UFF uma instituição pertencente ao contexto promovido pelas Universidades Promotoras de Saúde (UPS), os quais detêm de espaços privilegiados para a criação de um ambiente promotor de saúde, urge a necessidade de implementar de fato esses espaços; de promover discussões no meio acadêmico que envolvam estudantes, docentes e não docentes e representantes da comunidade de forma participativa, para elucidação e resolução das barreiras existentes.

No mais, verifica-se que a ampliação de espaços de trocas dentro do cenário acadêmico, de forma inclusiva e em alusão aos acadêmicos negros, pode conferir um ambiente de aprendizagem mais saudável aos seus pertencentes, reduzindo a evasão e favorecendo a interdisciplinaridade, impactando na resolução de problemas internos e externos à universidade, através de melhorias na saúde, na qualidade de vida e no combate às desigualdades sociais.

Conclusão

O mapeamento de projetos na universidade evidencia a ausência de pesquisas voltadas para a promoção da saúde mental dos acadêmicos negros. A importância desses estudos é reforçada pela dificuldade enfrentada por essa parcela da população em ingressar no ensino superior e, sobretudo, em permanecer até o final da graduação, atrelados a obstáculos socioeconômicos e emocionais significativos.

A determinação do perfil dos estudantes negros da área da saúde demonstrou que ainda persistem disparidades socioeconômicas importantes que impactam diretamente na continuidade da formação

e na trajetória acadêmica dessa parcela da população, refletindo-se diretamente em sua qualidade de vida.

Não obstante aos desafios cotidianos já enfrentados pelos estudantes negros, a pandemia exacerbou as desigualdades sociais, que já vinham sendo perpetuadas ao longo de séculos, agravando ainda mais os distúrbios e prejuízos à saúde mental e à qualidade de vida dessa população.

Desta forma, a implementação de estratégias de promoção da saúde mental que enfatizem grupos vulneráveis torna-se imprescindível dentro das instituições acadêmicas. Essas estratégias devem envolver não apenas os estudantes, mas toda a comunidade pertencente, ampliando espaços de escuta, discussão (sobretudo resolução) e enfrentamento de problemas de forma pactuada, com ações sinérgicas em todos os níveis, abrangendo a esfera educacional, organizacional e sociocultural, criando um ambiente favorável à saúde dos indivíduos, grupos e coletividades.

Diante desse contexto, ratifica-se a necessidade de mais estudos sobre a saúde mental dos estudantes, e que os mesmos produzam mais conhecimentos sobre novas formas de intervenção para a promoção da saúde mental no contexto universitário.

Referências

- Almeida LS, Soares AP. Os estudantes universitários: sucesso e desenvolvimento psicossocial. In: Mercure E, Polydoro SAJ, organizadores. Estudante universitário: características e experiências de formação. Taubaté (SP): Cabral; 2003. p. 15-40.
- Harwood SA, Huntt MB, Mendenhall R, Lewis JA. Racial microaggressions in the residence halls: Experiences of students of color at a predominantly White university. *Journal of Diversity in Higher Education*. 2012; 5 (3): 159-173.

3. Soto JA, Dawson-Andoh NA, Witherspoon DP. An ecological approach to racial environments and their relationship to mental health. *Race and Social Problems*. 2016; 8 (3): 209-221.
4. Stacciarini JMR, Esperidião E. Repensando estratégias de ensino no processo de aprendizagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 1999 Dez.; 7 (5): 59-66.
5. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 2020 Mar.; 395 (10227): 912-920.
6. Sodré F. O Serviço Social entre a prevenção e a promoção da saúde: tradução, vínculo e acolhimento. *Serviço Social & Sociedade*. 2014 Jan./Mar.; (117): 69-83.
7. Siqueira AM. Relatório técnico parcial do monitoramento da saúde mental dos estudantes da UFF no período de isolamento social em consequência da pandemia de Covid-19 [Internet]. 2020 [citado 2024 Jul 20]. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/handle/1/15051>
8. Monteiro CF de S, Freitas JF de M, Ribeiro AAP. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Escola Anna Nery*. 2007 Mar.; 11: 66-72.
9. Brignol S, Fonseca VAS. Relatório projeto SABEGRA-UFF: estimativas para eventos de saúde mental: estudantes de graduação dos cursos presenciais do campus de Niterói. Niterói (RJ): Universidade Federal Fluminense; 2021.
10. Rosa P. Número de estudantes negros nas universidades federais passa de 17% para 47% em 13 anos [Internet]. 2024 [citado 2025 Mar 20]. Disponível em: <https://revistaafirmativa.com.br/numero-de-estudantes-negros-nas-universidades-federais-passa-de-17-para-47-em-13-anos/>
11. Rush C, Blue A, Xirau-Probert P, Stacciarini JM, Yoho R, Bowie M. Keys to success: an interprofessional black student cohort program across the UF Health Science Center [Internet]. 2021 [citado 2024 Jun 12]. Disponível em: <https://summit2021.nexusipe.org/sessions/keys-success-interprofessional-black-student-cohort-program-across-uf-health-science>
12. Barnett TM, McFarland A, Miller JW, Lowe V, Hatcher SS. Physical and mental health experiences among African American college students. *Social Work in Public Health*. 2019; 34 (2): 145-157.
13. Conselho Nacional de Saúde (BR). Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos [Internet]. *Diário Oficial da União*. 2012 Dez 12 [citado 2024 Jul 16]. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>
14. Santiago AS. A Universidade Federal Fluminense promotora da saúde: um processo transformador [tese]. Niterói (RJ): Universidade Federal Fluminense; 2022.
15. Hanzen E. Mesmo sendo maioria na população brasileira, negros ainda têm baixa representatividade no meio acadêmico [Internet]. 2021 Nov 18 [citado 2024 Jul 16]. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/jornal/mesmo-sendo-maioria-na-populacao-brasileira-negros-ainda-tem-baixa-representatividade-no-meio-academico/>
16. Santos DBR. Curso de branco: uma abordagem sobre acesso e permanência entre estudantes de origem popular nos cursos de saúde da universidade federal do recôncavo da Bahia (UFRB). *Revista Contemporânea de Educação*. 2017 Jan./Abr.; 12 (23): 31-50.
17. Camino L, Tavares TL, Torres ARR, Álvaro JL, Garrido A. Repertórios discursivos de estudantes universitários sobre cotas raciais nas universidades públicas brasileiras. *Psicologia & Sociedade*. 2014; 26: 117-128.
18. Ziapour A, Kianipour N. Health-related quality of life among university students: the role of demographic variables. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. 2018 Mar.; 12 (3): JC01-JC04.
19. Borche NC, Vieceli J. As implicações da saída da casa dos pais na vida de jovens universitários [trabalho de conclusão de curso]. Florianópolis (SC): Universidade do Sul de Santa Catarina; 2019.
20. Associação Brasileira de Psiquiatria. Atendimentos psiquiátricos no Brasil sofrem impacto da pandemia de Covid-19 [Internet]. 2020 Maio 11. [citado 2024 Jul 21]. Disponível em: <https://www.abp.org.br/post/atendimentos-psiquiatricos-no-brasil-sofrem-impacto-da-pandemia-de-covid-19>
21. Ribeiro OCF, Santana GJD, Tengan EYM, Silva LWMD, Nicolas EA. Os impactos da pandemia da covid-19 no lazer de adultos e idosos. *LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*. 2020 Set.; 23 (3): 391-428.
22. Dozol B da S, da Silva D de OB. Adoção de animais e isolamento social: um estudo sobre a busca pelo bem-estar durante a pandemia pelo Covid-19 [trabalho de conclusão de curso]. Florianópolis (SC): Universidade do Sul de Santa Catarina; 2021.
23. Sequeira C, Carvalho JC, Gonçalves A, Nogueira MJ, Lluch-Canut T, Roldán-Merino J. Levels of Positive Mental Health in Portuguese and Spanish Nursing Students. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*. 2020; 26 (5): 483-492.
24. Lunardi NMSS, Nascimento A, Sousa JB de, Silva NRM da, Pereira TGN, Fernandes J da SG. Remote Classes During the Pandemic: difficulties and strategies used by parents. *Educação & Realidade*. 2021; 46: e106662.