



GOVERNO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO SUL DA BAHIA
PRÓ-REITORIA DE SUSTENTABILIDADE E INTEGRAÇÃO SOCIAL



COORDENAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA
SETOR DE ACESSIBILIDADE E PROMOÇÃO À SAÚDE



SETEMBRO AMARELO

Relatório Técnico da Campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria

ITABUNA/BA
2017



EXPEDIENTE

Reitor

Naomar Monteiro de Almeida-Filho

Vice-Reitora

Joana Angélica Guimarães da Luz

Pró-Reitora de Sustentabilidade e Integração Social

Fabiana de Souza Costa

Diretora de Assuntos Comunitários e Estudantis

Amanda Suelen Ferreira Bastos

Coordenador de Qualidade de Vida

Jorge Luís Santos Guimarães

Chefe do Setor de Acessibilidade e Promoção à Saúde

Camila Calhau Andrade Reis

Chefe do Setor Cultural, Esportes, Lazer e Eventos

Ize Duque Magno

Chefe da Sessão de Psicologia

Damon Bomfim Santana de Andrade

Nutricionista

Abner Victor da Silva Teixeira

Assistente em Administração

Iris Leyde Lima Vieira



SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| 1. APRESENTAÇÃO | 3 |
| 2. METODOLOGIA | 5 |
| 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO | 6 |
| 3.1 DIMENSÃO INSTITUCIONAL..... | 7 |
| 3.2 RELAÇÃO DISCENTE X DISCENTE | 8 |
| 3.3 RELAÇÃO DISCENTE X DOCENTE | 9 |
| 3.4 DIMENSÃO DE IDIOSINCRASIAS | 11 |
| 3.5 OUTRAS CONSIDERAÇÕES | 12 |
| CONSIDERAÇÕES FINAIS | 13 |
| REFERÊNCIAS | 15 |
| ANEXO A – Posts em redes sociais | 16 |
| ANEXO B – Blog de estudante da UFSB | 17 |
| ANEXO C – Mural da expressão | 18 |
| ANEXO D – Respostas completas | 19 |
| APÊNDICE A – Álbum da campanha nas redes sociais | 34 |



1. APRESENTAÇÃO

O suicídio é um fenômeno complexo e multideterminado que intriga a humanidade. Caracteriza-se como um gesto de autodestruição, realização do desejo de morrer ou de dar fim à própria vida (CVV, 2015). Atinge todos os países; todas as classes sociais, em especial, os extremos da pirâmide social; e todos os sexos, sendo um evento mais frequente entre os homens. Em relação à faixa etária, é mais comum entre os idosos, contudo, as estatísticas de jovens suicidas têm crescido progressivamente nos últimos anos (FERREIRA JÚNIOR, 2016).

Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) indicam que a cada 40 segundos uma pessoa se suicida no mundo, totalizando quase um milhão de pessoas a cada ano. Além disso, estima-se que de 10 a 20 milhões de pessoas tentam o suicídio anualmente (CVV, 2015). Devido ao seu crescimento nas últimas décadas, configura-se como grave problema de saúde pública, pois mata mais do que as guerras em curso e, entre os jovens, já se apresenta como a segunda causa de mortes (FERREIRA JÚNIOR, 2016).

No Brasil, segundo o Ministério da Saúde (MS) e a OMS, todos os dias, pelo menos 32 brasileiros tiram a própria vida, resultado da falta de prevenção que poderia ter poupado, pelo menos, 28 dessas pessoas (CVV, 2015). Grande parte dos casos ocorre com jovens universitários. Não são raras as notícias sobre suicídios neste segmento social no país. Independente da região onde o ato ocorra, é significativa a estatística de suicídio entre jovens estudantes, embora o registro de tais ocorrências não corresponda à realidade. Sabe-se mais pelas notícias veiculadas na mídia e internet (redes sociais e blogs) do que por registros oficiais (DUTRA, 2012).

Na Universidade Federal do Sul da Bahia (UFESB), um alerta especial em relação ao assunto se acendeu após estudantes da instituição, por meio de postagens anônimas em redes sociais e blogs, manifestarem situações de intenso sofrimento mental, em alguns momentos aliadas a ideações suicidas. Em diversas publicações, a UFESB foi apontada como pilar do sofrimento enfrentado (Anexos A e B).

Para além das publicações online, durante a Semana de Acolhimento do quadrimestre 2017.2, uma das atividades promovidas pelo Setor de Acessibilidade e Promoção à Saúde (SAPS) da Coordenação de Qualidade de Vida (CQV) da Pró-Reitoria de Sustentabilidade e Integração Social (PROSIS) foi o “Mural da Expressão”. Os



estudantes deveriam completar a frase: “Ser universitári@ é...” escrevendo suas ideias em uma superfície com papel madeira. Na ocasião, diversos descritores de cunho negativo foram identificados, como: “triste”, “solitário”, “pirar” e “sofrer” (Anexo C).

Os estudos sobre a temática apontam que praticamente todas as pessoas que cometeram suicídio apresentavam, pelo menos, um transtorno psiquiátrico ou manifestações de sofrimento psíquico (ABP, 2017; NEPS, 2016). Desse modo, as informações reveladas pelos estudantes da UFESB sugerem a necessidade de um olhar diferenciado e urgente para questões relacionadas à qualidade de vida, promoção à saúde mental e prevenção do suicídio dentro da instituição.

A UFESB é, sem dúvida, um polo aglutinador para o desenvolvimento regional e precisa ser fomentadora da melhoria da qualidade da vida de sua comunidade interna e da população do sul da Bahia. Diante dessa reflexão, como parte das ações do Setembro Amarelo – Campanha Nacional de Promoção da Vida e Prevenção do Suicídio - o SAPS organizou a mobilização #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria (Não é besteira, é coisa séria!).

A atividade justifica-se pela necessidade de dar voz ao corpo discente da instituição para a expressão de sentimentos, anseios, emoções e preocupações, de maneira inominada e livre de julgamentos e/ou críticas. Os resultados deverão fornecer subsídios para a criação de estratégias de cuidado e de futuras políticas de qualidade de vida, relacionadas à promoção à saúde, cultura, lazer e esportes em contexto universitário.

Assim, a Campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria apresenta como objetivo geral:

- Fomentar discussões sobre qualidade de vida nos contextos acadêmico, social e existencial dos discentes da UFESB.

Seguindo uma sequência lógica de operacionalização da campanha, delineou-se como objetivos específicos:

- Identificar situações de sofrimento mental na comunidade discente da UFESB e principais causas;
- Divulgar os serviços de psicologia e saúde dos três *Campi* como estratégia de acolhimento e cuidado imediato disponibilizado pela Universidade;
- Produzir relatório ampliado para a divulgação dos resultados e delineamento de ações de curto, médio e longo prazo relacionadas à qualidade de vida na UFESB;
- Fortalecer ações que fomentam saúde, cultura, lazer e esportes em contexto universitário, fatores de proteção da saúde mental.



2. METODOLOGIA

A Campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria foi idealizada, inicialmente, pela Universidade Federal Rural do Semiárido (UFERSA) em alusão ao setembro amarelo em 2016. Ao conhecer a ação, o SAPS solicitou à UFERSA, autorização para adaptar a atividade e trazê-la para a UFESB em 2017.

Após autorização, oficializada mediante contato telefônico e troca de e-mails com a coordenadora da campanha na instituição parceira, o SAPS desenvolveu um formulário GoogleDocs para a coleta de dados. O formulário deveria ser respondido por todos os discentes da UFESB e era composto por dados de identificação simples: Campus em que estuda; curso em andamento e por duas questões de pesquisa: “Conte-nos em uma linha: o que te causa sofrimento emocional no ambiente universitário?” e “conte-nos em uma linha: por que muitas vezes adoecemos (física e psicologicamente) quando estamos na universidade?” Ao final do formulário, o estudante poderia disponibilizar o e-mail para que o serviço de saúde mental entrasse em contato, caso tivesse interesse.

O formulário recebeu respostas no período de 1º a 15 de setembro de 2017. Para divulgação, o SAPS contou com o apoio da Assessoria de Comunicação (ACS) - mediante publicações nas redes sociais oficiais da Universidade (Facebook, Twitter e Instagram) - e das Secretarias Acadêmicas (Secads) dos três *Campi*, através do envio de e-mails para todos os estudantes, incluindo aqueles ligados aos Colégios Universitários (CUNIS).

Ao fim do período de recebimento das respostas, procedeu-se com a leitura e organização das informações produzidas. A partir do contingente de dados, foi possível identificar temas reiteradamente abordados pelos estudantes. Os resultados foram então organizados em cinco categorias temáticas, as quais compõem o próximo tópico deste relatório. Para fins de organização, as respostas foram identificadas pela letra E, em referência ao termo “estudante”, e um número que varia de 1 a 214, definido pela ordem de preenchimento do formulário.

Para além da produção deste relatório, algumas respostas foram selecionadas e compuseram o álbum oficial da campanha (Apêndice A) publicado no dia 21 de setembro de 2017 no Facebook e Instagram oficial da UFESB.



3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O formulário recebeu 214 respostas (Anexo D) de estudantes dos três *Campi* e dos Colégios Universitários (CUNIs) da UFSB. A maior participação veio dos estudantes do Campus Sosígenes Costa (CSC) (33,6%), seguido do Campus Jorge Amado (CJA) (31,3%) e Campus Paulo Freire (CPF) (24,8%). Em relação aos cursos, destaca-se a participação dos discentes do Bacharelado Interdisciplinar de Saúde (BI de Saúde) (32,7%), da Área Básica de Ingresso (ABI) (26,6%) e do Bacharelado Interdisciplinar de Humanidades (BI de Humanidades) (14%). Mais informações poderão ser obtidas na tabela abaixo.

Tabela 1. Análise descritiva das variáveis qualitativas do estudo. Itabuna-BA, Brasil, 2017.

| Variáveis | % resposta | N | % |
|----------------------------------|------------|----|-------|
| CAMPUS/CUNI | 100 | | |
| Campus Jorge Amado | | 67 | 31,3% |
| Campus Sosígenes Costa | | 72 | 33,6% |
| Campus Paulo Freire | | 53 | 24,8% |
| CUNI Itabuna | | 6 | 2,8% |
| CUNI Ibicaraí | | 2 | 0,9% |
| CUNI Coaraci | | 2 | 0,9% |
| CUNI Ilhéus | | 4 | 1,8% |
| CUNI Porto Seguro | | 2 | 0,9% |
| CUNI Cabrália | | 3 | 1,4% |
| CUNI Itamaraju | | 3 | 1,4% |
| Cursos | 100 | | |
| Área Básica de Ingresso | | 57 | 26,6% |
| BI de Saúde | | 70 | 32,7% |
| BI de Humanidades | | 30 | 14% |
| BI de Ciências | | 23 | 10,7% |
| BI de Artes | | 12 | 5,6% |
| LI em Artes | | 3 | 1,4% |
| LI em Ciências da Natureza | | 5 | 2,3% |
| LI em Ciências Humanas e Sociais | | 5 | 2,3% |
| LI em Linguagens e Códigos | | 6 | 2,8% |
| LI em Matemática e Computação | | 3 | 1,4% |



A seguir, apresentamos categorias temáticas organizadas que contemplam os temas mais abordados ao longo da campanha. É fato que, em alguns momentos, uma resposta poderia ser incluída em mais de uma dimensão, mas, por questões estratégicas, a mesma foi categorizada – vide discricionariedade dos servidores que avaliaram as respostas – no tema mais representativo.

3.1 DIMENSÃO INSTITUCIONAL

É a dimensão mais referenciada pelos estudantes como fonte causadora de sofrimento emocional. Algumas palavras-chave se repetem em muitos discursos: “insegurança”; “incerteza”; “falta de clareza nas informações”. Seguem alguns exemplos:

“Não resolução de nada. Inconsistência no processo que também é cheio de incertezas e dúvidas.” (E9)

“A falta de certezas e tudo incompleto.” (E13)

“Falta de esclarecimentos concisos nos processos de estudos.” (E32)

“[...] me causa sofrimento saber que somos um experimento.” (E66)

“A insegurança de progressão para o curso desejado [...]”. (E97)

As respostas abarcam a falta de feedback da instituição acerca dos critérios que serão adotados para a progressão para o segundo ciclo. Percebemos que essas angústias têm sido vivenciadas de maneira mais intensa pelas primeiras turmas da UFSB e deverão abrandar com o tempo, após as primeiras progressões e os três ciclos de formação se consolidarem. Para além dos anseios relacionados ao processo de migração, identificamos diversos questionamentos em torno da dinâmica do regime quadrimestral:

“O sistema da UFSB faz com que adoecemos. O quadrimestre, essa disputa de CR.” (E48)

“Preciso estudar em semestres, eu quero aprender de verdade, não quero fingir que cumpro tarefas, estudo em quadrimestre e quero aprender de verdade.” (E52)

“É nítido que temos muita carga de atividades desgastantes em prazos curtos de entrega, o que gera sobrecarga nos alunos, ansiedade e, em alguns momentos, sentimentos de inferioridade por não alcançar o êxito que esperava. Esse desgaste nos deixa física e psicologicamente exaustos e em alguns casos doentes.” (E79)

“A pressão de fim de quadrimestre é o pior. Sempre todo mundo passa tudo quando está perto de acabar. Moro longe, então tem a dificuldade de transporte



e alimentação, às vezes passo a semana sem almoçar, só com algum lanche. ”
(E109).

Os discursos defendem que o regime quadrimestral propicia pouco tempo para o desenvolvimento das atividades dos componentes curriculares que, normalmente, costumam se concentrar nas últimas duas semanas de aula. Isso se transforma em grande fonte geradora de estresse, sobrecarga emocional e de manifestação de outros comportamentos disfuncionais.

Avaliando a esfera qualidade de vida, identificamos nos discursos que a sobrecarga acadêmica implica em necessidades psicobiológicas diversas, relacionadas, por exemplo, à má alimentação, insatisfação com padrão do sono e repouso, dificuldades para a prática de atividades físicas e de lazer e falta de tempo para a família (SILVA; HELENO, 2012). Isso indica a necessidade de ações psicoeducativas e investimentos específicos em obras (quodras de esportes, lanchonetes e restaurantes universitários, etc.) que visem a melhoria destas condições e conseqüente melhoria da qualidade de vida da comunidade discente.

3.2 RELAÇÃO DISCENTE X DISCENTE

Ao longo da leitura das informações produzidas, identificamos diversas respostas que atentam para conflitos nas relações discente x discente como grande fonte de sofrimento. Ao tentarmos quantificar esta dimensão, elencamos, pelo menos, 74 respostas que aludem à conflitos de relacionamentos entre os estudantes. Seguem alguns discursos:

“Competição em tudo, incertezas, desigualdades, revanchismo e hipocrisia, que na prática é o que vem caracterizando a instituição.” (E25)

“[...] discursos de ódio entre colegas. A UFESB está se tornando inabitável.” (E47)

“É cruel, é desumano o que nós vivemos aqui. Os alunos se odeiam, não existe coleguismo, não existem amizades. Eu só penso em meu CR, só quero progredir [...]” (E51)

“A competitividade é tanta (principalmente por parte dos estudantes do BI de saúde), que muitas vezes há conversas desmotivadoras, que levam alguns alunos a pensar em trancar o curso ou quadrimestre.” (E64)

“O ambiente universitário é altamente competitivo e principalmente na UFESB se criou agora uma dualidade entre cotistas e não cotistas, onde se você é ampla concorrência, você já se torna “riquinho mimado” (nas palavras dos alunos da UFESB) que merece estar ali menos que os outros.” (E77)



“Ambição pelo “CR” e falta de sensibilidade por parte de alguns estudantes do BI Saúde (E132)

“As pessoas são agressivas e a concorrência nos faz colocar de lado a saúde mental por uma nota 10” (E145)

Diversas respostas remetem a dissídios entre estudantes cotistas e não cotistas (ampla concorrência). Além disso, o BI de Saúde também é referenciado diversas vezes, o que denota que este é um campo profícuo para conflitos.

Pesquisas já reportaram que níveis de competitividade para a manutenção de bons resultados são comuns no ambiente universitário, especialmente em cursos ligados à saúde, com destaque para a medicina (SILVEIRA et al., 2011).

Contudo, na UFSB essa problemática assume um perfil diferenciado quando se considera o modelo pedagógico da instituição: arquitetura curricular organizada em Ciclos de Formação, com modularidade progressiva. A inovação pedagógica instalada tem acarretado competitividades exacerbadas, uma vez que, para a conquista ou manutenção de coeficientes de rendimentos (CR) elevados, que permitam a progressão para o curso de 2º ciclo almejado, muitos estudantes adotam posturas de rivalidade, preconceitos e exclusão, instalando, assim, uma atmosfera acadêmica de desarmonia e uma cultura de violência psicológica velada.

Constatações como essas são preocupantes, pois ferem o que propõe o Plano Orientador da Instituição, que traz, como um dos vetores que fundamentam a sua missão, a integração social e a construção de uma sociedade mais justa e feliz, através da implantação de medidas eficazes de acolhimento e permanência dos estudantes (UFSB, 2014).

3.3 RELAÇÃO DISCENTE X DOCENTE

Diversas respostas colocaram a relação discente x docente em voga. Os estudantes utilizaram a oportunidade anônima de expressão para denunciar condutas docentes que têm gerado sofrimento mental no alunado. Foram descritas falta de sensibilidade; sadismo; incitações a competitividade; excesso de atividades e cobranças desmesuradas; condutas procrastinatórias; não concordância com a política educacional vigente, dentre outras atitudes. Seguem alguns relatos:



“ ... sadismo de alguns professores que ironizam as dificuldades enfrentadas [...]” (E15).

“Professores que não concordam com a política da Universidade e tentam a todo momento desestimular os discentes a não prosseguirem com seus sonhos”.

“Generalização para com os amplas e a não aceitação deles na universidade por alguns professores. Sou ampla e às vezes não tenho nem dinheiro para comer.” (E19)

“Professora do CSC convidando estudantes a saírem da UFESB em busca de outra universidade. ” (E23)

“Os professores? Para eles somos apenas seres ambiciosos que estão aqui não por um sonho, um desejo, mas para ganhar salários exorbitantes e perpetuar as iniquidades da saúde [...] quero uma instituição onde os docentes possam nos ouvir, nos conhecer antes de julgar. ” (E51)

“Todas as vezes que os professores me fazem sentir pequena, quando dizem que não irei conseguir, quando falam que o BI de Saúde que tanto quero fazer parte é o BI do inferno ” (E70)

“As falas de professores contra nós, os alunos de amplas concorrências, como se não tivéssemos direito a sermos quem somos.” (E148)

Os discursos caracterizam alguns docentes como fontes geradoras de estímulos que podem desencadear comportamentos desagregadores diversos. Percebemos que, assim como constatado na relação entre discentes, a relação discente x docente, nas circunstâncias referidas acima, contrariam propósitos instituídos no Plano Orientador da UFESB.

Isso porque, aspectos do modelo pedagógico da universidade propõem a construção de ambientes universitários em que os docentes deverão acolher a diversidade e os múltiplos olhares propulsores das trocas de experiências e da sociabilidade necessária no processo de ensino-aprendizagem. Nessa perspectiva, o modelo pedagógico da UFESB deve criar condições para a execução de um trabalho consistente, pluralista e diversificado (UFESB, 2014). Posturas de intimidação e preconceito, aparentemente adotadas por alguns, prejudicam o andamento e consolidação deste trabalho.



3.4 DIMENSÃO DE IDIOSSINCRASIAS

De acordo com o Dicionário Aurélio de Português Online (2017), idiossincrasia significa: “temperamento especial de cada indivíduo (relativamente à influência que nele exerce o que lhe é alheio)”.

Considerando esse compêndio de informações, foram identificadas respostas múltiplas que atentam para vulnerabilidades ímpares, constituídas ao longo da formação do sujeito e que se relacionam com o seu modo de ser, pensar e agir. Idiossincrasia é, portanto, uma dimensão plural, em que os mecanismos de resiliência e vulnerabilidades são muito singulares e multiversos, o que torna mais complexo uma análise objetiva sobre os fenômenos desvelados.

De todo modo, elencamos alguns problemas relacionados aos motivos que, muitas vezes, levam o estudante a adoecer física e psicologicamente no período acadêmico:

“Dificuldades de se manter financeiramente na IES.”

“Às vezes ter que se isolar ou ser isolado de todos, por simplesmente não se enquadrar em grupo nenhum.” (E13)

“[...] estamos em outra cidade, outra cultura. Não conseguimos emprego, ficamos dependendo de bolsas [...]” (E29)

“Medo de críticas e não saber lidar com a mudança repentina de tudo.” (E43)

Muitos dos problemas de saúde mental surgem no início da vida universitária e se relacionam, geralmente, a fatores situacionais de estresse e adaptação: deixar a casa dos pais, mudar para uma nova cidade, dividir a casa com pessoas novas, dificuldades em integrar-se em novo grupo social, vivenciar novas rotinas, conciliar trabalho e estudo, etc. Todos estes pontos foram identificados ao longo da leitura dos 214 relatos.

Atentamos, portanto, para a possibilidade de que a vida acadêmica possa funcionar como gatilho que potencializa situações de sofrimento mental e até mesmo precipita o aparecimento de patologias psíquicas e risco para ideação suicida. Em estudo realizado por Megivern (2003) com jovens universitários com doenças psíquicas, 49% reportaram adoecer após a entrada na universidade.

Nessas situações, a intervenção em momentos de crise é essencial. O atendimento psicológico desponta como uma estratégia privilegiada para a detecção e intervenção precoce nas perturbações mentais da população discente. Nesse contexto, destacamos a



importância do trabalho de acolhimento e orientação ofertado pelos profissionais psicólogos lotados em cada *Campi* da UFSB.

3.5 OUTRAS CONSIDERAÇÕES

Setenta discentes (32,7%) deixaram contato pessoal e demandaram que o serviço de saúde mental entrasse em contato. Diante disso, o SAPS elaborou e encaminhou para estes estudantes, um e-mail padronizado em que a equipe de saúde dos três *Campi* da UFSB é apresentada, bem como listas de e-mails e formas de acesso a estes profissionais.



4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Falar sobre saúde mental de uma forma que rompa com um saber constituído na tradição científica, é uma tarefa árdua e complexa. Trazer a temática para discussão em contexto universitário é mais um desafio, no momento em que tabus, preconceitos e significados que permeiam o assunto precisam ser desmistificados em ambiente que, a princípio, não seria adequado para tal.

Contudo, uma comunidade acadêmica que não se preocupa com saúde mental e volta-se exclusivamente para cumprir objetivos numéricos, administrativos, letivos e técnicos, pode vir a sucumbir diante da pressão acumulada, já que os mecanismos de escoamento da estafa diária, das horas trabalhadas/estudadas, dos ruídos das relações sociais estão negligenciados perante a supervalorização de metas objetivas e pragmáticas. Nesse contexto, o suicídio surgiria como um ato radical e uma das formas de findar com os sofrimentos vivenciados.

A Campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria construiu informações que ultrapassaram o objetivo de uma ação pontual de promoção à saúde, pois permitiu a elaboração de um preocupante diagnóstico de sofrimento mental que, de maneira insidiosa e crescente, instala-se na comunidade discente da UFESB. Apesar da existência do SAPS, vinculado à uma Coordenação de Qualidade de Vida, e da oferta de atendimentos com psicólogos nos três *Campi*, o cuidado à essa questão extrapola a capacidade de atuação desses atores, pois exige a sensibilização de todos que compõem o ambiente universitário da UFESB, isto é, estudantes, professores, funcionários e, na medida do possível, familiares. Essa sensibilização deve proporcionar maior aproximação dos sujeitos aos problemas, contextos e dinâmicas biopsicosocioculturais.

Apesar disso, para início das mobilizações sobre o assunto, o SAPS propõe algumas iniciativas que devem seguir para discussão e amadurecimento. Inicialmente, defendemos o fortalecimento da Coordenação/Ações de Qualidade de Vida mediante destinação de recursos financeiros específicos e ampliação das equipes para que, de maneira multiprofissional, planejamentos e propostas de ações sejam conseqüentemente expandidas.

Sabemos que o processo de implementação de uma instituição é demorado e demanda paciência por parte da comunidade, e reconhece-se o grande esforço da gestão no sentido de garantir ações estratégicas no que diz respeito ao atendimento das



prioridades e necessidades nesse processo.

No entanto, não podemos deixar de pontuar que, até aqui, a qualidade de vida (promoção à saúde, cultura, lazer e esportes) vem sendo reduzida a ações pontuais na UFSB, justamente num momento em que o cenário social e econômico no Brasil e no mundo pedem o movimento contrário.

Nesse sentido, é de ciência geral que todos os indivíduos precisam exercitar positivamente suas sensibilidades e subjetividades para o melhor desenvolvimento de sua saúde física e mental. Uma sociedade que subestima a expressão cultural e práticas de lazer/esportes de seu povo é uma sociedade fadada ao adoecimento e a crises sociais como a violência e a intolerância. Do mesmo modo se dá no microuniverso universitário e, por isso, para além do suprimento de recursos financeiros e humanos, defendemos a criação de políticas de promoção à saúde, cultura e ao esporte na UFSB.

Por fim, pontuamos que projetos de pesquisa e extensão que envolvam saúde mental, qualidade de vida e afins no contexto da universidade caracterizam-se como importantes estratégias de intervenção. Incentivamos, portanto, que propostas desse tipo sejam consideradas e desenvolvidas pela comunidade docente.

Finalizamos com o sentimento de que há muito o que fazer, contudo, esperançosos de que as informações construídas e apresentadas neste relatório, aliadas às vivências do dia a dia estimulem ressignificações e novas práticas de apoio, acolhimento e cuidado interpessoal dentro da nossa comunidade. Demos o primeiro passo, agora precisamos unir esforços.



REFERÊNCIAS

ABP - Associação Brasileira de Psiquiatria. Campanha Setembro Amarelo. 2017. Disponível em: <http://www.abp.org.br/portal/setembro-amarelo/> Acesso em 14 out 2017

AURÉLIO. **Dicionário do Aurélio de Português Online**, 2017. Disponível em: <https://dicionariodoaurelio.com/idiossincrasia>. Acesso em: 17 nov. 2017

CVV - Centro de Valorização da Vida. Falando abertamente sobre o suicídio.2015. Disponível em: <http://www.cvv.org.br> . Acesso em: 05 out. 2017

DUTRA, E. Suicídio de universitários: o vazio existencial de jovens na contemporaneidade. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 12, n. 3, p. 924-937, 2012 .

FERREIRA JÚNIOR, A. **Discursos nos comentários sobre notícias de suicídio na internet a partir de três estudos de casos**. [Tese] Salvador (BA): Universidade Federal da Bahia, 2016.

MEGIVERN, D.; PELLERITO, C.; MOWBRAY, C. Barriers to higher education for individuals with psychiatric disabilities. **Psychiatric Rehabilitation Journal**, v. 26, p. 217–232, 2003.

NEPS- Núcleo de Estudo e Prevenção do Suicídio. Cartilha: Suicídio – Enigma e Estigma Social: Falando Abertamente sobre o Assunto. 2016. Disponível em: <https://www.jornalgrandebahia.com.br/wp-content/uploads/2017/04/Cartilha-%E2%80%93-Suic%C3%ADio-enigma-e-estigma-social.pdf> Acesso em 17 nov 2017.

SILVA, E.C.; HELENO, M.G.V. Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 4, n. 1, jan. - jun. 2012, pp. 69-76, 2012.

SILVEIRA, C.; NORTON, A.; BRANDÃO, I.; ROMA-TORRES, A. Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior - Experiência da Consulta de Psiquiatria do Centro Hospitalar São João. **Acta Med Port**, v. 24,s.2, p. 247-256, 2011.

UFSB – Universidade Federal do Sul da Bahia. **Plano orientador**. 2014. Disponível em: <http://ufsb.edu.br/wp-content/uploads/2015/05/Plano-Orientador-UFSB-Final1.pdf> Acesso em 10 nov. 2017.



ANEXO A - Posts em redes sociais

Aviãozinho Interdisciplinar Multi-Campi
24 de maio · 🌐

675

Estou gritando, estou berrando, estou clamando a ajuda de vcs! Essa é segunda vez que cogito suicídio. Tudo por causa da UFSB especialmente dos meus colegas do BIS. Campus Paulo Freire é um campo de guerra!

👍 Curtir 💬 Comentar ➦ Compartilhar

Aviãozinho Interdisciplinar Multi-Campi
26 de maio · 🌐

694

As pessoas do BI saúde querem se suicidar porque são ignoradas pelos colegas, falam de amor e atenção aos outros, mas não fazem nada. se eu me matar a culpa é de vocês seus egoístas. Principalmente JP aquele monstro desumano sem coração que nunca entende a gente. © BI Saúde é uma fábrica de monstros.

👍 Curtir 💬 Comentar ➦ Compartilhar

Aviãozinho Interdisciplinar Multi-Campi
26 de maio · 🌐

695

Sobre suicídio: Não é só quem é estudante do BIS, olhem também para os outros cursos. Há mais gente doente do que vocês imaginam. Eu já tentei, mas isso é natural agora. Decisão já foi tomada e não tenho intenção de desistir. Mas ao outros, falem, talvez tenha mais sorte que eu.

👍 Curtir 💬 Comentar ➦ Compartilhar

Aviãozinho Interdisciplinar Multi-Campi
26 de junho · 🌐

813

Precisamos falar de suicídio na UFSB.
Vão esperar que alguém morra para que se faça alguma coisa?

👍 Curtir 💬 Comentar ➦ Compartilhar



ANEXO B – Blog produzido por discente da UFSB

O que ninguém parou para ouvir

POR BÁRBARA WAHRHEIT

BLOG

SOBRE

CONTATO

SIGA



POSTS RECENTES:

Cortina de fumaça.
19.09.2017

O avião em queda livre
15.09.2017

Desabafo
01.09.2017

Morte
06.08.2017

Hipocrisia
04.08.2017

A incerteza do amanhã
02.08.2017

Sobre as chances da vida
31.07.2017

Sobre as porcentagens
30.07.2017

Porque representatividade
importa sim!
30.07.2017

Falsa Inclusão
30.07.2017

PROCURE POR TAGS:

72% Chance

Diversidade Empatia

Inclusão Privilégio

Professor UFSB

Universidade Federal do
Sul da Bahia

MORTE

06.08.2017



O que leva alguém a cogitar a morte?

Eu sempre me perguntei isso antes de iniciar a universidade. Até que eu descobri que as vezes a morte é um **descanso**. E as vezes, ela é a única e última coisa que te resta. Ou é a melhor opção das coisas que te restam. *A morte não te julga, não te rejeita, nem te critica. Ela simplesmente te leva.*

Muitos poderiam falar: Ah, mas isso não é forma de resolver nenhum problema.

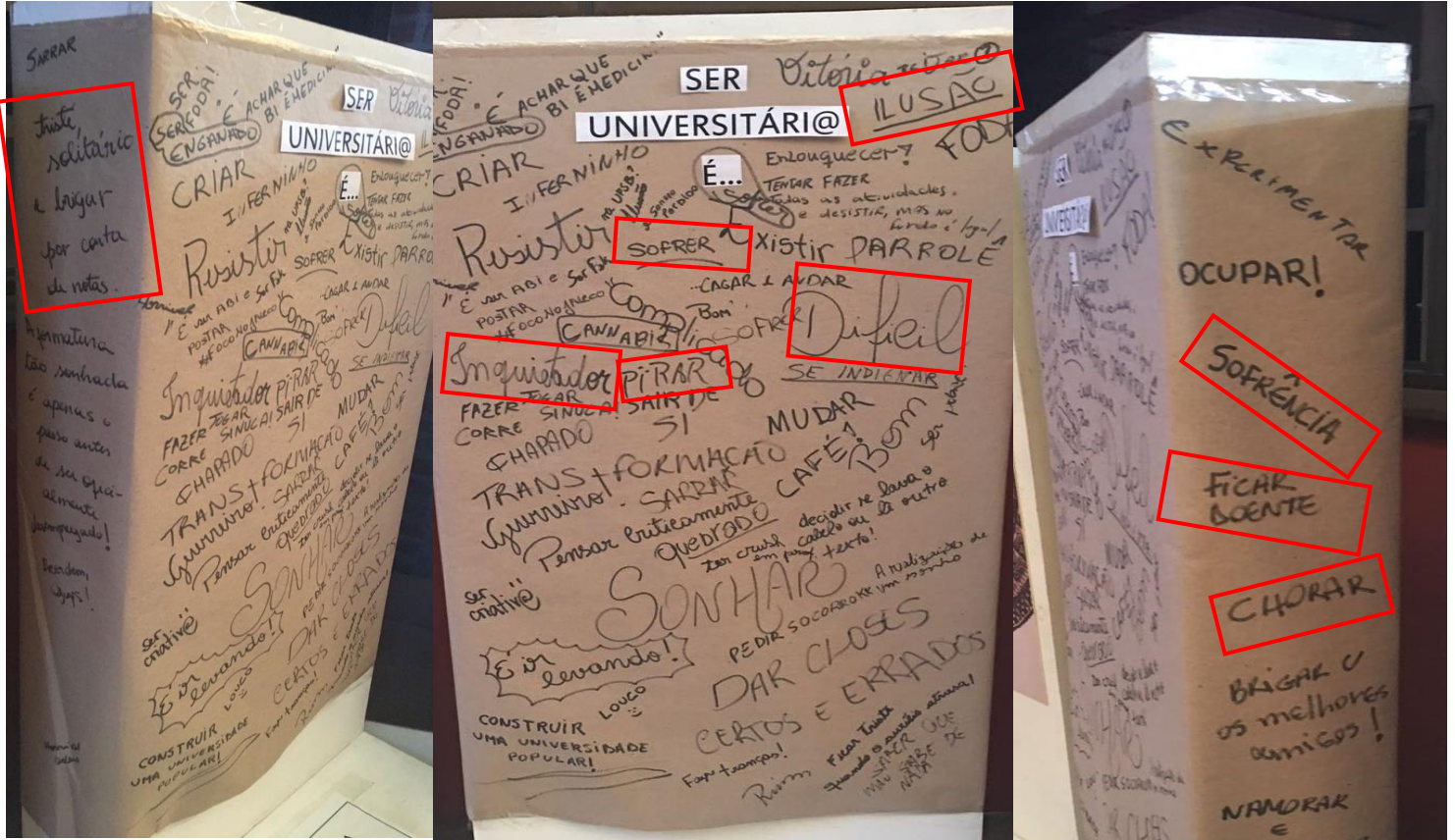
Será que não? Será que a melhor forma é ficar e encarar o vazio que ficou no espaço onde antes repousava um sonho? Ou olhar os olhos de decepção de todos que esperavam tanto de você?

Eu não sei você, mas eu mal me olho no espelho. A vergonha me consumiu. Eu consigo enxergar a doença pelos meus ossos que começaram a aparecer sob a pele. Já não tenho fome, nem sede, nem vontade de sair. Então me diga, é isso que eu tenho que continuar encarando? A dor escancarada de ver cada célula sua desistindo da luta e da vida?

Parabéns Universidade Federal do Sul da Bahia, você conseguiu provar seu ponto. Conseguiu mexer comigo, me desiludiu de cada sonho que eu passei a vida cultivando, e destruí minha autoimagem de pessoa capaz, determinada e inteligente, que podia fazer o sonho acontecer com esforço e dedicação. Eu sinceramente não sei mais como prosseguir, como viver, como olhar no espelho e no rosto das pessoas. Hoje eu só consigo imaginar como a morte é suave em comparação a todas as problemáticas que estão aqui. Vai ser apenas um descanso de toda existência de decepção e fracasso.



ANEXO C – Mural da expressão/ Ser universitari@ é...





ANEXO D – Respostas completas*

*os textos não sofreram alterações nem passaram por correções ortográficas

QUESTÃO 1 - Conte-nos em uma linha: o que te causa sofrimento emocional no ambiente universitário?

- 1 Alcançar o tão sonhado CR perfeito
- 2 A competição excessiva que tem levado o corpo discente a frustração. Ressalvo ainda, trazendo um exemplo de algo que ocorreu comigo no segundo quadrimestre, onde uma discente fraudou um trabalho em grupo, onde a mesma havia montado os membros e prejudicou todo o grupo - inclusive minha progressão e migração neste ano -, e levou todo crédito do trabalho pra si. As pessoas, em sua grande maioria, não têm sido empáticos e não estão aferindo a dor que pode causar no outro por seu egoísmo e competitividade exacerbada.
- 3 Os conflitos existentes dentro da instituição, em que as rixas entre BI's e LI's são sempre impedimento para uma discussão mais ampla; A falta de respeito e sensibilidade de docentes perante os sofrimentos dos alunos; A indecisão latente a cada dia, mesmo diante de grande esforço e dedicação; A irrelevância dos alunos ampla concorrência, em que somos sempre considerados privilegiados e praticamente não temos direito de voz. Aconselho pessoas que são ampla concorrência a não entrarem na universidade.
- 4 Me achar incapaz
- 5 Não concordar com tudo que a universidade propõe em seus discursos e ter que me calar para não ser rejeitado.
- 6 Não concordar com tudo que a universidade propõe em seus discursos e ter que me calar para não ser rejeitado.
- 7 A mim, nada.
- 8 A sensação de que eu não mereço estar ali, por fala de colegas e professores, pelo fato de não ser de um grupo "mais vulnerável" sociedade. E pela pressão em ter que me dedicar mais que todo mundo para provar que eu mereço esse lugar. Eu sou de ampla concorrência, mas já deixei de comprar água e comida para poder ter dinheiro pro transporte e ir pra aula.
- 9 Não resolução de nada. Inconsistência no processo que também é cheio de incertezas e dúvidas.
- 10 A universidade brinca com nossos sonhos
- 11 Estresse e Desânimo
- 12 Brigas desnecessárias, disseminação de ódio.
- 13 A falta de certezas e tudo incompleto.
- 14 A pressão e falta de empatia por parte das pessoas.
- 15 O excesso de atividades, o sadismo de alguns professores que ironizam as dificuldades enfrentadas, a concorrência, a falta de oportunidades, o fato de estar faltando comida na mesa e ninguém se importar com isso, homofobia, racismo e machismo velados, e também explícitos que geralmente ficam impunes, a precarização da assistência estudantil, a falta de honestidade das pessoas... esses são alguns dos cânceres da UFESB
- 16 A incerteza de não saber se conseguirei vaga em Medicina.
- 17 A insegurança de progressão para o curso desejado, a concorrência e como meus colegas se tratam.
- 18 A duração do quadrimestre e a quantidade de trabalhos e atividades, necessidade de publicação e absorção de conteúdos em pouco tempo.
- 19 A generalização para com os amplas e a não aceitação deles na universidade por alguns professores. Sou ampla e as vezes não tenho nem dinheiro para comer
- 20 Não saber de vou formar no que tanto sonho.
- 21 Quando não consigo realizar um trabalho por dificuldade no assunto.



- 22 *Indecisão. Você entra na universidade, sou da turma de 2015.2 sem nada definido e quando chega quase no final do curso, do primeiro ciclo, coisas começam a se definir que antes não tinham sido nem sequer mencionadas. Quem eu vou ser depois daqui?*
- 23 *Competição, preocupação com CR, brigas entre colegas de cursos diferentes, desrespeito a ideia diferentes, professora do CSC convidando estudantes a saírem da Ufsb em busca de outra universidade.*
- 24 *Falta de perspectiva profissional/artística.*
- 25 *Competição em tudo, incertezas, desigualdades, revanchismo e hipocrisia, que na prática é o que vem caracterizando a instituição.*
- 26 *CR*
- 27 *Incertezas da progressão para 2º Ciclo*
- 28 *A competição entre os estudantes por cr alto*
- 29 *As incertezas sobre o curso; falta de dinheiro para sobreviver; me sinto abandonando no estágio; me sinto perdido no curso.*
- 30 *Pressão da progressão*
- 31 *CR*
- 32 *A falta de esclarecimentos concisos nos processos de estudos.*
- 33 *Incerteza de curso do 2 ciclo*
- 34 *Não tirar 10 nos cc's*
- 35 *Essa busca incessante da perfeição e competição do CR.*
- 36 *Discurso de ódio. Preconceito. Meritocracia.*
- 37 *A opressão das pessoas na competição por notas, isso leva a uma discriminação entre classe social, cor e gênero*
- 38 *Por favor, o que a universidade está fazendo com os estudantes da ampla concorrência está tirando a minha saúde, a minha motivação e os sonhos de muitos colegas meus que estão sofrendo com uma gestão que não dialoga e está ignorando nossas vidas e nossos sonhos. Também somos seres humanos e temos o direito de estudar. Por favor, por favor, talvez só vocês possam nos ajudar neste momento na universidade.*
- 39 *Pressão e indecisão que a ufsb proporciona ao seus estudantes*
- 40 *Medo de não obter notas altas*
- 41 *Não saber se irei conseguir alcançar o segundo ciclo*
- 42 *Muitos trabalhos*
- 43 *Intolerância religiosa*
- 44 *A incerteza de cursar um BI. o que é BI saúde? o que pode fazer um bacharel em saúde?*
- 45 *Ameças dxs colegas, ambiente hostil e o ódio que é destilado, a falta de resolução e injustiças cometidas pela própria universidade além do pouco tempo para fazer tudo.*
- 46 *A competição que existe.*
- 47 *A instabilidade e incertezas da Universidade; discurso de ódio entre colega; a UFSB está se tornando inabitável.*
- 48 *A falta de planejamento da faculdade que afeta todos.*
- 49 *Pressão dos professores*
- 50 *Não superar meus anseios e expectativas referente a notas e trabalhos na UFSB*
- 51 *As incertezas do percurso acadêmico, todos (ou quase todos) do meu curso vem para esta instituição em busca de um único curso, a MEDICINA. Só que muitos se esquecem que estamos no BI, e este já um curso. A pressão psicológica pelo 2º ciclo por partes dos estudantes é horrível, é desumano. Você é coagido a todo momento a pegar os professores que dão nota fácil, que não se preocupam com a qualidade do ensino e aprendizagem dos alunos. Não tenho a liberdade de escolher o professor que eu desejo, que vai preencher minhas expectativas, pois ele não vai me dar o 10 que necessito para progredir. Se eu não o escolher corro o risco de não ir para o 2º ciclo. E quando lembro desta possibilidade me desespero. E*



meu tempo investido? E o dinheiro? Minha família? Meus amigos? Minhas expectativas? Serei eu, um fracasso? São perguntas sem respostas, são as incertezas, as angústias, as tristezas que caminham comigo nesta instituição. E a reitoria? Não está nem aí para nós. Os professores? Para eles somos apenas seres ambiciosos que estão aqui não por um sonho, um desejo, mas para ganhar salários exorbitantes e perpetuar as iniquidades da saúde. O que eu quero? Não sei mais, talvez voltar no tempo e apagar esta parte da minha história que me fez vir para esta instituição. Seria, talvez, muito mais satisfatório estar em um pré-vestibular e conviver com as incertezas de lá, pois o nosso sonho não estava tão perto de ser realizado como aqui, mas ao mesmo tempo quão distante ele pode se transformar. É cruel, é desumano o que nós vivemos aqui. Os alunos se odeiam, não existe coleguismos, não existem amizades. Eu só penso em meu CR, só quero progredir. E sua vida? Qual vida? O que importa? Eu quero uma universidade onde eu posso viver o primeiro ciclo, e que o segundo seja apenas uma consequência de um primeiro bem feito, bem aproveitado. Quero uma instituição onde os docentes possam nos ouvir, nos conhecer antes de jogar.

Suicídio

- 52 *Ver pessoas que fingem se importar com o próximo; falta de empatia*
- 53 *A forma injusta que a UFSB trata os AC, nos submetendo a competição para garantir uma vaga de segundo ciclo, nos tratando com raiva por sermos brancos e termos tido país que se sacrificaram para nos manter em escola particular. Sofremos racismo e agressões verbais o tempo todo. Esse modelo só serve para o reitor melhorar sua imagem no meio educacional brasileiro.*
- 54 *Desarmonia entre os estudantes.*
- 55 *Instabilidade quanto ao segundo ciclo*
- 56 *Muitos textos e muito trabalho.*
- 57 *As incertezas e injustiças promovida por representantes da Universidade.*
- 58 *Brigas desnecessárias, conflitos e guerra de egos.*
- 59 *Disputa e desonestidade intelectual, manutenção de privilégios por parte docente.*
- 60 *Difícil acesso e falta de segurança onde o cuni se encontra localizado.*
- 61 *Pressão de tempo e datas*
- 62 *A todo esse processo de incerteza e disputa pelas sa vagas de medicina no segundo ciclo*
- 63 *A incerteza sobre o segundo ciclo*
- 64 *A competitividade é tanta (principalmente por parte dos estudantes do BI de saúde), que muitas vezes há conversas desmotivadoras, que levam alguns alunos a pensar em trancar o curso ou quadrimestre.*
- 65 *preconceito*
- 66 *Muitos trabalhos sendo passados no mesmo tempo, como exemplo os trabalhos finais no fim do quadrimestre. Muita pressão. Também me causa sofrimento saber que somos um experimento. Algumas brigas dentro da universidade.*
- 67 *O conflito político entre os docentes.*
- 68 *Alguns (maus) professores enrolando.*
- 69 *São muitas atividades propostas, todas muito interessantes, contudo os prazos, às vezes à minha falta de planejamento do tempo atrapalha e terá uma ansiedade de não acompanhar, o emocional mental e físico acometem. Resultado, o excesso de atividades acadêmicas gera ansiedade ao invés de aprendizado.*
- 70 *Todas as vezes que os professores me fazem sentir pequena, quando dizem que não irei conseguir quando falam que o bi de saúde que tanto quero fazer parte é o bi do inferno quando digo que quero ser medica e eles me dão nota baixa por isso por todas as vezes que eu tento ser um ser humano melhor e simplesmente não posso por sentir medo por ser retalhada, por não ter meus direitos respeitados por ouvir piadas machistas por dizer que mulheres não são tudo aquilo ao ver que você falou exatamente a mesma coisa que seu colega mais não recebe o mesmo credito por que você é mulher, tenho medo de tentar abrir a minha boca por que meu direito de falar não é respeitado tenho medo das mudanças que ocorrem, tenho medo de um futuro incerto, tenho medo de dar meu máximo e não conseguir virar uma medica para ajudar a população pobre que assim como eu sofre todos os dias, tenho medo de estar presente nesta universidade sabendo que posso fazer muito mais por mim pelos meus colegas e pela instituição mais simplesmente não*



- posso pq certos professores não deixam pq simplesmente calam minha voz e mandam seguir o roteiro porque se eu não seguir o roteiro o meu cr cai e eu não consigo virar a medica que tanto sonhei.*
- 71 *Reprovação*
 - 72 *A falta de liberdade de expressão, pois todos que são contra algo é discriminado, especialmente os que ditam que são perseguidos, na verdades são perseguidores, sempre com uma falo discurso de liberdade, mas por trás interesse pessoal e politico.*
 - 73 *Nao conseguir entrgar tudo oor falta de equipamentos*
 - 74 *Sobrecarga de atividades*
 - 75 *A falta de união dos colegas*
 - 76 *Falta de dinheiro*
 - 77 *Professores que passam uma quantidade absurda de atividades sem considerar que temos vida fora da Universidade*
 - 78 *A intensa disputa entre os estudantes, a busca por manter e/ou aumentar o CR, a incerteza com relação ao segundo ciclo, o excesso de atividades acadêmicas*
 - 79 *Eu particularmente tenho preferido me tranquilizar quanto a qualquer atividade que me traga ansiedade, pois tenho colocado minhas certezas apenas na minha fé em Deus, visto que tudo aqui é passageiro e estou cumprindo um propósito de vida guiado por Deus. Entretanto, vejo constantemente a aflição dos colegas a cerca das incertezas da progressão ao 2º ciclo da UFSB.*
 - 80 *peessoas*
 - 81 *as dificuldades de se manter financeiramente na IES*
 - 82 *não ter nootbook, não tenho internet em casa para fazer os trabalhos não tenho como imprimir material para realizar as atividades, chegar atrasada porque nao consigo chegar no horario porque trabalho e pego 2 onibus para chegar no cuni,a professora sempre questiona mas eu não consigo chegar porque o meu trabalho não me libera mais cedo*
 - 83 *atividades atrasadas, e sai cedo pra pegar carona pra casa*
 - 84 *a não disponibilidade de recursos para o vale transporte intermunicipal.*
 - 85 *A grande concorrência e competição dos alunos, e o desejo que ser melhor que o próximo.*
 - 86 *A provas é ainda mesmo quando a distancia que muito longe daqui aonde eu ficou .*
 - 87 *Pressão por manter notas altas para conseguir ingressar no curso desejado no 3º ciclo*
 - 88 *reprovar*
 - 89 *Indiferença por parte dos profissionais da universidade*
 - 90 *FALTA DE COMPANHEIRISMO.*
 - 91 *Falta de perspectivas para progressão, ocasionada por processos não definidos.*
 - 92 *Prazos e frustração quando não compreendo a matéria*
 - 93 *Falta de compromisso nos trabalhos em equipe, prazo e apresentações orais.*
 - 94 *A pressão exercida pelos professores em cima dos alunos, com exageros de atividades e trabalhos...*
 - 95 *rotina*
 - 96 *A incerteza sobre o segundo ciclo e a necessidade de competição entre os estudantes.*
 - 97 *A insegurança a cerca do ingresso no curso do meu interesse no segundo ciclo.*
 - 98 *Professores que não concordam com a politica da universidade e tentam a todo mommento desestimular os dicentes a não prosseguirem com seus sonho. Poid acreditam que o modelo da universidade não dará certo.*
 - 99 *A incerteza da UFSB que não respeita o estudante.*
 - 100 *Notas baixas*
 - 101 *A incerteza da progressão pro 2º ciclo*
 - 102 *CR*



- 103 *Nada mim causa sofrimento no ambiente*
- 104 *Tratamento inadequado de alguns técnicos/servidores.*
- 105 *A incerteza de minha permanência na UFESB por razões financeira*
- 106 *A incerteza de minha permanência na UFESB por razões financeiras*
- 107 *Excesso de atividades e competitividade*
- 108 *Debate ou trabalho em sala*
- 109 *A pressão de fim de quadrimestre é o pior. Sempre todo mundo passa tudo quando está perto de acabar. Moro longe então tem a dificuldade do transporte e alimentação, as vezes passo a semana sem almoçar, só com algum lanche.*
- 110 *A incerteza do curso dos sonhos no segundo ciclo.*
- 111 *A convivência com alunxs e professorxs em um ambiente hostil, de concorrência e avaliação cruel.*
- 112 *concorrência pressão para ter um CR alto pois não tem vagas suficientes para a entrada de todos no segundo ciclo*
- 113 *A sobrecarga de trabalhos*
- 114 *O que mais me fere no espaço acadêmico é o racismo, o machismo e a classe que pertença, a classe baixa. Infelizmente a universidade ainda é extremamente racista! E isso pode ser comprovado com os ataques que estudantes estão sofrendo com a aprovação de 75% de cotas para o segundo ciclo. xs professorxs são brancxs na sua grande maioria portanto, racistas! E classistas! Não sabem lidar com aluno pobre, é isso interfere significativamente no desempenho das estudantes, conseqüentemente do bem estar. A UFESB adoce os estudantes como qualquer outra universidade. Ao ingressar na UFESB tive que tentar esquecer minhas origens, minha realidade, o que aprendi até hoje, ou seja, tive que me esquecer, e ao tentar me esquecer fui me perdendo. Estou perdida! E sigo na tentativa frustrada de tentar me encontrar dentro desta instituição.*
- 115 *A incerteza de que estudando na UFESB você vai conseguir realizar seu sonho ou que daqui há dois anos eles vão te falar que o curso não existe e você vai precisar começar do zero.*
- 116 *apresentação de trabalhos*
- 117 *A pressão dos prazos de alguns professores, pra postagem de trabalhos.*
- 118 *a disputa diária por uma vaga*
- 119 *Autocobrança*
- 120 *excesso de textos em pouco prazo*
- 121 *Indiferenças*
- 122 *Progressão*
- 123 *Sobrecarga de trabalhos e leituras*
- 124 *Insegurança no curso, indiferença do corpo docente, excesso de atividades em curtos períodos de tempo, constantes mudanças sobre formas de avaliação e progressão!*
- 125 *incertezas em relação ao segundo ciclo, falta de ações concretas por parte da universidade...*
- 126 *competição, tempo, progressão*
- 127 *muita coisa pra tão pouco tempo*
- 128 *Segundo ciclo*
- 129 *Curto tempo do quadrimestre, excesso de atividades no final do quadrimestre, convívio com alguns colegas, desgaste por morar em outra cidade e ter que me deslocar*
- 130 *A concorrência a que estão submetidos, e estimulados por alguns professores, os estudantes de Ciências e Saúde. A possibilidade que alguns setores dentro da universidade pretendam acabar com a interdisciplinariedade e os Cunis.*
- 131 *A pressão dos trabalhos acadêmicos*
- 132 *Ambição pelo "CR" e falta de sensibilidade por parte de alguns estudantes do Bi Saúde*



- 133 Pressão psicológica entre os estudantes para manter o CR
- 134 disputa por notas para alcançar medicina
- 135 A altíssima e excludente porcentagem das cotas.
- 136 A concorrência pelo curso de medicina, as ansiedades devido as incertezas, etc
- 137 Cotas
- 138 não me vejo nesta situação
- 139 O excesso de atividades exigidas nos vários componentes. Isso agrava no final de cada quadrimestre, quando os professores pedem essas tarefas em uma mesma semana, senão em um mesmo dia
- 140 A forma que esta consolidando o processo de passagem para o segundo ciclo
- 141 Incertezas relacionadas ao curso e ao andamento da universidade.
- 142 Já causou sofrimento emocional uma injustiça de lançamento de nota por parte de uma professora que não gostava de mim. Outros estudantes que nem iam para aula, não apresentaram trabalho, ficaram com nota maior que a minha. Resumindo, a incompetência por parte de alguns professores me causam este tipo de sofrimento. No período me senti a té inferior, incapaz, depois reverti a situação.
- 143 A incerteza quanto à progressão e as relações de competição com os colegas.
- 144 Desorganização da gestão!
- 145 Muita coisa pra fazer em pouco tempo; sensação de concorrência; as pessoas nao sabem ouvir opiniões diferentes com respeito.
- 146 falta de clareza nas informações, concorrência entre colegas, ao invés de coleguismo, ter que sacrificar conhecimento adquirido em prol de um nota melhor
- 147 A competição e a constante falta de respeito e consideração entre os discentes.
- 148 A hostilização que estamos sendo obrigados a suportar. A pressão da ideia do segundo ciclo assim como a falta de justiça na instituição. As falas de professores contra nós os alunos de ampla concorrência, como se não tivéssemos direito a sermos quem somos. Isso tudo gera um imenso estresse e sofrimento com a sensação de perda de tempo, de humilhação e de subjeção de nossos direitos. Registro aqui que sou trabalhadora, não tenho condições de pagar uma universidade particular. Fiz e faço grandes esforços para estar na universidade, deixei e deixo meia filhos em. Cada sendo que o menor desde os 2 meses de vida. E ainda temos que ouvir discursos de ódio e opressão. Nunca fui opressora, vim de uma família que comprava ferro velho para viver. Minha mãe é professora e viúva e nunca me considerei como opressora.
- 149 Saudade de casa
- 150 Excesso de trabalhos com curto prazo.
- 151 Falta de empatia de professores e alunos, falta de coerência entre teoria e prática
- 152 Nada me causa sofrimento
- 153 Incertezas.
- 154 tenho ansiedade ao extremo, sidrome do panico, pressão e acumulo de atividades, trabalhar e estudar, problemas de auto estima.
- 155 Pressão psicológica
- 156 a competitividade instaurada entre os alunos; professores que não avaliam de forma justa, mas dão nota aleatoriamente; um sistema pbl que não é pbl, sem aulas de verdade e sem monitoria.
- 157 disputa de ideologias
- 158 Provas de quimica
- 159 Nada
- 160 Nada
- 161 Quadrimestre com tempo de bimestre e cobrança de semestre
- 162 Pressão e competitividade
- 163 Dúvidas, pressão psicológica, angústia, tristeza



- 164 Pressão familiar
- 165 O caso da progressão para medicina
- 166 Textos muito extensos sendo que trabalhamos e estudamos.
- 167 Muito tempo com trabalhos e falta tempo pra família
- 168 Competitividade, preconceito, assistência estudantil ineficiente.
- 169 A competição excessiva entre os alunos, a luta por um score perfeito, e a inconsistência de um segundo ciclo que não será oferecido para todos, já que vemos um certo privilégio de um campus para o outro.
- 170 Muita liberalidade aos estudantes
- 171 Pressão psicológica
- 172 O excesso de atividades complexas com o tempo curto para desenvolvê-las
- 173 Pressão de ter que entregar várias atividades no final do quadrimestre. A falta de empatia dos estudantes uns com os outros.
- 174 Os prazos para entrega e realização das avaliações e o fluxo com que elas ocorrem uma próxima a outra.
- 175 Falta de perspectivas futuras e falta de retorno das atividades (pior que tirar uma nota ruim é não saber onde vc errou).
- 176 várias coisas. Incluindo excesso de atividades em um só componente.
- 177 Prazos apertados do quadrimestre
- 178 A pressão por alcançar altos CRs para conquistar a vaga para o segundo ciclo.
- 179 Pressão causada pelos trabalhos que deixam sensação de incapacidade, e me trava. Não consigo fazer nada mais.
- 180 Pressão, trabalhos acumulados, falta de tempo.
- 181 Competição, racismo, um se achar melhor que o outro, acusações, professores que menosprezam alunos, professores que acham que o aluno não tem capacidade, ter que provar que eu tenho capacidade.
- 182 as principais causas, são pela dificuldade de não conseguir, ser aprovado pela apenas um décimo ou 1/5 alguns professores são rígidos e eu me esforço bastante para as elaborações, das atividades e no final ser reprovado sendo que saio da Aldeia 3:00 da tarde para se deslocar a universidade além de tudo tem muitos estudantes que trabalha e nós alguns fica até 4:00 da manhã estudando isso mexe muito com o psicológico da gente
- 183 Incerteza de futuro, pressão por notas altas, poder ter perdido três anos da vida e não conseguir meu objetivo.
- 184 as confusões e falta de certezas que me causam pavor, as vezes tenho vontade de deixar tudo na tentativa que tudo acabe.
- 185 Apenas alguns colegas
- 186 Instabilidade dos critérios de progressão, mudanças de última hora (ex: cotas eram 55% no ingresso e agora serão 75%), concorrência excessiva, não cumprimento de prazos (ex: revisão de nota de 2017.1 ainda sem retorno) etc.
- 187 Até então nada.
- 188 ser pressionado por sobrecarregamento de atividades.
- 189 A METODOLOGIA DE QUADRIMESTRE
- 190 Falta de tempo para estudar
- 191 A incerteza de garantia no curso desejado!
- 192 Dificuldades de conciliar a vida pessoal, com seus devidos conflitos, com demandas universitárias e a vida em uma cidade nova sem ajuda familiar constante.
- 193 a falta de uma boa base de estudos que não adquiri na escola pública, faz muita falta na continuidade dos estudos.
- 194 Quando não consigo entregar os trabalhos.



- 195 Cobranças para leitura de vários textos extensos em pouco tempo e trabalhos passados por todos os professores com prazo de entrega muito próximo.
- 196 Pressão psicológica.
- 197 Ansiedade gerada pela competição e cobrança em relação ao meu próprio desempenho
- 198 As incertezas e infrequências da universidade em suas decisões, atitudes e posições
- 199 A insegurança para a progressão em Medicina no segundo ciclo, principalmente relacionado à descrença com os discentes de ampla concorrência.
- 200 NADA
- 201 Translado
- 202 muitos trabalhos com curto prazo de entrega e a falta de orientação
- 203 A incerteza da vaga no curso desejado/ o clima de tensão entre os estudantes
- 204 A competição.
- 205 Clima intenso de competitividade para o processo de progressão.
- 206 Incerteza com relação a migração para o segundo ciclo.
- 207 O final de cada quadrimestre, os trabalhos finais e o curto período para a leitura de inúmeros textos.
- 208 Hora alguma! Pois é um ambiente de conhecimento e conhecimento só proporciona felicidade!
- 209 A possibilidade de não dar conta de fazer todas as atividades de todos os componentes curriculares ao final de cada quadrimestre.
- 210 Volumes de trabalhos em excesso em curto prazo, acúmulo de atividades no final do quadrimestre.
- 211 A concorrência o tempo todo, o sentimento de nunca ser suficiente e de que os professores não gostam de mim por eu não ser tão comunicativa quanto os meus colegas.
- 212 Ter perdido a confiança em mim mesmo, se sentir um fracassado, a UFSB sugar os seus sonhos e me transformou em uma pessoa incapaz de realizar os meus objetivos. Ela gera incertezas, dúvidas.. e em resposta a tudo isso o nosso querido reitor disse: "Não sou responsável pelo sonho de ninguém".
- 213 Me sinto com menos conhecimento geral que os demais alunos
- 214 Invisibilidade e a ausência de empatia.

QUESTÃO 2 - Conte-nos em uma linha: por que muitas vezes adoecemos (física e psicologicamente) quando estamos na universidade?

1. Pressão intelectual
2. Os pré-julgamentos e as fraudes, principalmente, por haver pessoas que ainda defendem pensamentos conservadoristas e compartilham discursos de ódio velados.
3. Cobrança social, pessoal, institucional, pela perfeição.
4. estresse com os colegas
5. A universidade exige dedicação total a ela. Isso dificulta outros relacionamentos.
6. A universidade exige dedicação total a ela. Isso dificulta outros relacionamentos.
7. Pressão externa e decepção com notas.
8. Por causa da maldade e insensibilidade das pessoas que nos cercam
9. Medo de falhar.
10. Nessa universidade segregacionista é crime ser branco, hetero é ter um pouco de dinheiro
11. Falta de respeito pelos docentes e sobrecarga de aulas de disciplinas que não fazem parte do conhecimento específico ou formação do docente
12. Por conta de brigas infantis e guerra de egos.
13. As vezes por ter que se isolar ou ser isolado de todos, por simplesmente não se enquadrar em grupo nenhum.



14. *Por causa da falta de empatia geral.*
15. *Pois a universidade é uma instituição antidemocrática e inequânime*
16. *Incertezas, falta de respostas, incompetência da gestão e vários outros...*
17. *o caso da UFESB acredito que seja o método do curso que promove a concorrência e você não tem com quem contar.*
18. *Cobranças excessivas, falta de perspectivas futuras, acúmulo de atividades, falta de tempo para descanso e lazer.*
19. *Pela presença, concorrência. O modelo da UFESB tem se mostrado cruel*
20. *Ter que tirar sempre 10, ter que falar toda aula.*
21. *Por causa da pressão que é imposta sobre nós. Quando um professor não entende a situação do estudante que muitas vezes tem dificuldades advindas do Ensino Médio.*
22. *Insegurança. Medo. Solidão. Falta de companheiro.*
23. *Competição, preocupação com CR, brigas entre colegas de cursos diferentes, desrespeito a ideia diferentes, professora do CSC convidando estudantes a saírem da Ufsb em busca de outra universidade.*
24. *Pressão em relação à criação acadêmica. Entretanto, creio que os problemas psicológicos muitas vezes não surgem na universidade, mas se agravam nela.*
25. *Falta de empatia da instituição, ou uma empatia seletiva.*
26. *Concorrência*
27. *Esforço mental e psicológico.*
28. *Pressão emocional, ansiedade, insegurança em relação a professores e conteúdos*
29. *Porque estamos em outra cidade, outra cultura. Não conseguimos emprego, ficamos dependendo de bolsas as vezes nem dão para o básico. As incertezas desmotivam bastante.*
30. *falta de tempo para família e descanso*
31. *Por preocupação em não alcançar os objetivos*
32. *Quando estamos com dúvidas enquanto aos critérios aos processos de estudos.*
33. *Sobrecarga de trabalhos e incertezas*
34. *A dificuldade de ser relacionar com o outro*
35. *Porque o sistema é doentio.*
36. *Carga horária excessiva e falta de afeto*
37. *O isolamento, individualidade, nos faz sozinhos, em um lugar que era pra ser coletivo.*
38. *Adoecemos quando vemos nossos sonhos serem ceifados por pessoas que estão muito mais interessadas em suas ideias e não nos sonhos e desejos verdadeiros dos seus próximos. Desculpem o desabafo...*
39. *pelo estresse e pressão que as matérias fazem com os estudantes*
40. *Porque a universidade, especialmente a UFESB, não nos traz qualquer segurança.*
41. *Pela falta de tempo para praticar um lazer e uma atividade física*
42. *Porque são pedidos muitos trabalhos de uma só vez, e por isso, torna-se complicada a possibilidade de êxito em todos*
43. *Medo de críticas e não saber lidar com a mudança repentina de tudo*
44. *por estresse, pressão psíquica, dúvidas, inseguranças.*
45. *Quando chegamos aqui aprendemos a agirmos de forma individual, a universidade e como ela se movimenta contribui para isso, sem contar a pressão, injustiças, assédio e violências que sofremos pelas pessoas que compõe a comunidade acadêmica.*
46. *Muitas tarefas.*



47. *Porque o sistema nos exige a sermos os melhores. Só alcanço o que quero se for a melhor, e por isso, deixo de comer, de dormir, ultrapasso meus limites. Todo final de quadrimestre é comum ver estudantes doentes.*
48. *O sistema da UFESB faz com que adoecemos. O quadrimestre, essa disputa de cr.*
49. *Porque queremos da o melhor de nós, e as vezes não são reconhecidos como merecemos ou nem morados como uma imagem positiva, mas sim apontando erros*
50. *Porquê quando entramos na universidade, temos metas e não realiza-las é frustrante, ou mesmo desapontar os nossos pais não sendo tão bons, como eles acham que somos.*
51. *Esses quadrimestres não são coisas de Jhã. Se quero ler um livro, não posso tenho atividade para fazer. Se quero viajar não posso, só tenho 12 aulas de cada cc para compreender tudo aquilo que meus colegas aprendem em um semestre. Mas porque isso? Porque eles acham que devemos aprender assim, que a instituição tem que otimizar os recursos públicos, quando eles gastam 40 mil reais em viagem internacional para não fazer nada lá. Para que otimizar recurso se meus alunos adoecem com esses quadrimestres. Sinto sempre que poderia aprender mais, me aprofundar mais, todavia os quadrimestres não permitem. São muito pequenos, muito corridos, não tenho tempo para processar tanta informação. Não sei se por portar TDAH meu cérebro funcione mais lentamente, mas então todos os alunos da instituição possuem TDAH ? Porque essas é uma crítica geral. Porque não ter semestres, estudar em mais tempo, com maior qualidade. Essa instituição me adoce, tomo fármacos cada vez mais, para poder acompanhar o ritmo. Sem falar em minhas limitações por vir do ensino público, muita coisa eu nunca vi, tenho que estudar muito mais para conseguir aprender coisas que eu já deveria saber. E quando você pergunta para o docente se o aluno com TDAH não deve ter um acompanhamento diferenciado, ele vira para tua cara e diz que TDAH não é deficiência, que existe um limite para isso. Mas ele não vivi o que você vivi, ele não passa o que você passa. Você tem 7,8 ccs para cumprir carga horária e ele tem apenas dois para ministrar. EU PEÇO SOCORRO, VAMOS PENSAR O QUE A INSTITUIÇÃO ESTÁ FAZENDO CONOSCO. Vamos repensar no que está dando certo, no que em que mudar. A coisa mais bela daqui é a certeza que um dia tudo isso vai acabar, se eu conseguir aqui me formar. Preciso estudar em semestres, eu quer aprender de verdade, não quero fingir que cumpro tarefas, estudo em quadrimestre e que aprendo de verdade.*
52. *falta amor no mundo e vejo que dentro da instituição também*
53. *Pela pressão que não danos conta de suportar. Por nos sentirmos inseguros quanto ao futuro e ao aproveitamento de anos de dedicação. Em três pessoas AC, duas ficarão de fora e perderão tempo, dinheiro, sonhos...*
54. *O que era para ser um sonho, acaba sendo um fardo.*
55. *Instabilidade quanto ao segundo cilo*
56. *Muita pressão por parte dos professores.*
57. *A Universidade em questão é um meio que se tornou opressivo. Há coisas que não condizem com a realidade. E esse fato afeta imensamente a saúde mental e física do indivíduo. Não digo apenas como aluno, pois acredito que a situação da UFESB afeta também os servidores. Mas, infelizmente, acredito que os alunos são os mais atingidos pelas incertezas, insegurança e injustiça. Não sou de TX, vim em busca de um sonho. Entrei na UFESB já com o pensamento de que poderia ou não dar certo. Porém, eu corri atrás, eu estudei, eu participei, eu fiz por onde para que desse certo. Mas hoje, todo o esforço da minha mãe que trabalha dia e noite para me manter aqui, criando 3 filhos sozinha, pode ser jogado ao vento. E o que eu direi a ela? Que foi pq não estudei? NÃO! Tenho plena convicção disso. Pois estou aqui por um objetivo e venho traçando ele desde Maio de 2015. Mas o meu sonho e todo o meu ESFORÇO e DEDICAÇÃO poderá ser banido porque um outro indivíduo que absolutamente não fez NADA durante esses 3 anos vai tirar a minha vaga suada, pelo simples fato ser cotista. Isso é justo? É justo com quem batalhou para chegar aonde quer, e simplesmente instituírem esse absurdo às vésperas do ingresso ao 2º ciclo? É justo? Pensem, reflitam! Infelizmente estamos em um barco de guerra, o que não era pra acontecer está acontecendo e isso só têm piorado.*
58. *Guerra de ecos e dificuldade em aceitar opiniões diferentes.*
59. *Rivalidade, excesso de trabalho, minimas condições dadas pela própria universidade.*



60. *Estresse emocional*
61. *Dificuldade de adaptação*
62. *A tortua psicologica de incerteza*
63. *Conciliar trabalho e estudo*
64. *Cansaço e ansiedade, muitos docentes passam muitas atividades durante o quadrimestre, que possui pouco tempo para fazê-las.*
65. *Muitas coisa para administrar*
66. *Muita pressão de.todos os lados. Família, amigos, mercado de trabalho, pensar que aquilo pode definir o meu futuro.*
67. *Acumulação de atividades e falta de compreensão docente.*
68. *excesso de manipulação docente*
69. *Item acima.*
70. *Porque somos proibidos de falar o que pensamos*
71. *Pressão*
72. *Muita cobrança e pouco resultados dos docentes.*
73. *Por estar com muitas coisas pra fazer e ainda os problemas de casa*
74. *Por conta da pressão acadêmica e sentimento de incapacidade gerado pelo acúmulo de exercícios*
75. *A pressão dos professores,o auadrimestre*
76. *Os gastos financeiros que surgem*
77. *O ambiente universitario é altamente competitivo e principalmente na ufsb se criou agora uma dualidade entre cotistas e não cotistas, onde se você era ampl concorrência você já se torna "um riquinho mimado" (nas palavras dos alunos da ufsb) que merece estar ali menos que os outros*
78. *Por que somos constantemente cobrados pela família, amigos, professores, o que desencadeia em um alto nível de estresse e ansiedade, ocasionando a estafa e os adoecimento a decorrentes da rotina puxada.*
79. *É nítido que temos muita carga de atividades desgastantes em prazos curtos de entrega o que gera sobrecarga nos alunos, ansiedade e em alguns momentos sentimentos de inferioridade por não alcançar o êxito que esperava, esse desgaste nos deixa física e psicologicamente exaustos e em alguns casos doentes. Essa rotina exaustiva prejudica o sono, a prática de exercícios e atividades de lazer que são muito importantes para a saúde mental e física dos estudantes.*
80. *Uma linha nao da*
81. *preocupação com as contas, que atrapalha a concentração para estudar.*
82. *a minha rotina e muio puxada e os fatores externos estão influenciando no meu desenvolvimento, o pai do meu filho esta ameaçando tirar a guarda de mim porque eu estou morando em outra cidade esta muito difícil, não tenho a quem recorrer o que eu ganho não esta dando pra se manter nessa cidade ja pensei em varias vezes em desitir*
83. *pela exclusão dos 2014, que se acham o dono da ufsb*
84. *não adoeco nem física e nem psicologicamnte quando estou estudadndo.*
85. *Essa questão de ter sempre o CR alto ou maior que os demais para poder garantir uma vaga no final. Essa concorrência acirrada nos causa mais pressão do que as atividades e avaliações do CC*
86. *No fim de cada quadrimestres que passa para entrega trabalhos , agente ne tempo para respira de cada uma para outro.*
87. *Pela pouco tempo para conseguir conciliar as obrigações com a faculdade*
88. *Muita carga, alguns trabalham e estudam,tem filhos,etc.Outros moram longe e vem e voltam todo dia*
89. *Pressão de mais*
90. **FICAMOS DOENTES PORQUE NÃO DAMOS ATENÇÃO AO OUTRO.**



91. *Dúvidas, problemas com relacionamento interpessoal , dentre muitos outros fatores.*
92. *Falta de apoio de amigos e familiares, falta de motivação para continuar estudando*
93. *Porque cumprimos um número alto de tarefas, muitas vezes sem aprender, fora do que formos preparados. O que, promove mudanças de hábitos alimentares, dentre outros...*
94. *Por conta da pressão psicológica, do medo de não conseguir, de não tá se esforçando o bastante ou quando está não sermos reconhecidos...*
95. *cansaço*
96. *A cobrança interna e externa por excelência nas notas para ter chance de acesso aos cursos profissionalizantes certamente se tornou motivo de adoecimento entre estudantes.*
97. *Por conta da pressão externa e pelas cobranças que o próprio aluno faz sobre ele.*
98. *Pela pressão psicológica. Muitos envolvem trabalho, estudo e família o que acaba tornando um fardo pesado.*
99. *Os absurdos aqui perpetrados.*
100. *Muita pressão em passar*
101. *Por conta de preocupação e ansiedade*
102. *Estresse*
103. *Acho por causa do esforço.*
104. *Por causa do excesso de atividades acadêmicas. E na UFESB, especificamente, pela incerteza de tudo e falta de informação.*
105. *Em razão dos vários componentes, com suas várias atividades e suas várias pressões por notas altas*
106. *Devida a pressão: por notas altas, por acúmulo de atividades, pressão social, familiar, incerteza da UFESB*
107. *Porque nós esforçamos muito para alcançar o aproveitamento máximo nos CC's e esquecemos da nossa alimentação e saúde.*
108. *Muita pressão no final do quadrimestre*
109. *Por conta de toda pressão, tanto própria, quanto de professores. O stress com os trabalhos e provas.*
110. *Cobrança por perfeição em tudo relacionado a academia*
111. *Adoecemos física e psicologicamente na UFESB por objetivarmos alcançar as melhores notas, dessa forma não há tempo para dormir, comer, e ter momentos de lazer, pois todo nosso tempo é dedicado a como agradar x professrx e cumprir os critérios do PEA, que não necessariamente consideramos que ampliem o nosso conhecimento, mas por necessidade de aprovação. Isso diminui a auto estima, pois não temos autonomia para gerenciar nossas prioridades em relação ao conhecimento, sempre temos que responder as expectativas do PEA e dx professorx*
112. *porque ficamos sobrecarregados com muito conteúdo e muita cobrança*
113. *Por ter muita pressão psicológica*
114. *Expliquei na resposta anterior.*
115. *Eu sou um exemplo desde que cheguei já adoeci diversas vezes comecei diversos tratamentos.. O ambiente não é saudável, a competição por vagas não é saudável e muito menos as cobranças excessivas são saudáveis;*
116. *pressão dos colegas*
117. *Porque sofremos novos tipos de pressão que muitas vezes nos levam a estafa. Ou pela não compreensão dos professores das diversas especificidades dos alunos.*
118. *principalmente pelo modelo de incertezas da UFESB*
119. *Pressão psicológica e cobrança*
120. *excesso de atividades*
121. *A falta de companheirismo, amizades.*
122. *Incerteza referente ao segundo ciclo.*



123. Falta de tempo
124. Porque a universidade, por vezes, parece indiferente ao emocional dos estudantes, exigindo de nós o cumprimento de metas inviáveis.
125. temos muita cobrança para pouco suporte.
126. estresse, pressão, cobranças
127. pressão
128. Ansiedade ou frustração diante das notas
129. Estresse excessivo, sensação de estar sobrecarregado, cansado, desanimado
130. Pressão extrema para entregar trabalhos múltiplos especialmente na formação geral.
131. Por muita preocupação, as vezes temos um dia cansativo ainda ter cabeça para estudar, o stress
132. Muito estresse causado pela sobrecarga dos Ccs. Eu mesma tive que abrir mão do meu trabalho para tentar "sobreviver" a Ufsb.
133. Falta de alguma atividade para descarregar a pressão psicológica
134. estou indo a consultas com a psicologa para falar sobre minhas angustias relacionada a progressão
135. Por conta da tensão em busca do CR perfeito
136. Creio que porque exige muito de nós, muitas vezes de forma desumana a quantidade de horas que precisamos estudar e que ficamos sem dormir, além do ambiente hostil que temos, o que enfraquece o nosso corpo e o nosso psicológico.
137. Adoecei por conta do vento que tomo na balsa (gripe)
138. não ter foco ou está focado de mais. é preciso ter equilíbrio.
139. A cobrança, a não flexibilização de alguns professores, o excesso de atividades em um mesmo componente
140. Por se tratar de grande pressao, pois se relaciona com futuro profissional
141. Pressão social, transição da adolescência para a vida adulta.
142. A sala: mofada, calorenta, desrepeito com horário de intervalo, falta de interação.
143. Pela pressão dos trabalhos e algumas vezes por estar longe da familia etc...
144. As "regras" mudam a todo instante e acabam valendo para quem já está cursando.
145. As pessoas são agressivas e a concorrência nos faz colocar de lado a saúde mental por uma nota 10.
146. incertezas da vida que causa ansiedade aos acontecimentos que ansiamos pelo planejamento da vida
147. Porque o sistema da UFSB é de pura pressão física e psicológica, baseada em um modelo de CR que faz os discentes matarem uns aos outros.
148. É importante saber que a situação da região não é a mesma de 20 anos atrás. As pessoas que um dia puderam pagar escolas particulares, hoje não tem mais dinheiro nem para comer. Não tem dinheiro para se deslocar para a universidade ou lanchar no ambiente. Não existe privilégios em uma sociedade arrasada pela crise que assola a região. Não existe distinção. Por conta das pressões e a visualização de iniquidades e injustiça.
149. Saudade de casa!!
150. A cobrança muitas vezes nos adoece.
151. Cobrança de nota ou nível de excelência em trabalhos, relações interpessoais
152. Não se aplica a minha pessoa
153. Algumas vezes por não termos um espaço de lazer adequado na universidade.
154. pressão de todos os lados, de minha parte eu mesma me cobro e procuro me pressionar.
155. Sobrecarga, trabalho e estudo, isso requer muito de mim.
156. por ter dias com aulas das 8h as 22h30; por não ter comida balanceada, nutritiva e de qualidade nos campi; por ter uma cantina que vende comida estragada; pelo fato da universidade não possibilitar que o estudante tenha vida fora dela.



157. disputa pelo 10
158. Por causa da pressão e stress
159. Por causa da correria com os prazos de entrega dos trabalhos e muitos trabalhos continuo.
160. Por causa da correria com os prazos de entrega dos trabalhos e muitos trabalhos continuo.
161. Cansaço, exaustão, ansiedade
162. Pq você tem que se abdicar de outras coisas da sua vida pra dar certo na sua vida acadêmica. Então acaba não sobrando tempo pra coisas essenciais como alimentação saudável, pratica de atividade física ou tempo de qualidade.
163. Medo do fracasso, de não ser bom o suficiente.
164. Rotina do trabalho - etresse em casa
165. A incerteza
166. Por conta da pressão vinda de todos os lados: professores, família, amigos;
167. Por ser tudo muito intenso, acredito eu que essa carga acaba influenciando e muito na nossa saúde tanto física quanto psicológica.
168. Por ela ser estruturada numa base hierárquica que reforça relações de dominação e opressão.
169. Pelo fato de horários não serem tão bem ofertados e acabam sobrecarregando em alguns dias ou horários, e a concorrência implícita na convivência
170. Excesso de atividades em curto prazo de tempo
171. Sobrecarga de atividades físicas e preocupações.
172. Por não conseguir desempenhar bem nossas atividades começamos a nos cobrar e ficamos doentes
173. Estresse
174. Devido a ansiedade, má alimentação e falta de convívio sadio com outras pessoas.
175. Por não conseguir se adaptar ao novo ambiente; não se sentir bem aceito pelos outros; não conseguir pegar o ritmo da vida acadêmica; não ver perspectivas de futuro.
176. temos que pensar muito. acumular muita coisa no cerebro nos prejudica muito.
177. Ansiedade e poucas horas de sono
178. Pela pressão imposta nos discentes, em nossa universidade considero maior por ficarmos "abitolados" por notas. Sendo algo imposto pela própria instituição.
179. Por pressões sociais, a necessidade de se enquadrar nos ritmos da universidade ou não "seremos ninguém"
180. Por causa da pressão e falta de vida social.
181. Fisicamente porque o campus não tem um suporte adequado, com RU, e falta na permanência estudantil, o que deixa tanto o físico e o psicológico atingido, a falta do RU adoce os estudantes porque o CSC não tem uma cantina adequada e que permanece no campus de forma irregular, é preciso renovar o edital de licitação desse local, ou colocar de vez o RU, que seria o mais adequado a se fazer para não termos mais manifestações de intoxicação alimentar, salmonela, entre outros, pois eles reutilizam comida, e cozinham com comidas que estão perto de vencer, e que dirá vencidas, (não sei não posso falar, mas deveria ser investigado). Psicologicamente pela pressão que o ambiente universitário causa.
182. as dificuldade de aprendizado a traves das tecnologia pois sai do ensino médio e nuca passei por um curso de informatica
183. Competição constante, trabalhos em grupo extremamente estressantes.
184. ambiente desagradavel
185. Não é o meu caso, mas acho que pela quantidade de conteúdo
186. As saúdes mental e física se interferem e a pressão do modelo UFSB altera muita coisa
187. O montante de tarefas a curto prazo



188. *devido ao curto tempo para explicação dos temas abordados*
189. *MUITO STRESS E NO MEU CASO, COMPROMETIMENTO DE FAZER SEMPRE O MELHOR.*
190. *Por causa da exigência dos estudos*
191. *por que precisamos dar conta de tantas atividades, sendo que temos uma vida cheia de compromissos lá fora!*
192. *Sobrecarga de demandas, responsabilidade das escolhas que vão influenciar na sua vida profissional com as inseguranças que isso acarreta.*
193. *a pressão de entregar todos os trabalhos no fim do quadrimestre de boa qualidade.*
194. *Por que as vezes somos cobrados e as vezes não damos conta. Aí vem o estresse.*
195. *A pressão de adquirir boas notas e a convicção de que as mesmas influenciarão no nosso futuro dentro da universidade, nos leva a um senso de autocobrança excessiva. Estar em um ambiente competitivo e que está a todo momento exigindo o máximo de você, acaba nos levando a distúrbios emocionais e até mesmo sérios problemas mentais.*
196. *Estamos conhecendo um mundo totalmente novo, temos muitas dúvidas, e muita pressão tanto familiar, quanto psicológica.*
197. *Adoecemos porque nós sentimos sozinhos, sendo julgados por tudo que falamos*
198. *Porque é um ambiente de extrema pressão, que acaba aumentando com o descaso da universidade com seus alunos*
199. *Está sendo muito fácil adoecer nessa universidade diante das inúmeras problemáticas e desrespeito com as especificidade de cada ano de entrada na UFSB, haja visto que a insegurança imposta e obrigada geram consequências tais como depressão, ansiedade, tics nervosos, paralisia fácil, etc.*
200. *ME PREOCUPO COM A QUALIDADE DA ÁGUA SERVIDA NOS BEBEDOUROS*
201. *Pela falta de empatia das pessoas*
202. *muitas vezes por não conseguir alcançar notas máximas*
203. *Por falta de suporte/ apoio*
204. *Principalmente a UFSB, pois caus angustia quanto a entrada no segundo ciclo.*
205. *Falta de colaboração por parte de discentes e docentes (não se pode generalizar).*
206. *Porque o clima de disputa e busca por notas nós faz pensar somente nisso.*
207. *O mundo de sonhos que , muitas vezes , os textos acadêmicos nos faz enxergar .Mas a realidade nos mostra o contrario deixando uma sensação de utopia no que vemos.*
208. *Nunca passei por esta experiência. Não posso relatar nada!*
209. *Porque além de estudar, trabalhamos: mente acelerada.*
210. *além de sofrer por ansiedade, todo quadrimestre sofro com toda pressão que o mesmo tem sobre os alunos.*
211. *Pela ansiedade, concorrência, raiva, noites sem dormir, falta de empatia, má alimentação, entre outros.*
212. *Não sei responder por uma universidade normal, mas no que diz respeito a UFSB... Toda a insegurança com o futuro, a pressão de manter uma nota altíssima, a possibilidade de ter perdido 3 anos da vida e não ter nenhuma formação, um ambiente hostil, perseguição de professor... etc*



APÊNDICE A – Álbum da campanha publicado nas redes sociais

NÃO TENHO TEMPO
 para lazer, descanso e família

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Tenho muito **MEDO**
 de falhar

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



TOMO FÁRMACOS
 cada vez mais, para acompanhar
 o ritmo acadêmico

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Sinto-me **ANSIOSO (A)**
 por não conseguir organizar o meu
 tempo e cumprir prazos

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Tenho medo
**das apresentações
 orais/falar em público**

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Tenho **MEDO**
 de desapontar os meus pais,
 família e amigos

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Busco
INCESSANTEMENTE
 a perfeição

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Sinto-me **ANGUSTIADO (A)**
 e **EXAUSTO (A)** com a
 quantidade de atividades e absorção
 de conteúdos em pouco tempo

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:



Não falo o que penso/sinto por
MEDO de críticas

não é besteira
 é coisa séria

Realização: Apoio:





Não consigo realizar um trabalho
 por sentir
DIFICULDADE
NO ASSUNTO

não é besteira
 é coisa séria



Tenho a sensação de que eu
NÃO MEREÇO
 estar onde estou

não é besteira
 é coisa séria



Não consigo me
CONCENTRAR
 para estudar

não é besteira
 é coisa séria



Não consigo
SUPERAR
 os meus anseios e expectativas
 referente a notas

não é besteira
 é coisa séria



Tenho vontade de me
ISOLAR
 de tudo e de todos

não é besteira
 é coisa séria



Não tenho **FOME**,
 nem **SEDE**,
 nem **VONTADE DE SAIR**

não é besteira
 é coisa séria



Não me acho
BOM/BOA
 o suficiente

não é besteira
 é coisa séria



ADOEÇO
 para conciliar
 trabalho e estudo

não é besteira
 é coisa séria



Fico
FRUSTADO (A)
 quando não compreendo a matéria

não é besteira
 é coisa séria





Sofro por me achar
INCAPAZ

não é besteira
 é coisa séria



Sinto-me **SOZINHO (A)**
 e **SOLITÁRIO (A)**
 mesmo no meio de muitas
 pessoas

não é besteira
 é coisa séria



Fico
PREOCUPADO (A)
 por não obter notas altas

não é besteira
 é coisa séria



RESUMI
 a vida aos ambientes acadêmicos

não é besteira
 é coisa séria



Sinto que a **MENTE NÃO**
DESCANSA mais,
 trabalha cansada e começa a falhar

não é besteira
 é coisa séria



Sofro **PRESSÃO**
 pressão de todos os lados

não é besteira
 é coisa séria



Sou **INSEGURO (A)**
 para falar com os professores

não é besteira
 é coisa séria



CHORO
 sozinho(a) dentro do
 meu quarto

não é besteira
 é coisa séria



Acho que
NÃO VALE A PENA
 falar tudo que preciso falar

não é besteira
 é coisa séria

