

# A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE DO PORTO: SERVIÇOS DE ATENDIMENTO PSICOLÓGICO E MENTORIA

Luciana Marolla Garcia<sup>1</sup>  
Susana Maria Coimbra<sup>2</sup>  
Vera Lucia Messias Fialho Capellini<sup>3</sup>

## RESUMO:

A pandemia da Covid-19 fez crescer a preocupação com a saúde mental da população de maneira geral e, em particular, de alguns grupos específicos, como é o caso dos estudantes universitários. De acordo com diversos autores, os estudantes sofreram um grande impacto nas relações interpessoais, novos métodos de ensino entre outros que promoveram mudanças drásticas. Assim, este estudo teve como objetivo investigar a atuação dos serviços psicológicos e do Programa de Mentoria para estudantes universitários na Universidade do Porto, em Portugal. Nesse sentido, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com dez coordenadores e/ou profissionais do Serviço de Consulta de Psicologia, de Ação social da UP–SASUP e do Programa de Mentoria. Os resultados permitiram conhecer estes serviços e dispositivos, em particular a sua génese, seus objetivos e modos de atuação, fazendo alguma identificação de semelhanças e diferenças com a realidade de um serviço de atenção psicossocial brasileiro.

**PALAVRAS CHAVE:** Saúde mental; Ensino superior; Atendimento psicológico.

## ABSTRACT:

The Covid-19 pandemic has increased concern about the mental health of the population in general and, in particular, of some specific groups, such as university students. According to several authors, students suffered a great impact on interpersonal relationships, new teaching methods, among others, that promoted drastic changes. Therefore, this study aimed to investigate the performance of psychological services and the Mentoring Program for university students at the University of Porto, in Portugal. In this sense, semi-structured interviews were carried out with ten coordinators and/or professionals from the Psychology Consultation Service, UP–SASUP Social Action and the Mentoring Program. The results allowed us to

---

<sup>1</sup> Doutora em Psicologia, área Desenvolvimento e Aprendizagem UNESP Bauru, 2023. Docente Faculdade Gran Tiete. Av. XV de Novembro, 125. Barra bonita, São Paulo. Tel: 14-3642-32-19. [lumarolla@yahoo.com](mailto:lumarolla@yahoo.com)

<sup>2</sup> Doutora em Psicologia. Departamento de Psicologia da Faculdade de Psicologia de Ciências da Educação da Universidade do Porto (Portugal). Av. Alfredo Allen, sn. Porto. Tel: (+351) 2204 28900. Email: [susana@fpce.up.pt](mailto:susana@fpce.up.pt)

<sup>3</sup> Doutora em Educação. Programa de Pós Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, UNESP Bauru. Av. Eng. Edmundo Carrijo Coube, s/n. Bauru. São Paulo. Tel:( 14)3103-6900. [vera.capellini@unesp.br](mailto:vera.capellini@unesp.br)

understand these services and devices, in particular their genesis, their objectives and modes of action, identifying some similarities and differences with the reality of a Brazilian psychosocial care service.

**KEYWORDS:** Mental health; University education; Psychological support.

## INTRODUÇÃO

O ingresso à universidade exige do estudante um processo de adaptação ao novo ambiente, tanto físico como social, além dos métodos de ensino e aprendizagem, o que pode gerar algumas dificuldades, inclusive o adoecimento. Sahão e Kienen (2021) salientam que as principais dificuldades encontradas pelos universitários são concernentes às relações interpessoais, sendo que os principais sintomas apresentados são o estresse, a ansiedade e a depressão, que poderiam ser mitigados por meio de programas de desenvolvimento de autonomia e comprometimento, baseadas em redes de suporte. Assim, ter ou construir uma rede de apoio formal ou mesmo informal neste contexto poderá ser determinante para a integração e sucesso acadêmico do estudante.

Esta transição estressante para a vida acadêmica, para alguns jovens, poderá interferir na forma como eles aproveitarão as oportunidades oferecidas pela universidade, tanto no que diz respeito à sua formação profissional, técnica ou científica, quanto no seu desenvolvimento pessoal. Alguns desses obstáculos referem-se a moradia, a autonomia, integração e também na aquisição de conteúdos acadêmicos com os novos métodos de ensino-aprendizagem e avaliação (Sahão, Kiene, 2021).

De fato, a vida acadêmica é caracterizada por desafios significativos e mudanças complexas em várias áreas da vida dos estudantes, visto que, terão novas responsabilidades, conhecerão novas pessoas, com crenças e hábitos culturais diferentes, além de toda pressão social do que se espera do estudante universitário, ou seja, que este tenha que saber tudo relacionado à sua área de estudos (Sunde, 2022).

Tudo isso ainda pode ser agravado com o advento da pandemia da Covid-19, em que a questão de saúde mental no ambiente universitário tornou-se prioritária. Estudos recentes, já atestam sobre o impacto da pandemia na saúde mental dos estudantes, revelando que quase um terço dos universitários relataram que foram obrigados a mudar seu padrão de vida, passaram por luto ou solidão e apresentaram sintomas de ansiedade. (Conrad *et al.*, 2021; Sunde, 2021).

Embora o período universitário possa trazer dificuldades, acompanhadas de algum tipo de sofrimento, pode também apresentar aspectos positivos, como novos conhecimentos e desenvolvimento pessoal (Oliveira *et al.*, 2021), sobretudo em relações interpessoais (Bolsoni-Silva, 2019). Pensar em estruturas de apoio, acolhimento e integração que possam promover ou favorecer essas relações interpessoais pode colaborar para a prevenção e minimização de dificuldades, adoecimento ou desajustamento. Estando em período de aprendizagem, o que influencia na formação pessoal e profissional, esses desafios nesse processo, podem requerer ações e apoios que possibilitem a permanência e o bem-estar dos estudantes durante esse período.

Observamos que a tentativa de democratização da universidade brasileira ainda é um desafio, o que exige expansão, políticas públicas e ampliação de vagas (Silveira *et al.*, 2022). Contudo, a probabilidade de evasão e até mesmo de tentativa de suicídio aumentam diante da diversidade do ambiente acadêmico, sendo necessário não somente a ampliação de vagas, mas também dos cuidados psicossociais e emocionais para com os discentes (Brandão, 2016).

A partir de 1974, segundo Torres (2016), houve algumas tentativas de democratizar o acesso ao ensino superior para os portugueses, mas, inicialmente, estas iniciativas acabaram por aumentar o número de cursos em instituições privadas sem, no entanto, manter a qualidade. A partir dessa expansão do ensino superior, foi pensada a questão da integração para os novos estudantes, prevenindo, dessa forma, as dificuldades de adaptação a vida acadêmica, bem como, os prejuízos emocionais.

Mesmo diante do quadro de recessão que Portugal tem vivido nos últimos anos, o ensino superior cresceu, principalmente no setor público, em virtude do menor valor das mensalidades e do ensino politécnico, visto que este, possui maior proximidade com o mercado de trabalho (Cabrito, Cerdeira, 2018).

Se é verdade que o ensino superior ainda pode crescer em Portugal, é incontroverso o fato de que alguns estudantes não se candidataram por dificuldades financeiras. A verdade é que numa sociedade democrática, é obrigação do Estado promover políticas de apoio social que minimizem as dificuldades financeiras para estudo.

Observamos que o número de bolsas de estudo diminuiu em 17% de 2010 até 2017, especialmente, no ensino privado. Em relação ao valor da bolsa média atribuída, seja aos estudantes do ensino superior público ou privado, não cobre, em média, o que os estudantes afirmam necessitar para frequentarem o ensino superior. Contudo, pensando-se nas dificuldades financeiras dos estudantes que pertencem as camadas sociais desfavorecidas, é certo que as

Cadernos da Fucamp, v. 28, p. 47-62/2024

políticas de apoio social, por meio da atribuição de bolsas, não são suficientes para promover a permanência do estudante no ensino superior (Cabrito, Cerdeira, 2018). Os autores ressaltam ainda que apesar das mudanças positivas na educação portuguesa nas últimas décadas, é evidente a necessidade de maior investimento público para atender à demanda da educação superior, visando elevar os níveis de equidade do sistema, para melhorar o capital humano qualificado do país, bem como, para se aproximar dos países mais desenvolvidos da União Europeia.

Vale ressaltar que a Universidade do Porto e demais universidades portuguesas seguem a Declaração de Bolonha de 1999, que promoveu mudanças no ensino superior, visto que antes, era composto pela graduação com cursos de 4 ou 5 anos (exceto Medicina, Medicina Veterinária, Arquitetura, Advocacia e Agronomia que tinham duração de seis anos ou mais), mestrado com três anos e doutorado sem duração pré-estabelecida. E, após a Declaração de Bolonha, o ensino superior foi dividido em três ciclos de estudo: o 1º ciclo, de graduação, com a duração de 3 anos, 2º e 3º ciclos de pós-graduação, sendo que o 2º ciclo, com a duração de 2 anos atribui o título de mestre e o 3º ciclo, com a duração mínima de 3 anos, atribui o título de doutor. Em algumas áreas o mestrado é obrigatório para o exercício da profissão (caso dos professores do ensino não superior, psicólogos, médicos, advogados, etc.), dando origem ao denominado *mestrado integrado* (Cerdeira, Cabrito, Mucharreira, 2019).

Em Portugal, o Concurso Nacional de Acesso (CNA) é a principal forma de ingresso ao ensino superior, embora existam regimes e concursos especiais para grupos específicos de candidatos. Os estudantes geralmente preferem Instituições de Ensino Superior (IES) localizadas no mesmo distrito em que residem. O CNA possui uma relevância média mais elevada nas universidades em comparação com os institutos politécnicos (IPs). O contexto socioeconômico dos estudantes é amplamente reconhecido como um dos principais indicadores de abandono ou permanência no ensino superior, sendo que quanto menos favorecido for esse contexto, maior é a taxa de abandono. A taxa de abandono é menor quando mais estudantes conseguem ingressar na sua primeira opção de curso, o que geralmente resulta em maior satisfação. Além disso, cursos com uma proporção maior de estudantes internacionais, estudantes mais velhos e trabalhadores-estudantes tendem a apresentar taxas de abandono mais elevadas (Sá et. al, 2021).

Segundo Cavalcanti e Guerra (2021) as instituições do ensino superior são desafiadas a assumir nos próximos anos o cuidado com a saúde, entre outras demandas. Estudo realizado pela Universidade Católica de Portugal demonstra que dificuldades psicológicas e nos

relacionamentos sociais em estudantes universitários estão relacionadas com ideação suicida, principalmente no sexo feminino, onde há maiores índices de ideação, ansiedade, estresse e evitamento social (Vale, Maia, 2020).

Rosa e Silva (2021) também ressaltam que é papel das universidades possuir planos para contemplar objetivos de aprendizagem e para minimizar os impactos psicológicos causados pela pandemia, atuando, assim, na redução das desigualdades educacionais existentes.

### **Histórico da Universidade do Porto.**

A Universidade do Porto foi criada em 1911, sendo considerada atualmente uma das melhores universidades portuguesas. Conta com 14 Faculdades preocupadas com a excelência em termos de ensino e pesquisa, podendo-se dizer que é uma das pioneiras na preocupação com a saúde mental de seus estudantes, visto que agrega três tipos de serviços que visam o bem-estar e/ou integração dos estudantes do Ensino Superior e da Pós-Graduação, sendo eles, o Serviço de Consultas de Psicologia que surgiu há 30 anos, o Serviço de Ação Social da Universidade do Porto (SASUP) que existe há cerca de 50 anos e o Programa de Mentoria Interpares, que existe desde 2011.

O Serviço de Consultas de Psicologia desenvolve sua atividade no âmbito da prestação de serviços à comunidade, funcionando em estreita articulação com as atividades de pesquisa e docência e como clínica-escola para os discentes. O coordenador desse serviço é designado pelo conselho diretivo, sob proposta dos responsáveis das unidades, supervisiona ainda o trabalho do secretariado e a coordenação das tarefas correntes e espaços comuns às cinco unidades que o constituem.

Esse serviço, existe há quase 30 anos e assume hoje diferentes modalidades de intervenção psicológica dirigidas a populações e problemáticas biopsicossociais diversas, nas seguintes unidades:

- Serviço de Consulta Psicológica de Orientação Vocacional;
- Serviço de Consulta Psicológica de Crianças e Adolescentes;
- Serviço de Psicoterapia;
- Serviço de Consultas em Psicologia da Saúde;
- Gabinete de Estudos e Atendimento a Vítimas.

Cada uma dessas cinco unidades se beneficia de autonomia científica e técnica no desempenho de suas funções, designando um responsável pela unidade que faz a gestão das atividades, dos colaboradores e dos recursos materiais de cada unidade (FPCEUP, 2022).

No Serviço de Consultas de Psicologia, há também uma psicóloga designada para o Apoio ao Estudante, atendendo exclusivamente discentes da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (FPCEUP), da Faculdade de Desporto e da Faculdade de Medicina Dentária, visto que, as duas últimas não possuem serviços de Psicologia, e pela sua proximidade geográfica, esses alunos são atendidos pela FPCEUP. Em outras faculdades da UP como a Faculdade de Engenharia (FEUP), por exemplo, também há psicólogos para o serviço de Apoio ao Estudante.

Na Universidade do Porto há ainda o Serviço de Ação Social da UP (SASUP), criado há cerca de 50 anos. À época, tinha como destinatários os estudantes de Medicina, mas, atualmente, é um serviço da Reitoria que presta atendimento a todas as unidades da UP. O SASUP tem como finalidade promover o sucesso dos estudantes na Universidade, por meio dos apoios diretos, como bolsas de estudo, e apoios indiretos como, a alimentação, alojamento, saúde e integração. No que se refere a saúde e cuidados, o SASUP oferece atendimento nas áreas de Clínica Geral, Nutrição, Saúde Sexual (Sexologia Clínica, Género e Sexualidades), Ginecologia/Obstetrícia, Odontologia (consultas realizadas na Faculdade de Medicina Dentária), Psiquiatria (agendamento mediante encaminhamento do Clínico Geral) e Psicologia.

Diante dos novos desafios que se apresentam aos estudantes do Ensino Superior, bem como à sua realidade, o que envolve processos de integração, qualidade da formação e sucesso acadêmico, a mentoria interpares, surge como uma possibilidade de apoio aos novos estudantes e/ou para aqueles em níveis mais avançados, por meio do trabalho de construção de relações de apoio solidárias (Torres, 2016).

Nesse contexto, o Programa Transversal de Mentoria Interpares consiste de um programa institucional de acolhimento, integração e vivências solidárias no ensino superior, reunindo estudantes nacionais e internacionais da UP para que se sintam mais bem integrados em nível acadêmico, pessoal e social, promovendo, dessa forma, o sucesso acadêmico, a prevenção do abandono escolar e o desenvolvimento de competências transversais.

Nesse programa, os mentores (estudantes que já frequentam a UP e com mais experiência) ajudam os mais novos, os mentorados (estudantes que ingressam na UP), em todo o processo de integração, desde questões mais básicas como deslocamentos, aulas, inscrições, locais para tirar fotocópias, cantinas entre outros. Além disso, o programa fomenta e privilegia a colaboração interpares no plano do estudo e aprendizagem, capazes de aprofundar o

conhecimento e perspectivas reflexivas, criativas e críticas sobre os processos de integração acadêmica, potencializando o bem-estar na Universidade (Torres, 2016).

Diante dessa explanação, temos como objetivo neste estudo a investigação da atuação nos serviços psicológicos e programa de Mentoria para estudantes universitários na Universidade do Porto, suas características e *modus operandi*.

## **MÉTODOS**

Com delineamento qualitativo, este estudo foi realizado com a utilização de entrevistas semiestruturadas com uma amostra de 10 participantes, selecionada por conveniência, sendo uma coordenadora (Psicóloga) e duas profissionais psicólogas do Serviço de Consultas Psicológicas da Universidade de Porto, uma delas era psicóloga do atendimento geral do Serviço e, outra, responsável pelo Serviço de Apoio ao Estudante, um Coordenador (da área administrativa e gerencial) e uma profissional psicóloga do Serviço de Ação Social da UP-SASUP, uma Coordenadora, dois Mentores e dois Mentorados do Programa de Mentoria (todos do sexo feminino).

Para a coleta dos dados, primeiramente, o projeto foi enviado e aprovado pela Comissão de Ética da Universidade do Porto sob a referência 2022/10-03.

Posteriormente, a entrevista foi aplicada em horários pré-agendados com cada profissional e/ou estudante de cada serviço da UP. Algumas entrevistas foram realizadas de forma presencial e outras online, conforme a disponibilidade dos participantes.

A entrevista com a coordenadora do Programa de Mentoria Inter pares foi realizada de forma presencial na Sala da Mentoria (que é um espaço de convivência para os alunos). As entrevistas com as alunas Mentoras e Mentoradas foram realizadas nas salas de grupo de estudo da FPCEUP. Com o coordenador do SASUP, a entrevista foi realizada no próprio prédio do SASUP, que possui quatro andares, sendo que um deles é dedicado somente à área da Saúde. Já com a psicóloga do SASUP foi realizada de forma virtual por meio do *software* Skype. Com a coordenadora e com uma das profissionais do Serviço de Consultas foram realizadas nas dependências dos Serviços de Consulta e com a profissional responsável pelo Apoio aos Estudantes foi realizada de forma *online* via Skype.

Todas as entrevistas foram gravadas e transcritas, sendo que os dados foram analisados de forma qualitativa a partir da análise temática. Esta é apontada como um método analítico, amplamente utilizado na área da Psicologia (Braun; Clarke, 2006). Segundo as autoras, um dos Cadernos da Fucamp, v. 28, p. 47-62/2024

benefícios da Análise Temática (AT) é a sua flexibilização, visto que é uma ferramenta de pesquisa flexível e útil, que pode fornecer um conjunto rico e detalhado de dados.

As vantagens da análise temática são: poder resumir de forma útil os recursos de um grande corpo de dados, destacar semelhanças e diferenças entre os dados, além de gerar *insights* inesperados e permitir o envolvimento social e psicológico na interpretações de dados (Braun; Clarke, 2017).

## RESULTADOS

O objetivo principal deste estudo não foi comparar os dados das entrevistas realizadas nas Universidade do Porto com os dados de entrevistas realizadas na UNESP<sup>4</sup> onde surgiu o NTAPS em 2018, pois, as perguntas e objetivos das entrevistas foram diferentes. Contudo, na análise temática dos dados coletados em Portugal podem surgir inferências e comparações com dados da realidade e serviços brasileiros de psicologia.

Assim, os temas que emergiram das entrevistas foram: surgimento do serviço, funcionamento do serviço, preços, aspectos positivos e negativos de cada serviço, consultas e outros serviços.

A abordagem psicológica que predomina nos atendimentos do SASUP e nos atendimentos do Serviço de Consultas se refere a Terapia Cognitiva Comportamental. (TCC). O programa de mentoria não realiza atendimentos psicológicos, por isso, os mentores não precisam ser psicólogos e nem mesmo estudantes de Psicologia.

**QUADRO 1-** Caracterização comparativa dos diferentes serviços e dispositivos de atendimento da UP

Serviços/Características	Serviços de Consultas Psicológicas a Comunidade	Serviços de Consultas Psicológicas de Apoio ao Estudante	SASUP	Mentoria
<b>Preço</b>	€40,0	€7,5	€0,0	€0,0
<b>Tempo que existe o serviço/dispositivo</b>	+35 anos	15 anos	51 anos	12 anos
<b>Tempo que o coordenador está nesse serviço</b>	26 anos na casa	6 anos	40 anos	12 anos

<sup>4</sup> Este estudo faz um recorte da Tese de Doutorado intitulada Saúde Mental e Habilidades Sociais dos universitários.

<b>Tempo que permanece em atendimento</b>	Média de 6 meses	Média de 6 meses	Média de 6 meses	1 ano.
<b>Inscrição</b>	Secretaria, telefone ou email.	Secretaria, telefone ou email.	Site ou secretária do serviço.	Início do ano por email/formulário.
<b>Lista de espera</b>	Não há. Teve apenas durante pandemia.	Não há	Uma semana ou 15 dias para psicologia	Não há
<b>Média de inscrições anual ou semestral</b>	Não informado.	50 a 60 p/ semestre	8 mil consultas, 3.300 de psicologia.	1850 mentores e 2800 mentorados/ano.
<b>Outros serviços oferecidos</b>	Sim, terapia infantil, de casal, orientação profissional, etc.	Não.	Sim, de saúde e social	Eventos/ convívios/ palestras.
<b>Total de pessoas na equipe</b>	9 psicólogos	2 psicólogos	4 psicólogos, 2 psiquiatras, 1 nutricionista, 1 clínico geral, 1 ginecologista	Não se aplica
<b>Queixas de Hab. Sociais?</b>	Sim	Sim, mas não são verbalizadas dessa forma	Sim	Não.
<b>Pandemia aumentou o serviço?</b>	Sim	De início não, mas depois sim.	Sim	Sim, quando retornou.
<b>Atendimento em grupo?</b>	Não	Não.	Não	Sim, atividades
<b>Atendimento online</b>	Sim.	Sim, e veio para ficar.	Sim	Não, somente reuniões.
<b>Aspectos Positivos do Serviço</b>	Formação dos estudantes	A existência do serviço.	Gratuito para Psicologia.	Possibilidade de contato com quem já conhece o sistema.
<b>Aspectos Negativos do Serviço.</b>	Restritos a TCC, não ter terapias alternativas	Não ter espaço físico,	Não mencionado.	As vezes não ter muita adesão nas atividades.
<b>Encaminha para psiquiatria quando necessário?</b>	Sim, para hospitais, mas a pessoa tem que procurar por conta própria.	Sim, encaminham para o Hosp. São João.	Sim, possui no próprio serviço	Não se aplica.

Fonte: elaborado pelas autoras (2023).

## DISCUSSÃO

No tema consultas (referindo-se a consultas de psicologia), existem subtemas como horários, agendamento, inscrição, triagem, tempo de atendimento, prazo de atendimento, equipe para atendimento. Neste tema observa-se uma padronização de respostas, que são comuns ao esperado de um atendimento de Psicologia, tanto no Brasil quanto em Portugal. O tempo estimado para as sessões segundo a Ordem dos Psicólogos Portugueses, é de 45 a 50 minutos, e todos serviços acima mencionados seguem o padrão.

Sobre o agendamento, entende-se que pode ser feito de diversas formas dentro dos serviços, mas não fica claro como é a triagem. Apenas no serviço de Consultas de Psicologia, foi informado que no momento da inscrição (que é presencial na secretaria do serviço), é preenchida uma ficha onde se caracteriza o motivo, e, a partir da leitura dessa ficha é que se permite fazer uma triagem em termos de urgência e de decisão sobre qual dos profissionais que assumirá o caso. Essa triagem não é feita pela secretária, mas sim pela equipe do serviço.

No caso dos três serviços (dois de psicologia e a Mentoria), todos afirmam que não há listas de espera, visto que os atendimentos são feitos mais espaçadamente, ou seja, a cada quinze dias ou a cada três semanas, sendo assim, há disponibilidade na agenda para encaixe de novos casos que sejam urgentes.

Com relação aos valores cobrados pelos atendimentos, entende-se que em todos os tipos de serviço (exceto o da mentoria) já existiram muitas discussões sobre se deveriam ser gratuitos ou pagos, porém, mudanças foram sendo introduzidas ao longo do tempo, sendo que, em alguns momentos foram pagos e em outros foram gratuitos. No serviço de Consulta de Psicologia para a comunidade (população externa), são cobrados 40 euros na primeira consulta, e 35 euros nas demais. Contudo, se o cliente possuir uma declaração, por exemplo, que está desempregado, consegue ser atendido gratuitamente. Já os alunos que procuram o Apoio ao Estudante no Serviço de Consulta de Psicologia pagam atualmente 7,50 euros. No SASUP, os serviços eram, inicialmente, gratuitos, posteriormente, a Reitoria sugeriu que fossem cobrados. O coordenador do SASUP, no caso, acredita que o atendimento de psicologia ser gratuito torna-se prejudicial, pois os alunos acabam faltando bastante, diminuindo o seu compromisso. O atendimento durante a pandemia passou a ser *online*, e como não havia uma forma simples de cobrar as consultas, foi liberada a gratuidade do serviço até o momento. Os alunos bolsistas da universidade também não pagam nenhum tipo de serviço no SASUP.

Sobre o encaminhamento para outros tipos de serviços, o SASUP tem parceria com o Hospital Santo Antônio, na cidade do Porto, que oferece os seguintes profissionais: nutricionista, clínico geral, ginecologista e dois psiquiatras, sendo que estes últimos atuam no

SASUP uma vez por semana. A ginecologista e a nutricionista também fazem atendimento uma vez por semana. O clínico geral atua três vezes na semana e faz encaminhamentos para o Hospital Santo Antônio, quando é necessário atendimento em outras especialidades (endocrinologia, dermatologia e urologia). Para o agendamento com psiquiatra no SASUP tem uma lista de espera com uma média dois meses, então, muitas vezes, em casos urgentes, o estudante acaba sendo atendido pelo clínico geral e/ou mesmo medicado emergencialmente. Já no Serviços de Consultas de Psicologia o encaminhamento é feito ao Hospital São João, que é o Hospital Universitário da Universidade do Porto, e faz parte do serviço público, chamado Serviço Nacional de Saúde (SNS).

O programa de Mentoria não faz outros encaminhamentos, apenas, mediante sinalização de alguma situação particular, encaminha para o Serviço de Consultas de Psicologia quando necessário, pois, o objetivo da Mentoria é diferente dos demais serviços.

Sobre o atendimento *online* todos os serviços afirmam que não utilizavam anterior a pandemia, mas que atualmente, mesmo pós-pandemia, grande parte dos atendimentos, continuou a ser *online* por Skype, por opção dos próprios clientes. No caso da Mentoria, mantiveram reuniões *online* entre mentores, coordenadores, mentorados e professores, mas, as atividades de recepção de calouros, integração, convívios, jantares, tunas (aulas de música) e praxes (o trote no Brasil) voltaram a ser presenciais.

No que se refere a temática do surgimento dos serviços, tem-se que o Serviço de Consultas da FPCEUP, ocorreu a partir de uma demanda da Associação dos Estudantes da FPCEUP (Associação de Estudantes da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto-AEFPCEUP) e, inclusive, no início os casos com atendimento psicológico eram pagos pela própria Associação dos Estudantes. A AEFPCEUP foi fundada oficialmente em quatro de junho de 1987, sendo a representante oficial dos/as estudantes da FPCEUP.

O serviço de Consultas de Psicologia para os estudantes começou de forma bem modesta e o serviço de Consultas de Psicologia para a comunidade foi um dos pioneiros na região Norte de Portugal, sendo gratuito inicialmente. Este serviço além de atender os alunos dos cursos da Psicologia e da Ciências da Educação atende também os alunos de Medicina Dentária e da Faculdade de Desporto, visto que estas duas faculdades ficam fisicamente próximas da FPCEUP e não tem seu próprio serviço de Psicologia. Outra unidade da UP, a Faculdade de Engenharia da UP-FEUP, por exemplo, com cerca de doze cursos de graduação, possui seu próprio serviço de Psicologia.

Já o SASUP surgiu como uma demanda dos alunos da Medicina e foi responsabilidade do reitor da faculdade de medicina, que se preocupou com a saúde física e mental dos estudantes, atendendo todos os cursos. O estudante universitário dentro de seu espaço escolar pode enfrentar problemas como discriminação, mudanças na modalidade de aquisição de conhecimentos, e até mesmo a chamada “medicalização” do processo de aprendizagem. Situações essas que podem ser fator de risco para suicídio e ou abuso de substâncias psicoativas, e que tem colaborado para a existência de serviços para atendimento psicológico de universitários. (Leme, *et. al*, 2019).

É extremamente relevante existir propostas de serviços de atendimento psicológico e de atendimento em saúde no ambiente universitário, pois há um público nos bastidores das faculdades que demanda por atendimento, mas, muitas vezes, esse público não sabe como procurar ajuda (Ribeiro, Junior, 2021).

O Programa de Mentoria da FPCEUP foi criado em 2011 e, aos poucos, foi se multiplicando para as unidades da UP. A ideia da Mentoria partiu de um diretor da FPCEUP que considerou como responsabilidade da faculdade a integração entre os alunos. Assim, ele convidou alguns professores para pensar sobre essa proposta e de como funcionaria esse programa de integração. Dessa forma, o primeiro ano foi para se pensar o projeto ouvindo as opiniões dos estudantes sobre o que seria necessário em termos de integração. Hoje a Mentoria tem a Comissão Transversal da Mentoria Interpares onde participam membros docentes, mentores e mentorados de todas as unidades da UP para troca de experiências.

De forma geral, cada um dos serviços ou dispositivos considera positiva sua existência e permanência na universidade, tendo como sugestão de melhoria para o futuro, o aumento do número de atendimentos.

Sobre o tema de habilidades sociais, durante as entrevistas, não foi possível extrair muita informação, visto que não há um programa específico para tal treinamento e, dificilmente, usam esse termo *habilidades sociais*. Mas nos serviços verificou-se que as queixas principais além da ansiedade, também tem aquelas atinentes as relações interpessoais. Já na Mentoria, não há referências quanto a receber queixas de falta de habilidades sociais, mas, oferecem resultados e melhorias em habilidades sociais, visto que os alunos chegam muito tímidos para ser mentorados. Depois de um ano passam a ser mentores, desenvolvendo muitas habilidades e, inclusive, na organização de eventos para a Mentoria. Para a Mentoria, o aluno passa por uma formação específica, com duração de um dia, aprendendo sobre a função do Mentor, bem como sobre todos os serviços administrativos da Universidade, visando auxiliar os mentorados.

Ao serem questionados sobre os aspectos das habilidades sociais serem preventivas em termos de saúde mental, todos os serviços concordaram que sim, mas quem atua mais diretamente com esses aspectos sociais e preventivos é a Mentoria, visto que seu objetivo é integrar alunos e melhorar a comunicação e a convivência entre todos.

Em relação ao tema do atendimento psicológico em grupo, os serviços não mencionaram trabalhos de atendimento grupais, com exceção da Mentoria, sendo que o SASUP e os Serviços de Psicologia são voltados apenas para atendimentos individuais. A Mentoria é quem faz o papel de promover eventos, integração, desenvolver novas habilidades de maneira preventiva para a saúde mental dos alunos da UP.

No Brasil, existe desde 2018 na Universidade Estadual Paulista “Julio de Mesquita Filho” o Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial (NTAPS) com o objetivo de acolhimento psicológico, prevenção e promoção de saúde mental, além de integração e outras vivências terapêuticas para os discentes do ensino superior. Núcleo este, onde esta pesquisadora atuou desde 2018, o que torna inevitável sua comparação com os serviços da UP.

O NTAPS trabalha com a modalidade de psicoterapia breve, de 5 a 7 sessões de atendimento psicológico enquanto os Serviços da UP atuam com tempo indeterminado de médio e longo prazo, com 15 sessões em média no semestre. O NTAPS trabalha com grupos e oficinas nas suas frentes de Prevenção e de Assistência, o que é bastante preventivo, tendo essa preocupação psicoeducativa. O NTAPS não possui um programa de Mentoria Interpares, o que pode se dizer que foi um aprendizado neste sentido nessa convivência na Universidade do Porto.

No Brasil verificou a existência de um programa de Mentoria na Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), criado em 2020, com objetivo de integração e boa convivência na Universidade, além de contribuir para o sucesso acadêmico dos novos estudantes a partir de um melhor acolhimento ao contexto universitário. Assim, por meio da colaboração entre pares, é disponibilizado apoio aos ingressantes acerca do funcionamento e organização da instituição, serviços disponíveis, trajetória nos processos acadêmicos, além da contribuição no processo de adaptação e sociabilização (UNICAMP, 2020).

Na Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ) há também desde 2016, um programa de extensão chamada Entreturmas, com o objetivo não exatamente de uma mentoria, mas de uma mediação (Velloso *et. al*, 2019).

Este programa deve ser um dos pioneiros no Brasil e tendência para o futuro das demais universidades visto o quão importante é olhar para integração, comunicação e prevenção de saúde mental dos atuais estudantes e futuros profissionais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do objetivo proposto de conhecer os serviços de atendimento psicológico e da Mentoria da Universidade do Porto, podemos dizer que os serviços foram conhecidos fisicamente em sua estrutura local e explorados em seus aspectos de funcionamento.

A Universidade faz parte da sociedade e do mundo do trabalho atual, assim, acreditamos que este estudo contribui para o desenvolvimento de um olhar mais acurado à saúde mental dos estudantes, visto que estes, passam por um período de adaptação ao novo contexto tanto físico como social, além do processo de ensino e aprendizagem. Todo esse processo exige do estudante uma adaptação rápida, gerando, muitas vezes dificuldades e adoecimento. Assim, uma rede de apoio, como a encontrada nos três serviços na Universidade do Porto, pode mitigar tais dificuldades, por meio do suporte acadêmico, social e psicológico.

Importante considerar ainda que, assim como a Universidade do Porto, a UNESP também tem a preocupação e procuram atender as demandas de saúde mental de seus estudantes. Mas, fica como proposta futura para a UNESP, a implantação de serviços de Mentoria Interpares, visto que é uma universidade grande e que pode se beneficiar das vantagens da Mentoria.

Como limitações deste estudo, pensamos que uma única universidade portuguesa pode não traduzir a forma como as demais universidades portuguesas tratam a saúde mental de seus alunos, deixando uma lacuna de pesquisa nessa área. Assim, sugerimos novos estudos sobre a saúde mental dos estudantes que abarquem outras Universidades Portuguesas.

## REFERÊNCIAS

BRANDÃO, A. S. **Desempenho acadêmico de universitários, variáveis preditoras: Habilidades sociais, saúde mental, características sociodemográficas e escolares.** Tese de Doutorado, 2016. Universidade de São Paulo. Repositório Institucional da USP. <https://doi.org/10.11606/T.59.2016.tde-21032016-155145>.

BRAUN, V.; CLARKE, V. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative Research in Psychology**, v. 3, n. 2. p. 77-101. 2006.

GARCIA, L. M.; COIMBRA, S. M.; CAPELLINI, V. L. M. F.

BRAUN, V.; CLARKE, V. Thematic analysis. **The Journal of Positive Psychology**, v. 12, n.3, p. 297-298, 2017. DOI: 10.1080/17439760.2016.1262613.

BOLSONI-SILVA, A. T. **Como enfrentar os desafios da universidade**. Curitiba: Juruá, 2019.

CABRITO, B. G.; CERDEIRA, M. L. M. O ensino superior em Portugal: evolução e potencialidades. **Revista Humanidades e Inovação**. v.5, n. 8, 2018.

CAVALCANTI, L. M. R.; GUERRA, M. G. G. V. Os desafios da universidade pública pós-pandemia da Covid-19: o caso brasileiro. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, v. 30, n. 114, p 1-21. 2021. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362021002903113>

CERDEIRA, L.; CABRITO, B. G.; MUCHARREIRA, P. R. O crescimento do ensino superior no Portugal democrático: evolução da pós-graduação e da produção científica. **EccoS – Revista Científica**, São Paulo, n. 51, e14974, out./dez. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5585/EccoS.n50.1497>

CONRAD, R. C. *et al.* College student mental health risks during the COVID-19 pandemic: Implications of campus relocation. **Journal of Psychiatric Research**, n. 136, p. 117–126. 2021. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.01.054>

Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. **V pesquisa do perfil socioeconômico e cultural dos(as) graduandos (as)**. 2019. Disponível em: <https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2019/05/V-Pesquisa--Nacional-de-Perfil-Socioeconomico-e-Cultural-dos-as-Graduandos-as-das-IFES-2018.pdf> Acesso em: 02. Mai. 2023.

LEME V. B. R. *et. al.* Habilidades Sociais e Prevenção do Suicídio: Relato de Experiência em Contextos Educativos **Estud. pesqui. psicol.** Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 284-297, 2019. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812019000100016&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000100016&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 26 ago. 2023.

OLIVEIRA, T., GARCIA, L. M, CASTRO, E. O.; CAPELLINI, V. L. M. F. Alcances e desafios nos dois anos e meio de implementação de um Núcleo de Atenção Psicossocial. In: MORAES, I. K. D. N. (Ed.), **Saúde e aplicações interdisciplinares**, p. 335-348, e-Publicar. 2021. doi 10.47402/ed.ep. c202153627980.

OLIVEIRA, T.; SANTANA, F. A. L.; BELEI-MARTINS, G.; BOLSONI-SILVA, A. T. Cultura do cuidado no ensino superior: A universidade, as políticas públicas e o Promove-Universitários. **Perspectivas em análise do comportamento**, v. 14, n. 2, p. 208-227. 2023.

ROSA, A. R.; SILVA, S. M. O impacto da covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Revista Prâksis**, Novo Hamburgo, n. 2, p. 190-206. 2021. DOI: <https://doi.org/10.25112/rpr.v2i0.2446>  
SÁ, C.; *et. al.* **Estudantes nacionais e internacionais no acesso ao ensino superior: quem são, que escolhas fazem e como acedem ao mercado de trabalho**. EDULOG: PORTO, 2021.

Cadernos da Fucamp, v. 28, p. 47-62/2024

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psic. Esc. Educ.** v. 25, p. 1-13, 2021.

SILVEIRA, A. P.; ROTHEN, J. C.; DE SOUZA, A. C.; BOTIGLIERI PASCHOALIN, P. C.; DE PAULO ULIAM MARTINS, P. Programa de expansão e reestruturação das universidades federais: análise da produção acadêmica no período de 2008 a 2017:.. **Educação: Teoria e Prática**, [S. l.], v. 31, n. 64, p. e42[2021], 2022. DOI: 10.18675/1981-8106.v31, n.64.s14565. Disponível em: <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/educacao/article/view/14565>. Acesso em: 17 abr. 2024.

SUNDE, R. M. Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários. **PSI UNISC**, v. 5, n. 2, p. 33-46, 2021. doi: 10.17058/psiunisc.v5i2.16348

SUNDE, R. M. Saúde mental da comunidade universitária na pós-pandemia: desafios e perspectivas. **PSI UNISC**, v. 6, n. 2, p. 124-138, 6 set. 2022.

TORRES, F. P. **Vivências no Ensino Superior: a experiência da Mentoria na FPCEUP**. 2016, 98f. Dissertação. (Mestrado). Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Porto. 2016.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS. Pró Reitoria de Graduação Universitária. Mentoria Unicamp, 2020. Disponível em: <<https://www.prg.unicamp.br/mentoria/>>, acesso em 27 ago. 2023.

VALE, A. C. C.; MAIA, B. M. M. R. **Ansiedade social e ideação e comportamento suicida em estudantes universitários**. Dissertação. Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde. Universidade Católica Portuguesa, 2020.

VELLOSO, L. *et al.* **A importância das redes humanas na integração dos discentes universitários**. Anais VII CONEDU - Edição Online... Campina Grande: Realize Editora, 2020. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/67694>>. Acesso em: jan. 2024.