

---

Comitê de Diversidade da FGV Direito SP

# Mapeamento de Saúde Mental e Bem-Estar de Alunes na Quarentena

26 de maio de 2020



Para comentários, sugestões, ou outros apoios pertinentes ao Comitê, por favor, escrever para: [diversidade.direitosp@fgv.br](mailto:diversidade.direitosp@fgv.br).

---

## Sumário

Introdução	3
Metodologia	4
Referências de outras instituições	5
Objetivos	6
Resultados Obtidos	6
<b>Perfil do/a aluno/a</b>	6
<b>Dados no contexto da Pandemia COVID-19</b>	8
<b>Aulas virtuais e carga de estudo</b>	8
<b>Histórico de saúde mental</b>	10
<b>Recursos institucionais na FGV</b>	12
Conclusão	13
Anexo – Questionário sobre Saúde Mental	14

---

## Introdução

No atual contexto de pandemia COVID-19, todes<sup>1</sup> fomos surpreendidos com uma mudança de rotina. Essas mudanças têm nos exigido um esforço mental de adaptação e reajuste. O Comitê de Diversidade da FGV Direito SP, atento à situação de alunes da Escola decidiu, então, escutá-les sobre sua saúde mental e bem-estar durante a quarentena.

O Comitê de Diversidade é uma instância consultiva da direção da FGV Direito SP – Escola de Direito de São Paulo criada em abril de 2017 para promover a diversidade, o pluralismo e a tolerância na comunidade acadêmica<sup>2</sup>. Por meio deste relatório, o Comitê de Diversidade não busca apresentar uma fotografia precisa sobre a questão de saúde mental durante a quarentena, mas servir ao seu mandato de espaço de escuta ao dar voz aos 194 alunos da FGV Direito SP que responderam ao formulário que fundamenta esta pesquisa.

Importante ressaltar que as perguntas eram opcionais e seu preenchimento integralmente anônimo. Uma das preocupações foi o teor das perguntas, assim, destacamos que algumas poderiam servir de gatilho emocional, dando oportunidade à não resposta, caso alguém se sentisse desconfortável. A percepção do Comitê é de que há fatores que inibem ou possibilitam alunes a procurarem ajuda, ou até mesmo a falarem sobre dificuldades que estejam enfrentando com seus pares e entes queridos. Tal mapeamento busca detalhar estes fatores.

A Universidade pode ser um espaço seguro de ajuda e acolhimento de seus estudantes. Essa adequação será mais rápida e efetiva se ouvirmos os destinatários de nossas políticas. Assim, o objetivo central da pesquisa foi, justamente, ouvir alunes sobre percepções e sentimentos referentes às atividades educacionais da FGV Direito SP. Esperamos que os resultados sirvam como diretriz para novas ações e reflexões da Instituição para melhorar as condições de ensino de todes alunes da FGV Direito SP. Podendo, assim, ser um meio de informação sobre recursos para saúde mental na FGV, além de outros recursos externos.

Agradecemos a Deborah Bittar e Lorraine Carvalho pela escrita deste relatório e por Thiago Amparo por sua revisão e edição. Agradecemos, igualmente, a Ana Narcizo pelo envio do questionário e a todes do Comitê de Diversidade pelo apoio.

---

<sup>1</sup> Este relatório utiliza linguagem não-binária, na medida do possível.

<sup>2</sup> Para mais informações sobre o Comitê, acesse: <https://direitosp.fgv.br/diversidade>.

---

## Metodologia

O questionário foi elaborado a partir de um coletivo do Comitê de Diversidade, envolvendo consultas a setores técnicos e profissionais da área da saúde mental sobre pontos sensíveis e para orientações sobre melhores termos e adequação aos objetivos da pesquisa.

Para melhor compreender a percepção das(os) alunas(os) sobre saúde mental, optou-se por utilizar padrões de perguntas e respostas adequados por tema, assim o formulário contou com perguntas objetivas, discursivas e em escala, na qual a/o respondente poderia avaliar o ponto indicado numa escala pré-determinada. Para esta pesquisa, padronizou-se a escala de 1 a 5 e, em questões discursivas, não foi imposto qualquer limite, a fim de permitir uma avaliação irrestrita da/o respondente, bem como assegurar um espaço de recepção ativa por parte da FGV Direito SP.

Foram 31 perguntas no total, divididas em quatro blocos: Perfil do/a aluno/a (10), Aulas virtuais e carga de estudo (7), Histórico de saúde mental (5), Recursos institucionais na FGV (8).

Considerou-se como amostra todas as respostas recebidas, num total de 194 respostas, em um universo de, aproximadamente, 626 estudantes, dentre estes, 381 alunos/as da graduação, 65 entre mestrado acadêmico e doutorado e 180 do mestrado profissional. O índice de respostas por pergunta variou por destinação específica de cada pergunta, por exemplo, casos de questões direcionadas somente à graduação, como também pela liberdade do questionário em requerer somente duas perguntas obrigatórias, relacionadas aos recursos institucionais da FGV.

O questionário foi criado na plataforma Google Forms e enviado para as(os) associadas(os) por e-mail e WhatsApp. Os disparos foram feitos pelo Comitê de Diversidade a todas alunas de graduação e pós-graduação stricto sensu (portanto, não ao GV Law) no dia 06 de maio de 2020 e ficou acessível para respostas até o dia 19 de maio. Antes do envio, o questionário passou por avaliação e revisão técnica, além de pré-teste.

Para avaliar as perguntas em escala, considerou-se o seguinte padrão: escala de 1 a 5 – indicando referência de cunho máximo negativo ao 1 e de cunho máximo positivo ao 5. Sendo a nota 3, indicação de referência média.

---

## Referências de outras instituições

A pesquisa baseou-se em um questionário realizado pelo Núcleo Direito, Discriminação e Diversidade da Faculdade Direito da USP e divulgado em 2017<sup>3</sup>. Outras iniciativas como esta foram desenvolvidas e estão em desenvolvimento em outras universidades como forma de entender as demandas das/os alunas/os. Além destas, projetos estão sendo elaborados especificamente para o período atual de enfrentamento da COVID-19. Seguem alguns deles:

- ❑ Estudo de Caso : transtornos mentais e universidades - Faculdade de Direito da USP - Disponível em:  
<<http://biton.uspnet.usp.br/ddd/index.php/2017/02/11/estudo-de-caso-transtornos-mentais-e-universidade/>>.
- ❑ Efeitos do período de quarentena na saúde dos estudantes da UNIFESP - Disponível em:  
<<https://www.unifesp.br/campus/sao/hidden/coronavirus/1325-pesquisa-analisara-os-efeitos-do-periodo-de-quarentena-na-saude-dos-estudantes-da-unifesp>>. Em maio, sem resultados da pesquisa.
- ❑ Unicamp inicia empréstimo de equipamentos para atividades não presenciais durante quarentena. Disponível em: <<https://www.unicamp.br/unicamp/noticias/2020/04/06/unicamp-inicia-emprestimo-de-equipamentos-para-atividades-nao-presenciais>>.
- ❑ Unesp cria serviço de teleacolhimento à comunidade universitária. Disponível em: <<https://www2.unesp.br/portal#!/noticia/35702/unesp-cria-servico-de-teleacolhimento-a-comunidade-universitaria>>.
- ❑ "Cuidando da sua saúde mental em tempos de Coronavírus", da UFSCAR. Disponível em : <[http://www.saci.ufscar.br/data/solicitacao/41654\\_coronavirus\\_saudemental.pdf](http://www.saci.ufscar.br/data/solicitacao/41654_coronavirus_saudemental.pdf)>.
- ❑ Também da UFSCAR, desenvolveram um podcast diário chamado “Quarentena”. Disponível em: <<https://www2.ufscar.br/noticia?codigo=12576>>.
- ❑ **Em inglês:** Materiais de suporte e guias relacionados à saúde mental e COVID-19 - Harvard. Disponível em: <<https://globalhealth.harvard.edu/mentalhealth-resources-covid19>>.
- ❑ **Em inglês:** Materiais de suporte e guias relacionados à saúde mental e COVID-19 - Oxford. Disponível em: <[https://www.oxford.gov.uk/info/20305/mental\\_health\\_and\\_wellbeing/](https://www.oxford.gov.uk/info/20305/mental_health_and_wellbeing/)>.

---

<sup>3</sup> Estudo de Caso: transtornos mentais e universidades - Faculdade de Direito da USP - Disponível em: <http://biton.uspnet.usp.br/ddd/index.php/2017/02/11/estudo-de-caso-transtornos-mentais-e-universidade/>.

---

## Objetivos

As atividades do Comitê de Diversidade também englobam a análise de novos desafios para o corpo estudantil da FGV e eventuais dificuldades que possam impactar e, até mesmo, acentuar desigualdades. Qualquer tentativa de promover o envolvimento dos alunos da FGV deve se respaldar em dados referenciais sobre o impacto da carga de estudos e da dinâmica das aulas em um contexto social e econômico novo para todos.

Levando em conta o cenário pandêmico causado pela COVID-19, foi aplicada o questionário sobre saúde mental na quarentena, que teve por objetivo mapear alunos da FGV Direito SP e entender quais eram seus obstáculos, insatisfações, dificuldades e incertezas com relação às atividades acadêmicas. O objetivo central deste mapeamento é contribuir, de maneira positiva, para reflexão sobre o tema de saúde mental na FGV Direito SP, dando voz a alunos.

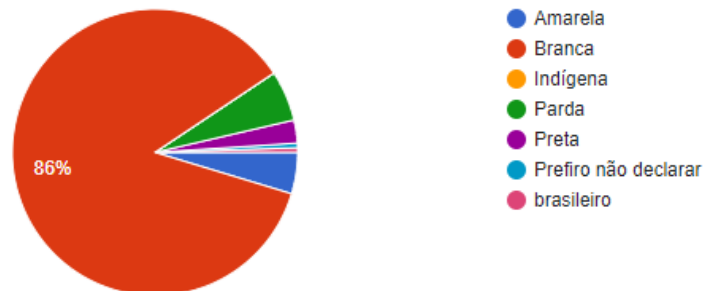
## Resultados Obtidos

### Perfil do/a aluno/a

A parte demográfica do questionário nos permitiu traçar o perfil do/a estudante da FGV Direito SP que respondeu ao questionário, mulher cisgênero, branca, heterossexual, de classe alta e não-bolsista. Cerca de 144 respondentes, representando 74,2%, tem entre 18 e 24 anos, majoritariamente no curso de graduação. **Entre os 194 respondentes, 74,7% cursam a graduação (145 pessoas); 13,9% cursam mestrado profissional (27 pessoas); 8,8% cursam mestrado acadêmico (17 pessoas); 2,6% cursam doutorado (5 pessoas).** Relativamente, portanto, a pesquisa contou com a adesão de mais do que 1/3 dos alunos de graduação e parcela considerável dos outros cursos de pós-graduação. Infelizmente, não foi possível realizar um grupo de controle com os alunos que não responderam ao formulário, porque este foi realizado de forma absolutamente anônima.

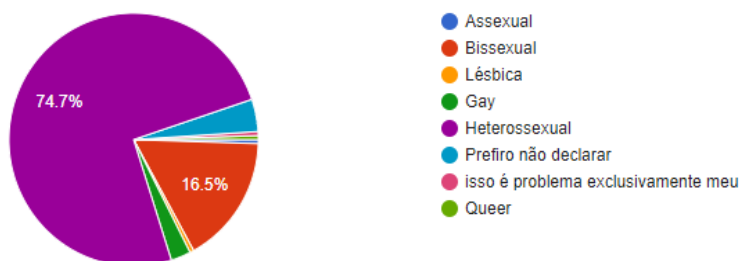
#### 4) Como você declara sua cor/identidade étnico-racial?

193 responses



#### 6) Qual sua orientação afetiva e sexual?

194 responses



Especificamente, sobre o curso de graduação, das/os respondentes, 34,7% estão no 1º ano e 28,4% no 3º ano<sup>4</sup>. Apesar de a maioria apresentar renda familiar alta, acima de 15 salários mínimos, ressalta-se que 32% possui algum tipo de bolsa de estudos, sendo um dado importante para reflexões sobre adaptações de programas e formas de inclusão e manutenção deste perfil de alune.

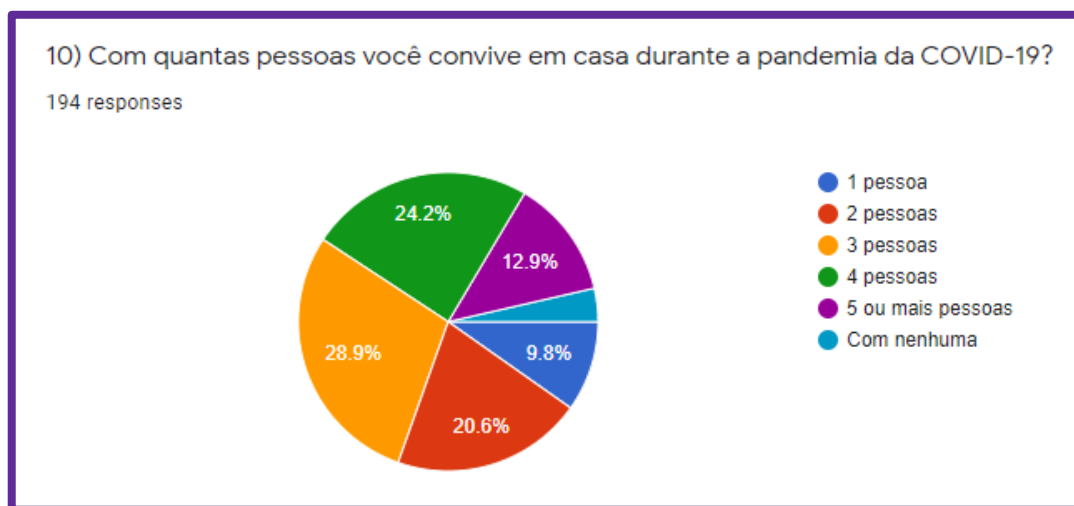
Mapear o perfil das/os alunas/os, para o Comitê de Diversidade, torna-se relevante também pelos não-dados. A ausência de pessoas transexuais e o baixo índice de pessoas negras, menos de 10%, indica que novas políticas de inclusão e diversidades devem ser estruturadas e implementadas.

<sup>4</sup> Importante apontar que o número de respostas é superior ao número de respondentes da questão sobre o curso de graduação, logo pode haver desvios nessas porcentagens.

## Dados no contexto da Pandemia COVID-19

Um dos destaques no questionário está relacionado à preocupação com alterações na renda familiar. Cerca de **76,7% acreditam que sofrerão reduções de recursos por conta da pandemia COVID-19**, destes, 24,9% têm expectativas de que a redução será significativa.

O questionário evidenciou que as/os alunas/os estão cumprindo atividades acadêmicas em conjunto com preocupações e incertezas que podem sobrecarregá-las/os. Segundo o levantamento, **66% moram com 3 ou mais pessoas. Sendo que 50% das/os respondentes convive com alguém pertencente ao grupo de risco para COVID-19.**



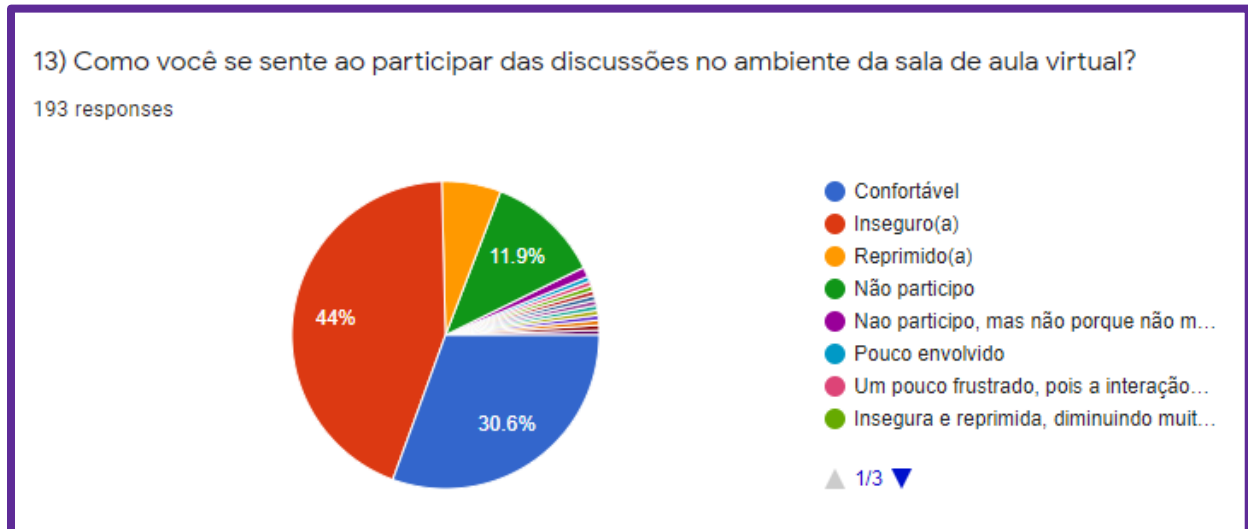
## Aulas virtuais e carga de estudo

A parte II do formulário trouxe questões relacionadas às aulas na modalidade à distância, assim como percepções da carga de estudos. O objetivo era detectar sentimentos de ansiedade, angústia e sensação de sobrecarga pelo excesso de uso de meios eletrônicos e os efeitos psicológicos do isolamento social.

A hipótese do Comitê foi confirmada pela quantidade de respostas na questão 13. Das 193, **44% afirmam sentirem-se inseguras/os e 6,2% reprimidas/os nas aulas virtuais.** Outras manifestações como cansaço, desmotivação e frustração também surgiram. Há um grupo majoritário de pessoas que enfrentam sentimentos negativos com relação ao cumprimento das tarefas universitárias nesse contexto incerto de saúde. Contudo, há também um percentual



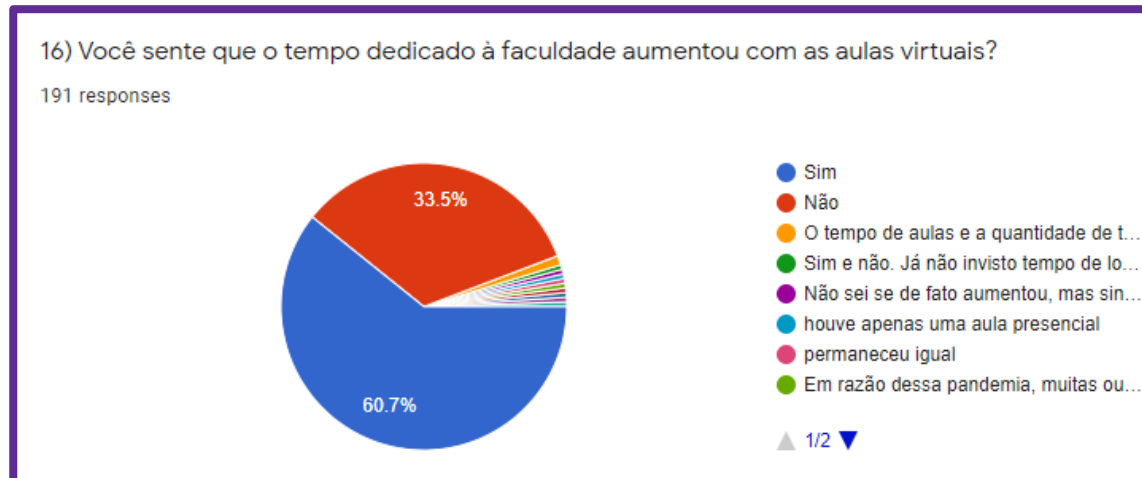
relevante de pessoas que **estão confortáveis com a participação em discussões em aula virtual, em torno de 30%.**



O formulário apresentou um campo para respostas discursivas. Dos 194 respondentes, 77 encaminharam **fatores que os inibem ou estimulam a participar de discussões em sala virtual**, portanto, cerca de 39%. Dentre as manifestações, atenção do professor/a antes de iniciar a aula, debates e perguntas e formação de pequenos grupos para discussão sobre o tema da aula são fatores estimulantes às/aos alunas/os.

Em contrapartida, desconforto por barulhos externos, pressão de alguns professores, sensação de perda da intimidade e da privacidade em utilizar a câmera e convívio com outras pessoas na casa no momento da aula são alguns dos fatores levantados nas respostas.

Ainda relacionado às percepções das/os estudantes, **74,9% classificaram como excessiva a carga de estudos no contexto da pandemia COVID-19**, enquanto **60,7% sentem que o tempo de dedicação aumentou**. Além disso, o mapeamento indicou que **69,2% sentem que a qualidade do período de estudos ou preparação para a aula (fora do Zoom) piorou**, sendo que **38,5% ressaltaram que a piora foi significativa**.



### Histórico de saúde mental

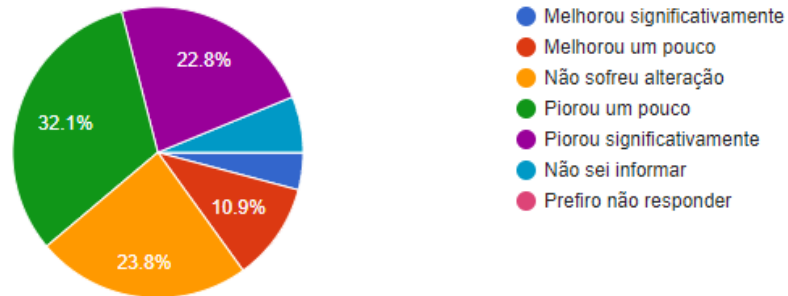
A parte III se destinou ao histórico de saúde mental das/os alunas/os. Foram perguntas mais sensíveis, então, alertamos que se algo acionasse algum gatilho emocional, nenhuma das perguntas eram obrigatórias e poderiam não responder.

O mapeamento indica que **73,6% e 57,5% afirmam negativamente à existência de dificuldades psicológicas recorrentes ou intensas diagnosticadas antes e durante o curso**, respectivamente. Entretanto, quando as perguntas se referem ao contexto da pandemia e o estado psicológico das/os respondentes, **os números mudam.**

**54,9% alegam que seu estado psicológico piorou durante o curso de Direito.** No período de pandemia, esse percentual sobe para **80,9%** de alegações de piora do estado psicológico, sendo que 41,5% destacaram uma piora significativa. Importante apontar que ambas receberam o mesmo número de respostas, total de 193, ou seja, a comparação percentual e quantitativa pode ser admitida.

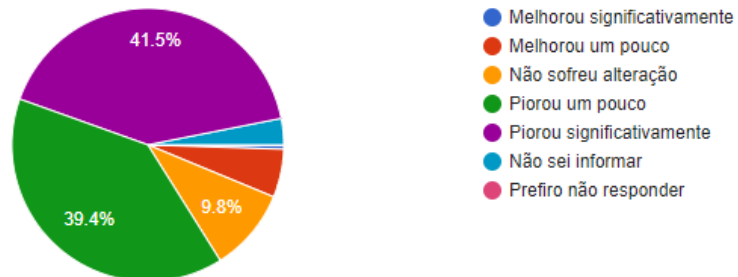
21) Durante o curso de Direito, você considera que o seu estado psicológico:

193 responses

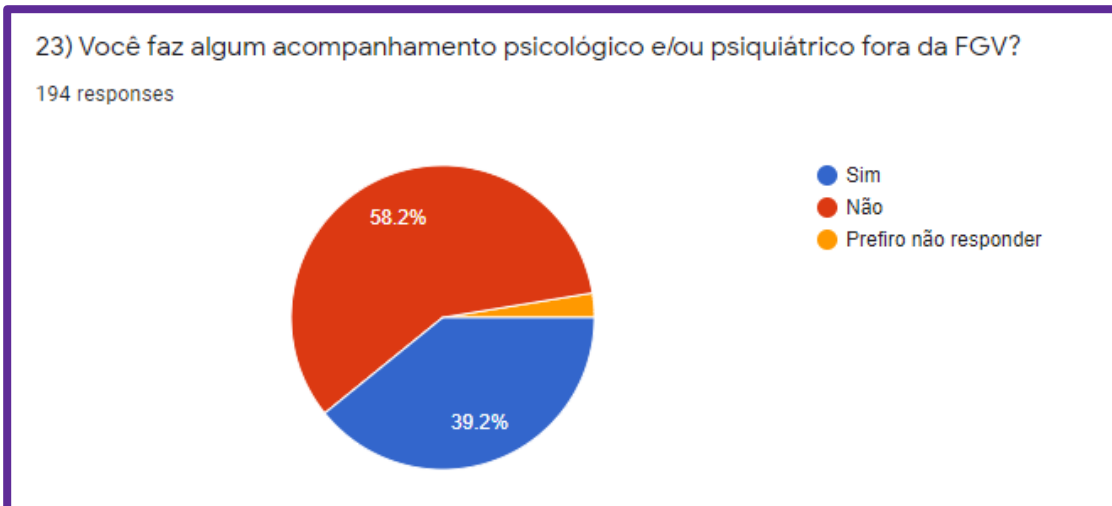


22) Com o atual período de pandemia COVID-19 e a continuidade das atividades acadêmicas por meio virtual, você considera que o seu estado psicológico:

193 responses



O dado que finaliza a parte III levanta que **58,2% não faz acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico fora da FGV**. Esse mapeamento, atrelado à parte IV do formulário, possibilita inferir que a FGV Direito SP poderia se debruçar sobre o aprimoramento ou expansão de serviços de apoio psicológico e de acolhimento a alunos.



### Recursos institucionais na FGV

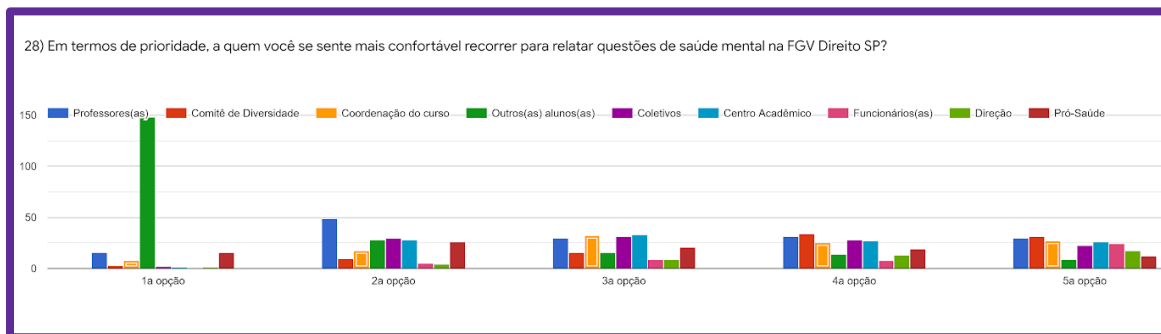
A quarta e última seção se destina à avaliação dos recursos institucionais disponíveis às/aos alunas/os da FGV Direito SP. O Comitê de Diversidade perguntou às/aos respondentes sobre busca por serviços da Instituição e razões que poderiam guiar o entendimento quanto a possíveis aprimoramentos de serviços já disponibilizados.

Do total de 192 respondentes, **78,6% consideram que não houve apoio à saúde mental dos alunos**. Já pela amostragem de 194 respostas, **96,4% não solicitaram auxílio da FGV**. Uma possível hipótese auferida por tais resultados pode ser a indicação de que a Instituição não é vista como um local de suporte à saúde mental entre estudantes.

Dentre as razões para a maioria não ter entrado em contato com a FGV para auxílio, foram levantadas pelas alunas:

- Já realizava atendimento particular fora da FGV;
- Acredita que a Instituição não seja um ambiente preocupado com saúde mental;
- Não saberia quais meios acionar da FGV;
- Conversas com outros estudantes da FGV que não recomendaram os serviços de atendimento à saúde mental da Instituição.

Caso recorressem a alguém para relatar questões de saúde mental na Escola, **76% (148 respondentes) afirmaram que dariam prioridade e se sentiriam mais confortáveis em fazê-lo com outros alunos**. Como uma segunda opção para tal, figuram **professores, com 49 respostas**.



Foi questionado se es alunes teriam interesse em momentos abertos on-line para conversas informais com outres alunes sobre saúde mental, mas 55% das respostas foram negativas e a justificativa para tal (66%) foi a sensação de terem mais um compromisso.

## Conclusão

A pesquisa sobre saúde mental e bem-estar realizada pelo Comitê de Diversidade aponta para a necessidade de maior atenção ao tema pela comunidade acadêmica da FGV Direito SP. O nível de participação não é trivial, representa em alguns programas 1/3 des alunes que decidiram participar da pesquisa. As perguntas abertas do questionário também motivaram uma resposta massiva des alunes, recebendo em torno de 100 respostas discursivas em cada uma destas perguntas abertas. Preocupação com saúde mental, portanto, não é trivial na FGV Direito SP.

Esforços devem ser empreendidos por todes para pensar maneiras de levar em consideração a questão de saúde mental, em especial durante a quarentena. Entre as medidas, podem ser pensadas formas de telecomunicação individualizada com alunes, parcerias com outras instituições especializadas em saúde mental como o Núcleo de Apoio Pedagógico da FGV RJ, flexibilização da carga on-line sem prejudicar a qualidade acadêmica do curso, entre outros. Comitê de Diversidade está à disposição para auxiliar o que for preciso, dentro do seu mandato institucional.

---

## Anexo – Questionário sobre Saúde Mental

1. Qual sua idade?

Até 17 anos

De 18 a 24 anos

De 25 a 31 anos

De 32 a 40 anos

Acima de 40 anos

2. Qual o seu programa (NA FGV Direito SP)?

Graduação

Mestrado Acadêmico

Mestrado Profissional

Doutorado

3. Qual a seriação ideal da maior parte das disciplinas nas quais está matriculado(a)?

1o ano da graduação

2o ano da graduação

3o ano da graduação

4o ano da graduação

5o ano da graduação

4. Como você declara sua cor/identidade étnico-racial?

Amarela

Branca

Indígena

Parda

Preta

5. Com qual gênero você se identifica?

Agênero

---

Homem Cisgênero  
Homem Transexual  
Mulher Cisgênero  
Mulher Transexual  
Não Binário  
Transgênero  
Travesti  
Prefiro não declarar

6. Qual sua orientação afetiva e sexual?

Assexual  
Bissexual  
Lésbica  
Gay  
Heterossexual  
Prefiro não declarar

7. Qual sua renda familiar mensal?

Sem renda  
Menos de um salário mínimo (R\$5.225,00 até R\$10.450,00)  
Acima de dez até quinze salários mínimos (>R\$10.450,00 até R\$15.675)  
Acima de quinze até vinte salários mínimos (>R\$ 15.675 até R\$20.900)  
Acima de vinte até trinta salários mínimos (>R\$20.900 até R\$31.350)  
Acima de trinta salários mínimos (>R\$31.350)

8. Qual a expectativa de alterações em sua renda familiar em meio à pandemia?

Renda familiar aumentará significativamente  
Renda familiar aumentará um pouco  
Permanecerá a mesma  
Renda familiar diminuirá um pouco  
Renda familiar diminuirá significativamente

---

9. Na FGV Direito SP, você é aluno(a) bolsista?

Sim, Bolsas de Estudos reembolsáveis

Sim, Bolsas de Estudos não reembolsáveis, incluindo via Presidência da FGV Bolsas manutenção concedida pela Associação Endowment DIREITO SP

Não possuo bolsa

10. Com quantas pessoas você convive em casa durante a pandemia da COVID-19?

1 pessoa

2 pessoas

3 pessoas

4 pessoas

5 ou mais pessoas

Com nenhuma

11. Mora com pessoas que pertencem a um grupo de risco para COVID-19?

Sim

Não

12. Como é o seu acesso à internet para as aulas virtuais?

1 (péssimo) - 5 (excelente)

13. Como você se sente ao participar das discussões no ambiente da sala de aula virtual?

Confortável

Inseguro(a)

Reprimido(a)

Não participo

Outro

14. Quais outros fatores considera que estimulam ou inibem a participação das discussões no ambiente da sala de aula virtual?

(Resposta discursiva)



---

15. Com relação à carga de estudo do curso de Direito (duração das aulas e quantidade de materiais para preparação), você a considera:

1 (baixa) - 5 (excessiva)

16. Você sente que o tempo dedicado à faculdade aumentou com as aulas virtuais?

Sim

Não

Outra

17. Como está a qualidade do seu período de estudo ou preparação para as aulas (fora do tempo no Zoom)?

Melhorou significativamente

Melhorou pouco

Permanece a mesma

Piorou um pouco

Piorou significativamente

18. Quais outros fatores considera que impactaram sua carga de estudo durante as aulas virtuais?  
(Resposta discursiva)

19. Você possuía alguma dificuldade psicológica recorrente e intensa diagnosticada antes de ingressar no curso?

Sim

Não

Prefiro não responder

20. Você teve alguma dificuldade psicológica recorrente e intensa que tenha impactado seu percurso no curso?

Sim

Não

Prefiro não responder

---

21. Durante o curso de Direito, você considera que o seu estado psicológico:

Melhorou significativamente

Melhorou um pouco

Não sofreu alteração

Piorou um pouco

Piorou significativamente

Não sei informar

Prefiro não responder

22. Com o atual período de pandemia COVID-19 e a continuidade das atividades acadêmicas por meio virtual, você considera que o seu estado psicológico:

Melhorou significativamente

Melhorou um pouco

Não sofreu alteração

Piorou um pouco

Piorou significativamente

Não sei informar

Prefiro não responder

23. Você faz algum acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico fora da FGV?

Sim

Não

Prefiro não responder

24. Neste período de pandemia COVID-19, você considera que houve algum tipo de amparo ou suporte à saúde mental dos alunos e das alunas?

Sim

Não

25. Você chegou a pedir algum auxílio da universidade durante o atual período em termos de saúde mental? (obrigatória)

Sim

---

Não

26. Se respondeu sim à pergunta 25, como avalia o apoio que recebeu da universidade?

1 (Reduzido) - 5 (adequado)

27. Se respondeu não à pergunta 25, por que não procurou o auxílio da universidade?

(Resposta discursiva)

28. Em termos de prioridade, a quem você se sente mais confortável recorrer para relatar questões de saúde mental na FGV Direito SP?

Alunos deveriam selecionar as opções (1 a 9) em ordem de prioridade.

Opções:

Professores(as);

Comitê de Diversidade;

Coordenação do curso;

Outros(as) alunos(as);

Coletivos;

Centro Acadêmico;

Funcionários(as);

Direção;

Pró-Saúde.

29. Você participaria de momentos abertos on-line para conversas informais com outros alunos e outras alunas sobre saúde mental?

Sim

Não

30. Se não, por que? (pode selecionar mais de uma opção)

Teria a sensação de ter mais um compromisso

Acredito que não me ajuda psicologicamente

Normalmente, discussões não possuem resultados práticos

Outro

---

31. Deixe alguma mensagem ou relato que queira compartilhar sobre, por exemplo: maior exigência de professores e professoras; está residindo longe da família; dificuldade de acesso à tecnologia, entre outros.

(Resposta discursiva)