



GT-11 – Informação & Saúde

ISSN 2177-3688

INFORMAÇÃO, SAÚDE MENTAL E COMPORTAMENTO DE ENFRENTAMENTO À ANSIEDADE E DEPRESSÃO DOS DISCENTES DA PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

INFORMATION, MENTAL HEALTH AND THE BEHAVIOR OF COPING ANXIETY AND DEPRESSION OF GRADUATE STUDENTS IN INFORMATION SCIENCE AT THE FEDERAL UNIVERSITY OF BAHIA

José Carlos Sales dos Santos - Universidade Federal da Bahia (UFBA)

Débora Leitão Leal - Universidade Federal da Bahia (UFBA)

Fabiana Costa Lavigne - Universidade Federal da Bahia (UFBA)

Modalidade: Trabalho Completo

Resumo: A presente comunicação discute temáticas atinentes à informação e saúde mental, no âmbito de programas de pós-graduação stricto sensu em Ciência da Informação do nordeste brasileiro. Com o recorte empírico no Programa de Pós-Graduação em Ciência da Informação da Universidade Federal da Bahia (PPGCI/UFBA), a pesquisa objetivou analisar como os discentes do citado Programa operacionalizam comportamento de enfrentamento à ansiedade e depressão, a partir das demandas inerentes aos processos de qualificação e defesa das pesquisas de mestrado e doutorado. Para cumprir o objetivo em tela, delinearam-se os procedimentos metodológicos, com o método de procedimento monográfico (estudo de caso único/ ilustrativo) pautados nos discentes do PPGCI/UFBA, nível da pesquisa descritivo, técnicas e instrumentos de coleta de dados e informações, como o incidente crítico e questionário eletrônico, assentado nos inventários ansiedade e depressão do psiquiatra norte-americano Aaron Beck. Os resultados parciais indicaram que os pós-graduandos apresentaram um grau leve a moderado de ansiedade, relacionado ao volume excessivo de informações, demonstrando que o excesso, ou a falta de informação, também contribuem com os níveis de ansiedade e depressão. As considerações finais evidenciaram que promover instruções em saúde mental, disseminar informações precisas e combater o estigma direcionados representam procedimentos essenciais para equacionar a saúde mental no cômputo acadêmico e social.

Palavras-chave: Informação e saúde mental; enfrentamento à ansiedade e depressão; pós-graduação-Ciência da Informação.

Abstract: The present communication discusses themes related to information and mental health, within the scope of stricto sensu graduate programs in Information Science in northeastern Brazil. With the empirical focus on the Graduate Program in Information Science at the Federal University of Bahia (PPGCI/UFBA), the research aimed to analyze how the students of the aforementioned Program operationalize behavior to cope with anxiety and depression, based on the demands inherent to the qualification processes and defense of master's and doctoral research. To fulfill the objective on screen, the methodological procedures were outlined, with the monographic procedure method (single case study / illustrative) based on PPGCI/UFBA students, descriptive research level, techniques and instruments for collecting data and information, such as the critical incident and electronic questionnaire, based on the anxiety and depression inventories of psychiatrist Aaron Beck. Partial results indicated that graduate students had a mild to moderate degree of anxiety, related to

the excessive volume of information, demonstrating that excess or lack of information also contributes to anxiety levels. The final considerations showed that promoting mental health instructions, disseminating accurate information and combating stigma directed at essential procedures to equate mental health in the social balance.

Keywords: Information and mental health; coping with anxiety and depression; postgraduate – Information Science.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental é uma parte essencial da saúde global e bem-estar individual. No entanto, comumente é negligenciada e estigmatizada pela sociedade, resultando em ausência de compreensão e recursos inadequados. O acesso à informação acerca saúde mental é essencial no combate do estigma, na promoção à conscientização e no fornecimento ao suporte adequado às pessoas que enfrentam desafios no cumprimento de atividades acadêmicas, como o período compreendido na elaboração da dissertação e tese.

Assim, o presente artigo objetivou analisar como os discentes vinculados a programas de pós-graduação do nordeste brasileiro operacionalizam comportamento de enfrentamento à ansiedade e depressão, a partir das demandas inerentes aos processos de qualificação e defesa das pesquisas no âmbito dos cursos *stricto sensu*. O recorte empírico conferiu aos discentes do Programa de Pós-Graduação em Ciência da Informação da Universidade Federal da Bahia (PPGCI/UFBA), compreendidos como uma pesquisa-piloto ao projeto macro, que investiga o comportamento humano, ansiedade e normose informacionais em discentes vinculados a programas de pós-graduação (*stricto sensu*) em CI.

A justificativa repousa na incipiência de pesquisas que concatenem a temática informação e saúde mental – com destaque à ansiedade e depressão – no desenvolvimento de atividades acadêmicas de pós-graduandos. Assim, a pesquisa esteve subsidiada nodomínios do conhecimento da Ciência da Informação (CI) e suas derivadas, como os tópicos atinentes à Informação, Saúde e Sociedade.

A partir da introdução anunciada, a segunda seção discutiu a informação na promoção à saúde mental para, *a posteriori*, apresentar um sucinto debate relativo à saúde mental no ensino superior. Para cumprir o objetivo da pesquisa em andamento, determinaram-se os procedimentos metodológicos, com o método de procedimento monográfico (estudo de caso único/ ilustrativo) com os discentes dos cursos de mestrado e

doutorado, que ingressaram no PPGCI/UFBA nos anos de 2021 e 2022; nível da pesquisa descritivo, técnicas e instrumentos de coleta de dados e informação pautadas no incidente crítico e no questionário eletrônico, respectivamente. O questionário eletrônico considerou os inventários de ansiedade e depressão de Aaron Beck: o Inventário de Ansiedade Beck (BAI, *Beck Anxiety Inventory*) e o Inventário de Depressão de Beck (BDI, *Beck Depression Inventory*).

Na seção orientada aos resultados da pesquisa, os discentes relataram sintomas significativos que evidenciavam a relevância de abordar a saúde mental de maneira abrangente e multidimensional na pós-graduação em CI. Fatores como isolamento social, competição acadêmica e ausência de suporte emocional foram citados como desencadeadores de sintomas ansiosos e depressivos, que interferem negativamente no cumprimento de diversas atividades acadêmicas – como a qualificação e defesa da pesquisa, prejudicando também o andamento saudável da vida pessoal.

As considerações finais evidenciaram que informações adequadas, recursos de suporte e a criação de ambientes de aprendizagem saudáveis são essenciais para enfrentar os desafios e pressões que os estudantes encontram em sua trajetória acadêmica. A informação orientada à saúde mental é uma ferramenta poderosa para capacitar os estudantes a cuidarem de sua própria saúde e procurarem o suporte adequado para alcançar o potencial acadêmico e pessoal.

Como anunciado, a presente comunicação corresponde a uma pesquisa em andamento (primeira fase), desenvolvida pelo grupo de pesquisa Laboratório de Práticas em Psicologia e Ciência da Informação (LAPCI), vinculado ao Instituto de Ciência da Informação da UFBA. Salienta-se que a pesquisa apresenta apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC), assim como a participação de estudantes de graduação, pós-graduação, docentes da CI e Psicologia e profissionais diversos interessados na temática.

2 A INFORMAÇÃO NA PROMOÇÃO À SAÚDE MENTAL

A saúde mental constitui uma temática essencial à sociedade e é recorrente em discussões pautadas na saúde pública; corresponde ao estado emocional, psicológico e social dos indivíduos atinente ao *modus operandi* de como as pessoas pensam, sentem e comportam-se no âmbito particular e coletivo. A saúde mental satisfatória permite a

indivíduos confrontar com as pressões do cotidiano, desenvolver relacionamentos saudáveis e assumir decisões engendradas em informações seguras.

Embora o termo “saúde mental” conceba atravessamentos conceituais e polissêmicos, considerou-se que a saúde exceda a concepção do “completo bem-estar físico, mental e social”, como indicado pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 1976). Não há indivíduos completamente saudáveis ou enfermos; a saúde parte da estrutura dialética das concepções de “doença”, a partir das potencialidades pessoais e sociais, conferindo à capacidade de resguardar a vida. A concepção de saúde mental relaciona-se à capacidade de indivíduos em como indicado – atender as demandas do cotidiano, estabelecer relações saudáveis e manter um equilíbrio emocional.

Para Gaino e colaboradores (2018), há dois paradigmas conceituais relacionados à saúde mental: o biomédico e a produção social de saúde. O paradigma biomédico dedica-se, exclusivamente, à doença e derivadas e aos transtornos mentais como objeto de estudo da psiquiatria; no segundo paradigma a saúde é considerada como um fenômeno mais complexo, que compreende aspectos sociais, econômicos, culturais e ambientais. No paradigma ‘produção social da saúde’ o transtorno extrapola o diagnóstico psiquiátrico, e possibilita os indivíduos acometidos com doenças mentais alcancem qualidade de vida, participem de atividades em comunidade, trabalhem e desenvolvam seus potenciais.

A saúde mental apresenta uma equivalência, no espectro do significante e paridade, à saúde física, reivindicando cuidados e atenção equivalentes. Significa que os indivíduos devem priorizar as necessidades físicas, emocionais e psicológicas, requisitando sempre assistência em momentos de desequilíbrio. Práticas para o enfrentamento problemas de saúde mental compreendem as terapias, medicação, grupos operativos, exercício físico, sono adequado e alimentação saudável.

A partir das considerações enunciadas, compreende-se a informação como um fenômeno essencial à promoção da saúde mental. Campanhas orientadas à conscientização de transtornos psicológicos no ensino superior, programas de educação e iniciativas comunitárias poderão propiciar informações valiosas relacionadas à saúde mental, desmitificar conceitos errôneos e incentivar a procura de assistência em momentos específicos. Entretanto, procurar e recuperar e selecionar informações em fontes de informação digitais confiáveis e aplicativos móveis de saúde podem fornecer informações acessíveis e recursos práticos para o gerenciamento cotidiano da saúde mental.

Com a expansão significativa do acesso à informação, devido o advento das tecnologias e internet, os indivíduos também enfrentar diversos desafios inscritos na sociedade. A desinformação e o conteúdo enganoso proliferam-se facilmente na rede, dificultando o processo de seleção de informações confiáveis e baseadas em evidências. A exposição excessiva a conteúdos negativos ou prejudiciais, mormente circulado em mídias sociais, pode interferir negativamente a saúde mental das pessoas. Para Falcão, Oliveira e Araújo (2022), a desinformação relacionada à ciência e saúde constitui, hoje, um problema social, com vertentes a diversos estratos sociais e domínios do conhecimento, como na medicina, política e cultura.

Portanto, profissionais da informação, como os bibliotecários e documentalistas, poderão orientar indivíduos no acesso a conteúdos em fontes de informação em saúde mental, contrariando a desinformação científica disseminada em redes sociais, a exemplo. Em pesquisa relativa ao fenômeno da informação em ambientes digitais, segundo Rezende, Cruz- Riascos e Ribeiro (2021) consideram a possibilidade de atuação interdisciplinar dos profissionais do domínio do conhecimento da Ciência da Informação (CI) e Comunicação, como os jornalistas, no combate a infodemia¹ e desinformação nos domínios sociais.

Os problemas imanentes à saúde mental, como ansiedade e depressão, apresentam incompreensões, estigmas e preconceitos, ocasionando a psicofobia², sentimentos de vergonha e isolamento social. No contexto acadêmico, os discentes universitários enfrentam desafios emocionais e psicológicos, como angústias e sofrimento psíquico. A pandemia da Covid-19, deflagrada em 2020, agravou os problemas supracitados, aumentando a incidência de transtornos do humor, e as consequências emocionais, relacionadas à situação pandêmica, ainda constitui uma incógnita à ciência. A situação em tela continua a reverberar nos estados psicológicos de indivíduos, como em estudantes do ensino superior (recorte da presente pesquisa).

3 INFORMAÇÃO E SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR

O período acadêmico é assinalado por desafios e pressões, que podem impactar a saúde mental dos discentes universitários. Assim, a disponibilidade de informações adequadas acerca saúde mental, como sinais, sintomas e cuidados pessoais, é fundamental à

¹ Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), infodemia corresponde ao excesso de informações (verdadeiras, ou não), que dificulta a seleção de fontes de informação e orientações confiáveis quando necessárias.

² No sentido não clínico, significa, no Brasil, preconceito ou discriminação contra pessoas com transtornos ou deficiências mentais.

promoção do bem-estar e sucesso acadêmico de graduandos e pós-graduandos. A informação reserva o potencial basilar na promoção da conscientização dos indivíduos, na redução do estigma, no acesso a recursos de suporte e na elaboração de ambientes de aprendizagem saudáveis.

O ensino superior constitui um período de desenvolvimento pessoal, acadêmico e profissional, que concorre a estudantes universitários no enfrentamento a variados desafios que podem interferir na saúde mental, como o estresse acadêmico, a pressão por desempenho, a adaptação e a sobrecarga de responsabilidades. A informação relativa à saúde mental desempenha um encargo essencial no fornecimento de recursos e suporte necessários para atender os desafios apresentados, promovendo, assim, o bem-estar e o resultado positivo às atividades acadêmicas.

Penha, Oliveira e Mendes (2020) endossam que pesquisas recentes revelam uma prevalência de transtornos mentais acometidos em estudantes de graduação e pós-graduação, comparados com a população geral, destacando ainda a relevância de investigar a vulnerabilidade e bem-estar psicológico dos citados estudantes, a partir de indicadores baseados em sinais e sintomas, como estresse, ansiedade, burnout e depressão. O ingresso em instituições de ensino superior demanda recursos cognitivos e emocionais dos indivíduos para responder, satisfatoriamente, aos desafios impostos pelas instituições universitárias. Assim, a atenção à saúde mental de discentes vinculados ao ensino superior constitui uma prática essencial à formação qualificada de estudantes, sempre situada no entendimento psicossocial, na compreensão das especificidades e potencialidades dos indivíduos e coletividades.

A disponibilidade de informações adequadas relativas à saúde mental no ensino superior é essencial na formação intelectual e profissional de discentes da graduação e pós-graduação, porque a informação examinada aumenta a conscientização direcionada à saúde, permitindo aos estudantes o reconhecimento de sinais precoces de desordens psíquicas e à procura de ajuda no momento necessário. A procura, recuperação, seleção e utilização de informações contribuem, mormente, com o reconhecimento precoce e a intervenção adequada em saúde mental, evitando complicações futuras.

Silva e colaboradores (2021) pesquisando as fontes de informação em saúde mental evidenciaram que a preocupação com a temática “saúde mental” constitui uma prática que excede os indivíduos diagnosticados com os transtornos psicológicos, mas familiares e

amigos também apresentam interesse em informar-se acerca do assunto. As fontes de informação na internet, ainda segundo a pesquisa, representam uma tônica na procura, recuperação, seleção e apropriação de conteúdos relativos à ansiedade e depressão devido ao acesso facilitado a informações. Contudo, selecionar conteúdos confiáveis compreendem desafios a indivíduos interessados em equacionar determinados transtornos comuns a situações de estresse no contexto universitário.

Assim, reside no fenômeno informacional a possibilidade relevante de redução de preconceitos associados à saúde mental. No processo de fornecer informações precisas e baseadas em evidências, os estereótipos e preconceitos em relação à saúde mental podem ser equacionados, promovendo, potencialmente, um ambiente acolhedor estudantes universitários. A informação também colabora com a “normalização” de procura a profissionais e à adoção de estratégias de autocuidado e à cultura de bem-estar no ambiente universitário.

A informação relativa à saúde mental no ensino superior deverá cumprir a disponibilidade de recursos de suporte, envolvendo a estruturação de serviços de aconselhamento e orientação psicológica, programas de treinamento em habilidades de enfrentamento à ansiedade e depressão, assim como a promoção campanhas de conscientização. O acesso a informações em diferentes contextos de saúde é urgente para que os estudantes recebam o suporte necessário em momentos de dificuldade ou crise.

Considerando as discussões acerca da informação orientada à promoção da saúde mental, ajustando a situações conferidas aos transtornos do humor no ensino superior, como a depressão e ansiedade, e os patentes resultados negativos na performance de estudantes universitários, a pesquisa procurou analisar como os discentes dos Programas de Pós- graduação em Ciência da Informação do nordeste brasileiro moldam o comportamento de enfrentamento à ansiedade e depressão, a partir das demandas inerentes à qualificação das pesquisas de mestrado e doutorado.

Como a presente pesquisa confere a investigações em andamento, que procurou discutir convergências atinentes à temática “informação em saúde mental”, no contexto do ensino superior, o recorte empírico constituiu os discentes do Programa de Pós-Graduação em Ciência da Informação da Universidade Federal da Bahia (PPGCI/UFBA) – primeira fase da pesquisa. A seção seguinte procurou apresentar e discutir os procedimentos metodológicos, com o método de procedimento monográfico (estudo de caso único/ ilustrativo no

Programa investigado), nível da pesquisa descritivo, técnicas e instrumentos de coleta de dados e informação – incidente crítico e questionário eletrônico, respectivamente.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para recuperar dados e informações, que compusessem o referencial teórico da pesquisa em agora apresentada, sistematizaram-se operações concentradas à recuperação de conteúdos em bancos e bases dados científicos eletrônicos (nacionais e internacionais), como o Portal de Periódicos da CAPES, a SciELO, BRAPCI e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Nas atividades de levantamento referencial, recuperaram-se estudos e pesquisas desenvolvidas no âmbito da CI e Psicologia, relacionadas ao tema de investigação citado anteriormente, com o intuito de recuperar referenciais clássicos e empíricos do assunto em tela. A estratégia de pesquisa principiou com o levantamento de materiais bibliográficos (livros), anais de congressos (pesquisa em andamento) e artigos de periódicos científicos.

A pesquisa assumiu o método de procedimento monográfico (estudo de caso único, ou ilustrativo), devido, segundo Yin (2005), à possibilidade de análises acuradas de determinados indivíduos (discentes de pós-graduação em CI da UFBA), condições, instituições e comunidades, em tempos e espaços específicos. O ‘estudo de caso’ constituiu uma possibilidade de inserção social, e exigiu dos pesquisadores planejamento criterioso para analisar as particularidades do enfrentamento à ansiedade e depressão orientado à promoção da saúde mental dos sujeitos da investigação, inserindo, assim, a elaboração do ‘protocolo de aproximação’ e as atividades constituintes à investigação (introdução, desenvolvimento e conclusão).

Considerou-se o nível descritivo apropriado à investigação, pois objetivou a circunscrição de determinadas populações ou fenômenos, assim como aspectos, propriedades, características individuais mensuráveis, ou passíveis à mensuração, a partir dos diferentes valores que assumem. As pesquisas descritivas transcendem a descrição e notificação pertinentes às variáveis; envolvem técnicas padronizadas de coleta de dados para posterior análise.

As técnicas e os instrumentos de investigação adotados permitiram cumprir o objetivo proposto desta pesquisa, com destaque à técnica do incidente crítico. Segundo Flanagan (1954), a referida técnica constitui um conjunto de procedimentos para a coleta direta de dados e informações pautados no comportamento humano. O autor do incidente

crítico desenvolveu um formulário para orientar os estudos comportamentais, mas adverte que as situações complexas, ou despreparo de pesquisadores, poderão interferir negativamente nos resultados da pesquisa.

A técnica de incidente crítico é uma metodologia de pesquisa que, associada ao referencial teórico da investigação, permitiu a recuperação de dados empíricos atinentes ao comportamento dos mestrandos e doutorandos em CI da UFBA. A coleta de dados e informações reclama uma organização e sistematização de maneira a contemplar os componentes do incidente. A sistematização viabilizou o relativo controle dos questionamentos empreendidos no campo das experiências da pesquisa científica, e aumentando as interpretações e relatórios para enunciar as limitações e os avanços da investigação.

Em consonância com a técnica do incidente crítico, o instrumento adequado à pesquisa de campo constituiu o questionário eletrônico, devido à dispersão geográfica da população analisada (muitos discentes do PPGCI/UFBA não moram em Salvador, Bahia). O questionário eletrônico recuperou procedimentos inerentes às implicações da informação e saúde mental no comportamento de enfrentamento da ansiedade e depressão dos discentes de mestrado e doutorado em CI da UFBA, como a procura, recuperação, seleção e utilização de informações para a construção de estratégias pautadas no cumprimento das necessidades de informação da população analisada.

O questionário apresentado considerou, prioritariamente, os inventários de ansiedade e depressão de Aaron Beck. O Inventário de Ansiedade Beck (BAI, Beck Anxiety Inventory, 1996) é um instrumento amplamente utilizada na avaliação e mensuração da ansiedade em contextos clínicos e de pesquisa. Desenvolvido por Aaron T. Beck e colaboradores, o BAI é um instrumento autorrelatado composto por 21 pontos, que visam identificar a presença e a intensidade dos sintomas ansiosos em indivíduos; já o Inventário de Depressão de Beck (BDI, Beck Depression Inventory, 1961) representa um instrumento de autoaplicação composto também de 21 pontos, com o objetivo de mensurar a intensidade da depressão.

Nos agrupamentos de perguntas, previstos no questionário eletrônico, encontraram-se os enquadramentos de variáveis associadas aos fatores que interferem a saúde mental dos pós-graduandos vinculados à UFBA e as estratégias comportamentais dos sujeitos avaliados no enfrentamento à ansiedade e depressão. O questionário eletrônico também

procurou recuperar dimensões e categorias dos domínios do conhecimento da CI e Psicologia, assim como discussões multidisciplinares dos referidos campos de pesquisa científica.

No domínio da coleta de informações do ambiente empírico (dimensão qualitativa), os autores estruturaram o projeto de extensão denominado de Encontros Operativos de Práticas Universitárias: Ansiedade e Normose Informacional na Graduação e Pós-Graduação, inscrito no grupo de pesquisa LAPCI do ICI/UFBA. Nos encontros presenciais, ocorridos em novembro de 2022 e abril de 2023, permitiram coletar informações valiosas acerca concepção dos pós-graduandos relativas às atividades universitárias.

5 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS PARCIAIS

O processo de coleta de dados e informações da pesquisa apresentada esteve orientado, como discutido, aos discentes que ingressaram nos anos de 2021 e 2022 dos cursos de pós-graduação em CI da UFBA em abril de 2023. A determinação temporal correspondeu à possibilidade de os mestrandos e doutorandos estarem no processo de qualificação ou defesa de suas pesquisas. Os mestrandos que ingressaram nos anos mencionados somaram-se 26 (vinte e seis) e os doutorandos 15 (quinze) pós-graduandos. Os pesquisadores conseguiram lograr 19 respostas (46,3% da soma absoluta da mostra intencional da investigação).

A técnica do incidente crítico e o instrumento, evidenciado no questionário eletrônico pautado no BAI e BDI, procuraram investigar os pós-graduandos do PPGCI/UFBA compreendem o excesso de informação e a relevância do equacionamento das práticas acadêmicas no enfrentamento da ansiedade e depressão, orientado ao cuidado à saúde mental. A proposta da corrente pesquisa em andamento visou assegurar a exequibilidade do instrumento proposto. Salienta-se que, apesar de utilizar um instrumento comum da área da saúde, a proposta macro da pesquisa procura a elaboração de instrumentos direcionados ao tema “patologias informacionais” dos estudos empreendidos pela CI.

Questionaram-se no instrumento acerca do acesso dos discentes de mestrado e doutorado a volumes exponenciais de materiais de leitura, relacionado à qualificação ou defesa das dissertações ou teses, verificou-se que os estudantes apresentam elementos de ansiedade, como demonstra a tabela seguinte:

Tabela 1 - Ansiedade quanto ao volume excessivo de informação

Sintomas	Absolutamente não	Levemente (Não me incomodou muito)	Moderadamente (Foi muito desagradável, mas pude suportar)	Gravemente (Difícilmente pude suportar)	TOTAL
Dormência ou formigamento	66,7%	13,33%	20%	0%	100%
Incapaz de relaxar	6,7%	26,67%	53,33%	13,3%	100%
Medo que aconteça o pior	20%	33,33%	46,67%	0%	100%
Atordoado ou tonto	40%	20%	40%	0%	100%
Palpitação ou Aceleração do coração	40%	26,67%	33,33%	0%	100%
Aterrorizado	53,33%	33,33%	13,33%	0%	100%
Nervoso	6,7%	20%	73,3%	0%	100%
Sensação de sufocamento	53,3%	20%	20%	6,7%	100%
Tremores nas mãos	73,33%	13,33%	13,33%	0%	100%

Fonte: dados da pesquisa (maio/2023)

A Tabela 1 permitiu evidenciar que 53,3% da amostra experimentaram, moderadamente, a “incapacidade de relaxar” perante um volume excessivo de material de leitura demandado pelas atividades da pós-graduação; em contrapartida, 73,3% dos respondentes sentem-se nervosos e 46,67% apresentam medo que algo de ruim aconteça nos períodos da qualificação ou defesa da dissertação ou tese. Considera-se, a partir dos resultados apresentados na Tabela 1, que os participantes apresentaram um grau leve a moderado de ansiedade, relacionado ao volume excessivo de informações.

A Tabela 2 apresenta o registro da ansiedade de informação na condição de ausência de informação e de dispositivos tecnológicos. O resultado não se distancia muito do apresentado na Tabela 1, demonstrando que o excesso, ou a falta de informação, contribuem com os níveis de ansiedade:

Tabela 2 - Ansiedade quanto à ausência de informação e de dispositivos tecnológicos

Sintomas	Absolutamente não	Levemente (Não me incomodou muito)	Moderadamente (Foi muito desagradável, mas pude suportar)	Gravemente (Difícilmente pude suportar)	TOTAL
Dormência ou formigamento	80%	13,3%	6,7%	0%	100%
Incapaz de relaxar	20%	26,67%	33,33%	20%	100%

XXIII Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação – ENANCIB
Aracaju-SE – 06 a 10 de novembro de 2023

Sintomas	Absolutamente não	Levemente (Não me incomodou muito)	Moderadamente (Foi muito desagradável, mas pude suportar)	Gravemente (Difícilmente pude suportar)	TOTAL
Medo que aconteça o pior	33,33%	33,33%	26,67%	6,7%	100%
Atordoado ou tonto	60%	26,67%	13,33%	0%	100%
Palpitação ou Aceleração do coração	60%	33,3%	6,7%	0%	100%
Aterrorizado	66,67%	33,3%	0%	0%	100%
Nervoso	20%	53,3%	6,7%	20%	100%
Sensação de sufocamento	80%	20%	0%	0%	100%
Tremores nas mãos	80%	20%	0%	0%	100%

Fonte: dados da pesquisa (maio/2023).

A ausência informações imediatas, potencialmente logradas em dispositivos de informação e comunicação conectados à internet, facultam o aumento de níveis de ansiedade nos participantes. A Tabela 2 apresenta um grau leve a moderado de ansiedade: 53,3% dos respondentes ficavam nervosos em situações que o impossibilitavam de acessar informações para o desenvolvimento da pesquisa; 33,33% revelaram que ficam aterrorizados, com palpitação, permitindo que sentimentos negativos assumam a centralidade dos pensamentos. Concernente à depressão na pós-graduação, os autores elaboraram o projeto de extensão Encontros Operativos de Práticas

Universitárias: Ansiedade e Normose Informacional na Graduação e Pós-Graduação, projeto assinalado no Sistema de Registro e Acompanhamento de Atividades de Extensão (SIATEX/UFBA). O projeto constitui atividades orientadas a compartilhamentos de experiências acadêmicas entre discentes de instituições de ensino superior baianas (graduações e pós-graduações lato e stricto sensu), com encontros visam a repercutir as experiências vivenciadas pelos estudantes. Os encontros procuravam relevar percepções dos participantes relativas à “vida universitária”, enunciando alegrias, realizações pessoais, angústias e ansiedades.

Nos citados encontros, os discentes relataram sintomas significativos que evidenciavam a relevância de abordar a saúde mental de maneira abrangente e multidimensional na pós-graduação em CI. Fatores como isolamento social, competição acadêmica e ausência de suporte emocional foram citados como desencadeadores de sintomas depressivos, elementos indicados na pesquisa Penha, Oliveira e Mendes (2020),

que retrata a relevância de investigar a vulnerabilidade e bem-estar psicológico de estudantes, a partir de indicadores baseados no estresse, ansiedade, burnout e depressão.

Em relação à qualidade do sono, os pós-graduandos relataram dificuldades em dormir e distúrbios do sono, situação que parece se relacionar ao estresse e à ansiedade associados às atividades acadêmicas intensas, principalmente quando estão no processo de qualificação ou defesa de suas investigações. Estratégias de enfrentamento, como exercícios físicos, práticas de relaxamento e apoio social, foram adotados por poucos participantes para lidar com o estresse e promover a saúde mental. A alta prevalência de estresse acadêmico, ansiedade e sintomas depressivos destaca a necessidade de implementar medidas de suporte e intervenções orientadas ao bem-estar discentes investigados.

As dificuldades enfrentadas pelos estudantes, como a pressão por produtividade e a falta de suporte emocional, podem impactar negativamente o desempenho acadêmico, a satisfação pessoal e a qualidade de vida. Portanto, é fundamental que as instituições de ensino superior e os programas de pós-graduação implementem políticas e programas de suporte à saúde mental, como orientação psicológica, encontros operativos de suporte e atividades de promoção à saúde psíquica.

Apesar das diferenças de concepção, a ansiedade e a depressão compartilham determinadas semelhanças significativas. Ambas constituem perturbações do humor que podem ter impactos significativos na vida dos indivíduos afetados. Ambos os transtornos também podem acarretar a dificuldades nas relações pessoais, no trabalho ou nos estudos e podem aumentar o risco de comportamentos autodestrutivos, como o abuso de substâncias ilícitas ou pensamentos suicidas.

Os resultados parciais da pesquisa evidenciam a centralidade de abordar a saúde na pós-graduação, especialmente no domínio do conhecimento da CI, com direcionamento e sistematização das práticas de sensibilização da saúde mental. A elevada prevalência de estresse acadêmico, ansiedade, depressão e distúrbios do sono entre os estudantes destaca a necessidade de implementar estratégias de apoio e intervenções que promovam a qualidade de vida de estudantes que atravessam momentos formativos na pós-graduação.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A informação relativa à saúde mental desempenha um papel primordial no ensino superior, promovendo o bem-estar e o sucesso acadêmico dos estudantes. A disponibilidade

de informações adequadas, recursos de suporte e a criação de ambientes de aprendizagem saudáveis são essenciais para enfrentar os desafios e pressões que os estudantes enfrentam no decurso da sua trajetória acadêmica. É responsabilidade das instituições de ensino superior fornecer acesso a informações confiáveis e baseadas em evidências, assim como promover uma cultura de cuidado e apoio mútuo.

A informação orientada à saúde mental constitui uma ferramenta essencial para capacitar os estudantes a cuidarem de sua própria saúde e procurarem o suporte adequado para alcançar o potencial acadêmico e pessoal. Entretanto, é sumariamente significativo enfrentar os desafios das informações digitais, assegurando o acesso a conteúdos confiáveis e baseadas em evidências. Promover a alfabetização em saúde mental, disseminar informações precisas e combater o preconceito direcionados para ampliar o conhecimento da saúde mental no cômputo social é primordial. A desinformação também constitui um desafio a pesquisadores interessados em temáticas, como “informação e saúde” e “impacto da informação em saúde”.

O objetivo da pesquisa foi cumprido, considerando o recorte da investigação advinda do projeto de pesquisa macro do grupo de pesquisa LAPCI, que procura avaliar o comportamento humano e ansiedade informacional em discentes vinculados a programas de pós-graduação em CI (stricto sensu) no nordeste brasileiro. Os resultados parciais contribuirão com o desenvolvimento do estudo proposto, que apresenta o apoio do CNPq e UFBA, com conclusão prevista para outubro de 2024. Assim, as conclusões preliminares contribuíram para a compreensão dos desafios enfrentados pelos estudantes de pós-graduação em CI e forneceram subsídios para o desenvolvimento de atividades e políticas direcionadas à promoção da saúde mental no contexto acadêmico.

REFERÊNCIAS

BECK, A. T.; WARD, C. H., MENDELSON, M., MOCK, J.; ERBAUGH, J. An inventory for measuring depression. **Archives of general psychiatry**, v. 4, p. 561-571, 1961.

BECK, A.; STEER, R.; BROWN, G. K. **Manual for the Beck depression inventory-II**. San Antonio, TX: Psychological Corporation, 1996.

FALCÃO, H. G.; OLIVEIRA, T.; ARAÚJO, R. F. Perspectivas multidisciplinares sobre ‘desinformação’ em ciência e saúde. **Reciis: Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 209-214, 2022. Disponível em: <https://brapci.inf.br/index.php/res/download/205661>. Acesso em: 24 jun. 2023.

FLANAGAN, J. C. The critical incident technique. **Psychological Bulletin**, v. 51, n. 4, p. 327-58, 1954.

GAINO, L. V.; SOUZA, J.; CIRINEU, C. T.; TULIMOSKY, T. D. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 14, n. 2, p. 108-116. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/149449>. Acesso em: 24 jun. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Documentos básicos. 26 ed. Genebra: OMS, 1976.

PENHA, J. R. L.; OLIVEIRA, C. C.; MENDES, A. V. S. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. **Journal Health NPEPS**, v. 5, n. 1, p. 369-395, 2020. Disponível em: <https://periodicos2.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549>. Acesso em: 22 jun. 2023.

REZENDE, L. V. R.; CRUZ-RIASCOS, S. A.; RIBEIRO, G. M. C. Reflexões sobre as atuações do bibliotecário e jornalista como agentes facilitadores na construção de saberes no combate à desinformação. **Liinc em Revista**, v. 17, n. 1, p. e5701, 2021. Disponível em: <https://revista.ibict.br/liinc/article/view/5701>. Acesso em: 25 jun. 2023.

SILVA, H. T.; RODRIGUES, B. F.; OLIVEIRA, C. T.; DIAS, A. C. G. Fontes de informação em saúde mental: uma revisão sistemática da literatura. **Psicología Conocimiento y Sociedad**. v. 11, n. 3, 2021. Disponível em: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-70262021000300115&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 24 jun. 2023.

YIN, Robert K. **Estudo de caso: planejamento e método**. 3. ed. Porto Alegre: Bookman, 2005.