



Não aderência a um programa para redução de estresse em estudantes de graduação

Laura Bohn Constantinopolos¹, Margareth da Silva Oliveira¹ (orientador)

¹Escola de Ciência da Saúde e da Vida, PUCRS,

Tipo de bolsa: Não possui

Resumo

Ao ingressar na vida acadêmica, há diversas demandas que podem gerar uma intensa carga emocional. Entretanto, mesmo que existam indicadores de que as universidades têm investido em programas de saúde mental, pode-se observar um alto número de desistências e não aderência, caracterizado na literatura como *dropout*. Assim, o objetivo deste estudo foi investigar o processo e os motivos de *dropout* em um programa para redução do estresse em universitários. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, de caráter transversal, que faz parte de um projeto maior o qual investiga preditores de desistências. Participaram deste estudo alunos de graduação, com idade mínima de 18 anos, que reportaram algum nível de estresse e foram incluídos no programa aqueles com nível de estresse moderado ou alto, a partir de uma triagem com a Escala de Estresse Percebido (PSS-10). Para este estudo foi utilizado um questionário de *dropout*, respondido de forma online com a ferramenta *Qualtrics*. Desenvolvido pelos pesquisadores, visou coletar informações sobre as possíveis razões de desistência da participação do programa. O processo foi analisado a partir de um fluxograma, estruturado com dados organizados em planilhas contendo informações detalhadas de cada aluno. Foram realizadas análises de frequência das respostas do questionário de *dropout*. Manifestaram interesse em participar do estudo 150 estudantes universitários. Destes, 75 alunos responderam a triagem e 10 foram excluídos por não atingirem nível de estresse moderado. Dos 65 incluídos, 24 não se inscreveram e os outros 41 responderam os instrumentos da linha de base. Destes, 10 alunos nunca compareceram, 11 iniciaram mas não completaram e 24 finalizaram o programa. O questionário de *dropout* foi enviado para todos aqueles que manifestaram interesse e não deram continuidade e destas, 16 pessoas responderam. Dentre as respostas obtidas, os principais motivos de desistência foram não possuir horários compatíveis com os grupos ofertados (62,5%), sentir-se sobrecarregado com as tarefas acadêmicas (37,5%) e sentir-se muito deprimido (25%) ou estressado (6,3%) para dar continuidade ao programa. Este estudo sugere a importância das universidades facilitarem o acesso dos alunos à programas de saúde mental, com disponibilidade de horários compatíveis ou incluídos na grade curricular, de forma a prevenir, inclusive situações mais graves, como os alunos que reportaram estar muito deprimidos a ponto de não conseguir participar do programa.

Palavras-chave: *Dropout*; Universitários; Intervenção; Saúde Mental

