

# A EXPERIÊNCIA DE VIVER A PÓS-GRADUAÇÃO NO BRASIL E SUAS INTERSEÇÕES COM A SOCIEDADE DO CANSAÇO

*Bruno Neves da Silva \**

*Valéria Gomes Fernandes da Silva \*\**

*Nilba Lima de Souza \*\*\**

*Erika Simone Galvão Pinto \*\*\*\**

**RESUMO:** Este estudo objetivou refletir sobre o contexto da pós-graduação à luz dos argumentos que compõem a obra sociedade do cansaço, de Byung-Chul Han. Nas duas categorias de análise desenvolvidas, que relacionaram as vivências e as reflexões dos autores no âmbito da pós-graduação com os pressupostos de Han, ponderou-se que diversos aspectos inerentes desse cenário contribuem para ocasionar prejuízos à saúde biopsicossocial daqueles que o constituem. São exemplos a violência neuronal, o excesso de positividade, e o *status*, que confluem para transformar os discentes em *animal laborans* e configurar sua habitação no território da pós-graduação como em uma sociedade do cansaço, em que não há espaço para uma vida contemplativa. Dessa forma, sinaliza-se a necessidade de reflexões que almejem preservar a saúde mental desses sujeitos como prioridade no planejamento de ensino, pesquisa e gestão, de maneira transversal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação de Pós-Graduação. Saúde mental. Produtivismo acadêmico.

## THE EXPERIENCE OF LIVING POSTGRADUATE STUDIES IN BRAZIL AND ITS INTERSECTIONS WITH THE BURNOUT SOCIETY

**ABSTRACT:** This study aimed to reflect on the context of postgraduate education in light of the arguments presented in 'The Burnout Society' by Byung-Chul Han. In the two categories of analysis developed, which related the experiences and reflections of the authors within the scope of postgraduate education to Han's premises, it was considered that various aspects inherent to this scenario contribute to causing damage to the biopsychosocial health of those involved. Examples include neuronal violence, excess positivity, and status, which converge to turn students into 'animal laborans' and configure their habitation in the territory of postgraduate education as in a burnout society, where there is no space for contemplative life. Thus, the need for reflections aiming to preserve the mental health of these individuals as a priority in teaching, research, and management planning is signaled in a transversal manner.

**KEYWORDS:** Postgraduate education. Mental health. Academic productivity.

---

\* Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. E-mail: [enfbneves@gmail.com](mailto:enfbneves@gmail.com).  
ORCID: 0000-0001-9854-4492.

\*\* Mestra em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. E-mail: [valeriafernandes7@hotmail.com](mailto:valeriafernandes7@hotmail.com).  
ORCID: 0000-0003-1381-8664.

\*\*\* Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. E-mail: [nilba.lima@hotmail.com](mailto:nilba.lima@hotmail.com).  
Docente do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da UFRN. ORCID: 0000-0002-3748-370X

\*\*\*\* Doutora em Ciências pela Universidade de São Paulo. Docente do Programa de Pós-graduação em Enfermagem,  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte. E-mail: [erikasgp@gmail.com](mailto:erikasgp@gmail.com). ORCID: 0000-0003-0205-6633.

## INTRODUÇÃO

A busca pela inserção nos cursos de pós-graduação *strictu sensu* se apresenta como uma estratégia frequente entre profissionais que buscam por capacitação e realização profissional, bem como, pela melhoria das condições laborais (SOUZA, *et al.* 2022; FERREIRA, OLIVEIRA, CAVALCANTE, 2022). Além dessas motivações, as exigências do mercado capitalista se intensificam e se mostram muitas vezes inflexíveis, sobretudo, em se tratando da carreira acadêmica figurada nas instituições de ensino, que não dispensam a elevação da titulação profissional (SOUZA, *et al.* 2022).

*Pari passu*, no transcorrer dos últimos anos, o adoecimento mental tem despontado como um dos fenômenos mais característicos dessa sociedade capitalista. Um dos segmentos assinalados por esse adoecimento são os discentes dos cursos de doutorado e mestrado, em decorrência da relação com a condição acadêmica, frequentemente marcada pela precarização e falta de perspectiva profissional estável, assim como pela convivência em um ambiente que, apesar das meditações do âmbito acadêmico, assemelha-se a outros espaços de trabalho, sendo competitivo, angustiante, e, não raramente, hostil (SILVA, 2022).

A integração crescente entre os interesses privados e a universidade repercute tornando a pesquisa como uma parte orgânica da metodologia de produção de mercadorias, intensificando o processo que transforma o conhecimento científico em um elemento central de aprofundamento da exploração da força produtiva, e da extração de mais-valia (SILVA, 2022).

Os efeitos desses aspectos são documentados em diversos estudos que analisam a situação psicossocial dos estudantes de pós-graduação. Dentre os prejuízos observados, destacam-se o estresse (FARO, 2013; FERREIRA *et al.*, 2016; ZANCAN *et al.*, 2021; ZOTESSO, 2021), a depressão (OLIVEIRA, 2019; ZANCAN *et al.*, 2021; COSTA, NEBEL, 2018), a ansiedade (SILVA; CALDAS JUNIOR; ALBUQUERQUE, 2021; COSTA, NEBEL, 2018) e distúrbios do sono, como a insônia (COSTA, NEBEL, 2018). Ademais, um estudo com quase três mil pós-graduandos brasileiros apontou entre eles sentimento de culpa ao dormir e automedicação para insônia (COSTA; NEBEL, 2018).

Para mais, Costa e Nebel (2018) discutem que os fatores supramencionados podem estar relacionados ao elevado adoecimento mental entre os estudantes, e que estes optam pelo sofrimento em silêncio, sobretudo devido a existência de tabus sociais relacionados aos transtornos mentais, inclusive no interior das universidades, espaço que, em teoria, deveria ser aberto ao diálogo.

A literatura aponta que a alta carga de atividades acadêmicas, a relação discente-orientador, a renda, e o conflito entre pós-graduação, trabalho e família constituem-se nos principais estressores, indicando a necessidade por parte dos programas de pós-graduação da busca pelo desenvolvimento de estratégias que propiciem experiências e ambientes acolhedores, bem como uma produção científica de qualidade que não resulte no adoecimento dos envolvidos no processo (CESAR *et al.*, 2018).

Luz (2009) discute que o contexto da organização institucional do produzir, as relações sociais relacionadas, e o ritmo que a produção se processa, tende a ocasionar danos à saúde daqueles que estão submetidos à tal ordem social de produção, e, a longo prazo, fere a criatividade, origem da inovação, considerada o coração de todo o sistema de produção. A autora chama a atenção para a máxima de que o pesquisador não é uma máquina, principalmente uma máquina em competição.

Ante ao exposto, afirma-se a necessidade de discutir o adoecimento que toma forma no âmbito da pós-graduação, com vistas a melhor compreendê-lo e propiciar meios de gerar estratégias para prevenir os danos à saúde psicossocial dos sujeitos envolvidos. Nessa perspectiva, emerge a questão norteadora: como o cenário da pós-graduação brasileira contribui para a conformação de uma sociedade do cansaço?

Com vistas a responder essa inquietação, o objetivo do estudo em tela é refletir sobre o contexto da pós-graduação à luz dos argumentos que compõem a obra sociedade do cansaço.

## **NOTAS METODOLÓGICAS**

Trata-se de um estudo reflexivo elaborado nos meses de junho e julho de 2022 a partir de intelecções propiciadas durante o curso da disciplina “*Temas avançados em educação, saúde e cidadania*”, componente curricular obrigatório do curso de doutorado acadêmico do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

A reflexão foi subsidiada pela vivência dos autores no âmbito da pós-graduação *stricto sensu*, e ancorada no aporte teórico da obra *Sociedade do cansaço*, de Byung-Chul Han, um filósofo germano-coreano de formação alemã que cursou filosofia na Universidade de Friburgo e Literatura alemã e Teologia na Universidade de Munique. Várias de suas obras foram traduzidas para o português, sendo as mais famosas “*Sociedade do cansaço*” e “*Psicopolítica: o neoliberalismo e as novas técnicas de poder*”.

*Sociedade do cansaço*, foi originalmente publicado em língua alemã, sendo traduzido em 2015 para o português. Trata-se de uma obra que dialoga com escritores e teóricos diversos, entre os quais estão Nietzsche, Melville, Handke, Agamben Kafka, Maurice Blanchot, Cézanne, Merleau-Ponty, Walter Benjamin, Theodor Adorno, Hannah Arendt, Jean Baudrillard e Roberto Esposito. Han oferece uma análise perspicaz para que os leitores possam compreender de forma mais clara como a sociedade capitalista contemporânea opera. De maneira mais detalhada, o livro representa uma valiosa contribuição para sociólogos e pesquisadores interessados na interação entre sociedade e sofrimento mental, ao conectar de maneira clara a ideia de autorrealização e autodestruição em um contexto social específico (CORBANEZI, 2018).

A partir da leitura e discussão da obra, foram construídas duas categorias de análise relacionando as vivências e as reflexões dos autores, com posterior interpretação à luz do referencial adotado: “A pós-graduação como sociedade do cansaço” e “Há possibilidades de ‘vida contemplativa’ na pós-graduação?”.

*A pós-graduação como sociedade do cansaço*

As discussões dessa categoria não negam ou procuram meios de “facilitar” as atribuições e obrigações de um discente no âmbito da pós-graduação *stricto sensu*, mas sim argumentar e refletir sobre o adoecimento psicossocial provocado por esse ambiente e suas características. Tampouco, representa um desabafo de experiências fáticas vivenciadas. Busca, sobretudo, chamar a atenção para o processo de adoecimento da comunidade discente no ambiente da pós-graduação, e debater possíveis estratégias para preveni-lo.

Inicialmente, destaca-se a violência neuronal, conceito apontado por Han (2015) ao chamar atenção para as enfermidades fundamentais da época atual, o que ele denomina de paisagem patológica do começo do século XXI: depressão, síndrome de *Burnout*, transtorno de déficit de atenção com síndrome de hiperatividade (TDAH), ou o Transtorno de personalidade limítrofe (TPL). Segundo o autor, esses transtornos representam enfartos ocasionados pelo excesso de positividade.

Apesar de provocar uma estranheza inicial, o excesso de positividade pode ser visualizado na romantização com a produção acadêmica e o trabalho do pós-graduando. Isso ocorre em diversos contextos: quando a sociedade questiona o aluno de pós-graduação *stricto sensu* com dedicação exclusiva se ele “só” estuda; ou quando se subestima as necessidades fisiológicas de repouso para cumprir as metas estabelecidas, sob uma lógica de “trabalhe enquanto eles dormem”, por exemplo.

Esse excesso de positividade é coadunado nas situações em que o discente faz oposição ao excesso de demandas, situações em que ele é frequentemente coagido a continuar a produzir pois o fato de habitar o território da pós-graduação foi uma escolha particular, ou que esse processo “é assim mesmo”, ainda que o resultado possa ser a própria desistência da pós-graduação ou o adoecimento psicossocial.

Nas suas discussões sobre o excesso de positividade, Han (2015) destaca o fato de a violência neuronal não ser mais proveniente de uma negatividade estranha ao sistema, mas constituir-se de uma violência sistêmica imanente dele próprio, e que a síndrome de *Burnout*, que pode advir da vivência de situações como as supramencionadas, aponta para o excesso de positividade.

A violência neuronal tem como base a ideia de que o indivíduo pode (e deve) fazer tudo - uma clara manifestação do "excesso de positividade" - e se manifesta através da constante estimulação da ação, em um ciclo agitado e interminável. O sujeito não encara o excesso de positividade como algo externo a ser confrontado e combatido, mas sim como uma oportunidade de agir e, por fim, como liberdade. Entretanto, conforme ressalta Han, essa liberdade é coercitiva. Trata-se de uma coerção à liberdade ou de uma liberdade paradoxal que leva à superaceleração, à sobrecarga de produção e ao esgotamento (VIEIRA, 2022).

Outro aspecto vivenciado pelo pós-graduando é o *status* decorrente da sua condição, uma vez que a pós-graduação no Brasil representa um espaço de saber/poder. Han (2015) discute que a sociedade atual não se apresenta mais como a sociedade disciplinar descrita por Foucault, mas sim uma sociedade

do desempenho, que, não raramente, produz indivíduos fracassados e depressivos. Tal mudança paradigmática prediz que o desejo de maximizar a produção já habita o inconsciente natural.

Nessa perspectiva, a sociedade espera, a partir do *status* que a pós-graduação emana, a produção máxima por parte dos discentes que a compõem, dado que eles representariam, nas concepções tanto de docentes, de órgãos regulatórios, assim como do senso comum, o “suprassumo”, ou a “elite” intelectual. Isso acaba por desumanizar os discentes, invisibilizando sua subjetividade e suas vulnerabilidades, fazendo-os abdicar, em muitas situações, dessas características, para conseguir aderir aos moldes pré-estabelecidos e frequentemente inflexíveis exigidos.

Ainda que a sociedade do desempenho possua características diferentes da sociedade disciplinar, conforme Han (2015), o sujeito de desempenho continua disciplinado, e, no âmbito da pós-graduação, o *status* e as exigências que surgem a partir dele funcionam como um mecanismo disciplinarizador. Para mais, o autor discorre que o excesso de desempenho e de trabalho se aprofundam em uma autoexploração, a qual é mais eficiente que a exploração do outro, uma vez que caminha lado a lado com o sentimento de liberdade, que é paradoxal, visto que os adoecimentos psíquicos da sociedade do desempenho representam justamente as manifestações patológicas da liberdade paradoxal (HAN, 2015).

Paradoxal porque leva o pós-graduando a culpar-se nas situações em que não consegue manter o ritmo produtivo exigido pela sociedade do desempenho, intensificando a autoexploração. Isso culmina em uma espécie de mecanismo que busca extrair o máximo (em termos produtivos) do discente, sem, contudo, preocupar-se com sua saúde biopsicossocial, o que se assemelha à fabricação de corpos dóceis ou à biopolítica foucaultiana, porém enquadrada nos moldes da sociedade do desempenho. O final desse processo pode ser o adoecimento do indivíduo, causado pela forma de cobrança efetuada pela pós-graduação e por si próprio, coadunando Han (2015) quando o autor afirma que a depressão emerge no ponto em que o sujeito do desempenho não pode mais poder.

É sob esse prisma que se reflete sobre a situação do pós-graduando como degradado ao conceito arendtiano de *animal laborans*, animal trabalhador pós-moderno, provido de ego ao ponto de quase dilacerar-se (HAN, 2015). O *animal laborans*, como a mais distante possibilidade de modelar o ser humano, delimita o espaço de felicidade viável dentro do limitado horizonte da satisfação vinculada unicamente à condição de pertencer a uma espécie animal. Contudo, ao ser transformado da remota possibilidade de modelar o ser humano em mentalidade dominante como paradigma do progresso humano e de seus sonhos, o *animal laborans* passa a representar a figura de um animal degenerado (CORREIA, 2013).

No contexto da pós-graduação, o egocentrismo por parte de alguns discentes, mas, sobretudo, de docentes orientadores pode apresentar-se como sufocante, dada as pressões que são feitas para que determinado grupo seja o que mais produz dentro de um programa, o que estimula uma competição que não deveria ocorrer nesse âmbito, o qual deveria voltar-se para a construção e o avanço do conhecimento, e não ser um reduto produtor das mais diversas mesquinhas.

A sociedade do cansaço (ou da exaustão) surge então da constante promoção do agir descontrolado e ilimitado. Pouco a pouco, essa sociedade se transforma em uma “sociedade do *doping*”, impulsionada pela ideia de que o indivíduo deve tornar-se uma máquina de desempenho, capaz de operar sem falhas e maximizar seu desempenho, segundo o pensamento de Han. O “doping cerebral” passa a ser conhecido na linguagem atual como “*neuro-enhancement*” (“melhoria cognitiva”), sem conotações tão negativas. Dentro da cultura da performance, as pessoas vivem em um constante ciclo, em que cada objetivo atingido é seguido por novos desafios, resultando em um sentimento permanente de inadequação e insatisfação, que mantém o ciclo de ação incessante de forma compulsiva e obsessiva. O colapso mental e físico, a exaustão e a autodestruição surgem como desfechos desse ciclo aparentemente sem fim (VIEIRA, 2022).

As situações contextuais anteriormente mencionadas acabam por transformar o cenário da pós-graduação e aqueles que habitam seu território existencial em uma sociedade do cansaço, marchando para caracterizar-se como descreve a citação nietzschiana “Por falta de repouso, nossa civilização caminha para uma nova barbárie”.

#### *Há possibilidades de ‘vida contemplativa’ na pós-graduação?*

Diante das reflexões supracitadas, é evidente o alerta para as necessidades psicoemocionais e sociais, afim de se pensar em estratégias potencializadoras de mudanças e melhorias das condições acadêmicas a que os discentes de pós-graduação vivenciam.

Han (2015) evidencia o conceito da vida contemplativa como um pressuposto da pedagogia do ver. Divergindo do conceito arendtiano de *animal laborans*, a ideia apresentada pelo autor discorre que a vida contemplativa consiste em uma saída para a resistência aos estímulos opressores, por meio da ação de “habituar o olho ao descanso”, ou seja, a parar e não reagir de imediato aos estímulos que aparecem e requerem do indivíduo uma resposta, característica que o autor denominou potência positiva. Essa reação positiva de assentir a todo e qualquer impulso, é visto pelo autor como um fator crucial para a instalação de um processo doentio, caracterizado pela hiperatividade e esgotamento espiritual, o que é considerado por ele, fatal.

Partindo dessa premissa, uma das iniciativas emergenciais com vistas a evitar o adoecimento dos discentes de pós-graduação, seria dar mais espaço à experimentação da vida contemplativa, figurada na revisão das demandas de atividades com o propósito de diminuir os excessos, dizendo “não” a tarefas. Essa atitude, segundo o autor, não se fundamenta no argumento de que dizer não seria sinônimo de impotência ou incapacidade de fazer alguma coisa, mas é visto como uma necessidade para possibilitar o processo de reflexão e ação do espírito, uma vez que ambos perdem espaço para o excesso da potência positiva (HAN, 2015).

Nesse processo, a consciência inicial do pós-graduando constitui-se indispensável visando a transformação dessa realidade. No entanto, apenas dizer “não” para as demandas inerentes aos cursos de

mestrado e doutorado, não se trata de uma tarefa fácil, mesmo que tal ação se configure fundamental em certos momentos para assegurar seu bem-estar biopsicoemocional. É importante que haja um entendimento das instituições de ensino, bem como dos órgãos e instancias maiores, de que o adoecimento mental, pode ter suas raízes no ambiente da pós-graduação (LUZ, 2009).

A constante geração de ideias inovadoras, que se renovam continuamente, é um reflexo do avanço científico e um impulso essencial para a ciência moderna. Esse processo ininterrupto de criação só ocorre quando existe certa liberdade em estimular o surgimento do novo, seja na ciência ou na arte. Essa liberdade requer um ritmo específico de trabalho, que pode variar de acordo com as diferentes áreas do conhecimento, mas sempre se distanciando do ritmo das máquinas, que priorizam a produtividade. (LUZ, 2009).

Para argumentar e destacar a importância desse entendimento, a literatura revela diversos fatores estressantes no ambiente da pós-graduação. Entre eles, destacam-se dilemas como a ausência de escuta por parte das coordenações de cursos em relação aos problemas enfrentados pelos pós-graduandos, a exigência de alta produtividade, a falta de bolsas de estudo que permitam aos estudantes dedicar mais tempo aos seus respectivos cursos, a relação conflituosa com os orientadores e os relacionamentos interpessoais insatisfatórios, frequentemente marcados pela competição entre os colegas (GLATZ *et al.*, 2022).

Em contrapartida a essa realidade, reforça-se que a inserção de discussões sobre a saúde mental no ambiente da pós-graduação é apontada como um fator potencializador para a promoção de práticas de ensino acolhedoras e que favoreçam o enfrentamento dos discentes às barreiras e cobranças acadêmicas (PINZÓN *et al.*, 2020). Espaços que gerem a oportunidade de discussões desta natureza são escassos no ambiente da pós-graduação, mesmo havendo um leque de opções que possam gerar uma aproximação, como as disciplinas curriculares obrigatórias e optativas, promoção de eventos científicos, fóruns de discussões, seminários de acompanhamento aos discentes, dentre outros.

Dessa maneira, a invisibilidade do adoecimento mental na pós-graduação se sobressai e caracteriza o cansaço dos discentes como solitário e individualizado (HAN, 2015). Esse isolamento, muitas vezes sofre a influência dos estigmas e tabus existentes em torno dos transtornos mentais, ainda mais se tratando do ambiente da universidade, no qual deveria representar um espaço aberto ao diálogo (COSTA, NEBEL, 2018).

Além disso, a participação de mestrandos e doutorandos no processo de avaliação dos programas de pós-graduação, além de ser benéfico para o amadurecimento em seus processos formativos (FERREIRA, OLIVEIRA, CAVALCANTE, 2022) consiste em outra estratégia para aumentar a visibilidade do dilema da potência positiva que agride a saúde biopsicossocial dos discentes, e assim, haver a possibilidade de reflexões visando a inclusão da preservação da saúde mental desses sujeitos como prioridade no planejamento de ensino, pesquisa e gestão, de maneira transversal.

Embora o presente estudo se concentre nas reflexões relacionadas ao ambiente da pós-graduação, é importante destacar que a necessidade de atenção ao sofrimento psíquico também se estende ao Ensino Superior como um todo, incluindo a graduação. Esse contexto acadêmico também aborda de maneira frágil e insuficiente os aspectos do cuidado em saúde mental dos estudantes, em meio às demandas do cotidiano acadêmico (GLATZ *et al.*, 2022).

#### *Considerações finais*

O contexto da pós-graduação e suas facetas contribui para os prejuízos ocasionados na saúde biopsicossocial daqueles que a constituem, o que pode vir a ocorrer por mecanismos como a violência neuronal e o excesso de positividade, e o *status*, que confluem para transformar os discentes em um *animal laborans*. De maneira global, percebe-se um cenário em que as atribuições e competências desses sujeitos se veem afetadas em virtude da capacidade reflexiva, crítica e analítica, sofrer influência do estado de espírito do pesquisador, o que pode minar sua criatividade, considerada a força motriz da construção do conhecimento científico.

A preservação da saúde mental dos discentes precisa ser encarada com um fator determinante para o bom desempenho em seu processo de formação e para o retorno social que essa formação irá proporcionar. Assim, as reflexões levantadas indicam possibilidades de caminhos para estudos futuros direcionarem sua atenção a comunidade de discentes dos cursos de mestrado e doutorado, afim de oportunizar a escuta e mostrar a realidade dos desafios que circundam o ambiente da pós-graduação, no intuito de propiciar direcionamentos e subsidiar a implementação de mudanças necessárias, que irão ao encontro do conceito de vida contemplativa.

É válido mencionar como limitação do presente estudo, além do seu caráter reflexivo torná-lo passível de julgamentos individuais, a deficiência de estudos publicados na literatura que abranjam a temática da saúde mental no ambiente da pós-graduação, o que corrobora a importância da iniciativa da presente reflexão.

## REFERÊNCIAS

- CESAR, F.C.R.; SOUSA, E.T.; RIBEIRO, L.C.M.; OLIVEIRA, L.M.A.C. Estressores da pós-graduação: revisão integrativa da literatura. **Cogitare Enferm.**, 2018, v. 23, n. 4: e57460. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.5380/ce.v23i4.57460>. Acesso em 13 jun. 2022.
- COSTA, E.G.; NEBEL, L. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis**, 2019, v. 50. Disponível em: <http://journals.openedition.org/polis/15816>. Acesso em 15 jun 2022.
- CORREIA, A. Quem é o animal laborans de Hannah Arendt?. **Revista de Filosofia Aurora**, v. 25, n. 37, p. 199–222, 2013. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/aurora/article/view/679>. Acesso em: 14 jun. 2024.
- CORBANEZI, E. Sociedade do cansaço. **Tempo Social**, v. 30, n. 3, p. 335–342, set. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ts/a/6vbqVgYtLDWCCSsvszXZVVp/?lang=pt#>. Acesso em 13 jun. 2024
- FARO, A. Estresse e estressores na pós-graduação: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa** [online]. 2013, v. 29, n. 1, p. 51-60. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722013000100007>. Acesso em 25 jul. 2022.
- FERREIRA, J.S.; OLIVEIRA, L.A.; GODINHO, R.L.P.; SANTOS, P.S.S.R.; HANZELMANN, R.S.; PASSOS, J.P. Alunos da pós-graduação em enfermagem e o nível de estresse. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 7, n. 3, p: 20-25, 2016. <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/659>. Acesso em 27 jul. 2022.
- FERREIRA, J.E.S.M.; OLIVEIRA, L.R.; CAVALCANTE, T.F. Contribuição dos alunos na avaliação de programas de mestrado e doutorado na área de enfermagem. **Investir. Educ. Enferm.**, v. 40, n. 1:e01, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.17533/udea.ice.v40n1e01>. Acesso em 25 jul. 2022.
- GLATZ, E.T.M.M. et al. A saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos: uma revisão de literatura em teses e dissertações. **Revista Educar Mais**, v. 6, p. 255–273, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ifsul.edu.br/index.php/educarmais/article/view/2719>. Acesso em: 14 jun. 2024.
- HAN, B.C. **Sociedade do cansaço**. – Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.
- LUZ, M.T. Prometeu acorrentado: análise sociológica da categoria produtividade e as condições atuais da vida acadêmica. **PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva**, v.15, n.1, p:39- 57, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/h6Gx7HZdNs7y4NSmNfQZDWv/abstract/?lang=pt>. Acesso em 20 jul. 2022.
- OLIVEIRA, C.A. **Ansiedade, depressão e estresse, uso de álcool e outras drogas e a satisfação de discentes de pós-graduação stricto sensu**. 2019. 112 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Departamento de Pós-Graduação, Universidade Federal do Amapá, Macapá, 2019. Disponível em: <http://repositorio.unifap.br:80/jspui/handle/123456789/106>. Acesso em: 20 de julho 2022.
- PINZON, J.H. SANCHEZ, G.M.; MACHADO, W.L.; OLIVEIRA, M.Z. Barreiras à Carreira e Saúde Mental de Estudantes de Pós-graduação. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, 2020, v. 21, n. 2, p.189-201. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2020v21n206>. Acesso em 21 jul 2022.
- SILVA, P. F.; CALDAS JÚNIOR, A. de F.; ALBUQUERQUE, D. S. Analysis of the Sense of Coherence, anxiety and depression in graduate students: Follow-up study. **Research, Society and**

- Development**, 2021, v. 10, n. 7, p. e28610716473. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16473>. Acesso em 28 jul. 2022.
- SILVA, M.G. Capitalismo, pós-graduação e adoecimento mental. **Revista Metodologias e aprendizado**, v. 5, p. 1- 14, 2022. Disponível em: <https://publicacoes.ifc.edu.br/index.php/metapre/article/view/2378>. Acesso em 28 jul. 2022.
- SOUZA, N.V.D.O.; et al. Perspectivas de egressos de enfermagem de cursos stricto sensu sobre o mundo do trabalho. **Cogitare Enferm.**, 2022, v. 27. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.76136>. Acesso em 28 jun. 2022.
- VIEIRA, CEC. Sociedade do cansaço: reflexo da sociedade capitalista de razão neoliberal. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 25, e-194197, 2022. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/cpst/article/view/194197/189107>. Acesso em 14 jun. 2024.
- ZANCAN, R.K.; MACHADO, A.B.C.; BOFF, N.; OLIVEIRA, M.S. Estresse, Ansiedade, Depressão e Inflexibilidade Psicológica em Estudantes Universitários de Graduação e Pós-Graduação. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 2, p: 749-67, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/epp.2021.61067>. Acesso em 26 jul. 2022.
- ZOTESSO, M. C. **Sofrimento psicológico em pós-graduandos: Aspectos emocionais e comportamentais**. 2021. 95f. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – UNESP, Faculdade de Ciências, Bauru, 2021. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/items/9abe0bce-3475-49a2-a51b-a01686d1406f>. Acesso em 21 jul. 2022.

*Recebido em: 24 de fevereiro de 2024.  
Aprovação final em: 21 de junho de 2024.*