



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DO MARAJÓ – BREVES  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS

LAIANY GLEICE DOS SANTOS RICARDO

**CÍRCULOS DE LEITURA E SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE:**  
o caso do clube do livro conexões

BREVES/PARÁ  
2022

LAIANY GLEICE DOS SANTOS RICARDO

**CÍRCULOS DE LEITURA E SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE: o  
caso do clube do livro conexões**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Educação e Ciências Humanas do Campus Universitário do Marajó-Breves, da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para conclusão do curso de Pedagogia.

Orientação: Profa. Dra. Eliane Miranda Costa.

Co-Orientação: Me. Amanda Gabriella Borges Magalhães

BREVES/PARÁ  
2022

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD  
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Pará  
Gerada automaticamente pelo módulo Ficat, mediante os dados fornecidos pelo(a)  
autor(a)**

---

R488c Ricardo, Laiany Gleice dos Santos.  
Círculos de leitura e saúde mental na universidade : o  
caso do clube do livro conexões / Laiany Gleice dos Santos  
Ricardo. — 2022.  
51 f. : il. color.

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>. Dra. Eliane Miranda Costa  
Coorientador(a): Prof<sup>a</sup>. MSc. Amanda Gabriella Borges  
Magalhães

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -  
Universidade Federal do Pará, Campus Universitário de  
Breves, Faculdade de Educação, Breves, 2022.

1. Promoção à saúde mental. 2. Universidade. 3.  
Leitura. I. Título.

CDD 378.0072

---

LAIANY GLEICE DOS SANTOS RICARDO

**CÍRCULOS DE LEITURA E SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE: o  
caso do clube do livro conexões**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Educação e Ciências Humanas do Campus Universitário do Marajó-Breves, da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para conclusão do curso de Pedagogia.

Data de aprovação: 08/02/2022

**Banca Examinadora:**

---

Profa. Dra. Eliane Miranda Costa  
FECH - Orientadora - UFPA

---

Me. Amanda Gabriella Borges Magalhães  
Co-orientadora - UFPA

---

Prof. Dr. Leonildo Nazareno do Amaral Guedes  
Examinador Interno - UFPA

## **AGRADECIMENTOS**

Meu agradecimento em primazia é a Deus por ter sido meu braço forte, socorro bem presente nas tribulações. Só Ele e eu sabemos o quanto foi dolorido escrever sobre saúde mental em um momento tão turbulento, que todos estamos vivendo. Momento este que, particularmente, estava sentindo tudo, menos saudável. Na verdade, são tempos de perda e, também, de aprendizado nessas perdas. Posso dizer que enquanto debruçava-me sobre esta pesquisa, ela me feria e me curava e, nesse processo de dor e alívio cheguei até aqui. O fim que também é o início, de novos objetivos, novos sonhos e novos obstáculos a serem vencidos.

Agradeço a Cristo por ter pessoas ao meu redor que me ajudaram mesmo não percebendo, como meus amigos e meus pais que, dia após dia, me viam sentada e concentrada em frente ao notebook e não me chamavam mesmo precisando de ajuda. Ou quando acabava de ler algo e começava a comentar sobre a leitura para você mãe, mesmo não entendendo você fazia aquele “hum” de concordância. Saiba que esses momentos me deram clareza para conseguir escrever. Agradeço e dedico este trabalho a todos os meus professores e professoras que durante esses anos me ensinaram tanto com tamanho afinho e dedicação, espero um dia ser uma profissional tão excelente quanto vocês. Em especial, agradeço à minha orientadora pelo apoio e colaboração.

Por último, gostaria de mostrar minha sincera gratidão à minha querida co-orientadora, Amanda. Obrigada pelo empenho e dedicação que dedicou a mim e à minha pesquisa, penso que esse trabalho também é seu, pois você estava presente do início ao fim. E se foi difícil para mim, para você também não foi fácil. Fico feliz de ter tido essa experiência com você, espero que ela tenha sido enriquecedora para você tanto quanto foi para mim.

Aos demais que estão lendo esta pesquisa, obrigada! Que ela possa ajudar a responder suas perguntas ou fazer surgir novas reflexões. Que Cristo reine em nossos corações hoje e sempre, felicidades em nosso redentor!

“O Senhor é minha força e o meu escudo; n’Ele o meu coração confia, e d’Ele recebo ajuda. Meu coração exulta de alegria, e com o meu cântico lhe darei graças.”

(Salmos 28:7)

## RESUMO

Considerando a importância de intervenções em promoção à saúde mental no ensino superior, esta pesquisa exploratória teve como objetivo descrever a experiência dos participantes do Clube de Livro Conexões, implementado como estratégia de promoção à saúde mental estudantil no contexto de afastamento das aulas presenciais devido à pandemia da COVID-19. Através de entrevistas semiestruturadas realizadas com seis participantes do Clube, buscamos compreender como a experiência no círculo de leitura impactou na vida acadêmica/laboral e no bem-estar pessoal dos participantes neste contexto. Os entrevistados apontaram o Clube de Leitura como um importante suporte em sua vida pessoal e acadêmica/profissional no contexto pandêmico. Através do clube, os entrevistados relataram ter experienciado uma relação com a leitura diferente da acadêmica, marcada pela ausência da sensação de obrigação, pela leitura de obras na íntegra e pela possibilidade de partilha de suas impressões com outros leitores, ampliando pontos de vista sobre a mesma obra. Os participantes ressaltaram a importância da ligação das obras escolhidas com o contexto vivido, o que possibilitou a discussão de temas relevantes para a formação pessoal e acadêmica, além de reflexões sobre o contexto pandêmico. Pode-se afirmar que o clube de leitura se mostrou uma potente ferramenta de promoção à saúde mental estudantil na medida em que possibilitou experiências de encontro, construção de vínculos, espaço de diálogo sobre temas relacionados à vida dos participantes e a experiência de pertencimento e acolhimento no contexto de suspensão das aulas e afastamento das atividades presenciais.

**Palavras-Chave:** Promoção à saúde mental. Universidade. Leitura.

## ABSTRACT

Considering the importance of interventions to promote mental health in higher education, this exploratory research aimed to describe the experience of participants in the Connections Book Club, implemented as a strategy to promote student mental health in the context of withdrawal from classroom lectures due to the COVID-19 pandemic. Through semi-structured interviews conducted with six Club participants, we sought to understand how the book circle experience impacted participants' academic/work life and personal well-being in this context. The interviewees pointed to the Reading Club as an important support in their personal and academic/professional lives in the pandemic context. Through the club, the interviewees reported having experienced a relationship with reading that was different from the academic one, marked by the absence of the feeling of obligation, by reading works in their entirety, and by the possibility of sharing their impressions with other readers, broadening points of view about the same work. The participants emphasized the importance of the connection of the works chosen with their lived context, which enabled the discussion of relevant themes for personal and academic development, as well as reflections on the pandemic context. It can be said that the book club proved to be a powerful tool for promoting student mental health in that it allowed experiences of meeting, bonding, dialogue about issues related to the lives of participants and the experience of belonging and welcoming in the context of suspension of classes and away from classroom activities.

**Keywords:** Mental health promotion. University. Reading.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>09</b>
<b>2</b>	<b>CÍRCULOS DE LEITURA COMO ESPAÇOS DE PROMOÇÃO À SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE.....</b>	<b>18</b>
<b>2.1</b>	<b>Mas afinal, o que é saúde mental?.....</b>	<b>21</b>
<b>2.2</b>	<b>Por que é tão importante falar sobre a saúde mental na universidade?.....</b>	<b>22</b>
<b>3</b>	<b>O CASO DO CLUBE DO LIVRO CONEXÕES.....</b>	<b>25</b>
<b>3.1</b>	<b>A experiência com o Clube do Livro Conexões.....</b>	<b>28</b>
<b>4</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>39</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>41</b>
	APÊNDICE A - Entrevista Semiestruturada.....	45
	APÊNDICE B - Termo de Consentimento Livre Esclarecido.....	46

## 1 INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como tema a promoção de práticas de cuidado à saúde mental no ensino superior e apresenta os círculos de leitura como uma das maneiras possíveis para intervir sobre este tema coletivamente dentro da universidade. Traremos, para isso, uma discussão teórica sobre círculos de leitura e sua relação com a promoção e saúde mental, e também relatos sobre a experiência de participantes do Clube do Livro Conexões – um círculo de leitura implementado virtualmente na Universidade Federal do Pará (UFPA) com esta finalidade.

O Clube do Livro Conexões foi criado em junho de 2020 a partir do Projeto Conexões: vida universitária e saúde mental<sup>1</sup>, da assistência estudantil<sup>2</sup> da UFPA. O Projeto, ainda em vigência no período de defesa deste trabalho, é coordenado por uma profissional de psicologia ligada à assistência estudantil e tem como objetivo promover espaços de escuta e debates interdisciplinares sobre saúde mental e vida universitária.

O Clube surgiu como um desses espaços, visando dar suporte emocional e gerar integração entre a comunidade acadêmica durante o período de afastamento do espaço físico da universidade por conta da pandemia da COVID19<sup>3</sup>. Aliado a isso, tinha o objetivo de incentivar o hábito da leitura no contexto de distanciamento social, auxiliando com a redução de estresse e manutenção de uma rotina saudável em meio às restrições da quarentena.

A leitura, além de ser uma das habilidades fundamentais requeridas dos estudantes durante sua graduação, também pode ser utilizada como estratégia para criar diálogo, reflexão e transmitir informações sobre saúde no contexto acadêmico.

---

<sup>1</sup> Atuei como bolsista do Projeto pelo período de dois anos, e estive à frente da implementação do Clube do Livro Conexões junto à equipe psicossocial da assistência estudantil e demais bolsistas.

<sup>2</sup> Além de oferecer assistência na esfera das necessidades básicas como moradia, alimentação e transporte, a assistência estudantil da UFPA oferece também serviços de atenção à saúde dos estudantes (física e mental), incentivo à Formação de Cidadania e Cultura; Esporte e Lazer, Acessibilidade, Inclusão digital, Ensino de Línguas Estrangeiras e Apoio Pedagógico visando o bem-estar, a redução das retenções e de evasão escolar e a melhora do desempenho acadêmico dos alunos (UFPA, 2016).

<sup>3</sup> “A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. O SARS-CoV-2 é um betacoronavírus descoberto em amostras [...] obtidas de pacientes com pneumonia de causa desconhecida na cidade de Wuhan, província de Hubei, China, em dezembro de 2019.” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Além disso, os círculos de leitura favorecem a criação de vínculos entre os participantes e debates de temas que atravessam a vida e a formação universitária.

Sabemos que, mesmo em cenários habituais, a experiência da graduação traz inúmeros desafios capazes de marcar negativamente esta fase para muitos estudantes. Nogueira (2017), por exemplo, a partir da pesquisa feita em sua tese de doutorado, nos relata que a saúde mental dos estudantes do ensino superior vem decrescendo nestas últimas décadas.

Muitas vezes, o sofrimento emocional vivenciado pelos discentes interfere no bom aproveitamento das oportunidades que a graduação apresenta e na formação de vínculos positivos com os docentes, colegas de curso e demais integrantes da comunidade acadêmica, fator essencial para auxiliar na permanência e conclusão do curso por parte dos alunos (OLIVEIRA; DIAS, 2014. CARTELO, 2012).

Dados da V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos graduandos das IFES (2018) apontam que muitos estudantes têm vivenciado dificuldades emocionais como ansiedade (63,6%), tristeza persistente (22,9%), medo/pânico (13,5%), desamparo/desespero (28,2%), ideia de morte (10,8%) e pensamento suicida (8,5%) (FONAPRACE/ANDIFES, 2018). Estes números evidenciam a relevância de pensar em ações que promovam atividades de educação em saúde mental<sup>4</sup> nas universidades.

Atualmente, dentre os temas em voga em torno da saúde mental, preocupa o aumento dos índices de suicídio, principalmente em relação ao público jovem (faixa etária que se estende dos 15 aos 29 anos, na classificação do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE). Embora haja maior ocorrência entre os idosos, o público jovem e adolescente tem estado cada vez mais presente nestas estatísticas. O Sistema de Informações de Mortalidade (SIM) nos mostra que, de um total 172.051 suicídios no Brasil, 52.388 casos foram de jovens entre quinze (15) e vinte e nove (29) anos de idade (30,5%). Esta taxa encontra-se crescente para o público jovem (RIBEIRO; MOREIRA, 2018).

---

<sup>4</sup> Assim como ouvimos e lemos especialistas que ensinam a respeito de hábitos positivos (boa alimentação, exercícios físicos, boas noites de sono, etc...) para o bem estar da saúde física, é igualmente necessário que haja esse tipo de iniciativa no campo da saúde mental, sempre incentivando o autoconhecimento para que quando estiver passando por um momento estressante ou que cause ansiedade, a pessoa saberá quais hábitos positivos podem vir a ajudar na vivência desses momentos sem maiores danos, assim ajudando no seu bem estar (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE).

As universidades, assim como as demais instituições de ensino, podem ser vistas como um local estratégico para a realização de ações de promoção à saúde mental voltada a este público. Segundo Estanislau e Bressan (2014), os ambientes educacionais têm muito a contribuir na promoção de práticas de cuidado à saúde mental dos jovens por serem mais acessíveis e menos estigmatizados do que os estabelecimentos de saúde.

A partir de levantamento sobre promoção de saúde mental com estudantes universitários, encontramos várias referências (NOGUEIRA, 2017; GRANER E CERQUEIRA, 2017; CANDEIAS, 2018; GOMES; CALIXTO, 2019) apontando a importância de ações em torno desse tema na universidade. Porém, são poucos os trabalhos que descrevem intervenções realizadas com essa finalidade que fuja aos tradicionais atendimentos psicológicos individuais destinados aos estudantes.

Por conta disso, pensando em promover espaços coletivos de cuidado à saúde mental na universidade, fomos em busca de outros modelos de intervenção fora do âmbito educacional. Na rede de saúde pública, segundo Mendes (2016), os estabelecimentos que atendem a população com necessidade de atenção à saúde mental que já apresentam transtornos mentais estabelecidos ou risco de suicídio, são os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Na literatura, podemos encontrar algumas referências de trabalho coletivo de promoção à saúde mental produzidas nesses espaços.

Algumas das estratégias para favorecer o maior envolvimento psicossocial usadas pelos CAPS são, por exemplo, oficinas que se utilizam de linguagens artísticas como dança, escrita, música, cinema, desenhos, teatro, entre outras ações, visando promover integração social, expressividade, ampliação de habilidades corporais e prática coletiva de cidadania (BRASIL, 2004 apud MENDES, et al, 2016).

Inspirados por este modelo, propusemo-nos, inicialmente, a realizar atividades coletivas com estudantes de graduação do Campus Universitário do Marajó-Breves que pudessem aliar lazer, construção de vínculos e integração entre os alunos e educação em saúde, trazendo informações que pudessem auxiliá-los a perceber sinais de risco e indicadores de situações de adoecimento mental.

Porém, em 2020, ano de execução das atividades previstas, deparamo-nos com uma situação atípica que levou à suspensão das atividades presenciais em vários estabelecimentos, incluindo as universidades: a pandemia da COVID19. Por conta disso, não foi possível realizar atividades presenciais com os estudantes. Diante deste desafio, buscamos novas alternativas para prosseguir com o trabalho.

Por meio das revisões literárias sobre o tema “Promoção à saúde mental no ensino superior” e leituras de cartilhas disponibilizadas pelo guia preliminar da *Inter-Agency Standing Committee (IASC)*<sup>5</sup> publicadas em março de 2020 pela Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), foi possível encontrar recomendações gerais sobre saúde mental, atenção psicossocial e estratégias de cuidado psíquico em situações de emergências e desastres, como é o caso da pandemia em curso. Dentre as recomendações principais estava o uso de “ações que auxiliem na redução do nível de estresse agudo” (FIOCRUZ, 2020, p. 4) e mecanismos que possam vir a auxiliar no bem estar de adultos no período de quarentena, como por exemplo a leitura.

Como forma de incentivar a leitura e o diálogo entre membros da comunidade acadêmica e oferecer um ambiente virtual de acolhimento, encontros e conversas entre estudantes nesse período crítico, implementou-se de forma remota o círculo de leitura virtual “Clube do Livro Conexões”. Inicialmente, com encontros quinzenais e incentivo ao hábito diário da leitura através do grupo de *Whatsapp* criado para a integração dos participantes. Como bolsista do Projeto Conexões, estive à frente da organização e execução deste projeto, junto às psicólogas<sup>6</sup> que coordenavam o Clube e outros bolsistas de cursos da área da educação.

Meu interesse pelo tema da saúde mental, já me acompanhava desde antes da graduação, se intensificou quando entrei na equipe do Projeto Conexões, onde tive contato com o debate sobre a importância do tema “saúde mental na universidade”. Como bolsista, pude também perceber com mais ênfase a importância das práticas de núcleos e divisões de assistência aos estudantes das

---

<sup>5</sup> “O Comitê Permanente Interagências (IASC) é um fórum interagências exclusivo para coordenação, desenvolvimento de políticas e tomada de decisões envolvendo os principais parceiros humanitários da ONU e não-ONU. O IASC foi instituído em junho de 1992 em resposta à Resolução 46/182 da Assembleia Geral das Nações Unidas sobre o fortalecimento da assistência humanitária.” (*inter-Agency standing committee (IASC)*, 2014)

<sup>6</sup> O Clube de Leitura foi uma iniciativa coordenada pela psicóloga ligada ao campus da UFPA de Cametá (CUNTINS), auxiliada pela psicóloga do campus de Breves (CUMB), com bolsistas ligados a ambos os campi.

universidades<sup>7</sup>. As ações de assistência por vezes são fundamentais na trajetória dos discentes em situação de vulnerabilidade socioeconômica, por auxiliarem com recursos e serviços básicos que permitem sua permanência na universidade e auxiliam na diminuição da evasão no ensino superior.

Na UFPA, a equipe mínima que compõe o quadro de profissionais das DAESTs envolve serviço social, psicologia e pedagogia. Apesar da proposta de trabalho interdisciplinar para atender às demandas da assistência estudantil, ainda se percebe uma divisão de temas que seriam destinados a cada especialidade: o rendimento acadêmico, ao pedagogo; as análises de vulnerabilidade socioeconômica, aos assistentes sociais e o apoio à saúde mental, aos psicólogos. Mas essa divisão não se dá apenas no âmbito da assistência estudantil, ela extrapola para os campos de atuação no geral.

Em nossa revisão bibliográfica, por exemplo, deparamo-nos com uma escassez de publicações sobre saúde mental na área da pedagogia. Com base nas pesquisas realizadas sobre intervenções de saúde coletiva na universidade, foram encontrados relatos de alguns estudos voltados para este fim por meio de revisões de literatura. No entanto, em sua maioria, elas foram realizadas pelo curso de enfermagem com o foco nos estudantes dos cursos de medicina, enfermagem e fisioterapia, como nos informa Gomes e Calixto (2019) em sua revisão de literatura<sup>8</sup>. A maioria das pesquisas encontradas era de cunho quantitativo e utilizavam questionários com o intuito de medir níveis de saúde mental dos estudantes de determinados cursos e identificar as características ligadas ao sofrimento mental desses jovens estudantes do ensino superior.

---

<sup>7</sup> No âmbito da Universidade Federal do Pará (UFPA), a Assistência Estudantil é organizada no formato de Superintendência (Superintendência de Assistência Estudantil – SAEST), e possui ramificações para a ação mais próxima dos discentes dos campi do interior do estado, denominadas Divisões de Assistência Estudantil (DAESTs). Cada DAEST conta com uma equipe mínima de atuação composta pelo triê: serviço social, psicologia e pedagogia.

<sup>8</sup> Foram usados 31 artigos de diversos países para execução do trabalho. Para melhor entendimento as autoras dividiram por temáticas, as quais foram: Artigos relacionados à adaptação do estudante, artigos sobre a influência das emoções, sobre o ensino superior, o produtivismo acadêmico e artigos relacionados com os transtornos mentais em estudantes. Por fim, “Foi observado maior prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em estudantes da área da saúde, em destaque para enfermagem, medicina e fisioterapia, sendo os mais frequentes a ansiedade e a depressão” (GOMES & CALIXTO, 2019, p.07). Nenhum dos trabalhos encontrados em nossas buscas foi realizado na área da pedagogia.

Nossa busca foi realizada na biblioteca virtual da Scielo<sup>9</sup>. Foram usadas as seguintes palavras chaves: “saúde coletiva na universidade”<sup>10</sup>, “pedagogia e saúde coletiva” e “promoção de saúde mental no ensino superior”<sup>11</sup>.

Com a primeira, foram encontrados 19 resultados, sendo que somente três foram relacionados à bem estar na universidade, mas em relação aos professores. Com a segunda, um resultado foi encontrado, mas era relacionado ao uso de substâncias psicoativas por futuros educadores. No terceiro caso, foram encontrados três resultados sendo dois mais relevantes, no entanto não foram realizados na área da pedagogia.

Pautar o tema saúde mental nas mais diversas instituições, não só no campo da saúde, exige o envolvimento com o coletivo, pois é um assunto interdisciplinar que envolve saberes de todas as áreas para sua compreensão e formulação de intervenções, uma vez que o cuidado à saúde mental é responsabilidade de todos (GOMES; LOUREIRO, 2013).

Diante do desafio de promover espaços coletivos de cuidado à saúde mental na universidade e encontrar modelos que subsidiem esta prática de forma interdisciplinar (unindo pedagogia, serviço social, psicologia e outros campos de saber), optamos por publicizar a experiência realizada com o Clube do Livro Conexões por meio de uma pesquisa acadêmica. A pesquisa consiste em compreender os impactos da participação no círculo de leitura virtual na vida acadêmica/laboral e no bem-estar pessoal dos participantes neste contexto inédito de suspensão das atividades presenciais na universidade.

Para tanto, passamos a questionar como os círculos de leitura podem ser utilizados como estratégia coletiva de promoção à saúde mental? Como se deu esta experiência com o Clube do Livro Conexões, na UFPA? Nosso objetivo geral é descrever a experiência dos participantes do Clube de Livro Conexões, implementado como estratégia de promoção à saúde mental estudantil no contexto de afastamento das aulas presenciais devido à pandemia da COVID-19.

---

<sup>9</sup> “O *Scientific Electronic Library Online* é um portal de revistas brasileiras que organiza e publica textos completos de revistas na Internet. Produz e divulga indicadores do uso e impacto desses periódicos.” (BIBLIOTECA VIRTUAL DE PSICOLOGIA)

<sup>10</sup> Os filtros usados na busca dessa palavra-chave foram “periódicos cadernos saúde coletiva”, “coleções no Brasil-portugues”. As áreas temáticas usadas foram “ciências humanas”, “educação”, “citavel”. O período de tempo foi de 2017 a 2020.

<sup>11</sup> Não foram adicionados filtros nesta busca.

Especificamente, procuramos investigar através da literatura como os círculos de leitura podem auxiliar como dispositivos de promoção à saúde mental no ensino superior; descrever o caso do Clube do Livro Conexões em sua implementação e funcionamento como círculo de leitura virtual e compreender como a experiência no Clube do Livro Conexões impactou na vida acadêmica/laboral e no bem-estar pessoal dos participantes durante a suspensão das atividades presenciais na UFPA devido à pandemia da COVID19.

Metodologicamente, a pesquisa caracteriza-se como um estudo exploratório de cunho descritivo e abordagem qualitativa, com uso do método de estudo de caso. Trata-se de uma pesquisa social, por envolver o convívio, as relações humanas e seus significados, o que, segundo Derlandes e Gomes (2015), é o alvo da pesquisa qualitativa. Optou-se pelo método de estudo de caso do tipo único (Yin, 2005) por melhor atender o objetivo de analisar o círculo de leitura virtual “Clube do Livro Conexões” como espaço de promoção à saúde mental.

Os sujeitos participantes da pesquisa foram estudantes, docentes da rede pública e técnicos dos campi de Breves e Cametá, da Universidade Federal do Pará, que participaram do Clube do Livro Conexões durante o ano de 2020. Os participantes eram em sua maioria mulheres de classe média/baixa, com faixa etária que se estendeu de vinte e um (21) a quarenta e um (41) anos.

Os critérios para a escolha dos entrevistados foram: participar de no mínimo três encontros do clube do livro, ter envolvimento nas reuniões e no grupo de *whatsapp* e ter vinculação com a UFPA. Foram escolhidos seis integrantes: quatro alunos, sendo duas mulheres e dois homens dos cursos de Pedagogia Campus-Breves, Serviço Social-Breves, Letras-Breves e História-Cametá, respectivamente; uma técnica administrativa em Educação da UFPA/Breves, que atuou como vice-coordenadora do Clube, e uma ex-aluna do curso de Letras-Cametá que, atualmente, trabalha como professora de Língua Portuguesa da rede pública e aluna especial no Programa de Mestrado em Educação e Cultura do Campus de Cametá.

A entrevista semiestruturada foi escolhida como procedimento para a coleta de dados por se pautar na flexibilidade e pela busca de significados, permitindo que o entrevistado responda as perguntas conforme as suas referências, não ficando presos em perguntas fechadas. Minayo (2002, p.58) nos aponta a entrevista

semiestruturada como um meio termo entre a entrevista aberta e a estruturada, que permite que a entrevista não seja tão rígida e continue com o foco em seu objetivo que é a coleta de dados.

A proximidade entre o entrevistado e o entrevistador é um ponto importante deste método, ele permite que seja criada uma estreita relação entre as pessoas, esse contato pode aproximar e estimular os entrevistados (MAY, 2004, p.149). Essa liberdade não quer dizer que o entrevistado irá falar deliberadamente, o entrevistador terá o papel de direcionar a conversa para o tema da entrevista, afinal não é apenas uma conversação, tem o objetivo de coletar dados (MAY, 2004).

Para a realização das entrevistas foi feito um convite explicando o objetivo deste trabalho e como a entrevista seria utilizada. Após isso, foi enviado, aos participantes que demonstraram interesse em participar, o Termo de Consentimento Livre Esclarecido<sup>12</sup>, para que os participantes assinassem.

Antes da data marcada para a entrevista foi enviado via *Whatsapp* um pequeno questionário com algumas perguntas pessoais como: nome, idade, cidade e curso/área de trabalho. As entrevistas foram realizadas por meio da ferramenta de videochamada *google meet*. As mesmas foram gravadas com o consentimento dos participantes. Após isso, as entrevistas foram transcritas na íntegra.

Os dados coletados nesta pesquisa foram organizados e analisados seguindo os parâmetros da análise do conteúdo, que tem como ponto de partida a mensagem. Nessa análise, o pesquisador busca compreender as características, os significados que estão por trás dos fragmentos de mensagens que podem ser levadas em consideração ao tema da pesquisa (CAMARA, 2013). Este método de análise é um procedimento mais amplo que permite que a pesquisa realizada, possa satisfazer as necessidades deste estudo, que busca compreender e responder as perguntas causadas pelo tema.

Para melhor organização e entendimento, a pesquisa foi dividida em dois capítulos. No primeiro capítulo buscamos aprofundar os conhecimentos sobre leitura e seus benefícios à saúde que são reconhecidos há muito tempo por nossos antepassados *Hindus*. Serão apresentadas pesquisas que mostram o círculo de leitura em formato de biblioterapia e como forma de incentivar os alunos a leitura.

---

<sup>12</sup> Resolução Nº 510, de 07 de abril de 2016. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em 22 dez. 2021.

Também será considerado o círculo de leitura como um dispositivo grupal que pode auxiliar na promoção da saúde mental.

Dentro do primeiro capítulo, abordamos no subtópico 2.1 os conceitos de saúde hospitalocêntrico e o biopsicossocial, citamos também as lutas da reforma psiquiátrica e esclarecemos os significados dos conceitos de prevenção e promoção que percorrem por todo o texto. No subtópico 2.2 relatamos sobre a importância de se falar sobre saúde mental dentro da universidade, para isso expomos alguns estudos referente a essa temática mostrando a necessidade do incentivo à promoção à saúde mental na universidade. Por meio das atividades não acadêmicas enfatizamos a atuação dos círculos de leitura como um método que pode ser utilizado para educação em saúde e vinculações interpessoais e com o ambiente universitário.

No segundo capítulo descrevemos especificamente os percursos metodológicos utilizados no caso do clube do livro conexões. Nele contém desde a criação do clube, divulgação, data das reuniões, escolha dos livros até o roteiro dos encontros. No subtópico 3.1 relatamos um pouco das experiências dos participantes do clube de leitura que foram entrevistado/as. Por fim, apresentamos as considerações finais fazendo um breve resumo desta pesquisa, mostrando seus objetos, ações realizadas e os seus resultados.

## 2 CÍRCULOS DE LEITURA COMO ESPAÇOS DE PROMOÇÃO À SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE

Segundo Arrussul e Medeiros (2012), a prática da leitura traz diversos benefícios para a saúde. Os autores nos contam que esta estratégia de cuidado de si já é reconhecida há bastante tempo. Segundo eles,

Os nossos antepassados já sabiam que através desse ato simples o homem pode tentar compreender seus problemas. Buscamos entender a nossa existência, as nossas angústias, nossos medos e incertezas. Assim, ao folhear um livro, ao ler matérias em meios virtuais ou impressos, procuramos conhecimentos, respostas para nossas dúvidas diárias, alento, conforto, paz e bem estar. A partir da leitura elaboramos ideias, construímos o conhecimento, nos aproximamos do mundo e das pessoas, elevamos nossa alma (ARRUSSUL; MEDEIROS, 2012, p. 1788).

Os autores afirmam também que os benefícios da leitura na saúde são reconhecidos desde muito antes da era cristã. Nos hospitais dos povos Hindus eram mantidos músicos, poetas e contadores de história para distração dos doentes. Os Hindus usavam a leitura como um componente para a cura dos pacientes, juntamente com seus remédios e procedimentos (ARRUSSUL; MEDEIROS, 2012).

Já no Egito antigo, os livros eram usados para tratamento físico e espiritual. Segundo Araújo (2018 apud ALVES, 1982), no frontispício da biblioteca do faraó Ramsés II estava escrito “Remédios para a alma”, demonstrando que desde muito tempo nutre-se um entendimento da propriedade curativa da leitura. Mesmo com avanços da ciência e tecnologia, continua-se apontando a leitura como uma prática que traz inúmeros benefícios para a saúde (ARAÚJO, 2018).

Há, inclusive, um campo específico de trabalho terapêutico a partir da leitura, chamado de biblioterapia. Como exemplo deste tipo de atuação, podemos apontar o trabalho da pesquisadora Eva Maria Seitz (2006), que foi realizado com pacientes internados em clínicas médicas do Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina (HU/UFSC). Nesse contexto, a biblioterapeuta utilizou-se da leitura como método terapêutico, na intenção de fornecer espaço de lazer aos participantes. Em primeiro lugar foi realizado um levantamento do histórico dos pacientes com a finalidade de desenvolver a forma de seleção dos mesmos para a pesquisa. No segundo momento foram organizados encontros duas vezes por

semana. Os livros utilizados para pesquisa foram escolhidos com base no prévio conhecimento dos pacientes, percebendo a baixa escolaridade dos mesmos, foram usados Revistas, Jornais e Livros – literatura infanto-juvenil e os de auto-ajuda. (SEITZ, 2006)

Após a realização das reuniões, Seitz fez entrevistas com os participantes e perguntou a eles suas experiências com a biblioterapia. Os pacientes, em sua maioria, relataram pensamentos positivos como paz, serenidade, conforto e bem estar, indicando as possibilidades da leitura como uma forma de promoção da saúde mental. (SEITZ, 2006)

Já o artigo de Dionízio e Fontana (2015) apresenta o círculo de leitura com o objetivo de formar leitores e mediadores literários, numa pesquisa realizada com alunos de uma instituição escolar. As pesquisadoras buscavam, por meio dos encontros grupais, dinamizar a leitura, que muitas vezes é vista pelos alunos como algo chato e desinteressante. Após as intervenções com círculos de leitura, as autoras perceberam uma elevação no interesse por livros e questões de cunho literário (DIONÍZIO; FONTANA, 2015)

Os trabalhos citados acima apresentam duas formas diferentes de trabalhar com grupos de leitura: o trabalho com grupos biblioterapêuticos, realizado por especialistas da área para aliviar os sentimentos de solidão, angústia, ansiedade e insegurança em pacientes hospitalizados. Já o outro trabalho tinha finalidade educativa e de formação literária com círculos de leitura, onde se busca incentivar e melhorar a habilidade de leitura e compreensão de textos literários. Para além destes modelos, há uma infinidade de formas de trabalhar com a leitura, individualmente ou em grupos, com finalidade educativa ou terapêutica.

Neste trabalho, consideramos o círculo de leitura como um dispositivo grupal que pode favorecer a promoção de saúde mental na medida em que favorece criação de vínculos entre os participantes e com a instituição, a construção de diálogos e reflexões coletivas sobre temas sociais que atravessam a vida pessoal dos participantes, e que podem oferecer maneiras alternativas de compreender os acontecimentos tanto da narrativa quanto da própria vida pessoal.

O espaço criado para a discussão dos textos, através dos encontros periódicos, também pode transformar-se em ambiente seguro para expressão de ideias, sentimentos, afetos suscitados pela leitura e por experiências pessoais que

se relacionem com os acontecimentos da narrativa. Mesmo quando os livros não são escolhidos com o propósito de trazer à tona a discussão sobre experiências traumáticas (por exemplo, situações de violência vividas), elas podem ser lembradas como consequência da leitura. Um círculo de leitura, mesmo sem caráter biblioterapêutico, tem um grande potencial para se transformar em espaço estratégico para o autoconhecimento (GUSMÃO; SILVA, 2020).

Durante as pesquisas relacionadas à leitura e seu uso em atividades voltadas para a promoção da saúde mental, tivemos dificuldade de encontrar referências de leitura que relacionassem diretamente círculos de leitura à promoção de saúde mental. Para ampliar nossas buscas, entramos em contato com a pesquisadora e psicóloga Nara Barreto, que mantém, através do *instagram*, a página @dropsdeleitura, onde divulga trabalhos com grupos de leitura de caráter terapêutico e literário. A partir do diálogo com a pesquisadora e posterior busca de referências nas bases de artigos, percebeu-se que em geral relaciona-se o trabalho de promoção à saúde mental com literatura à biblioterapia, com um contexto de tratamento.

Como foi evidenciado, a leitura vem sendo associada desde muito tempo atrás a processos de cura, e, como apontamos na Introdução deste trabalho, é indicada também como uma atividade estratégica na atenção psicossocial em situação de emergências e desastres, assim como em outros contextos de cuidado com a coletividade.

O Clube do Livro Conexões surgiu como experimento de uso do dispositivo dos círculos de leitura para a promoção da saúde mental com a comunidade acadêmica da UFPA. Permitiu-se, desde o início, a participação de discentes, docentes e técnicos administrativos da Universidade, mas incentivando sempre a relação horizontal entre os participantes, sem hierarquias.

Nossa pesquisa busca compreender como a experiência no Clube do Livro Conexões impactou na vida acadêmica/laboral e no bem-estar pessoal dos participantes durante a suspensão das atividades presenciais na UFPA devido à pandemia da COVID19. Com a descrição destes relatos, objetivamos compreender melhor esta forma de uso dos círculos de leitura e contribuir com futuras implantações de trabalhos coletivos com intermédio da literatura em ambientes educacionais, assim como outros espaços de promoção à saúde mental de discentes.

## 2.1 Mas afinal, o que é saúde mental?

Ao longo dos séculos, vários significados foram atribuídos para a concepção de saúde, visto que o conceito é construído através de um processo sócio-histórico e cultural (GAUDÊNCIO; ALVES, 2011). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), em documento publicado em 1948, o termo designa “Um estado de completo bem estar físico, mental e social e não apenas [...] a ausência de infecções ou enfermidades”. Esta concepção representa um grande avanço, pois não aceita a falácia de que estar saudável seria apenas a ausência de doença, mas englobaria aspectos psicológicos, físicos e condições externas relacionadas ao meio social em que o indivíduo está envolvido.

No entanto, este conceito tem recebido críticas por ser um tanto utópico, visto que o ser humano não consegue chegar nesse ideal de completude. Por conta dessa relatividade sobre o conceito de saúde, outros estudiosos têm tentado encontrar um conceito que relaciona saúde a estar bem o máximo possível de acordo com a sua realidade (GAUDÊNCIO; ALVES, 2011).

Por conta das diversas mudanças que ocorreram em torno do conceito de saúde, desde o biomédico, que focava nos sintomas e na doença, até o conceito mais ampliado, que incorpora o social e as demais esferas da vida humana, Gaudêncio e Alves (2011) nos deixam sua conclusão de que o conceito de saúde é histórico-social, e vai se transformando conforme as mudanças da sociedade.

No Brasil, estudos sobre a saúde de forma a integrar o físico, mental e social vêm sendo cada vez mais procurados, por conta da importante ligação entre saúde e a qualidade de vida dos sujeitos (PEREIRA; BARROS; AUGUSTO, 2011; FONAPRACE/ANDIFES, 2018.).

Quanto à concepção do que seria saúde mental, nem sempre esteve clara essa ligação intrínseca entre bem estar psicológico e físico. Houve muitas lutas de movimentos sociais para que a saúde mental não carregasse mais o estigma de loucura ou anormalidade. Um dos marcos dessa mudança foram as lutas do movimento antimanicomial de 1970, em que os profissionais da saúde mental junto

com os usuários e seus familiares adensaram a discussão sobre as práticas hospitalocêntricas de atenção à saúde mental, que se centralizam principalmente nos hospitais psiquiátricos, e perceberam que estas já não estavam mais conseguindo suprir as necessidades de seus pacientes (GALVANESE, et al., 2016).

A partir das lutas e conquistas da reforma psiquiátrica Brasileira, ampliaram-se os olhares para a percepção do processo saúde e doença, vindo ser necessário pensar em novas estratégias de prevenção e promoção em saúde, construídas coletivamente com a participação do social (PEREIRA; BARROS; AUGUSTO, 2011).

Cabe aqui esclarecer o significado desses termos que embasam as ações realizadas neste trabalho. A palavra prevenir significa preparar, chegar antes, agir antecipadamente; já a palavra promover tem o significado de impulsionar, pôr em execução, gerar (FERREIRA, 1996). As duas sugerem uma ação que, quando vistas interligadas à saúde, podem contribuir para o bem estar das pessoas envolvidas no processo.

As ações preventivas, segundo Czeresnia (2003, p.3), “definem-se como intervenções orientadas a evitar o surgimento de doenças específicas, reduzindo sua incidência e prevalência nas populações”, ou seja, os projetos ligados à intervenção estão voltados à veiculação de informações de cunho científico e recomendações de mudança de hábitos que possam causar determinada doença. O conceito de promoção à saúde é mais abrangente do que a prevenção, pois ele não foca em uma doença. As ações de promoção à saúde têm o intuito de ajudar no bem estar das pessoas envolvidas (CZERESNIA, 2003).

## **2.2 Por que é tão importante falar sobre a saúde mental na universidade?**

A juventude é uma fase caracterizada comumente como um ritual de passagem entre a infância e a vida adulta, trazendo consigo uma série de mudanças que envolvem todas as áreas de sua vida (biológicas, psicológicas e sociais). A maior parte dos discentes das Instituições Federais de Ensino Superior brasileiro enquadra-se nessa faixa-etária.

Os estudantes do ensino superior, além de já sofrerem impacto pelas mudanças da própria juventude, sofrem também dificuldades advindas da entrada

na universidade, que incluem, muitas vezes, a saída da casa dos pais, a falta de suporte social, amadurecimento e autonomia repentinas e exigências relacionadas às disciplinas e aos professores (PADOVANI et al., 2014, apud SAHÃO, 2019; NOGUEIRA, 2017).

Em uma revisão bibliográfica realizada por Graner e Cerqueira (2017) incluindo estudos de diferentes países relacionados ao tema saúde mental dos universitários, destacaram-se algumas características que são ligadas ao sofrimento psíquico, como: "ser do sexo feminino, ser mais jovem, baixa renda, baixo apoio social, dificuldade para fazer amigos, avaliar sua trajetória acadêmica como ruim e ter pensando em desistir do curso" (GRANER; CERQUEIRA, 2017, p.1328).

Para a realização do levantamento bibliográfico da pesquisa foi utilizado algumas plataformas digitais onde foram encontrados diversos artigos e dissertações referentes ao tema. O banco de dados acessado foi o Scielo com as seguintes palavras chave: "saúde mental" e "universidade", com o qual se obteve duzentos e vinte e seis (226) resultados; "saúde coletiva" e "saúde mental" com cento e cinco (105) resultados; "arte" e "saúde mental" com dezoito (18) resultados; "Saúde mental e redes sociais" com sessenta e nove (69) resultados, "trabalhando saúde mental nas redes" com quatro resultados, "saúde mental e bem estar de estudantes universitários" com dezoito (18) resultados. Além de livros e documentos referentes ao tema e as metodologias metodológicas empregadas na pesquisa. Entre os muitos textos lidos para embasar a pesquisa, alguns autores se sobressaíram, como Karen Mendes Garner e Ana Tereza Ramos Cerqueira com sua obra "Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados".

As autoras evidenciam em sua investigação a importância de se pesquisar a saúde mental dos estudantes das universidades por conta de ser uma fase de muitas mudanças em diversos aspectos. Através de revisão integrativa, disponível nos bancos de dados nacionais e internacionais, o estudo propõe encontrar fatores de risco e proteção para o sofrimento psíquico de estudantes universitários (GRANER; CERQUEIRA, 2019). As mesmas concluem que é de suma importância "o planejamento de intervenções favorecendo o bem estar dos alunos e vivências mais positivas no ambiente educacional" (GRANER; CERQUEIRA, p. 2019, p. 1343).

A tese de doutorado em enfermagem de Maria José Carvalho Nogueira (2017) intitulada "Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior: fatores protetores e fatores de vulnerabilidade" foi um importante referencial teórico para

essa pesquisa, pois salienta os fatores que podem vir a causar vulnerabilidade nessa faixa etária e aponta ações protetivas que podem ser realizadas nas universidades, tais como: ampliação e aprofundamento dos requisitos psicométricos e diversificação das amostras da Escala de Vulnerabilidade Psicológica utilizada na pesquisa de Nogueira; desenvolvimento de um estudo longitudinal monitorando a saúde mental dos estudantes de ensino superior a interferências das variáveis, analisando a sua evolução estratificando a amostra; e por último a autora nos fala que através de seu estudo é possível realizar programas de intervenção de promoção de bem estar que procurasse analisar os efeitos ocorridos na saúde mental dos participantes (NOGUEIRA, 2017, p.216).

Candeias (2018) em seu estudo sobre o bem estar, satisfação acadêmica e atividades extra-acadêmicas faz um extenso levantamento sobre a importância das atividades extra-acadêmicas realizadas nas instituições universitárias e como elas contribuem de forma positiva para o processo formativo dos jovens estudantes, pois se concretizam como formas e momentos de aprendizagem e possibilitam experiências que promovem o desenvolvimento pessoal profissional dos mesmos.

Candeias (2018, p.57) ainda nos fala que “Este bem-estar deve ser alcançado pelo sujeito tendo este a capacidade em conseguir identificar os seus desejos, satisfazer as suas necessidades, mudar e lidar adequadamente com o(s) seu(s) contexto(s)”, tendo em vista que é primordial que as pessoas tenham controle sobre si e sua saúde, procurando atividades que lhe causem bem estar e conseqüentemente tragam melhorias para a sua qualidade de vida (CANDEIAS, 2018).

As atividades não acadêmicas na universidade podem vir a ser um instrumento potencializador na promoção ao bem-estar dos acadêmicos e na sua satisfação acadêmica, contribuindo para a sua permanência na instituição e corroborando para a criação de vínculo com o espaço acadêmico e do seu coletivo (CANDEIAS, 2018). Dessa forma, contribui-se com um melhor rendimento nos estudos, fortalecimento da autoestima, com a criatividade e o envolvimento dos mesmos com o coletivo (MENDES et al, 2016).

Desta forma, os círculos de leitura podem atuar como atividade extracurricular e como instrumento de educação em saúde, trazendo para o debate com os estudantes universitários e demais membros da comunidade acadêmica temas relacionados às suas vidas, relações, questões sociais que lhe atravessam e a

experiência com a universidade, além de possibilitar a construção de relações não-hierárquicas e espaço de acolhimento e pertencimento ao ambiente universitário.

### 3 O CASO DO CLUBE DO LIVRO CONEXÕES

O Clube do Livro Conexões foi criado em junho de 2020 a partir do Projeto Conexões: vida universitária e saúde mental<sup>13</sup>, ligado às Divisões de Assistência Estudantil dos campi de Breves e Cametá da Universidade Federal do Pará. O Clube surgiu como um espaço de integração, acolhimento e suporte emocional para a comunidade acadêmica durante o período de afastamento do espaço físico da universidade por conta da pandemia da COVID19<sup>14</sup>. Aliado a isso, tinha o objetivo de incentivar o hábito da leitura no contexto de distanciamento social, auxiliando com a redução de estresse e manutenção de uma rotina saudável em meio às restrições da quarentena.

As atividades do Clube foram divulgadas por meio do aplicativo de conversas *whatsapp* e através das redes sociais do Projeto Conexões: vida universitária e saúde mental, pondo em evidência o objetivo desse grupo e convidando os alunos e demais membros da comunidade acadêmica a participar. Com a manifestação de interesse de algumas pessoas a fazer parte do Clube, criou-se um grupo no *whatsapp* para que fossem adicionados os participantes.

Neste grupo, eram enviadas mensagens de acompanhamento da leitura durante o intervalo das reuniões, eram enviados os materiais a serem lidos para os encontros e alguns materiais extras sobre a obra escolhida, e também eram agendados dia e horário das reuniões. No grupo foram disponibilizados os links para participação nos encontros do Clube, que eram realizados na *plataforma google meet*.

---

<sup>13</sup> O Projeto, ainda em vigência no período de defesa deste trabalho, é coordenado pela psicóloga da DAEST/Cametá Amanda Magalhães. Teve início no ano de 2019 no campus da UFPA/Breves, sendo posteriormente estendido para a UFPA/Cametá por conta da remoção da servidora para este campus. Durante o ano de 2020, contou com a vice-coordenação da psicóloga da DAEST/Breves, Alana Farias, e participação de bolsistas de ambos os campi. O Projeto tem como objetivo promover espaços de escuta e debates interdisciplinares sobre saúde mental e vida universitária, privilegiando as atividades coletivas com a comunidade acadêmica frente aos atendimentos psicológicos individuais.

<sup>14</sup> As atividades presenciais foram suspensas no mês de março de 2020, devido ao alastramento dos contágios pela COVID19 e retornaram ainda no ano de 2020 de forma remota, sendo raras as atividades executadas presencialmente na Universidade, até o retorno das atividades híbridas no segundo semestre de 2021 e retorno das aulas e atividades administrativas totalmente presenciais no primeiro semestre de 2022.

Os encontros ocorreram quinzenalmente nos primeiros meses e posteriormente, com o retorno das aulas da Universidade em formato remoto no segundo semestre de 2020, a frequência se tornou mensal para que os participantes dispusessem de mais tempo para realizar as leituras.

O clube teve início no mês de junho de 2020 e continua em funcionamento, mas nesta pesquisa será analisado somente o período de junho de 2020 até junho de 2021. Nesse período foram realizados quatorze (14) encontros no total, a tabela abaixo descreve as datas dos encontros, os livros lidos, autores, e números de participantes.

Tabela 1 – Reuniões do clube de leitura ano de 2020 a 2021.

<b>DATA</b>	<b>LIVRO</b>	<b>AUTOR/AUTORA</b>	<b>NÚMERO DE PARTICIPANTES</b>
15/06/2020	Ideias para adiar o fim do mundo	Ailton krenak	doze (12) pessoas
30/06/2020 e 14/07/2020	Ensaio sobre a cegueira (foi dividido em dois encontros)	José Saramago	1º: nove (09) pessoas 2º: oito (08) pessoas
04/08/2020	Insubmissas lágrimas de mulheres	Conceição Evaristo	seis (06) pessoas
19/08/202	Olhos D'água	Conceição Evaristo	seis (06) pessoas
30/09/2020	Becos da memória	Conceição Evaristo	sete (07) pessoas
28/10/2020	Minicurso ministrado pela prof. Dra. Sandra Job do curso de Letras, intitulado “		seis (06) pessoas
24/11/2020	Quarto de Despejo	Carolina Maria de Jesus	seis (06) pessoas
16/12/2020	Antologia de Contos	Maria Lúcia Medeiros	seis (06) pessoas
04/02/2021	A Hora da Estrela	Clarice Lispector	dez (10) pessoas
10/03/2021	A Paixão Segundo G.H	Clarice Lispector	nove (09) pessoas
15/04/2021	O Alienista	Machado de Assis	sete (07) pessoas
26/05/2021	Hibisco roxo	Chimamanda Ngozi Adichie	cinco (05) pessoas

30/06/2021	Torto Arado	Itamar Vieira Junior	três (03) pessoas
------------	-------------	----------------------	-------------------

Fonte: quadro organizado e elaborado pela autora, 2021.

Os livros utilizados nos círculos de leitura foram escolhidos em conjunto com os participantes por meio de votação ou indicação no final das reuniões, exceto o primeiro livro que foi escolhido pelos organizadores do projeto.

Os principais aspectos para a escolha dos livros, nas primeiras reuniões, foram às narrativas que gerassem reflexões sobre contextos pandêmicos, a fim de podermos discutir sobre essa realidade nova que se apresentava. No segundo semestre de 2020, os temas de interesse foram ampliados para obras que tratassem de questões sociais relevantes para o contexto dos participantes, como o racismo, machismo, violência contra a mulher, xenofobia, elitismo, relações amorosas, e outras questões relacionadas à vida contemporânea.

As reuniões seguiram um roteiro de seis passos, não necessariamente nesta ordem:

1- Um momento inicial onde eram dadas as boas vindas e lançadas perguntas referentes à leitura do texto, se eles conseguiram terminar, o que acharam da leitura, o que esperavam da obra e como a leitura os impactou, de maneira geral, para introduzir o debate;

2- Contextualização da obra e autoria, onde um bolsista do Projeto apresentava informações sobre autor e obra, os aspectos retratados na narrativa e sua relação com seu contexto de produção;

3- Considerações sobre a História e impacto pessoal, onde os participantes eram instigados a falar sobre o entendimento deles sobre a história, o que acharam dos personagens e qual foi seu preferido, o que eles acharam da trama, quais conflitos foram encontrados dentro da história, o que lhes mais lhe chamou a atenção na narrativa, o que sentiu durante a leitura;

4- Possíveis conexões com a realidade, onde se abria espaço para as conexões com vivências pessoais, casos conhecidos e experiências semelhantes nos contextos em que vivem;

5- Intertextualidade, onde se faziam conexões com outros textos, autores, expressões artísticas, etc.;

6- A escolha do próximo livro conjuntamente a partir dos interesses do grupo e das impressões sobre a leitura do dia.

Estes passos não foram usados de forma rígida, mas considerando as intervenções dos participantes e desenvolvimento do diálogo nos encontros. Esses passos foram baseados em um minicurso intitulado "Mediação de Clubes de Leitura", realizado pela psicóloga e pesquisadora Nara Barreto, que trabalha com este tema em sua tese de doutorado em desenvolvimento e atua com a mediação de clubes de leitura divulgados na sua página no *instagram*, @dropsdeleitura. O roteiro foi elaborado pela psicóloga coordenadora do Clube e foi aperfeiçoado no decorrer dos encontros.

### **3.1 A experiência com o Clube do Livro Conexões**

Todos os participantes entrevistados relataram nunca ter feito parte de um círculo de leitura antes e chegaram até este por diferentes motivos. Como dois dos entrevistados faziam parte da equipe de coordenação do Clube, os relatos descritos nesta pesquisa compreendem tanto a experiência de quem usufruiu do círculo de leitura como estudante/participante, mas também como equipe trabalhando em contexto de emergência com a promoção de práticas de cuidado à saúde mental na universidade. Para cada entrevistado, atribuiu-se um codinome baseado nas suas leituras preferidas realizadas no Clube. Temos então, como entrevistados/participantes: Conceição, Carolina, Clarice, kambili, José e Saramago.

Sobre a escolha de participar do Clube, os entrevistados afirmaram tê-lo visto como uma maneira de lidar com a mudança repentina de rotina causada pela pandemia, como podemos perceber nos relatos abaixo:

É primeiro porque com essa pandemia a gente ficava muito na casa, fora da vida acadêmica. Então eu segui o conexões [no instagram] e na hora que eu vi me despertou interesse [...] 'é eu posso não sair de casa eu pra ir pra faculdade, mas esse grupo conexões irá me levar, me botar dentro da universidade, dentro do campus'. Essa leitura era prazerosa, os encontros eram maravilhosos, o que a faculdade proporcionava no tempo de pandemia pra não nos deixar totalmente no esquecimento, isolados da vida acadêmica. (José)

Foi justamente uma tentativa de ficar ativa durante a pandemia, eu entrei pro clube do livro quando nós estávamos totalmente sem aula, não tinha nem aula remota ainda. Então eu fiquei com medo de ficar muito tempo

sem fazer nada em casa, sem fazer algo produtivo, algo que eu achasse que era muito importante para eu fazer na pandemia de não ficar só no ócio, ficar só procrastinando. Aí foi por isso que eu fui pro clube do livro. (Conceição)

[...] era uma forma de se transportar para algum outro lugar já que não podia sair de casa né? estava em isolamento, era uma forma de se distrair nesse momento onde as pessoas ficaram mais ansiosas, eu fiquei bem mais ansiosa [...]. (Clarice)

Os participantes apontaram o Clube do Livro Conexões como um importante espaço de suporte no início da pandemia, quando foram suspensas as atividades presenciais na Universidade e em todos os serviços não-essenciais e passou-se a lidar com uma realidade até então inédita de quarentena, isolamento, distanciamento social e muitos lutos devido às mortes causadas pelas infecções por COVID19. A participante Carolina nos conta um pouco de sua experiência nesse período inicial do Clube, tanto no enfrentamento a momentos dolorosos da vida pessoal quanto no auxílio à reconstrução de sua rotina em meio à pandemia:

olha, foi um momento da minha vida que foi bem doloroso né?! [...] eu tava muito fragilizada e eu enxerguei essa oportunidade de participar do clube do livro naquele momento como uma forma de [...] aliviar tudo que eu tava sentindo. Eu não sabia como era exatamente o formato de um clube do livro, eu tava [...] desbravando um novo horizonte naquele momento, pisando em novas terras mesmo que distante e criando novos ciclos de afetividade e construindo novas amizades com vocês. E foi isso, eu não sei exatamente o período, mas foi isso bem no início mesmo, a pandemia tava assim bem [...] [no auge] [...] A gente [estava] enfrentando muitas perdas, medo de morrer a qualquer momento também e participar do clube do livro [...] foi o que me manteve de pé em um momento tão difícil. (Carolina)

O clube foi uma experiência nova que trouxe benefícios durante o momento em que todos estavam enfrentando o desconhecido, vendo pessoas próximas morrendo, tendo que ficar em suas casas por medo de algo que nem podiam enxergar. Mesmo com todo esse tsunami de notícias ruins e vivências negativas, o clube do livro foi visto como um local de partilha e acolhimento por meio não só das pessoas mas também pelos livros e suas histórias que abrem portas para momentos e lugares distantes do qual estávamos vivendo, a leitura se tornava um momento de fuga da realidade e ao mesmo tempo fazia com que compreendêssemos melhor o momento vivido.

Nossa, contribuíram demais sim! pro meu bem estar em todos os sentidos, não só físico, mas emocional e psicológico. Porque nesse período pandêmico sem as aulas presenciais a gente sentiu falta da rotina de estudos, de ir pra universidade, ter aquele convívio, aquele contato social e

ainda mais eu que desde pequena fui acostumada a me socializar e a interagir com as pessoas. Então esse momento de afastamento de tudo eu senti muito impacto, mesmo tendo a consciência de que era necessário manter o afastamento. Mas mesmo assim com a rotina de leitura com clube do livro me trouxe uma nova estratégia para continuar nessa vida, porque nesse período de pandemia a gente teve que se adaptar a muitas coisas, criou-se uma nova sociabilidade por meio desses meios de comunicação, *google meet*, a pessoas se comunicando dessa modalidade digital. Então criou-se uma nova rotina para a gente, o tempo que eu fiquei no clube do livro me fez criar novas rotinas, eu já até adaptava com meu horário, durante o dia escolhia um horário para fazer as leituras, lia de pouquinho em pouquinho até que chegasse o dia da reunião.(Carolina)

Além de auxiliar na nova rotina em isolamento e com as incertezas trazidas pelo contexto pandêmico, os relatos dos entrevistados evidenciaram a capacidade do Clube de gerar e modificar relações entre os participantes, com a instituição e até mesmo com o próprio ato de ler. O Clube do Livro atuou como um espaço de reconstrução da relação com a leitura literária, para alguns participantes que já não cultivavam o hábito de ler por prazer após a entrada na universidade. Para, além disso, como espaço de atividades extracurriculares, o Clube possibilitou aos participantes a experiência de outro tipo de vínculo com a instituição, não somente relacionado às atividades obrigatórias dos cursos.

Como nos relata Conceição, “As aulas normais, atividades do curso, elas nos ensinam muito, mas tem mais coisas dentro da universidade. E essas atividades em formato de projetos são umas das atividades da universidade em que nós mais podemos viver experiências extraordinárias”. Esta fala corrobora com o que foi dito por Candeia (2018) sobre os impactos positivos das atividades não acadêmicas dentro da universidade, trazendo satisfação acadêmica e bem estar para os estudantes. Estes efeitos positivos também foram sentidos por Carolina, que nos conta:

Teve um período que eu pensei muito em desistir [...]. Eu não estava aguentando, eu estava desempregada, meu pai doente, eu doente e eu tinha que dedicar muito tempo para a universidade. Ao mesmo tempo tinha minha vida fora, né? fora da universidade e era difícil conciliar. Eu queria ir só para as artes, eu estava com esse pensamento “vou para a música, serviço social não é para mim! Eu vou desistir disso aqui” aí quando eu comecei a fazer parte do clube do livro eu vi que aos poucos aquele pensamento de me afastar do mundo acadêmico, sair da universidade, foi se dissolvendo, foi desaparecendo e eu pude ter certeza depois de um tempo que eu queria continuar, eu queria terminar. Eu estou aqui, né?! Ainda no serviço social, na fase de TCC (risos) isso também fortaleceu muito a minha decisão de participar do clube do livro e continuar na vida acadêmica e terminar, ir até o fim. Isso aqui (clube do livro) me deu força também para continuar e voltar para a faculdade (Carolina).

Esse outro tipo de vinculação possível com a instituição também passa pela criação de relações entre as pessoas, afinal, quando se fala em “universidade”, não nos referimos somente às estruturas físicas e burocráticas, mas ao conjunto de relações interpessoais que lá se estabelecem e que são tão importantes quanto os aspectos anteriores para definir esta instituição. Os entrevistados relataram exemplos de como se dá essa aproximação interpessoal com a experiência do círculo de leitura nos relatos abaixo:

[o círculo de leitura] [...] envolve o aluno em uma atividade que faz bem para a saúde mental dele, faz ele ter novas experiências com outras pessoas, conhecer novas pessoas e também interagir com uma parte da universidade que compreende assistência estudantil na pessoa das psicólogas. Conviver, trocar experiências, dialogar com os profissionais sem dúvida ajuda a gente a superar muitas coisas e a entender a realidade de uma forma mais compreensiva e mais respeitosa (Conceição).

Nesse grupo eu conheci outras pessoas que eu não tinha visto e ia dialogando com eles, conversando e interagindo, dando minhas opiniões e recebendo as opiniões deles, fazendo um cruzamento de ideias e isso veio me ajudar muito mais a me aperfeiçoar com o estudo acadêmico. (José)

[...] no início a gente cria novos vínculos de afetividade. Pessoas que a gente já até teve um contato antes pessoalmente, mas pessoas que a gente, por exemplo, nunca viu na vida, e encontrar em um clube do livro, em um momento pandêmico, mesmo que à distância, a gente vai tendo aquela convivência com as pessoas, nos encontrando por reuniões no *Google Meet*, vai vendo os rostinhos das pessoas assim e vai criando aquele laço de afetividade. E durante as conversas, trocando conhecimentos, trocando ideias sobre as leituras... isso acrescenta muito a nossa vida pessoal, nossa vida profissional, cria conexões né? Outros universos, pessoas que pensam diferente da gente. (Carolina)

Eles ressaltam a importância do diálogo e da partilha de diferentes pontos de vista como um dos pontos altos da participação no Clube, o que também torna a experiência de leitura diferenciada. Como há a finalidade de discutir o texto lido a partir de suas próprias compreensões, e não de expertises literárias, o círculo de leitura favoreceu a sensação de acolhimento e pertencimento ao grupo por parte dos que se mantiveram constantes nos encontros.

[...] para além do contexto pandêmico também pode auxiliar bastante porque é um momento de encontro, é um clube de leitura, não. É um momento de encontro onde a gente vai discutir várias ideias, não só relacionada ao livro, mas a partir da leitura a gente vai falar de vivências, socializar e vai ouvir outras perspectivas diferentes das nossas, [...]. Foi uma experiência pessoal e profissional muito boa e acredito que para outras pessoas também pode ser [...]. Não só para quem é fã de leitura, para quem gosta de ler, mas também para outras pessoas que, talvez através dessa experiência com clube de leitura conheça e fiquem mais próximos de livros. Talvez uma pessoa que não goste muito de ler [...], lendo e tendo que socializar num grupo talvez seja mais fácil e mais agradável a leitura. Então eu acho que pode acrescentar bastante de diversas formas, principalmente nessa

questão de socialização de compartilhar ideias, promoção de saúde mesmo através da leitura, das artes [...] Quando você lê o livro você se transporta para uma outra realidade, você viaja então é muito interessante (Clarice)

E poder aprender muito com a perspectiva de leitura das outras pessoas. Eu aprendi muito ouvindo também, eu aprendo muito ouvindo, às vezes eu tenho uma ideia em relação a um livro minha perspectiva é totalmente diferente de outra pessoa isso acrescenta muito. Também era bom ver pessoas, mesmo que virtualmente. Eu me sentia aliviada de ver pessoas conversando porque foi um momento bem delicado, ficamos muito tempo isolado, era complicado (Clarice).

Então isso dinamizou muito a minha vida como estudante e eu pude ter um aproveitamento maior das leituras acadêmicas. sem contar também que pra minha [vida] pessoal, a minha vida profissional né [...] é também deu um peso muito grande. As leituras do clube do livro me fizeram enxergar a vida assim de uma forma mais ampla né, uma visão mais panorâmica. Não olhar só pra dentro, a gente faz aquela viagem por dentro assim, e depois a gente olha pra fora né, e o clube do livro me proporcionou tudo isso (Carolina).

Por meio dos encontros, formou-se um vínculo de confiança e acolhimento durante as reuniões, ajudou os participantes no exercício de empatia e também o compromisso de todos se disponibilizarem para estar na reunião e ler os livros. Esses atos geraram um sentimento de admiração entre os participantes.

O que foi criado em mim foi um sentimento de admiração pelas pessoas que estavam participando do grupo [...]. Eu achava interessante o quanto que pessoas tinham compromisso de ler e a tipo “eu não vou ganhar dinheiro com isso, não é uma atividade acadêmica avaliativa para os nossos cursos, pra nem uma disciplina” eu achava interessante às pessoas continuarem tendo compromisso de ler porque eu tenho experiências a compartilhar, eu tenho algo para falar sobre essa obra e tenho algo para ouvir também (Conceição).

Referente a leitura dos livros, percebeu-se que tanto nas escolas como na própria universidade é lido com mais frequência pequenos trechos ou capítulos de obras, mas dificilmente é lido livros na íntegra. Sobre isso, Conceição nos relata que:

Há muito tempo eu não lia [...] quando a gente entra para a universidade só lê mais textos acadêmicos e a gente só lê parte de obras, difícil no nosso curso lermos o livro inteiro, só partes, capítulos de uma obra. Eu tava muito tempo sem ler um livro do início ao fim, o fato de eu retornar com essas leituras pra mim foi muito significativo [...] (Conceição).

A entrevistada professora Kambili da rede pública ainda nos fala que por meio da participação do clube do livro, começou a implementar algumas das leituras com alguns de seus alunos:

Eu criei um grupo e coloquei esses alunos do nono ano, que a turma que eu sigo no projeto, eu disse que quem quisesse ficar expliquei exatamente o propósito sem compromisso com a escola, porque eu gosto de contribuir não só para formação profissional, mas pessoal e em todos os sentidos. Eu acho que abordar coisas que fazem parte da minha disciplina e que vão contribuir de alguma forma para a formação humana principalmente é importante. Eu expliquei o propósito e eles aceitaram, acho que tem 7 alunos e eles dão conta direitinha (kambili).

Este relato nos chama atenção para a importância do ato da leitura e o seu incentivo, pois ela apresenta seus benefícios independentemente da idade e nível escolar. Uma pessoa que tem o hábito de ler passa a compreender melhor as coisas ao seu redor, desenvolve seu senso crítico e capacidade intelectual, se tornando uma pessoa que busca os porquês das coisas sempre questionando os fatos para chegar no verdadeiro entendimento do acontecido, independente do assunto, seja política ou culinária (ARANA; KLEBIS, 2015).

Alguns dos participantes comentaram o uso da literatura como estratégia de promoção à saúde mental, dentre eles destacou-se a fala de Clarice:

Achei a literatura como uma boa estratégia de proteção mesmo para a saúde mental, tanto a literatura em si dos livros que a gente lia era uma forma de se transportar para algum outro lugar já que não podia sair de casa né? Estava em isolamento, era uma forma de se distrair nesse momento onde as pessoas ficaram mais ansiosas, eu fiquei bem mais ansiosa, depois de colocar em reunião assim em encontros virtuais com outras pessoas debater ideias. Acho algo muito interessante e faz bem também (Clarice).

Referente aos livros lidos no clube do livro, alguns participantes comentaram que as escolhas e temáticas foram relevantes, pois tratavam de temas que estavam em concordância com o momento pandêmico. A esse respeito, José nos fala que “[...] As leituras foram muito maravilhosas. Elas mostravam histórias parecidas com as que estamos vivendo com essa pandemia, os textos batiam de frente com a realidade [...]”. O entrevistado Saramago, em concordância, nos diz: “A gente tratou sobre livros excelentes, né? Por exemplo, o [Ensaio sobre a Cegueira] foi um livro que fazia uma ponte muito parecida pelo momento que a gente estava vivendo.”

Dentre as perguntas feitas aos entrevistados uma delas pedia que eles falassem um pouco sobre uma leitura que marcou de alguma forma a vida deles e 5 (cinco) dos seis entrevistados disseram que era a obra “Ensaio sobre a cegueira” de José Saramago, por ser uma história que trata justamente de um período pandêmico onde os participantes se identificaram com o momento, pois esse livro foi lido no

início da pandemia em um período que pouco se sabia sobre a COVID19. As notícias sobre mortes eram constantes e muitos nem sabiam exatamente o que era uma pandemia. Através do livro de Saramago eles tiveram um vislumbre do que era, como acontecia e puderam sensibilizar-se com a dor dos personagens por muitas vezes estar sentindo o mesmo.

Alguns dos participantes relataram ter vivenciado sensações desconfortáveis e sentimentos conflitantes durante a leitura, como raiva, tristeza e angústia, por conta dos livros tratarem de temas que por muitas vezes vão de encontro com os direitos humanos, retratando violências e situações de injustiça. Como muito bem nos esclarece Antônio Candido (2011) em uma série de vários escritos com o tema "Direito à Literatura", em nosso século, felizmente a sociedade já não se orgulha das injustiças sociais e por meio da literatura elas vêm sendo denunciadas.

A esse respeito, a participante Kambili, que também é professora da rede pública de ensino, reitera que,

Antônio Candido justifica, ele fala que "a literatura ela denuncia e ela desperta sentimento na gente" e eu digo que tudo que ela desperta é bom, porque se ela me despertou raiva significa que eu não compactuo com o que é errado por isso que a leitura nos humaniza. (Kambili)

Segundo o relato dos entrevistados, o exercício da leitura contribui com uma visão de mundo mais crítica e sensível, realizando o que Freire (1982) nos apresenta como a "leitura do mundo" e não somente a "leitura da palavra". Os participantes foram incentivados a ler textos e contextualizá-los com a sua realidade, e puderam perceber nas leituras a realidade vivida e os marcadores sociais presentes em nossa sociedade.

A maioria dos livros que eu já li durante toda a minha vida foi antes de entrar na universidade, e eu acho que se eu ler esses livros de novo eu vou perceber muitas coisas que eu não percebi da primeira vez que eu li. A gente aprende a ler de uma forma diferente, com mais atenção, isso a universidade me proporcionou e o clube do livro também mais ainda de ter mais sensibilidade [...]. A obra da Conceição, estudo sobre as mulheres das insubmissas [...] nossa, aquelas eram obras [...] meu Deus quando eu li aquilo eu pensava "meu Deus isso acontece no Brasil, né?" Então é uma realidade sim que está muito presente, eu ficava imaginando a dor daquelas mulheres, de outras mulheres. Então foi para mim assim algo muito extraordinário eu ter conseguido ficar nesse início. (Conceição)

Durante as entrevistas também me pus no lugar de participante do Clube, percebendo as minhas vivências como estudante universitária que usufruiu dessa

iniciativa. Pude analisar as reverberações que essa experiência causou em minha vida referente a essa leitura da realidade.

<sup>15</sup>O clube do livro me ensinou a olhar os livros com esse aspecto, porque antes eu lia muito superficial, olhava uma história normal, mas depois com o exercício do clube de leitura eu fui olhando os marcadores sociais que tem na maioria dos livros que a gente pode perceber, raça, gênero e classe. A maioria dos livros tem. Eu estava analisando os livros de criança e eu reli para minha sobrinha, e eu “nossa! Aqui estão todos os marcadores sociais. Eu já li essa história 1000 vezes e nunca tinha olhado por essa visão.

A participação no clube do livro foi vista também como uma forma de descontração e interação com outras pessoas principalmente no momento pandêmico que todos estavam vivendo (e ainda estão até o momento em que está sendo escrito esta monografia, no entanto de uma forma mais moderada).

Sim, contribuiu bastante [...]. Foi uma forma de trabalhar a minha saúde mental e acredito também das pessoas que fazem parte do grupo. Nesse período em relação à minha ansiedade, o que a gente tava vendo que era algo muito novo, pandemia, foi uma forma de me distrair do que estava acontecendo, das notícias diárias que eram bem pesadas. Então foi um fator protetivo de saúde mental para mim e era muito bacana poder reunir e ver outras pessoas que também estavam passando pelas coisas parecidas, muito de caos, e a gente não sabia o que esperar. [...] Era algo que me ajudou muito, me ajuda muito ainda, foi muito bom para mim e, além de conhecer novos autores, escritores e novas leituras, novos formatos de se reunir com as pessoas interagir com as pessoas para mim foi muito interessante também. E poder aprender muito com a perspectiva de leitura das outras pessoas (Clarice).

O relato nos permite compreender que a leitura e os encontros do clube de leitura corroboraram para a promoção de saúde mental em um momento de tantas perdas de familiares e entes queridos e de distanciamento social que foi imposto perante a pandemia da COVID19. Os encontros, mesmo que online, auxiliaram na interação entre os participantes fazendo com que o estresse, medo e ansiedade fossem aliviados.

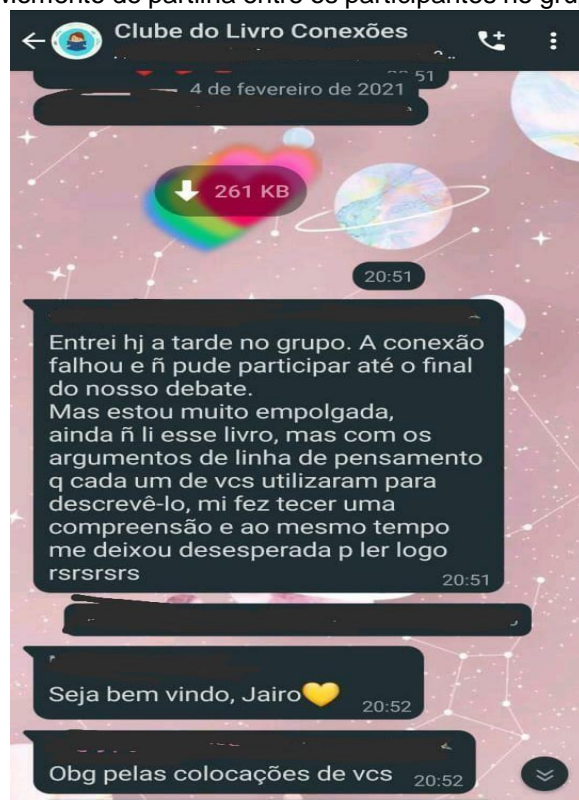
---

<sup>15</sup> Relato da pesquisadora retirado de uma das entrevistas realizada durante a pesquisa.

Se eu não tivesse passado pelo clube do livro com vocês neste momento tão difícil, eu creio que teria sido muito mais difícil. Eu me sentia acolhida mesmo que distante, eu me sentia muito acolhida pelo clube do livro, eu me distraía com as leituras, isso foi um suporte muito grande para eu atravessar esses momentos dolorosos de perdas. Não só para mim, mas os outros alunos de outras turmas, outros cursos também, cada um vivenciou isso de uma forma diferente. Falando da minha experiência, foi como eu lhe falei no início, que me manteve de pé nesse período e eu pude enxergar um momento pandêmico assim de uma forma tão mais realista, mesmo que (...) por meio das leituras. Foi uma forma de me manter com os pés no chão. ficar sem me afogar naquele momento tão doloroso não deixar ser levada pelo medo (Carolina)

Por meio do grupo do *whatsapp*, também foi perceptível a interação dos participantes no incentivo mútuo à leitura, na partilha de suas percepções e dificuldades com a leitura dos livros, no acolhimento por meio de palavras reconfortantes em momentos difíceis e nas parabenizações em momentos de alegria.

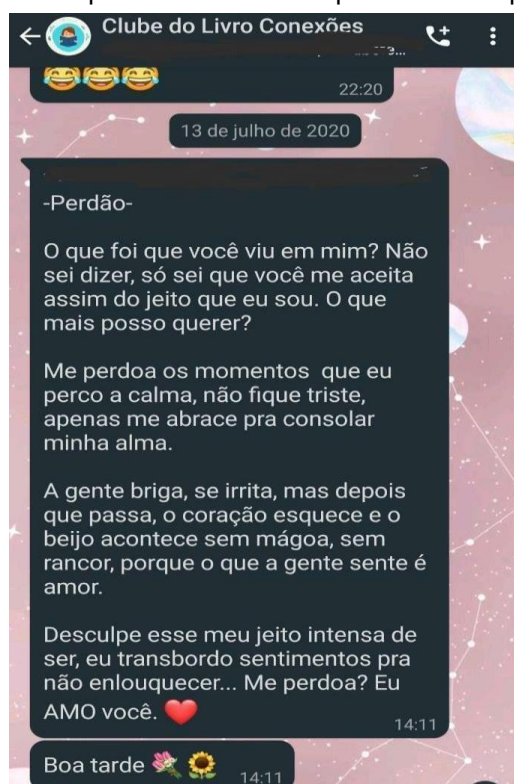
Figura 1 - Momento de partilha entre os participantes no grupo do clube do livro Conexões



Fonte: Grupo de whatsapp clube do livro.

O grupo também acabou se tornando um espaço de partilha de criações artísticas autorais como poemas, contos, músicas e desenhos.

Figura 2 - Compartilhamento de um poema escrito pela participante Carolina.



Fonte: Grupo de whatsapp clube do livro.

Os participantes relataram que o clube os auxiliou no período pandêmico, proporcionando um espaço de leitura e troca de ideias, momentos de descontração e convívio que contribuíram para o crescimento pessoal, acadêmico e profissional dos participantes, além de se sentirem acolhidos e parte integrante da universidade. O caso do Clube do Livro Conexões corrobora com a compreensão da literatura como meio fértil de criação de diálogos e reflexões sobre a vida, e com a utilização desta estratégia em ambientes educacionais, como forma de criar espaços coletivos de convivência entre alunos e demais membros da comunidade acadêmica e possibilitar o surgimento de outros vínculos possíveis neste espaço.

Diante da experiência positiva com o Clube, alguns participantes expressaram a importância da continuação do projeto:

Esse clube do livro tem que continuar porque eu me senti extremamente acolhido por todos e isso me ajudou muito na minha vida acadêmica, tanto pessoal quanto profissional, pois nos motiva. Porque no clube não tinha só estudantes, têm professores que já são formados em suas escolas que trazem outras experiências da sua realidade. Então cada experiência vem como uma forma de nós olharmos para frente e nos preparar para nos desviarmos da melhor forma possível (José).

Sem dúvida ele deve continuar porque envolve o aluno em uma atividade que faz bem para a saúde mental dele, faz ele ter novas experiências com outras pessoas, conhecer novas pessoas e também interagir com uma parte da universidade que compreende assistência estudantil na pessoa das psicólogas. Conviver, trocar experiências, dialogar com os profissionais sem dúvida ajuda a gente a superar muitas coisas e a entender a realidade de uma forma mais compreensiva e mais respeitosa (Conceição).

As falas dos participantes nos permitem supor os benefícios do clube de leitura para além do contexto pandêmico. Segundo os entrevistados, a execução do clube de leitura de modo presencial facilitaria a participação de mais estudantes. Eles apontaram que a internet de baixa qualidade e o uso da plataforma *Google Meet* no início foram empecilhos durante os encontros do Clube do Livro, mas que o uso da plataforma no clube contribuiu para o manejo do *Google Meet*, que depois foi usado para a realização das aulas remotas. Como nos relata Conceição: “[...] era algo assim muito diferente, eu estava com um pouco de medo de não saber mexer nas configurações do *Google Meet* e também a internet ficava oscilando e tal [...]”

.Esse relato nos leva a pensar nas possíveis falhas e entraves que ocorreram na estruturação do círculo de leitura virtual, que podem ter influenciado na baixa frequência percebida nos encontros, por exemplo: a divulgação deu-se majoritariamente no *Instagram*, mas muitos alunos, devido à fraca conexão de internet em seus locais de residência, muitas vezes acessam mais o Facebook para comunicarem-se. A divulgação feita pelo *Whatsapp* poderia ter sido realizada com mais frequência para divulgar cada encontro.

Outro ponto a ser destacado são as pessoas que entraram no grupo e nunca participaram de nenhum encontro, essas pessoas não saíram do grupo mesmo após as organizadoras deixarem os participantes à vontade para se retirarem do grupo caso não estivessem em condições de participar das reuniões. O grupo continha 43 participantes, contando com bolsistas e organizadoras. O número de participantes nos encontros variava de três (03) a doze (12) pessoas. Este fato nos traz indagações do porque essas pessoas não saíram do grupo, será que mesmo não participando elas se sentiam vinculados? Ou os mesmos liam as mensagens e os livros, mas não estavam interessados em compartilhar suas impressões com os demais?

Estas indagações nos fazem pensar que talvez se os encontros fossem presenciais haveria maior número de participantes nas reuniões. No entanto, isso de forma alguma exclui os resultados positivos que esta pesquisa obteve com este

formato e no momento realizado. Expusemos essas indagações para que por meio deste estudo surjam outras intervenções nesta temática com o intuito de responder às mesmas.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os propósitos desta pesquisa foram evidenciar a importância da promoção da saúde mental dentro do campo universitário recorrendo à estratégia do círculo de leitura, visto que a população que o integra em sua maioria são jovens que estão em uma fase da vida onde passam por várias mudanças emocionais, sociais e biológicas que podem afetar a sua saúde mental. O bem estar e sua relação com a saúde mental podem também influenciar no rendimento acadêmico e sua permanência na instituição.

Durante esta investigação foi realizado um levantamento bibliográfico referente ao tema ações de educação, prevenção e promoção à saúde mental no ensino superior e da utilização de clubes de leitura com essa finalidade. Como resultado foi possível perceber que não havia pesquisas nessa área com o intuito de realizar ações de educação e promoção à saúde mental dos universitários.

As pesquisas encontradas eram em sua maioria de cunho quantitativo realizadas pelos cursos de enfermagem e utilizavam questionários com o intuito de medir níveis de saúde mental dos estudantes de determinados cursos (medicina, enfermagem, fisioterapia e odontologia) e identificar as características ligadas ao sofrimento mental desses jovens estudantes do ensino superior.

No que se refere aos clubes de leitura, não foram encontradas pesquisas com o objetivo de promoção à saúde mental na universidade. As ações encontradas foram realizadas com pacientes em hospitais com o formato de biblioterapia e em escolas de ensino médio como uma forma de incentivar os alunos a leitura.

Este fato salienta a importância da realização de pesquisas com essa temática em outras áreas, visto que a mesma perpassa por todos os campos que envolvem o social, inclusive o campo pedagógico, que pode vir a atuar em ambientes escolares como escolas e universidades, mas também ambientes não escolares como hospitais e empresas.

Por meio da implantação do Clube do Livro Conexões foi possível estabelecer contato com os alunos que tiveram o interesse em participar do projeto. Através dos encontros os participantes tiveram a oportunidade de experienciar novas vivências e realizar atividades vinculadas às universidades mesmo durante o período de isolamento social. Os mesmos tiveram a oportunidade de ter momentos de troca de experiências com discentes e participantes de outros Campi da UFPA. Por meio do clube os alunos puderam entrar em contato com diversas obras literárias que abrangiam temas de cunho social e a realização da contextualização dos mesmos com o contexto social e sua vida pessoal.

As maiores dificuldades encontradas durante a pesquisa foram as quedas de internet que muitas vezes impossibilitam a presença virtual dos participantes nos encontros e o desafio em acessar o *Google Meet* que antes do retorno das aulas em formato remoto não era muito conhecido ou utilizado pelos discentes.

Os resultados obtidos por meio das entrevistas demonstram que os participantes tiveram um impacto positivo em sua vida acadêmica e pessoal por meio da experiência com o Clube do Livro Conexões. Fizeram conexões afetivas com os demais participantes e viram o clube como um momento de lazer e de vinculação com a universidade em um momento pandêmico, em que não estava tendo aulas presenciais nem remotas. A pesquisa ressalta a importância de realizar esta experiência de implementação de círculos de leitura de forma presencial.

## REFERÊNCIAS

ARRUSSUL, L. S.; MEDEIROS, V. L. C. O universo da leitura inserido no contexto da saúde mental: uma investigação institucional sobre as leituras em meio ao emocional e motivacional e suas influências psicológicas no corpo discente da Universidade Federal do Pampa, Campus São Gabriel. **Revista Monografias Ambientais**, [S. l.], v. 8, n. 8, p. 1787–1797, 2012. DOI: 10.5902/223613086187. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/remoa/article/view/6187>. Acesso em: 6 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial**. Brasília, 2004.

BRASIL. Governo Federal Ministério da Saúde. **O que é a Covid-19?** 08 abr. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>. Acesso em: 17 nov. 2021.

BRASIL. IBGE. **Suicídio**, 2019. Disponível em: <https://seculoxx.ibge.gov.br/populacionais-sociais-politicas-e-culturais/busca-por-palavra-chave/saude/1002-suicidio>. Acesso em: 19 dez. 2019.

CAMARA, Rosana Hoffman. Análise de conteúdo: da teoria à prática em pesquisas sociais aplicadas às organizações. Gerais, **Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v.6, n. 2, p. 179-191, jul. 2013. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 30 abr. 2020.

CANDIDO, Antonio. O direito à literatura. In: CANDIDO, Antonio. **Vários Escritos**. Rio de Janeiro: Ouro Sobre Azul, 2011. p.171-193.

Carolina. **[Compartilhamento de um poema escrito por uma das participantes no grupo do clube do livro Conexões]**. WhatsApp:[grupo do clube do livro Conexões]. 13 jul 2020. 1 mensagem do WhatsApp.

CZERESNIA, Dina. O conceito de saúde e a diferença entre promoção e prevenção (versão revisada e atualizada do artigo "The concept of health and the difference between promotion and prevention Cadernos de Saúde Pública, 1999). In: CZERESNIA, Dina.; FREITAS, Carlos Machado. (org.) **Promoção da Saúde: conceitos, reflexões e tendências**. Rio de Janeiro: Ed.Fiocruz, 2003 (p.39-53). Disponível em [http://143.107.23.244/departamentos/social/saude\\_coletiva/AOconceito.pdf](http://143.107.23.244/departamentos/social/saude_coletiva/AOconceito.pdf).

DERLANDES, Suely Ferreira. O projeto de pesquisa como exercício científico e artesanal intelectual. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza.; DERLANDES, Suely Ferreira.; GOMES, Romeu (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 34. ed. Petrópolis, RJ. Vozes, 2016.

DIONIZÍO, Alice; FONTANA, Camila. **Círculos de Leitura**: uma proposta para formação de leitores e mediadores literários. Ao pé da letra, volume 17.1, p. 29-40, 2015.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo Dicionário de Língua Portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

FREIRE, Paulo. **A importância do ato de ler**: em três artigos que se complementam. 23. ed. São Paulo : Cortez, 1989. p.49.

FOLHA INFORMATIVA SOBRE COVID-19. Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS). Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19>. Acesso em: 10 jun. 2021.

FONAPRACE/ANDIFES. **V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior Brasileira**, Brasília: FONAPRACE/ANDIFES, 2018.

GALVANESE, Ana Tereza Costa et al. Arte, saúde mental e atenção pública: traços de uma cultura de cuidado na história da cidade de São Paulo. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v.23, n.2, abr.-jun., 2016, p.431-452.

GAUDÊNCIO, Edmundo. Saúde: apontamentos topográficos para a cartografia de um conceito. In: ALVES, RF. (org). **Psicologia da saúde**: teoria, intervenção e pesquisa [online]. Campina Grande: EDUEPB, 2011. 345 p. Disponível em: <http://books.scielo.org>. Acessado em: 12 dez. 2020.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, abr. 2019. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232019000401327&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019000401327&lng=en&nrm=iso). <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>. Acesso em: 08 abr. 2020.

GOMES, Lidiane Florentino, CALIXTO, Mayara Ferreira. **Saúde mental e ensino superior**: a relação da universidade com o surgimento e/ou agravamento de sofrimento mental em estudantes universitários. 2019. 41 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) - Curso de Enfermagem, Faculdade CESMAC do Sertão, Palmeira dos Índios-AL, 2019. Disponível em: <http://srv-bdtd:8080/handle/tede/561>. Acesso em: 17 Ago. 2021.

GOMES, José Carlos Rodrigues; LOUREIRO, Maria Isabel Guedes. O lugar da investigação participada de base comunitária na promoção da saúde mental. **Revista Portuguesa de Saúde Pública**, Espanha: Elsevier, v. 31, n. 1, p. 32-48, 2013.

IASC, Inter-agency Standing Committee. **Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de covid-19**. Guia preliminar, versão 1,5. Mar. 2020.

IASC, Inter-agency Standing Committee, 2014. Disponível em : [da IASC IASC \(interagencystandingcommittee.org\)](http://da IASC IASC (interagencystandingcommittee.org)). Acesso em: 02 ago. 2021.

JANSEN, Karen. et al. Transtornos mentais comuns e qualidade de vida em jovens: uma amostra populacional de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, n. 3, p. 440-448, 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2011000300005>. Acesso em: 02 ago. 2021.

JORGE, Maria Salete Bessa et al. Promoção da Saúde Mental - Tecnologias do Cuidado: vínculo, acolhimento, co-responsabilização e autonomia. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 7, p. 3051-3060, 2011. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232011000800005&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000800005&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 07 abr. 2020.

MAGALHÃES, Amanda. **[Encontro do clube de leitura Conexões por meio do Google meet]**. WhatsApp:[Grupo do clube do livro Conexões]. 12 mai. 2021. 1 imagem do WhatsApp.

MAY, Tim. **Pesquisa social**: questões, métodos e processos. Porto alegre: artmed, 2004.

MENDES, Magda Ferreira; LOPES, Vanina Barbosa; LOBO, Ana Paula Antero. Saúde mental e arte: relato de uma oficina de experiências estéticas em um centro de atenção psicossocial. **Cad. Bras. Saúde Ment.**, Florianópolis, v. 8, n. 20, p. 69-79, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-21472016000300005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-21472016000300005&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 13 abr. 2020.

NOGUEIRA, Maria José Carvalho. **Saúde mental em estudantes do ensino superior**: fatores projetores e fatores de vulnerabilidade. Lisboa, Portugal. Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, 2017. Disponível em: <chrome-extension://mhjfbmdgcfjbbpaeojfohoefgiehjai/index.html>. Acesso em: 09 mar. 2019.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de et al . Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. **Rev. bras. orientac. prof**, São Paulo , v. 15, n. 2, p. 177-186, dez. 2014 . Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902014000200008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902014000200008&lng=pt&nrm=iso) Acesso em: 06 mar. 2022.

PEREIRA, Thaís Thomé Seni Oliveira; BARROS, Monalisa Nascimento dos Santos; AUGUSTO, Maria Cecília Nobrega de Almeida. O cuidado em saúde: o paradigma biopsicossocial e a subjetividade em foco. **Mental**, Barbacena, v. 9, n. 17 dez. 2011.

RIBEIRO, José Mendes.; MOREIRA, Marcelo Rasga. Uma abordagem sobre o suicídio de adolescentes e jovens no Brasil. **Ciência & saúde Coletiva**, v. 23, 9 p.2821-2834, 2018.

SAHÃO, Fernanda Torres. **Saúde mental do estudante universitário: comportamentos que favorecem a adaptação ao ensino superior.** Londrina, Brasil. Universidade Estadual de Londrina, 2019. Disponível em: <chrome-extension://mhjfbmdgcfjbbpaeojofohoefgiehjai/index.html>. Acesso em: 09 mar. 2019.

SEITZ, Eva Maria. Biblioterapia: uma experiência com pacientes internados em clínicas médicas. **Revista ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina, Florianópolis**, v.11, n.1, p. 155-170, jan./jul., 2006. Disponível em: <https://revista.acbsc.org.br/racb/article/viewFile/452/568> Acesso em: 06 mar. 2022.

**[Momento de partilha entre os participantes do grupo do clube do livro conexões]**. WhatsApp: [ grupo do clube do livro conexões]. 10 fev. 2021. 1 mensagem de WhatsApp.

SCIELO. BR. O QUE É SCIELO? BVS psicologia Brasil, n. d. Disponível em: [O que é SciELO? : FAQ : BVS Psicologia ULAPSI Brasil \(bvs-psi.org.br\)](O que é SciELO? : FAQ : BVS Psicologia ULAPSI Brasil (bvs-psi.org.br)). Acesso em: 02 ago. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ. Pró- Reitoria de Planejamento e Desenvolvimento Institucional. Plano de Desenvolvimento Institucional: 2016

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

## APÊNDICE A - Entrevista Semiestruturada

Este é um roteiro de entrevista semiestruturada referente ao trabalho de conclusão de curso que tem por tema "Círculos de leitura como estratégia de promoção à saúde mental". Essa pesquisa é vinculada ao projeto Conexões: vida universitária e saúde mental, em parceria com a assistência estudantil da Universidade Federal do Estado do Pará (UFPA). Esta entrevista é voltada para alunos da UFPA que participaram das reuniões do "Clube do Livro Conexões". A mesma tem o objetivo de compreender os impactos e reverberações da participação de discentes do ensino superior da UFPA em um círculo de leitura virtual durante o afastamento das aulas presenciais devido à pandemia da COVID19.

1. Você já tinha participado anteriormente de algum clube de leitura?
2. O que te fez escolher participar das reuniões do clube do livro Conexões?
3. Você lembra do período em que entrou no clube? Quando e como foi essa experiência inicial?
4. As leituras e reuniões contribuíram de alguma forma com o seu bem estar durante o período de afastamento das aulas presenciais? Se sim, como?
5. Quais contribuições que o clube de leitura trouxe para a sua vida acadêmica?
6. Você considera que a participação no Clube te fez criar vínculos afetivos ou novas relações com os outros participantes? De que forma?
7. Dentre os livros que foram lidos no Clube, qual foi a leitura ou personagem que mais te marcou?
8. Você considera que essa experiência contribuiu de forma positiva em sua vida pessoal? De que maneira?
9. Algum desconforto foi gerado durante as leituras e reuniões, lhe afetando negativamente?
10. Como você acha que a participação em clubes de leitura pode auxiliar no bem estar e promoção de saúde mental na universidade?

## APÊNDICE B - Termo de Consentimento Livre Esclarecido

## TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE BASEADO NAS DIRETRIZES CONTIDAS NA RESOLUÇÃO CNS Nº466/2012, MS.

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre **Círculos de leitura como estratégia de promoção à saúde mental** e está sendo desenvolvida por **Laiany Gleice dos Santos Ricardo**, do Curso de Pedagogia da Universidade Federal do Pará, sob a orientação da Professora Dra. **Eliane Miranda Costa** e Psicóloga **Amanda Gabriela Borges Magalhães**.

Os objetivos do estudo são Realizar levantamento bibliográfico referente a ações de educação, promoção e prevenção em saúde mental no ensino superior e da utilização de círculos de leitura e outros espaços coletivos com esta finalidade; Implementar e mediar um círculo de leitura virtual voltado aos estudantes de ensino superior da Universidade Federal do Pará, com intuito de discutir obras literárias conjuntamente. A finalidade deste trabalho é **compreender os impactos e reverberações da participação de discentes do ensino superior da UFPA em um círculo de leitura virtual durante o afastamento das aulas presenciais devido à pandemia da COVID19**.

Solicitamos a sua colaboração para **participar da entrevista semiestruturada de forma online**, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica nacional e/ou internacional. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo absoluto. Informamos que essa pesquisa pode **trazer o risco de causar algum desconforto no momento de responder o questionário, caso isso aconteça e você queira desistir da pesquisa, pode mandar um email solicitando o cancelamento das suas respostas. Se o desconforto causado pela pesquisa persistir você poderá solicitar apoio para escuta psicológica, que será oferecido em casos como esse**.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo, ou

resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição (se for o caso). Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considerem necessário em qualquer etapa da pesquisa.

*Laianny Gleice dos Santos Ricardo*

Assinatura do(a) pesquisador(a) responsável

Considerando, que fui informado(a) dos objetivos e da relevância do estudo proposto, de como será minha participação, dos procedimentos e riscos decorrentes deste estudo, declaro o meu consentimento em participar da pesquisa, como também concordo que os dados obtidos na investigação sejam utilizados para fins científicos (divulgação em eventos e publicações). Estou ciente que receberei uma via desse documento.

Impressão dactiloscópica

\_\_\_\_\_  
Assinatura do participante ou responsável legal

Contato com a Pesquisadora Responsável: Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor mandar mensagem para a pesquisadora pelo E-mail: [laianydossantos07@gmail.com](mailto:laianydossantos07@gmail.com).