



## SETEMBRO AMARELO: O QUE NÓS MATEMÁTICOS TEMOS COM ISSO?

Por Ricardo Miranda Martins (Unicamp)

Nos meses de setembro, a Associação Brasileira de Psiquiatria, em parceria com o Conselho Federal de Medicina, organizam o "Setembro Amarelo". Neste mês, a cada ano, são realizadas campanhas no sentido de conscientizar as pessoas sobre o suicídio [1]. O dia 10 de setembro é o "Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio". O assunto é um tabu na sociedade e algo muito difícil de se discutir abertamente. Um dos motivos deve-se ao que os psiquiatras chamam de Efeito Werther, que é quando ocorre um aumento do número de suicídios depois de um caso divulgado amplamente [2].

O leitor pode estar estranhando esse assunto no *Noticiário* da Sociedade Brasileira de Matemática, mas convido os colegas a refletirem um pouco sobre o tema da saúde mental nas nossas vidas e na de nossos estudantes. Estou longe de ser um especialista no assunto: o convite para escrever esta matéria veio após a publicação de um texto em meu *blog* [4], motivado por alguns tristes episódios que aconteceram próximos a mim recentemente, e tantos outros em anos anteriores. No texto, que já convido todos a lerem, faço algumas reflexões sobre o impacto que nós, docentes, causamos na saúde mental de nossos alunos.

Infelizmente, o problema é global: enquanto escrevia uma versão preliminar deste texto, li a notícia dos suicídios de dois alunos em uma universidade americana [5]. Lá, suspenderam as aulas e pretendem intensificar ações de apoio psicológico aos estudantes. No caso da Unicamp, o Serviço de Assistência Psicológica e Psiquiátrica também tem dado bastante suporte aos alunos e docentes mais envolvidos nos episódios.

A pandemia de Covid-19 parece ter amplificado questões envolvendo saúde mental [4], mas já convivemos com tais problemas há muito tempo. Estou certo de que a maioria dos leitores deve se lembrar de algum acontecimento durante a vida acadêmica em que a postura de professores ou colegas de trabalho custou-lhe um pouco da saúde mental, e nos acostumamos a normalizar tais situações. Isto é um problema sério, pois após a normalização vem a repetição, e daí comportamentos inadequados são repassados para as próximas gerações. Em algum momento precisamos interromper essas iterações.

Algumas ações simples podem ajudar a quebrar esse ciclo. Nem é preciso mencionar que comentários do tipo "este curso não é para você", certamente devem ser evitados, mas mesmo falas mais comuns em aulas de matemática, como nosso famoso "esta demonstração é muito trivial" tem efeitos negativos no ouvinte que, talvez por estar vendo a tal prova pela primeira vez, não a compreenda.

Acho que podemos tentar evitar este tipo de comentário - e isso é difícil! Para a maioria dos leitores do *Noticiário* da SBM, talvez muitas das demonstrações durante a graduação tenham sido mesmo triviais. Mas para quantos? Reflita um pouco: quantos dos seus colegas do começo da graduação a terminaram? Podemos continuar invocando os culpados de sempre (formação prévia ruim, pouco dedicação aos estudos etc.), mas talvez em muitos dos casos tenha sido uma desistência pelo bem da saúde mental deles (ou pior ainda, talvez tenham desistido depois que a saúde mental já não estava nada bem).

Discussões sobre saúde mental entre matemáticos são poucas, mas existem e têm aumentado recentemente. Em 2019, o *Notices of the AMS* publicou uma excelente discussão sobre o assunto [6], com foco em pós-graduandos e pesquisadores. Um trecho diz o seguinte:

*Mental illness causes us to lose mathematicians at all stages of their career. A few die from their mental illnesses like Kelly Catlin. Some are forced to leave the field, taking all their potential with them. This happens at the beginning of careers, like with Julie Corrigan, but also to prominent mathematicians who have made a significant mark. For example, Andreas Floer, the namesake of Floer Homology, died from his depression at the age of 34.*

O assunto também foi discutido na Unicamp em 2020, durante uma mesa-redonda virtual no *XV Encontro Científico*

*de Pós-Graduandos do Imecc*, cujo vídeo está disponível em [7].

A matemática é uma ciência cujo desenvolvimento envolve métodos rigorosos, mas pessoas não são números nem máquinas. É preciso que tenhamos um pouco de cuidado nos relacionamentos com alunos, orientandos e colegas de trabalho.

Sempre que existe uma hierarquia e uma relação de poder desigual entre pessoas, é preciso que também haja profissionalismo, no sentido de não disparar gatilhos emocionais nas pessoas. Tais gatilhos podem simplesmente fazer um aluno desistir do curso, ou coisa pior.

Note que a maioria das referências que citei são recentes. O assunto da saúde mental na academia está sendo bastante discutido. Sociedades e universidades têm começado a se movimentar no sentido de abordar esses assuntos. Guias de conduta e boas práticas acadêmicas, que basicamente sempre tiveram foco no plágio, e questões envolvendo publicações deveriam começar a abordar também questões sobre os limites das relações entre os vários agentes dentro da academia.

É hora de refletirmos um pouco sobre como estamos nos relacionando com nossos colegas dentro do ambiente acadêmico. Já existe muita pressão nesse ambiente, e certamente podemos tentar tornar a convivência mais harmoniosa.

1. Site oficial da campanha "Setembro Amarelo": <https://www.setembroamarelo.com/>
2. Efeito Werther: como um suicídio pode afetar outras pessoas: <https://glo.bo/3CNeM3W>
3. A epidemia oculta: saúde mental na era da Covid-19: <https://bit.ly/3m0ZOAx>
4. Saúde mental, matemática e a relação professor-aluno: <https://bit.ly/2ZBkAiN>
5. After 2 suicides, SLU cancels Friday classes asking students to focus on their mental health: <https://bit.ly/3AT0SNm>
6. Mental Health in the Mathematics Community: <https://bit.ly/2XPXXpR>
7. Vídeo da Mesa-redonda sobre Saúde Mental: <https://www.youtube.com/watch?v=biyP17HuQgg> (<http://www.ime.unicamp.br/~encpos/?p=mesaredonda>)