doi.org/10.51891/rease.v12i11.31669

DESAFIOS E EXPECTATIVAS PROFISSIONAIS DE UNIVERSITÁRIOS DO TURNO NOTURNO

PROFESSIONAL CHALLENGES AND EXPECTATIONS OF NIGHT-SHIFT UNIVERSITY STUDENTS

DESAFÍOS Y EXPECTATIVAS PROFESIONALES DE UNIVERSITARIOS DEL TURNO NOCTURNO

Priscila Adelina de David Rodrigues[1]
Suellen Kristine Rodrigues da Silva[2]
Karen Lúcia Abreu Rodrigues[3]

RESUMO: Esse artigo buscou compreender como os desafios acadêmicos e emocionais enfrentados por universitários dos últimos períodos da área da saúde, especialmente aqueles matriculados no turno noturno, influenciam suas expectativas profissionais e perspectivas de inserção e ascensão no mercado de trabalho, considerando aspectos relacionados à saúde mental ao final da graduação. A vida acadêmica envolve mudanças significativas, como a adaptação a novas rotinas, ambientes e relações sociais, que podem intensificar os desafios vivenciados pelos estudantes. Para a compreensão dessa realidade, foi realizada uma revisão integrativa da literatura, contemplando publicações sobre a temática no período de 2015 a 2025, das quais 12 artigos foram selecionados. Espera-se contribuir para a ampliação da visibilidade acerca dos desafios acadêmicos e emocionais vivenciados por esses universitários, bem como identificar estratégias individuais e coletivas de promoção da saúde mental, incluindo o desenvolvimento de habilidades e o suporte psicológico oferecido pelas instituições de ensino. Dessa forma, busca-se evidenciar a importância dessas estratégias para a preparação profissional e para a saúde mental dos estudantes no processo de transição para o mercado de trabalho.

Palavras-chave: Expectativas de Futuro. Turno Noturno. Vivências Acadêmicas.

ABSTRACT: This article sought to understand how the academic and emotional challenges faced by university students in their final years of health sciences, especially those enrolled in evening classes, influence their professional expectations and prospects for entering and advancing in the job market, considering aspects related to mental health at the end of their undergraduate studies. Academic life involves significant changes, such as adapting to new routines, environments, and social relationships, which can intensify the challenges experienced by students. To understand this reality, an integrative literature review was conducted, encompassing publications on the topic from 2015 to 2025, from which 12 articles were selected. It is hoped to contribute to increasing awareness of the academic and emotional challenges experienced by these university students, as well as identifying individual and collective strategies for promoting mental health, including the development of skills and psychological support offered by educational institutions. Thus, the aim is to highlight the importance of these strategies for professional preparation and for the mental health of students in the transition process to the job market.

Keywords: Future Expectations. Night Shift. Academic Experiences.

[1]Discente do curso de Psicologia na Faculdade Morgana Potrich.
[2]Discente do curso de Psicologia na Faculdade Morgana Potrich.
[3]Orientadora; Docente Especialista no curso de Psicologia na Faculdade Morgana Potrich.

RESUMEN: Este artículo buscó comprender cómo los desafíos académicos y emocionales que enfrentan los estudiantes universitarios en sus últimos años de ciencias de la salud, especialmente aquellos matriculados en clases nocturnas, influyen en sus expectativas profesionales y perspectivas de ingreso y ascenso en el mercado laboral, considerando aspectos relacionados con la salud mental al finalizar sus estudios de pregrado. La vida académica implica cambios significativos, como la adaptación a nuevas rutinas, entornos y relaciones sociales, lo que puede intensificar los desafíos que experimentan los estudiantes. Para comprender esta realidad, se realizó una revisión integradora de la literatura, que abarcó publicaciones sobre el tema desde 2015 hasta 2025, de la cual se seleccionaron 12 artículos. Se espera contribuir a aumentar la conciencia sobre los desafíos académicos y emocionales que experimentan estos estudiantes universitarios, así como identificar estrategias individuales y colectivas para promover la salud mental, incluyendo el desarrollo de habilidades y el apoyo psicológico ofrecido por las instituciones educativas. Por lo tanto, el objetivo es resaltar la importancia de estas estrategias para la preparación profesional y para la salud mental de los estudiantes en el proceso de transición al mercado laboral.

Palabras clave: Expectativas futuras. Turno de noche. Experiencias académicas.

INTRODUÇÃO

O ingresso na vida acadêmica caracteriza-se por um conjunto de mudanças significativas, o que acarreta diversos desafios, especialmente para estudantes do turno noturno. Entre esses desafios, destacam-se a necessidade de alguns estudantes mudarem-se para outras cidades e reajustarem seus ciclos sociais, estabelecendo novas redes de amizade.

No que se refere aos desafios e perspectivas dos estudantes em relação à carreira profissional, destaca-se a importância das vivências práticas em diferentes contextos, pois estas favorecem o *networking*, a adaptação às exigências do mercado e a busca contínua pela qualificação e aprimoramento de competências.

A população universitária pode ser identificada como vulnerável para o desenvolvimento de Transtornos Mentais Comuns, não psicóticos, como por exemplo, a depressão, a ansiedade e estresse, assim como a pressão interna e externa, que prejudicam o acadêmico ao longo dessa etapa. Níveis de prevalência observados por pesquisas apontam que de 15 a 25% dos universitários poderão apresentar algum Transtorno Mental ao longo de sua trajetória acadêmica (DE BARROS RN e PEIXOTO ALA, 2023).

A pesquisa busca aumentar a conscientização sobre a transição da trajetória acadêmica para o mercado de trabalho profissional, caracterizada por desafios e expectativas que impactam significativamente a vivência do estudante. Essa transição é caracterizada pelo contraste entre a carga teórica e técnica adquirida ao longo da formação acadêmica e as exigências práticas e competitivas do mercado de trabalho. Nesse contexto, torna-se necessário

que o objetivo da instituição de ensino vá além da mera transmissão de conteúdos teóricos, apresentando-se como fundamental que ela também promova o desenvolvimento sócio emocional e profissional dos estudantes. Essa prática é observada na instituição FAMETRO (Centro Universitário CEUNI, na cidade de Manaus-AM), que se compromete não apenas com a formação teórica, mas também com o desenvolvimento de competências e habilidades essenciais à atuação profissional futura dos seus discentes (DE JESUS VARGAS GQ, et al. 2024).

Uma pesquisa realizada pela Fonaprace na Universidade Federal de Alagoas, em 1994, identificou que 36,9% dos universitários apresentavam dificuldades significativas relacionadas à sua saúde mental. Posteriormente, o estudo foi conduzido novamente, revelando um aumento dos dados anteriormente obtidos. Nessa nova análise, constatou-se, em 2011, que 47,7% dos estudantes apresentavam crises emocionais. A partir desses resultados, surgiram novas perspectivas acerca da saúde mental dos universitários dessa instituição, o que contribuiu para o desenvolvimento de novas intervenções e formas de suporte para os estudantes (GOMES LMLDS, 2023). Lima SO, et al. (2019) apontaram que a presença de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em acadêmicos revela um quadro preocupante na qualidade de vida e formação profissional desses indivíduos, bem como uma falha das instituições universitárias em fornecer o apoio à saúde mental de seus estudantes.

O trabalho pretende compreender, de forma clara e científica, de que forma os principais desafios e expectativas vivenciados pelos estudantes de cursos das áreas da saúde do turno noturno interferem na construção de suas expectativas profissionais e de inserção no mercado de trabalho. Parte-se da hipótese de que os períodos finais do curso podem envolver dúvidas, pressões, medo do futuro e cansaço emocional, especialmente para estudantes que conciliam estudo, trabalho e outras responsabilidades.

A motivação para a presente pesquisa surgiu da inquietação acerca da visibilidade de desafios a serem superados pelos estudantes e análise de expectativas em relação à inserção no mercado de trabalho. Dessa forma, para que o acadêmico possa enfrentar os desafios da trajetória de formação, é imprescindível que ele próprio seja acolhido e adequadamente preparado para as exigências do mercado de trabalho, o qual demanda competências relacionadas à saúde em suas múltiplas dimensões.

MÉTODOS

O método de pesquisa selecionado para o presente estudo está pautado em uma revisão integrativa da literatura, que envolve a análise de materiais relevantes que permitem a síntese do conhecimento de uma determinada área. Sua construção esteve pautada em um conjunto de etapas subsequentes, envolvendo a definição da questão norteadora; busca na literatura; coleta dos artigos; análise dos artigos selecionados; desenvolvimento dos resultados e discussão; e a produção do artigo. Definiu-se como questão norteadora: De que forma os desafios enfrentados pelos universitários do turno noturno interferem na construção de suas expectativas profissionais e em suas perspectivas de inserção e ascensão no mercado de trabalho?

Com isso, a busca na literatura compreendeu as bases de dados eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO), Pubmed e Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) nos meses de fevereiro a setembro de 2026. Como descritores, foram selecionados aqueles indexados nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS), que em português foram: “Expectativas de futuro”, “Estudantes Universitários”, “Turno Noturno”, “Vivências Acadêmicas”, “Saúde”.

A pesquisa é também bibliográfica, sendo realizada por meio da análise de materiais publicados, como livros e artigos científicos. Ela envolve a revisão de trabalhos desenvolvidos por outros pesquisadores sobre o mesmo tema, com o intuito de contribuir para o avanço do conhecimento e o desenvolvimento de estudos futuros. O pesquisador deve demonstrar comprometimento com a pesquisa, adotando uma postura crítica e reflexiva sobre o tema em questão. Dessa forma, o objetivo dessa abordagem é examinar textos já publicados, proporcionando uma base para que outros pesquisadores possam dar continuidade ao estudo. Durante o processo, são analisadas fontes confiáveis e cientificamente respaldadas, permitindo ao autor não apenas revisar conhecimentos já consolidados, mas também expandir e adquirir novos entendimentos.

Para coleta de dados, os critérios de inclusão dos 12 artigos foram: artigos publicados entre os anos de 2015 e 2025, artigos na língua portuguesa, de forma gratuita, que abordaram a temática e estavam disponíveis em sua íntegra.

Todos os artigos foram lidos integralmente, e posteriormente, passaram por processo de seleção, no qual os artigos excluídos foram eliminados pelos seguintes critérios: artigos duplicados, presentes em mais de uma base de dados, artigos em espanhol e inglês, monografias, artigos incompletos, dissertações e aqueles que fugiam da proposta do estudo (Figura 1).

Apesar de esta pesquisa não ter sido submetida ao Comitê de Ética e Pesquisa, por se

tratar de uma revisão integrativa da literatura, ela prosseguiu respeitando e obedecendo aos princípios da ética e bioética.

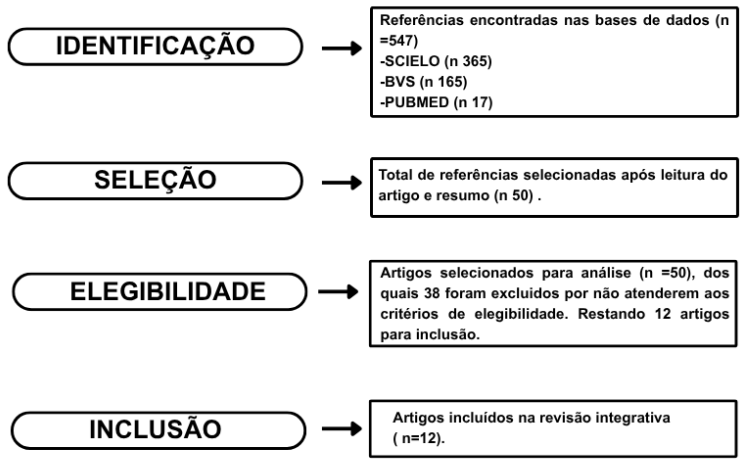


Figura 1 - Fluxograma
Fonte: RODRIGUES, PAD, et al. (2026)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para essa revisão integrativa foram encontrados 12 artigos científicos que discorrem sobre o tema das expectativas acadêmicas e o impacto na saúde mental dos universitários do turno noturno. Os artigos pesquisados dissertam sobre a temática e respondem ao objetivo desta pesquisa (Quadro 1).

Quadro 1: Descrição dos artigos conforme: Título/ano, Autor(es), Amostra/ Instrumento de análise e Principais resultados, 2026.

TÍTULO E ANO	AUTOR(ES)	AMOSTRA/ INSTRUMENTO DE ANÁLISE	PRINCIPAIS RESULTADOS
SAÚDE MENTAL E COTIDIANO UNIVERSITÁRIO: UMA BREVE REVISÃO INTEGRATIVA (2024)	Pereira et al.	Estratégia investigativa de abordagem qualitativa, pesquisa bibliográfica, do tipo revisão integrativa.	Os transtornos mentais comuns mostram-se prevalentes no contexto acadêmico e estão associados a prejuízos na qualidade de vida universitária, tornando necessárias estratégias voltadas à promoção da saúde mental.
ADOECIMENTO MENTAL EM UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO DE	Veras et al.	Revisão integrativa da literatura como método de pesquisa.	A pressão acadêmica, a adaptação a novas realidades e o uso de estimulantes psicoativos contribuem para o aumento de

LITERATURA (2024)			transtornos em universitários, reforçando a importância de apoio psicológico e programas que promovam um ambiente acadêmico mais saudável.
A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA (2023)	Costa et al.	Revisão integrativa.	Diversos fatores influenciam a formação acadêmica do indivíduo. A ausência de conhecimento sobre transtornos mentais pode impactar negativamente o discente. Nesse sentido, compreender esses transtornos é fundamental para a elaboração de estratégias eficazes que contribuem para o apoio e o desenvolvimento dos estudantes durante o seu percurso acadêmico.
DESAFIOS NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NOS ÚLTIMOS ANOS DA GRADUAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA (2023)	Sobral et al.	Revisão integrativa da literatura.	Os resultados do estudo indicam que entre 10% a 20% dos estudantes universitários apresentarão algum transtorno mental ao longo da sua jornada acadêmica. A pesquisa evidencia uma elevada prevalência dessas condições nesse público, frequentemente desencadeadas por diversos fatores, como dificuldades financeiras. Diante desse cenário, torna-se indispensável a elaboração de estratégias voltadas à promoção de saúde mental entre universitários.
TRANSIÇÃO UNIVERSIDADE-TRABALHO: UM ESTUDO COM COTISTAS E NÃO COTISTAS (2024)	Côrtes; Peixoto	O estudo utilizou um questionário online para coletar dados de 710 graduados.	O início da trajetória acadêmica é marcado por diversas emoções,e muitos discentes enfrentam dificuldades para se adaptar às novas exigências da faculdade, o que faz com que, frequentemente, se preocupem com o mercado de trabalho. Nesse contexto, a realização de pesquisas sobre a percepção dos estudantes em relação ao meio acadêmico, tanto acerca do início do curso quanto em relação ao futuro e à inserção do trabalho, contribui para que as instituições desenvolvam programas que auxiliem no desenvolvimento de carreira dos universitários.
ESCALA DE EXPECTATIVAS DE CARREIRA NA ORGANIZAÇÃO: DESENVOLVIMENTO	Vasconcellos; Neiva	Pesquisa de campo com aplicação de escala.	O presente artigo fundamentou-se em uma pesquisa realizada por meio da aplicação de uma escala para analisar o construto das expectativas de carreira na

E EVIDÊNCIAS DE VALIDADE (2016)			organização. Os resultados evidenciaram existência de dois fatores de expectativa: O primeiro abrange conquistas no ambiente de trabalho, como crescimento profissional; o segundo refere-se à relação entre a carreira e a vida privada.
ASPECTOS DA TRAJETÓRIA DO ESTUDANTE DE GRADUAÇÃO: DESAFIOS DA DUPLA JORNADA E O IMPACTO NA VIDA SOCIAL (2025)	Macedo; Fernandes	Pesquisa de caráter descritivo e quantitativo.	A dupla jornada entre trabalho e faculdade acarreta diversos prejuízos na vida do acadêmico. Além de afetar o desempenho acadêmico e a saúde, muitos estudantes chegam a pensar em desistir do curso. Nesse contexto, reforça-se a importância de políticas públicas voltadas ao apoio dos jovens acadêmicos.
O PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DA PERMANÊNCIA DOS TRABALHADORES-ESTUDANTES (2024)	Carvalho et al.	Pesquisa de campo com aplicação de questionário.	A dupla jornada entre estudo e trabalho é uma realidade bastante presente entre os acadêmicos. O artigo aponta que 21,4% da população frequenta o ensino superior, o que evidencia um avanço no acesso à universidade. Entretanto, mesmo quando os estudantes conseguem ingressar em uma instituição pública, muitos ainda precisam buscar recursos financeiros para garantir sua permanência e conclusão no curso, o que pode afetar seu desempenho acadêmico. Nesse contexto, destaca-se a importância do aprimoramento de políticas públicas voltadas ao apoio e à permanência estudantil.
UM ESTUDO SOBRE O ENSINO SUPERIOR NOTURNO NA PERSPECTIVA DE ESTUDANTES TRABALHADORES DO CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS NA UESB (2020)	Santos; Duarte; Santos	Pesquisa descritiva, qualitativa, desenvolvida com 30 discentes do curso noturno do 7º e 9º semestre (questionário).	O presente estudo evidencia diferenças entre os acadêmicos do período diurno e noturno. Os estudantes do turno diurno relatam maior facilidade para estudar durante a semana, enquanto os alunos do período noturno enfrentam maiores dificuldades, pois, além das responsabilidades acadêmicas, precisam conciliar trabalho e obrigações familiares. Ao tentar conciliar essas áreas, muitos estudantes têm o rendimento acadêmico prejudicado e dificuldades para cumprir as horas extracurriculares obrigatórias da faculdade, o que pode prolongar o processo de formação. O estudo

			destaca a importância de políticas institucionais voltadas ás necessidades dos acadêmicos.
ESTUDANTES TRABALHADORES DE CAMADAS POPULARES EM SEU DESAFIO COTIDIANO DE CONCILIAR TRABALHO E ESTUDO (2021)	Pereira; Coutrim	Uma investigação de caráter qualitativo sob a perspectiva da sociologia da educação (Questionário e pesquisa).	O estudo destaca as dificuldades enfrentadas por estudantes que conciliam trabalho e faculdade. Muitas vezes, o trabalho se torna prioridade, prejudicando os estudos, o desempenho acadêmico e a saúde física e mental, podendo até levar ao trancamento do curso. Por isso, ressalta-se a importância de ações das universidades para apoiar esses estudantes.
SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO INTEGRATIVA (2020)	Penha; Oliveira; Mendes	Revisão integrativa.	O estudo evidencia uma alta prevalência de transtornos mentais entre estudantes universitários comparados à população geral. Também ressalta que o ingresso na faculdade demanda dos estudantes habilidades cognitivas e emocionais mais desenvolvidas. Diante disso, a pesquisa enfatiza a necessidade da criação de serviços de apoio dentro das instituições de ensino, visando oferecer assistência e acolhimento aos acadêmicos ao longo da graduação.
VIVÊNCIA ACADÊMICA: EXPECTATIVAS E DESAFIOS DOS INGRESSANTES E CONCLUINTES DA GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM (2021)	Viana; Souza; Fonseca	Estudo de campo, com caráter exploratório-descritivo, de abordagem qualitativa.	O presente estudo indica que as expectativas dos estudantes ingressantes no ensino superior estão relacionadas ao aprendizado a ser adquirido ao longo do percurso acadêmico. Em contrapartida, para os alunos que se aproximam do fim da graduação, as expectativas concentram-se na inserção no mercado de trabalho. O encerramento dessa jornada desperta sentimentos ambivalentes: a satisfação pela conclusão de uma etapa importante e, simultaneamente, a insegurança quanto ao futuro profissional.

Fonte: RODRIGUES, PAD, et al. (2026)

De acordo com Pereira LS et al. (2024), a exaustão associada à rotina acadêmica pode afetar significativamente a qualidade de vida dos universitários, repercutindo em diferentes aspectos da vida cotidiana, como a organização da rotina, o ciclo do sono, as relações

interpessoais e o desempenho acadêmico. Além disso, essa condição pode contribuir para o surgimento de Transtornos Mentais Comuns (TMCs) e, quando não identificada e adequadamente acompanhada, aumentar a vulnerabilidade para o desenvolvimento de quadros de maior gravidade. Corroborando essa perspectiva, Sobral MV et al. (2023) afirmam que, conforme evidenciado por pesquisas epidemiológicas, a ocorrência de adoecimento mental é maior entre indivíduos matriculados em cursos de graduação quando comparados àqueles que não estão inseridos no ensino superior.

Essa realidade pode assumir maior relevância nos períodos finais da graduação, considerando a proximidade do desligamento do ambiente acadêmico e a consequente inserção no mercado de trabalho. Esse processo de transição pode ser acompanhado por sentimentos de insegurança, ansiedade e preocupação em relação ao futuro profissional. De maneira subsequente, Côrtes VNQ e Peixoto ALA (2024) teorizam que a inserção no mundo laboral é marcada por expectativas pouco favoráveis, especialmente em decorrência da insegurança pessoal, da competitividade e da escassez de oportunidades de trabalho. Nesse contexto, o processo de egresso e transição da universidade para o mercado de trabalho pode representar um período de dificuldades, uma vez que o sucesso dessa transição está relacionado às condições socioeconômicas e às características pessoais de cada acadêmico. Além disso, esses fatores podem influenciar a percepção dos estudantes acerca do mercado de trabalho, contribuindo para expectativas menos favoráveis e podendo repercutir negativamente no processo de inserção profissional.

Essa preocupação com o futuro laboral pode surgir ainda a partir da metade da graduação, especialmente com o aprofundamento das atividades práticas e a aproximação da conclusão do curso. Tal cenário torna-se particularmente relevante ao considerar o perfil dos estudantes universitários, uma vez que parte significativa deles concilia a formação acadêmica com atividades profissionais.

Nesse sentido, Santos DS, et al. (2020), afirmam que segundo o INEP (2014), dos 6.486.171 estudantes matriculados no ensino superior presencial no Brasil, 63,1% estavam ligados aos cursos noturnos. Nesse contexto, o acadêmico que concilia o trabalho durante o dia com os estudos no período noturno busca, por meio da formação superior, melhores condições de vida e maiores possibilidades de inserção e ascensão profissional. Entretanto, essa perspectiva de melhoria das condições futuras não elimina a necessidade de manutenção de uma fonte de renda

no presente, uma vez que o estudante precisa arcar com os custos relacionados à sua formação acadêmica e às demais despesas pessoais.

Além disso, esses fatores podem influenciar a percepção dos estudantes acerca do mercado de trabalho, contribuindo para expectativas menos favoráveis e podendo repercutir negativamente no processo de inserção profissional. Essa preocupação com o futuro laboral pode surgir ainda a partir da metade da graduação, especialmente com o aprofundamento das atividades práticas e a aproximação da conclusão do curso. Tal cenário torna-se particularmente relevante ao considerar o perfil dos estudantes universitários, uma vez que parte significativa deles concilia a formação acadêmica com atividades profissionais.

Nesse sentido, Santos DS, et al. (2020), afirmam que segundo o INEP (2014), dos 6.486.171 estudantes matriculados no ensino superior presencial no Brasil, 63,1% estavam ligados aos cursos noturnos. Nesse contexto, o acadêmico que concilia o trabalho durante o dia com os estudos no período noturno busca, por meio da formação superior, melhores condições de vida e maiores possibilidades de inserção e ascensão profissional. Entretanto, essa perspectiva de melhoria das condições futuras não elimina a necessidade de manutenção de uma fonte de renda no presente, uma vez que o estudante precisa arcar com os custos relacionados à sua formação acadêmica e às demais despesas pessoais.

No artigo de Costa MV et al (2023), os autores apontam uma realidade crítica relacionada à saúde mental dos universitários. As preocupações com as demandas acadêmicas, associadas ao processo de adaptação à nova rotina de vida, podem contribuir para o aumento de fatores que agravam a saúde mental dos estudantes. Diante desses desafios, alguns acadêmicos buscam diferentes estratégias para lidar com as dificuldades vivenciadas no ambiente universitário, entre elas, o uso de substâncias psicoativas como forma de enfrentamento. Além dessas questões relacionadas à vida acadêmica, a dupla jornada constitui um fator que pode gerar impactos significativos na vida dos discentes.

Nessa perspectiva, Macedo HS e Fernandes AS (2025) destacam que muitos estudantes vivenciam essa realidade ao conciliar os compromissos acadêmicos com as responsabilidades pessoais e profissionais. Essa sobrecarga pode contribuir para o desenvolvimento de estresse e esgotamento, repercutindo negativamente tanto no desempenho acadêmico quanto na saúde emocional dos discentes. Em decorrência dessa rotina intensa, ocasionada pela dupla jornada, algumas relações interpessoais podem se tornar fragilizadas, levando os discentes a vivenciarem períodos de maior isolamento social e, em alguns casos, até mesmo à evasão acadêmica. Nesse

contexto, torna-se importante ressaltar a necessidade de implementações de estratégias que possam oferecer suporte aos discentes e contribuir para o enfrentamento das dificuldades relacionadas à dupla jornada.

Ainda nesse contexto, Pereira LS e Coutrim RME (2025) também abordam os desafios vivenciados pelos universitários para conciliar o trabalho com a vida acadêmica, destacando a permanência na universidade como uma das dificuldades enfrentadas pelos estudantes. Muitos deles não podem se afastar das suas atividades profissionais, o que pode dificultar seu desempenho acadêmico e tornar mais complexa a conciliação entre essas duas demandas. Quando não conseguem equilibrá-las, uma das possíveis consequências é a evasão acadêmica. Além disso, após o ingresso no ensino superior, alguns estudantes podem vivenciar sentimentos de incapacidade diante das dificuldades de conciliar as atividades profissionais com os estudos. Em alguns casos, os estudantes precisam repor horas de trabalho ao sair mais cedo para realizar atividades relacionadas à faculdade, o que pode resultar em cansaço e redução do tempo disponível para os estudos.

Diante dos desafios apresentados, torna-se relevante considerar estratégias de apoio que possam contribuir para o bem-estar dos estudantes no ensino superior. Complementando essa discussão, Penha JL, et al. (2020) abordam a importância da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) no enfrentamento das desigualdades sociais no meio acadêmico e na promoção da permanência dos estudantes nas universidades. O artigo também destaca a importância de estratégias que possam promover o bem-estar dos discentes, contribuindo para o desenvolvimento de sua trajetória acadêmica e profissional e para o alcance de seus objetivos ao longo da formação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, conclui-se que a saúde mental dos universitários é influenciada por diferentes fatores, como as exigências acadêmicas, a conciliação entre trabalho e estudo, as condições socioeconômicas e as incertezas em relação ao futuro profissional. Esses aspectos podem afetar o bem-estar, o desempenho acadêmico e a permanência na universidade, evidenciando a necessidade de fortalecer as políticas de assistência estudantil, as ações preventivas e o acompanhamento psicológico. Nesse contexto, a Psicologia desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental e no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento das dificuldades vivenciadas pelos estudantes.

Espera-se que esta pesquisa contribua para ampliar a compreensão dos fatores que comprometem a saúde psíquica dos universitários, além de incentivar a conscientização sobre a importância do cuidado psicológico especializado, tanto na prevenção quanto na intervenção diante do sofrimento mental.

Ademais, busca-se fomentar a produção científica sobre a temática, ressaltando a relevância de novos estudos empíricos e longitudinais que aprofundem o conhecimento sobre essa realidade e subsidiem a elaboração de estratégias institucionais voltadas à promoção do bem-estar, à permanência acadêmica e à transição para o mercado de trabalho.

REFERÊNCIAS

CARVALHO, Gisele et al, O PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DA PERMANÊNCIA DOS TRABALHADORES-ESTUDANTES : UM ESTUDO SOBRE O IF SUDESTE MG CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI . **Trabalho & Educação**, Belo Horizonte, v. 33, n. 3, p. 25–43, 2024. DOI: 10.35699/2238-037X.2024.45966.

CÔRTES, V. N. Q., & PEIXOTO, A. L. A. Transição Universidade-Trabalho: um estudo com cotistas e não cotistas. Revista Brasileira de Orientação Profissional jul.-dez. 2024, Vol. 25, No. 2, 181-192, 2024. DOI: 10.26707/1984-7270/2024v25n0207.

COSTA, Murilo Marques. A saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde: uma revisão integrativa de literatura. PEER REVIEW, Vol. 5, Nº 7, 2023 DOI: 10.53660/391.prw1009 ISSN: 1541-1389.

DE BARROS, Rebeca Neri; PEIXOTO, Adriano de Lemos Alves. Saúde mental de levantamento de transtornos mentais comuns em estudantes de uma universidade brasileira. **Quaderns de Psicologia**, v. 25, n. 2, p. e1958-e1958, 2023. ISSN eletrônico: 2526-1487 DOI:10.20873/2526-1487e023013.

DE JESUS VARGAS, Gerson Queiroz; DA SILVA, Raissa Karoline Costa; MUNIZ, Lena Andrea Lima. Os desafios dos universitários da Fametro para ingressar no mercado de trabalho. Cenários emergentes em Administração e Ciências Contábeis, p. 25, 2024.

GOMES, L. M. L. D. S. et al.. SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE: AÇÕES E INTERVENÇÕES VOLTADAS PARA OS ESTUDANTES. Educação em Revista, v. 39, p. e40310, 2023.

LIMA, S. O. et al. Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde. Psicologia: Ciência e profissão, v. 39, 2019.

MACEDO, Héria de Souza; FERNANDES, Alexsandro Stein. ASPECTOS DA TRAJETÓRIA DO ESTUDANTE DE GRADUAÇÃO: DESAFIOS DA DUPLA JORNADA E O IMPACTO NA VIDA SOCIAL. **REMUNOM**, *[S. l.]*, v. 21, n. 01, p. 1–26, 2025. DOI: 10.61164/241gy440.

PENHA, Joaquim Rangel Lucio; OLIVEIRA, Cleide Correia; MENDES, Ana Virginia Silva. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa/ University student mental health: integrative review/ Salud mental del estudiante universitario: revisión integrativa. **Journal Health NPEPS**, *[S. l.]*, v. 5, n. 1, p. 369–395, 2020.

PEREIRA, Lucinéa de Souza; COUTRIM, Rosa Maria da Exaltação. ESTUDANTES TRABALHADORES DE CAMADAS POPULARES EM SEU DESAFIO COTIDIANO DE CONCILIAR TRABALHO E ESTUDO. **Revista Educativa - Revista de Educação**, Goiânia, Brasil, v. 23, n. 1, p. e7376, 2021. DOI: 10.18224/educ.v23i1.7376.

PEREIRA, Tamiris dos Anjos et al. SAÚDE MENTAL E COTIDIANO UNIVERSITÁRIO: UMA BREVE REVISÃO INTEGRATIVA. Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva, Salvador, v.5, n.e20265,p.1-15, 2024.DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.14712583.

SANTOS, DIÓGENES SOUZA; DUARTE, ANA CRISTINA SANTOS; SANTOS, DANIELA SOUZA. Um estudo sobre o ensino superior noturno na perspectiva de estudantes trabalhadores do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas na UESB. **Revista de Iniciação à Docência**, *[S. l.]*, v. 4, n. 2, p. 25–40, 2020. DOI: 10.22481/rid-uesb.v4i2.6219.

SOBRAL, Maria Vitória de Araujo Carvalho et al. DESAFIOS NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NOS ÚLTIMOS ANOS DA GRADUAÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.

VASCONCELLOS, V. C. & NEIVA, E. R. Escala de Expectativas de Carreira na Organização: Desenvolvimento e Evidências de Validade. Psico-USF, Bragança Paulista, v. 21, n. 2, p. 245-257, mai./ago. 2016. ISSN: 1413-8271.

VERAS, Romeria Davina Vieira; SOUZA, Maria Andrea Pereira de; DAMASCENA, Janaína Costa de Souza; OLIVEIRA, Geane Silva; SOUZA, Anne Caroline de; MEDEIROS, Renata Lívia Silva Fônseca Moreira de. ADOECIMENTO MENTAL EM UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO DE LITERATURA. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, *[S. l.]*, v. 10, n. 11, p. 316–325, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i10.16482.

VIANA T. L.; SOUZA A. de L.; FONSECA I. A. C. da. Vivência acadêmica: expectativas e desafios dos ingressantes e concluintes da graduação em enfermagem. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 6, p. e7849, 14 jun. 2021. https://doi.org/10.25248/reas.e7849.2021.