



Esta obra está sob o direito de
Licença Creative Commons
Atribuição 4.0 Internacional.

ASPECTOS PSICOSSOCIAIS E EDUCACIONAIS DA SAÚDE MENTAL

Betijane Soares de Barros¹

Bernard Pereira Almeida²

Joselito Araújo Silva³

Lucilia Maria da Silva Soares Barbosa⁴

Maria de Lourdes Pessoa Alves

Ivaci Bomfim Pinheiro⁵

Ingrid Francinne Accioly Lira⁶

Pauliana Oliveira dos Santos⁷

RESUMO

A saúde mental no ensino superior constitui um desafio complexo e urgente na atualidade. O objetivo deste artigo é analisar os impactos dos aspectos psicossociais e educacionais na saúde mental de estudantes universitários, identificando os principais fatores de risco e de proteção presentes no ambiente acadêmico. A metodologia adotada consiste em uma revisão de literatura, realizada por meio do levantamento e análise de artigos científicos indexados em bases de dados nacionais e internacionais. Os resultados apontam que a transição para a universidade, a cobrança excessiva por alta performance e as vulnerabilidades socioeconômicas são determinantes críticos para o adoecimento psíquico. Em conclusão, constata-se que as instituições de ensino superior atuam de forma ambivalente, operando tanto como espaços de desgaste quanto como potenciais redes de apoio. Torna-se indispensável, portanto, a implementação de políticas de permanência estudantil, o fortalecimento de núcleos de apoio psicopedagógico e a adoção de práticas pedagógicas inclusivas para garantir o bem-estar e o desenvolvimento integral dos acadêmicos.

Palavras-chave: Saúde Mental; Ensino Superior; Aspectos Psicossociais; Práticas Educacionais.

¹ E-mail: bj-sb@hotmail.com

² E-mail: bernardadv@hotmail.com

³ E-mail: Joselitoaraujo947@gmail.com

⁴ E-mail: luciliamaria.email@gmail.com

⁵ E-mail: ivaci18@outlook.com

⁶ E-mail: ingrid_accioly@hotmail.com

⁷ E-mail: Pauliana.o.s@gmail.com

INTRODUÇÃO

A saúde mental no ambiente universitário tem se consolidado como um dos maiores desafios de saúde pública e gestão educacional da atualidade. O ingresso no ensino superior coincide com transições psicossociais críticas, marcadas por pressões acadêmicas, cobranças por desempenho, distanciamento familiar e incertezas profissionais, fatores que potencializam o desencadeamento de sofrimentos psíquicos. Diante desse cenário, a análise dos aspectos psicossociais e educacionais da saúde mental em estudantes universitários mostra-se indispensável para compreender como o ambiente acadêmico afeta o bem-estar dos indivíduos (FALCÃO; GAMEIRO; FREITAS, 2026).

Por um lado, a dimensão psicossocial investiga de que maneira determinantes como vulnerabilidade socioeconômica, dinâmicas de pertencimento, raça, gênero e isolamento social moldam a vulnerabilidade ou a resiliência psicológica do estudante. Por outro lado, a dimensão educacional coloca as instituições de ensino superior em um papel central: ora atuando como espaços geradores de estresse crônico, ora como territórios estratégicos para a promoção da alfabetização emocional, acolhimento institucional e desconstrução de estigmas sobre o adoecimento mental (TUNG, *et al.*, 2025).

Diante da fragmentação das discussões acadêmicas sobre o tema, este artigo justifica-

se pela necessidade de sintetizar as evidências científicas disponíveis, superando abordagens meramente biomédicas e individualizantes do sofrimento. O objetivo geral deste estudo é analisar as produções científicas sobre os impactos psicossociais e educacionais na saúde mental de estudantes universitários. Para tanto, adota-se como percurso metodológico a revisão de literatura, a fim de mapear os principais fatores de risco, identificar lacunas nas práticas pedagógicas vigentes e apontar estratégias institucionais que promovam redes de apoio e o desenvolvimento integral do corpo discente (XU *et al.*, 2025).

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa do tipo revisão integrativa da literatura, delineada para sintetizar o conhecimento científico sobre os impactos psicossociais e educacionais na saúde mental de estudantes universitários. O percurso metodológico foi estruturado em quatro etapas: formulação da pergunta norteadora, busca nas bases de dados, aplicação dos critérios de elegibilidade e análise crítica do corpus documental.

A coleta de dados ocorreu por meio do levantamento bibliográfico nas fontes de pesquisas como conteúdo de livros, artigos científicos, sites, dissertações, teses e bibliográficas virtuais.

Importância dos Aspectos Psicossociais e Educacionais da Saúde Mental

A abordagem dos aspectos psicossociais e educacionais da saúde mental é imprescindível para a compreensão integral do bem-estar humano, especialmente em contextos marcados por rápidas transformações sociais, culturais e tecnológicas. A literatura contemporânea destaca que questões afetivas, relacionais, cognitivas e culturais entrelaçam-se no processo de desenvolvimento, e ambientes escolares e familiares assumem papel de destaque na promoção e manutenção da saúde mental (SANTOS; RANGEL, 2023).

No escopo psicossocial, a família configura-se como o primeiro contexto de socialização e suporte emocional, fundamental na constituição da identidade, regulação emocional e estabelecimento de vínculos seguros. Relações familiares positivas, pautadas no diálogo, afeto e respeito à individualidade, potencializam a resiliência e agem como fator protetivo frente a adversidades. Por outro lado, ambientes familiares disfuncionais ou marcados por abandono e violência podem agravar quadros de sofrimento psíquico e impactar negativamente o desenvolvimento global (SMOUT *et al.*, 2025).

A escola, enquanto espaço formativo, transcende sua função meramente cognitiva ao assumir função socializadora e promotora da saúde mental. Ela representa ambiente

privilegiado para o desenvolvimento de competências socioemocionais, como empatia, autonomia, regulação emocional, autoconhecimento e habilidades de convivência (Radios EBC, 2024). Tais competências são reconhecidas na contemporaneidade como essenciais não só para o sucesso acadêmico, mas sobretudo para a vida em sociedade e enfrentamento dos desafios cotidianos (ALMEIDA *et al.*, 2023).

(SILVA; ANJOS; CONCEIÇÃO, 2021).

Programas de educação socioemocional, projetos interdisciplinares e práticas cotidianas que valorizem o respeito à diversidade, o trabalho colaborativo e o protagonismo estudantil têm se revelado eficazes na prevenção do adoecimento mental e na promoção do bem-estar escolar (Coalasaúde, 2023). É fundamental integrar ações pedagógicas e de acompanhamento psicossocial com o objetivo de tornar o ambiente escolar mais inclusivo, sensível às necessidades de todos os alunos e livre de estigmas, preconceitos e práticas excludentes (NASCIMENTO; SEIXAS, 2020).

Nesse sentido, a inclusão escolar vai além do mero acesso à escola: implica garantir a permanência, participação ativa e respeito às diferenças, ofertando suporte multidisciplinar personalizado conforme as demandas de cada sujeito (SOARES; BONATTO, 2022). Práticas neuropedagógicas, fundamentadas nos princípios da neurociência aplicada à educação, contribuem para identificar

precocemente dificuldades e promover adaptações que respeitem os diferentes estilos e ritmos de aprendizagem. Este movimento fortalece a autoestima dos estudantes, previne fracasso escolar e favorece a construção de trajetórias acadêmicas e sociais mais saudáveis (SOUZA FILHO, 2026).

O diálogo efetivo entre escola e família é reconhecido, portanto, como componente fundamental para o êxito de estratégias de promoção da saúde mental. A participação ativa dos familiares nas ações educativas potencializa a coerência dos cuidados, amplia a rede de suporte e estimula a continuidade das práticas de acolhimento para fora dos limites escolares (GESTEIRA et al., 2026).

O compartilhamento de informações e orientações entre educadores, estudantes e familiares contribui para a identificação de situações de vulnerabilidade e para o encaminhamento precoce a serviços especializados (FIRMINO; HENRIQUES; BRAZ, 2023).

Ademais, a promoção da saúde mental na escola demanda a formação continuada dos profissionais da educação, visando capacitá-los para reconhecer sinais precoces de sofrimento psíquico, realizar acolhimento qualificado e atuar de modo interdisciplinar em parceria com psicólogos, assistentes sociais e outros profissionais de saúde (LEITE; NUNES, 2022).

Intervenções preventivas e projetos de sensibilização sobre saúde mental, bullying e diversidade, aliados ao fortalecimento do

vínculo com a família, têm demonstrado resultados positivos em pesquisas recentes na redução de agravos psíquicos e aumento do sentimento de pertencimento (NAGATA et al., 2024).

Frente aos desafios impostos pela contemporaneidade – como hiperconectividade, individualismo, pressão por desempenho e mudanças familiares e sociais – torna-se central investir em políticas públicas, escolares e comunitárias que promovam redes de apoio, ambientes seguros e contextos educativos inovadores, pautados no cuidado integral e na valorização das potencialidades de cada sujeito (PERDOMO JUNIOR *et al.*, 2025).

Avançando para as propostas e estratégias para promoção da saúde mental, observa-se que o cenário nacional e internacional converge para a adoção de múltiplas iniciativas integradas, priorizando ações psicossociais, políticas intersetoriais e práticas neuropedagógicas fundamentadas em evidências. Tais estratégias visam tanto a prevenção quanto a promoção do bem-estar, tendo como pilares a articulação entre escola, família, comunidade e políticas públicas (FRANCISQUINI *et al.*, 2025).

As intervenções psicossociais em ambiente escolar destacam-se pelo fortalecimento da rede de apoio aos estudantes através de rodas de conversa, oficinas de educação socioemocional, palestras e acompanhamento individualizado feito por psicólogos e assistentes sociais. No exemplo

do estado da Paraíba, políticas públicas recentes instituíram a presença de equipes multiprofissionais nas escolas, proporcionando diagnóstico situacional, acolhimento e monitoramento das demandas emocionais, o que amplia a capacidade de resposta diante de situações de risco (PENGPID; PELTZER, 2025).

No âmbito das políticas públicas, iniciativas como o programa #TamoJunto ilustram a importância de projetos preventivos de saúde mental, sendo compostos por ações educativas voltadas à prevenção do uso de substâncias, à identificação precoce de sofrimento psíquico e à promoção da vida. Esse programa propõe oficinas e encontros tanto para estudantes quanto para famílias, promovendo o diálogo e a corresponsabilidade no processo de cuidado (FRANCISQUINI *et al.*, 2025). A atuação intersetorial, envolvendo saúde, educação e assistência social, é reconhecida como elemento-chave para a efetividade das propostas, pois potencializa o alcance e a sustentabilidade das intervenções (PENGPID; PELTZER, 2025).

As práticas pedagógicas baseadas em evidências neurocientíficas vêm ganhando força, especialmente por seu potencial de promover aprendizagens socioemocionais, aumentar o engajamento e melhorar o desempenho escolar. Programas de aprendizagem socioemocional (ASE), já implementados em diversos contextos internacionais, operam por meio do desenvolvimento de competências como a

empatia, a autorregulação emocional e o autoconhecimento, elementos que têm repercussão direta sobre a saúde mental infantojuvenil (ALMEIDA *et al.*, 2023).

Cabe ressaltar ainda o papel fundamental da formação continuada de professores. Profissionais capacitados para identificar precocemente sinais de sofrimento emocional e implementar atividades preventivas favorecem ambientes escolares acolhedores, seguros e sensíveis à diversidade. A literatura recente aponta que a capacitação docente e o envolvimento ativo de psicólogos e assistentes sociais asseguram a permanência das ações, mesmo após o encerramento de projetos pontuais (SILVA; ANJOS; CONCEIÇÃO, 2021).

A articulação entre escola e família permanece como fator preponderante para o sucesso das estratégias em saúde mental. Projetos que envolvem oficinas de escuta, grupos reflexivos para pais e ações de educação parental ampliam a rede protetiva do estudante, permitem o compartilhamento de responsabilidades e fortalecem a coesão social. Em paralelo, a avaliação e o acompanhamento sistemático das ações, assegurados por protocolos de monitoramento, garantem a efetividade e viabilidade das intervenções propostas (GESTEIRA *et al.*, 2026).

CONCLUSÃO

A análise dos aspectos psicossociais e educacionais da saúde mental no contexto acadêmico evidencia que o sofrimento psíquico dos

universitários não pode ser tratado como um fenômeno estritamente individual ou biológico. Esta revisão de literatura demonstrou que a universidade opera de forma ambivalente: ao mesmo tempo em que representa um espaço de crescimento e realização, atua frequentemente como um vetor de desgaste, impulsionado pela cultura da alta performance, sobrecarga de exigências e vulnerabilidades socioeconômicas.

Os achados reforçam que a permanência e o sucesso acadêmico estão diretamente condicionados à preservação do bem-estar emocional do estudante. Portanto, mitigar os impactos negativos à saúde mental exige que as instituições de ensino superior superem a postura puramente reativa. É urgente a transição para um modelo preventivo e acolhedor, focado no fortalecimento das políticas de assistência estudantil, na reestruturação de metodologias pedagógicas para torná-las mais inclusivas e na capacitação do corpo docente para uma escuta qualificada e livre de estigmas.

Como limitação deste estudo, aponta-se a dependência de dados secundários e a necessidade de investigações empíricas longitudinais que acompanhem o percurso do estudante. Por fim, espera-se que este trabalho mobilize gestores e educadores para a urgência de se pensar a educação superior não apenas como um centro de excelência técnica, mas como um território de desenvolvimento humano integral, seguro e promotor de saúde.

REFERENCIAS

ALMEIDA, Raniere de Carvalho; CALAÇA, Ézio Carlos Alves; SILVA, Maria Daniela Alves da; CALDAS, Francisco Demétrius

Luciano de. A influência do meio escolar sobre a saúde do professor de Educação Física: um diagnóstico situacional em municípios do sertão. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, nº 36, 19 de setembro de 2023.

FALCÃO, Francisca Thanísia de Freitas; GAMEIRO, Danielle Campos Macedo; FREITAS, Kerginaldo Luiz de. Precarização do trabalho docente: impactos na saúde mental do professor da Educação Básica. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 26, nº 22, 10 de junho de 2026.

FIRMINO, Laís Chrystina da Silva; HENRIQUES, Luana Gabriele dos Santos Silva; BRAZ, Maria Natália dos Santos. Simulação em Saúde: estratégia de aprendizagem ativa para estudantes de escolas técnicas. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, nº 28, 25 de julho de 2023.

FRANCISQUINI, Maria Carolina Juvêncio; SILVA, Thais Maria de Souza; SANTOS, Géssika Castilho dos; BARBOSA, Rodrigo de Oliveira; DIAS, Pedro Henrique Garcia; RUIZ, Ariel Bello; SILVA, Jadson Marcio da; NETO, Antonio Stabelini. Associations of screen time with symptoms of stress, anxiety, and depression in adolescents. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 43, e2023250, 2025. DOI: 10.1590/1984-0462/2025/43/2023250.

GESTEIRA, Luciana; MIKUSKA, Márcia Inês S.; PEREIRA, Francielle Goulart;

PRADO, Maria Elisabette Brisola Brito. Educação em Saúde e a prevenção do uso do cigarro eletrônico entre adolescentes nas escolas. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 26, nº 5, 4 de fevereiro de 2026.

LEITE, Alessandro Nunes; NUNES, Silvânia Azevedo da Silva. Os impactos da docência na saúde física e mental dos profissionais da educação básica no cenário pós-pandêmico. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, nº 17, 10 de maio de 2022.

NAGATA, Jason M.; AL-SHOAIBI, Abubakr A. A.; LEONG, Alicia W.; ZAMORA, Gabriel; TESTA, Alexander; GANSON, Kyle T.; BAKER, Fiona C. Screen time and mental health: a prospective analysis of the Adolescent Brain Cognitive Development (ABCD) Study. *BMC Public Health*, v. 24, p. 2686, 2024. DOI: 10.1186/s12889-024-20102-x.

NASCIMENTO, Kelen Braga do; SEIXAS, Carlos Eduardo. O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas. *Revista Educação Pública*, v. 20, nº 36, 22 de setembro de 2020.

PERDOMO JUNIOR, Joelio Dias; MENEZES, Karla Mendonça; RODRIGUES, Carolina Braz Carlan; SOARES, Félix Alexandre Antunes. Currículo Mínimo Emergencial: uma análise de temas

relacionados à saúde no Ensino Fundamental. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 25, nº 7, 19 de fevereiro de 2025.

PENGPID, Supa; PELTZER, Karl. Adherence to 24-h movement guidelines and its associations with dietary behavior and mental health among university students from five ASEAN countries. *BMC Public Health*, v. 25, p. 1592, 2025. DOI: 10.1186/s12889-025-22643-1.

SANTOS, Alessandro Pereira dos; RANGEL, Fernanda Dias. Relação entre saúde física e emoções positivas na aprendizagem: aspectos gerais e perspectivas para o cenário educacional. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, nº 22, 13 de junho de 2023.

SILVA, Jesiel Alves da; ANJOS, Daianne Santos dos; CONCEIÇÃO, Renata Azevedo. A contribuição da Educação Científica para a promoção da Educação em Saúde. *Revista Educação Pública*, v. 21, nº 2, 19 de janeiro de 2021.

SOARES, Alana de Sousa Carvalho; BONATTO, Maria Paula de Oliveira. Diálogos entre circo, educação e saúde no contexto do Programa Mais Educação. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, nº 44, 29 de novembro de 2022.

SOUZA FILHO, Luiz Alberto de. Uso de filmes na Educação Física para a promoção da

saúde mental dos estudantes. *Revista Educação Pública*, Rio de Janeiro, v. 26, nº 6, 11 de fevereiro de 2026.

SMOUT, Scarlett; CHAMPION, Katrina E.; O'DEAN, Siobhan; HALLADAY, Jillian; GARDNER, Lauren A.; NEWTON, Nicola C. Adolescent lifestyle behaviour modification and mental health: longitudinal changes in diet, physical activity, sleep, screen time, smoking, and alcohol use and associations with psychological distress. *International Journal of Mental Health and Addiction*, v. 23, p. 4285-4306, 2025. DOI: 10.1007/s11469-024-01350-9.

TUNG, Keith T. S.; ZHANG, Xiaoqing; WONG, Rosa S.; SO, Hung-Kwan; YIP, Ka-

Man; YAM, Jason C. S.; CHAN, Sherry K. W.; TSO, Winnie W. Y.; IP, Patrick. Influence of lifestyle and family environment factors on mental health problems in Hong Kong preschoolers. *Journal of Affective Disorders*, v. 382, p. 498-506, 2025. DOI: 10.1016/j.jad.2025.04.114.

XU, Lin-Xuan; SONG, Kun-Ru; DENG, Hui-Yin; GENG, Xiao-Min; ZHANG, Jia-Lin; FANG, Xiao-Yi; POTENZA, Marc N.; ZHANG, Jin-Tao. Beyond screen time: the core influences of problematic screen use on adolescent development networks. *Journal of Behavioral Addictions*, v. 14, n. 2, p. 724-737, 2025. DOI: 10.1556/2006.2025.00035.