



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO NORTE DO TOCANTINS**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO, HUMANIDADES E SAÚDE DE TOCANTINÓPOLIS**  
**CURSO DE PEDAGOGIA**

**MÔNICA DE SOUSA COSTA**

**DEPRESSÃO E APRENDIZAGEM EM ESTUDANTES**  
**UNIVERSITÁRIAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**TOCANTINÓPOLIS - TO**

**2026**

**MÔNICA DE SOUSA COSTA**

**DEPRESSÃO E APRENDIZAGEM EM ESTUDANTES  
UNIVERSITÁRIAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Monografia (TCC) apresentada ao curso de Pedagogia da Universidade Federal do Norte do Tocantins, Tocantinópolis, como requisito parcial para obtenção do título de Pedagoga.

Orientação: Dra. Carliene Freitas da Silva Bernardes.

**TOCANTINÓPOLIS - TO**

**2026**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Sistema de Geração de Ficha Catalográfica SGFC-UFNT

**Gerado automaticamente mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)**

C837d COSTA, Mônica de Sousa.

DEPRESSÃO E APRENDIZAGEM EM ESTUDANTES  
UNIVERSITÁRIAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA / Mônica  
de Sousa COSTA. - Centro de Educação, Humanidades e  
Saúde - CEHS, TO, 2026.

30 f.

Monografia Graduação (Graduação - em Pedagogia) --  
Universidade Federal do Norte do Tocantins, 2026.

Orientadora: Carliene Freitas da Silva Bernardes.

1. Depressão. 2. Aprendizagem. 3. Educação Superior.

**CDD 370**

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

**MÔNICA DE SOUSA COSTA**

**DEPRESSÃO E APRENDIZAGEM EM ESTUDANTES  
UNIVERSITÁRIAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Monografia (TCC) apresentada ao curso de Pedagogia da Universidade Federal do Norte do Tocantins, Tocantinópolis, como requisito parcial para obtenção do título de Pedagoga, sob orientação da professora Dra. Carliene Freitas da Silva Bernardes.

Aprovada no dia 01 de julho de 2026.

**BANCA EXAMINADORA**

Orientadora Profa. Dra. Carliene Freitas da Silva Bernardes.  
Universidade Federal do Norte do Tocantins.

Avaliadora Profa. Dra. Suelí Marques Ferraz  
Universidade Federal do Norte do Tocantins.

Avaliador psicólogo Jocimar Dias de Oliveira Júnior  
Universidade Federal do Norte do Tocantins

**TOCANTINÓPOLIS - TO**

**2026**

## **AGRADECIMENTOS**

Eu agradeço ao meu pai, Pedro Marques da Costa, por ter me levado de moto de Aguiarnópolis - TO à Tocantinópolis - TO, durante o tempo que adoeci com Depressão, para que eu pudesse concluir o curso de Pedagogia na Universidade Federal do Tocantins, hoje UFNT.

Agradeço à minha mãe, Francisca Lenilda de Sousa Costa, por ter me incentivado a não desistir de estudar e concluir o curso de Pedagogia.

Agradeço à minha tia materna, Rosa Sebastiana Sousa Fontes, por ter me acolhido em sua casa no município de Tocantinópolis, no período que cursei Pedagogia. No entanto, tive que voltar para minha casa em Aguiarnópolis após meu adoecimento com Depressão.

Agradeço à minha professora orientadora Dra. Carliene Freitas da Silva Bernardes por me ajudar a estudar e escrever minha Monografia.

## RESUMO

O tema desta pesquisa busca compreender os efeitos da depressão na aprendizagem e no desempenho acadêmico de estudantes universitários. O objetivo geral deste estudo é compreender a relação entre humor deprimido e o desempenho escolar de estudantes universitários, a partir das pesquisas científicas e das vivências da própria pesquisadora. De forma específica, o estudo buscou compreender as características da depressão; as características da aprendizagem humana; e compreender a relação entre depressão e desempenho escolar em estudantes universitários, de modo especial os estudantes do curso de Pedagogia. Para responder os objetivos realizou-se pesquisa bibliográfica em livros, TCCs e artigos científicos que dialogassem sobre o tema. Também utilizou-se da pesquisa autobiográfica, utilizando as próprias vivências da pesquisadora quanto à sua saúde mental e o processo de formação escolar na Educação Básica e no curso superior de Pedagogia. A aprendizagem e o desempenho escolar é influenciada por vários fatores, características dos estudantes, dos professores, da instituição de ensino e o contexto pedagógico, econômico, social, cultural, dentre outros, em que todos estão inseridos. O humor deprimido, como característica do estudante, pode dificultar sua aprendizagem e o desempenho na escola, bem como o estresse gerado pelas várias demandas escolares podem gerar ou agravar estados de ansiedade e depressão. Portanto, quando o estudante tem alterações na sua saúde mental, isso prejudica seus estudos, precisando de ajuda dos familiares, professores e da instituição para conseguir aprender e concluir os estudos.

**Palavras-chaves:** Depressão. Aprendizagem. Desempenho Escolar. Educação Superior.

## **ABSTRACT**

This research aims to understand the effects of depression on the learning and academic performance of university students. The general objective is to comprehend the relationship between depressed mood and academic performance, drawing upon both scientific research and the researcher's own personal experiences. Specifically, the study sought to understand the characteristics of depression and human learning, as well as the relationship between depression and academic performance among university students, particularly those in the Pedagogy program. To address these objectives, a literature review was conducted, analyzing books, undergraduate theses, and scientific articles relevant to the topic. Autobiographical research was also employed, incorporating the researcher's own experiences regarding her mental health and her educational journey through basic education and the Pedagogy degree program. Learning and academic performance are influenced by various factors, including characteristics of the students, teachers, and educational institutions, as well as the pedagogical, economic, social, and cultural contexts in which everyone is situated. A depressed mood can hinder a student's learning and academic performance; conversely, the stress generated by various academic demands can trigger or exacerbate states of anxiety and depression. Therefore, when a student experiences mental health issues, their studies are compromised, necessitating support from family, teachers, and the institution to facilitate learning and the completion of their studies.

**Keywords:** Depression. Learning. Academic Performance. Higher Education.

## SUMÁRIO

|                                                                                                                                |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1 INTRODUÇÃO.....</b>                                                                                                       | <b>8</b>  |
| <b>2 TRANSTORNOS DE HUMOR DEPRESSIVOS.....</b>                                                                                 | <b>11</b> |
| <b>3 APRENDIZAGEM E DESEMPENHO ACADÊMICO.....</b>                                                                              | <b>15</b> |
| <b>4 EFEITOS DA DEPRESSÃO NA APRENDIZAGEM E NO DESEMPENHO<br/>ACADÊMICO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE PEDAGOGIA.....</b>     | <b>22</b> |
| 4.1 Depressão e Aprendizagem: compreendendo minhas memórias.....                                                               | 22        |
| 4.2 Estudos sobre a depressão em estudantes universitários e suas<br>consequências na aprendizagem e desempenho acadêmico..... | 24        |
| <b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>                                                                                             | <b>28</b> |
| <b>REFERÊNCIAS.....</b>                                                                                                        | <b>29</b> |

## 1 INTRODUÇÃO

O tema desta pesquisa busca compreender os efeitos da depressão na aprendizagem e no desempenho acadêmico de estudantes universitários.

A tristeza é uma emoção inerente à condição humana, vivenciada por todas as pessoas em diversas situações da vida. Mas quando ela se torna intensa, duradoura e começa a trazer prejuízos para a pessoa, ela se torna um transtorno. O Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais-DSM 5 (APA, 2014) explica a existência de vários transtornos depressivos: transtorno disruptivo de desregulação do humor, transtorno depressivo maior, transtorno depressivo persistente (distímia), transtorno disfórico pré-menstrual, transtorno depressivo induzido por substância/medicamento e transtorno depressivo devido a outra condição médica, como o câncer, por exemplo.

“A característica comum desses transtornos é a presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo” (APA, 2014, p. 155). O humor deprimido pode causar alteração no corpo do indivíduo, provocando doenças; também altera a cognição humana, sua capacidade de aprender, de raciocinar, pensar, perceber, além da atenção e memória; bem como afeta as relações interpessoais cotidianas, prejudicando a pessoa de trabalhar, de estudar etc.

Haja vista que o humor deprimido pode alterar os processos cognitivos como o raciocínio, o pensamento, a atenção, a percepção e a memória, será que altera a aprendizagem e o desempenho acadêmico dos estudantes durante sua formação no Ensino Superior?

Dinah Campos (2014) explica que aprendizagem é uma modificação sistemática do comportamento ou da conduta da pessoa, pelo exercício da repetição, em função das condições ambientais e condições orgânicas. O comportamento é compreendido de forma ampla: comportamento de agir diretamente sobre o ambiente físico como locomover-se, juntar coisas, separá-las, construir; comportamentos simbólicos como a linguagem gestual, a fala, a escrita, etc; além de comportamentos ligados à cognição, tais como perceber a realidade, capacidade de imaginar e pensar de modo coerente.

A autora explica que a aprendizagem é um processo dinâmico e global, envolvendo o indivíduo como um todo, suas capacidades físicas, intelectuais, emocionais e sociais; é contínua, pois a pessoa aprende ao longo da vida; é pessoal, uma vez que ninguém pode aprender por outrem; é gradativa, cada nova aprendizagem acresce novos elementos às experiências anteriores; é cumulativa, pois as experiências atuais se juntam às experiências anteriores. Logo, a aprendizagem permite que a pessoa seja capaz de solucionar os problemas cotidianos, adaptando ao ambiente onde vive (Campos, 2014).

Dinah Campos (2014) diferencia aprendizagem do desempenho acadêmico. O desempenho seria uma consequência da aprendizagem, o qual é medido pelas avaliações propostas pelos professores e professoras ao longo da formação acadêmica. O desempenho é traduzido por notas e conceitos que indicam se o/a estudante foi ou não aprovado.

O Ensino Superior no Brasil, conforme preconiza a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN), envolve atividades de ensino, pesquisa e extensão (Brasil, 1996). Logo, o discente ao longo da formação acadêmica deverá demonstrar bom desempenho em várias disciplinas conforme exigido no seu curso, desenvolver atividades de pesquisa e atividades de extensão.

Entretanto, como afirmou Dinah Campos (2014), a aprendizagem é um processo dinâmico e global, envolvendo o indivíduo como um todo, suas capacidades físicas, intelectuais, emocionais e sociais. Logo, as características pessoais do aluno(a) e o seu contexto econômico, familiar, social e cultural poderá influenciar na sua aprendizagem e desempenho escolar. Por outro lado, o desempenho escolar dos estudantes depende dos processos e contextos do ensino: as características dos professores ou professoras, suas estratégias de ensino-aprendizagem, a infraestrutura da escola, as políticas de permanência estudantil, dentre outras.

Partindo dessa concepção mais ampla do processo de ensino aprendizagem, o objetivo geral deste estudo é compreender a relação entre humor deprimido e o desempenho escolar de estudantes universitários, a partir das pesquisas científicas e das vivências da própria pesquisadora. De forma específica, o estudo buscou compreender as características da depressão; as características da aprendizagem

humana; e compreender a relação entre depressão e desempenho escolar em estudantes universitários, de modo especial os estudantes do curso de Pedagogia.

Para responder os objetivos realizou-se pesquisa bibliográfica em livros, TCCs e artigos científicos que dialogassem sobre o tema. Também utilizou-se das próprias vivências da pesquisadora quanto à sua saúde mental e o processo de formação escolar na Educação Básica e no curso superior de Pedagogia.

Maria Helena Abrahão (2003) define que as autobiografias englobam gêneros como Histórias de vida, Biografias, Autobiografias e Memórias. Ela reconhece que a memória do(a) narrador(a), é um elemento construtivo da significação das vivências. Nesta pesquisa, “o procedimento central é o uso da narrativa, que não apenas copia a realidade, mas propõe representações particulares do mundo” (Abrahão, 2003, p. 93). As narrativas, neste contexto, descrevem representações/interpretações particulares do mundo, ou seja, da narradora que é a própria pesquisadora.

A monografia está estruturada em três capítulos. No primeiro capítulo apresenta-se as características do transtorno de humor deprimido, suas causas, consequências e formas de tratamento. No segundo capítulo são apresentadas perspectivas teóricas sobre a aprendizagem humana. No terceiro capítulo são apresentadas as vivências da pesquisadora desde a Educação Básica até o Ensino Superior e como as emoções alteraram o processo de aprendizado e desempenho acadêmico; além das pesquisas científicas que relacionam o humor deprimido e o desempenho acadêmico em universitários, principalmente do curso de Pedagogia.

## 2 TRANSTORNOS DE HUMOR DEPRESSIVOS

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais-DSM 5 (APA, 2014), os transtornos depressivos incluem transtorno disruptivo de desregulação do humor, transtorno depressivo maior (incluindo episódio depressivo maior), transtorno depressivo persistente (distímia), transtorno disfórico pré-menstrual, transtorno depressivo induzido por substância/medicamento, transtorno depressivo devido a outra condição médica, outro transtorno depressivo especificado e transtorno depressivo não especificado.

“A característica comum desses transtornos é a presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo” (APA, 2014, p. 155). O que diferencia os vários tipos de transtornos depressivos são as causas e origens dos sintomas e a sua duração. A tristeza faz parte da vida, mas quando é prolongada pode causar alteração no corpo do indivíduo, provocando doenças. Tristeza pode também alterar a cognição humana, sua capacidade de aprender, de raciocinar, pensar, perceber, além da atenção e memória, dentre outras. Tudo isso leva o indivíduo a ficar incapacitado para fazer coisas do dia-a-dia, trabalhar, de estudar etc.

Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2022), a depressão acomete mais mulheres do que homens, cerca de 20% em mulheres e 12% para homens. As causas da depressão são três. A primeira são as causas genéticas, ou seja, se tiver casos na família, a pessoa fica mais suscetível de desenvolver a doença, com 40% de chance. A segunda causa é a bioquímica cerebral, quando as substâncias no cérebro chamadas neurotransmissores estão em falta, são elas: noradrenalina, serotonina e dopamina.

A terceira causa da depressão são os eventos vitais, ou seja, eventos estressantes da vida cotidiana. Os principais fatores de risco são: histórico familiar; transtornos psiquiátricos correlatos; estresse crônico; ansiedade crônica; disfunções hormonais; dependência de álcool e drogas ilícitas; traumas psicológicos; doenças cardiovasculares, endocrinológicas, neurológicas, neoplasias entre outras; conflitos conjugais; mudança brusca de condições financeiras e desemprego (BRASIL, 2022).

O Ministério da Saúde explica que os principais sintomas da depressão são: *humor depressivo*, caracterizado por sensação de tristeza, desvalorização de si

mesmo, sentimento de culpa e pensamentos suicidas; *retardo motor* como falta de energia, preguiça ou cansaço excessivo, lentificação do pensamento, falta de concentração, queixas de falta de memória, de vontade e de iniciativa; *insônia ou sonolência* intermediária ou terminal; *apetite*, geralmente diminuído, podendo ocorrer em algumas formas de depressão aumento do apetite, com maior interesse por carboidratos e doces; *redução do interesse sexual*; *dores e sintomas físicos difusos* como mal estar, cansaço, queixas digestivas, dor no peito, taquicardia, sudorese (BRASIL, 2022).

Há também subtipos de depressão como a distímia, endógena, atípica, sazonal, psicótica, secundária e bipolar, explica o Ministério da Saúde (BRASIL, 2022).

A **Distímia** é um quadro mais leve ou de longa duração. Os sintomas depressivos estão presentes na maior parte do dia, todos os dias, por, no mínimo, dois anos. Podem ocorrer oscilações, mas prevalecem as queixas de cansaço e desânimo durante a maior parte do tempo. Geralmente, as pessoas com Distímia se mostram excessivamente preocupadas, alterando assim o apetite e a libido. As atividades psicomotoras não são frequentes, é mais comum sintomas como letargia e falta de prazer pelas coisas que antes eram prazerosas. Na maioria dos casos, a Distímia se inicia na Adolescência ou no início da Idade Adulta (BRASIL, 2022).

A **Depressão endógena** caracteriza-se pela prevalência de sintomas como perda de interesse ou prazer em atividades normalmente agradáveis, piora pela manhã. Há falta de reatividade do humor, lentidão psicomotora, tristeza, queixas de esquecimento, perda de apetite importante com perda de peso e muito desânimo (BRASIL, 2022).

Na **Depressão atípica** evidencia uma inversão dos sintomas: aumento de apetite e/ou ganho de peso, dificuldade para conciliar o sono ou sonolência, sensação de corpo pesado, sensibilidade exagerada à rejeição, responde de forma negativa aos estímulos ambientais (BRASIL, 2022).

A **Depressão sazonal** é assim chamada por ocorrer no início do outono ou do inverno e desaparecendo na primavera, sendo incomum no verão. A prevalência é maior entre jovens que vivem em maiores latitudes, por causa do clima frio. Os sintomas mais comuns são: apatia, diminuição da atividade, isolamento social, diminuição da libido, sonolência, aumento do apetite, “fissura” por

carboidratos e ganho de peso. Para o diagnóstico esses episódios devem se repetir por dois anos consecutivos, sem quaisquer episódios não sazonais durante esse período (BRASIL, 2022).

A **Depressão psicótica** é um quadro grave, que apresenta, além dos sintomas da depressão, a presença de delírios e alucinações. Os delírios são representados por ideias recorrentes de pecado, doença incurável, pobreza e desastres iminentes. Pode apresentar alucinações auditivas: escutar sons, zumbidos e vozes acusatórias (BRASIL, 2022).

Na **Depressão secundária**, os sintomas depressivos estão associados ou causados por doenças médico-sistêmicas e/ou por medicamentos, como no caso de hipotireoidismo, doenças incuráveis, dentre outras (BRASIL, 2022).

Na **Depressão bipolar**, a maioria dos pacientes bipolares inicia a doença com um episódio depressivo, quanto mais precoce o início, maior a chance de que o indivíduo seja bipolar. História familiar de bipolaridade, de depressão maior, de abuso de substâncias, transtorno de ansiedade, são indícios de evolução bipolar.

Segundo o DSM 5 (APA, 2014), os transtornos de humor bipolar oscilam de um estado de mania ao estado de depressão. Há seis tipos de transtornos de humor bipolar, os principais deles são: transtorno bipolar tipo I; transtorno bipolar tipo II e o transtorno ciclotímico. Os critérios para transtorno bipolar tipo I representam o entendimento moderno do transtorno maníaco-depressivo clássico, ou psicose afetiva, descrito no século XIX. Diferem da descrição clássica somente no que se refere ao fato de não haver exigência de psicose ou de experiência na vida de um episódio depressivo maior. No entanto, a vasta maioria dos indivíduos cujos sintomas atendem aos critérios para um episódio maníaco também tem episódios depressivos maiores durante o curso de suas vidas. O transtorno bipolar tipo II, que requer um ou mais episódios depressivos maiores e pelo menos um episódio hipomaníaco durante o curso da vida, não é mais considerado uma condição “mais leve” que o transtorno bipolar tipo I, em grande parte em razão da quantidade de tempo que pessoas com essa condição passam em depressão e pelo fato de a instabilidade do humor vivenciada ser tipicamente acompanhada de prejuízo grave no funcionamento profissional e social. O diagnóstico de transtorno ciclotímico é feito em adultos que têm pelo menos dois anos (um ano em crianças) de períodos

hipomaníacos e depressivos, sem jamais atender aos critérios para um episódio de mania, hipomania ou depressão maior (APA, 2014).

Para se prevenir contra a depressão, o Ministério da Saúde indica alguns estilos de vida saudáveis: ter uma dieta equilibrada concedendo tempo na agenda para atividades prazerosas; evitar o consumo de bebidas com álcool; não usar drogas ilícitas; diminuir as doses diárias de cafeína; ter rotina de sono regular; não interromper tratamento da depressão sem orientação médica; praticar atividade física regularmente; e combater o estresse (BRASIL, 2022).

A Depressão é a doença mental que mais leva ao suicídio, tende a ser crônica e recorrente, principalmente quando não é tratada. O tratamento é a base de **medicamentos e psicoterapia**. A escolha do medicamento antidepressivo pelo profissional da área médica é feita com base no subtipo da Depressão, nos antecedentes pessoais e familiares do paciente, na boa resposta a uma determinada classe de antidepressivos já utilizada, na presença de doenças clínicas e nas características dos antidepressivos (BRASIL, 2022).

O Ministério da Saúde explica que 90-95% dos pacientes apresentam remissão total dos sintomas da depressão com o tratamento feito com medicamentos e psicoterapia. É de fundamental importância a aceitação ao tratamento, uma vez interrompido por conta próprio ou uso inadequado da medicação, dificulta a melhora da pessoa e aumenta, significativamente, o risco de cronificação da depressão. O tratamento pode ser realizado na Atenção Primária (Postos de Saúde), nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e nos ambulatórios especializados (BRASIL, 2022).

### 3 APRENDIZAGEM E DESEMPENHO ACADÊMICO

Para Bock, Furtado e Teixeira (2008) as teorias da aprendizagem humana podem ser, genericamente, reunidas em duas categorias: as teorias do condicionamento e as teorias cognitivistas.

As teorias do condicionamento definem a aprendizagem pelas suas consequências comportamentais e destacam as condições ambientais como forças propulsoras da aprendizagem. “Aprendizagem é a conexão entre o estímulo e a resposta. Completada a aprendizagem, estímulo e resposta estão de tal modo unidos, que o aparecimento do estímulo evoca a resposta” (Bock; Furtado; Teixeira, 2008, p. 115).

Uma das teorias do condicionamento é o Behaviorismo ou Teoria Comportamental criada pelo psicólogo norte americano Burrhus Frederic Skinner (1904 – 1990). Skinner considerava o livre arbítrio uma ilusão e ação humana dependente das consequências de ações anteriores. Apesar de colocar o comportamento como objeto da Psicologia, o Behaviorismo foi, desde Watson, modificando o sentido desse termo. “Hoje, não se entende comportamento como uma ação isolada de um sujeito, mas, sim, como uma interação entre aquilo que o sujeito faz e o ambiente onde o seu ‘fazer’ acontece” (Bock; Furtado; Teixeira, 2008, p. 45). Portanto, os autores concluem que o Behaviorismo estuda as interações entre o indivíduo e o ambiente, ou seja, as ações do indivíduo (suas respostas) e o ambiente onde está inserido (as estimulações).

Na concepção de Skinner **o reforço** pode ser compreendido como toda consequência que, seguindo uma resposta, altera a probabilidade futura de ocorrência dessa resposta. O reforço pode ser positivo ou negativo. O reforço positivo é todo evento que aumenta a probabilidade futura da resposta que o produz. O reforço negativo é todo evento que aumenta a probabilidade futura da resposta que o remove ou atenua (Bock; Furtado; Teixeira, 2008).

Na visão do Skinner, a função reforçadora de um evento ambiental qualquer só é definida por sua função sobre o comportamento do indivíduo. Alguns eventos tendem a ser reforçadores para toda uma espécie, como, por exemplo, água, alimento e afeto. Esses são denominados reforços primários. Os reforços secundários, ao contrário, são aqueles que adquiriram a função quando pareados temporalmente com os primários. Alguns destes reforçadores secundários, quando

emparelhados com muitos outros, tornam-se reforçadores generalizados, como o dinheiro e a aprovação social (Bock; Furtado; Teixeira, 2008).

Goulart (1999) explica as contribuições de Skinner para compreender o ensino-aprendizagem nas escolas, o papel do professor e do aluno. A aprendizagem deve ser diretamente observável, a partir das respostas emitidas pelo aluno. “O papel do professor reside na sua competência para manipular as condições do ambiente do aluno, a fim de assegurar a aprendizagem. O papel do aluno passa a ser o de receptor do conhecimento e dele se espera a aceitação de metas preestabelecidas” (p. 66). A avaliação das metas de aprendizagem se faz pela medida das respostas (ou mudanças de comportamento do aluno) que são diretamente observáveis e passíveis de serem medidas.

O comportamentismo inspirou a criação de um modelo tecnológico de ensino-aprendizagem que inclui: a) a explicitação de objetivos em termos comportamentais, ou seja, em termos de respostas observáveis a estímulos que são apresentados ao aluno; b) definição de estratégias de ensino a partir dos objetivos explicitados, levando-se em conta sobretudo os resultados objetivados (e não as variações individuais); c) a avaliação objetiva, isto é, a medida de resultados observáveis antes do ensino- aprendizagem (avaliação diagnóstica), durante o ensino-aprendizagem (avaliação formativa), ou após o período de ensino-aprendizagem (avaliação somativa); d) o ensino programado, que visa reforçar as respostas que se pretende fixar, porque são consideradas corretas, extinguindo as respostas inadequadas (Goulart, 1999).

Para Bock, Furtado e Teixeira (2001), as teorias cognitivas caracterizam a aprendizagem como um processo de relação do sujeito com o mundo externo e que tem consequências no plano da organização interna do conhecimento (organização cognitiva) de cada sujeito. Expoentes dessa perspectiva são Vigotski e Piaget.

Lev Semionovich Vigotsky (1896 – 1934) nasceu na Bielorrússia e criou a Teoria Histórico-Cultural. Goulart (1999) explica que Lev Semyonovitch Vigotsky nasceu em cinco de novembro de 1896, na cidade de Orsha, nordeste de Minsk, na Bielo-Rússia. Seus primeiros estudos, referentes à escolarização primária, foram realizados em Gomei e concluídos em 1913, com medalha de ouro. Em 1917 graduou-se em Literatura na Universidade de Moscou e iniciou imediatamente sua pesquisa literária. No período compreendido entre 1917 e 1923 foi professor de

Literatura e de Psicologia em Gomei e fez diversas palestras sobre Literatura e Ciência. Além de ser criador da revista literária Verask, também foi de um laboratório de Psicologia no Instituto de Treinamento de Professores, onde ministrava um curso de Psicologia, posteriormente publicado na revista Psicologia Pedagógica. Em 1923, apresentou seus trabalhos no Congresso Soviético de Neuropsicologia e de tal modo impressionou os cientistas ali reunidos que foi convidado a desenvolver suas pesquisas em Moscou, para onde se mudou no ano seguinte. Nesta cidade, trabalhou, primeiro, no Instituto de Estudos das Deficiências, por ele criado. Paralelamente dirigiu um departamento de Educação de crianças com deficiência física e mental em Narcompros e deu aulas no Instituto Pedagógico Estadual e no Instituto Pedagógico Herten, em Leningrado. A partir de 1925, Vigotsky reuniu um grupo de cientistas da área de Psicologia interessados no estudo das anormalidades físicas e mentais. Na mesma época cursou Medicina no Instituto Médico de Moscou e depois em Kharkov, onde também deu um curso de Psicologia na Academia de Psiconeurologia da Ucrânia. Chegou a ser convidado para dirigir o Instituto Soviético de Medicina Experimental, mas, vítima da tuberculose, faleceu em 1934 (Goulart, 1999).

Esta nova abordagem teórica formulada por Vigotsky, buscava construir uma Psicologia e uma Pedagogia que superasse as tradições positivistas e estudasse o homem e seu mundo psíquico como uma construção histórica e social. Para Vigotsky, “o mundo psíquico que temos hoje não foi nem será sempre assim, pois sua caracterização está diretamente ligada ao mundo material e às formas de vida que os homens vão construindo no decorrer da história da humanidade” (Bock; Furtado; Teixeira, 2008, p.86).

Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2008), Vigotsky faleceu jovem, deixando aos colegas de trabalho a tarefa de completar sua teoria. Influenciado pelo pensamento marxista, Vigotsky deixou contribuições à Educação e à Psicologia, influenciando os estudiosos no século XXI:

- Os fenômenos devem ser estudados em movimento e compreendidos como em permanente transformação. Na Psicologia, isso significa estudar o fenômeno psicológico em sua origem e no curso de seu desenvolvimento.
- A história dos fenômenos é caracterizada por mudanças qualitativas e quantitativas. Assim, o fenômeno psicológico transforma-se no decorrer da história da humanidade, e processos elementares tornam-se complexos.

- As mudanças na 'natureza do homem' são produzidas por mudanças na vida material e na sociedade.
- O sistema de signos (a linguagem, a escrita, o sistema de números) é pensado como um sistema de instrumentos, os quais foram criados pela sociedade, ao longo de sua história. Esse sistema muda a forma social e o nível de desenvolvimento cultural da humanidade (Bock; Furtado; Teixeira, 2008, p. 123).

Goulart (1999) explica que o conceito de desenvolvimento real, potencial e proximal de Vigotsky é importante para compreender o processo de ensino-aprendizagem nas escolas. Zona de desenvolvimento proximal corresponde "à distância entre o nível de desenvolvimento real, que se costuma determinar através da solução independente de problemas e o nível de desenvolvimento potencial, determinado através de solução de problemas sob a orientação de um adulto ou em colaboração com companheiros mais capazes" (Vigotsky, 1988 apud Goulart, 1999, p. 124).

Das contribuições da Teoria Sociocultural de Vigotsky para a Educação, Goulart (1999) destaca a função da linguagem no desenvolvimento humano; a relação entre aprendizagem e desenvolvimento; e o conceito de Zona de Desenvolvimento Proximal.

Na época de Vigotsky havia três concepções sobre a relação entre desenvolvimento e aprendizagem. A primeira centrava-se na ideia de que os processos de desenvolvimento e aprendizagem eram independentes. O aprendizado era considerado um processo externo, que não se envolvia ativamente no desenvolvimento. O aprendizado se utiliza dos avanços do desenvolvimento, mas não fornece impulso para modificar seu curso. Neste grupo de teóricos, se coloca Jean Piaget e Alfred Binet (Goulart, 1999).

O segundo grupo teórico admitia que aprendizado é desenvolvimento. Nesta perspectiva, os ciclos de desenvolvimento e de aprendizagem ocorrem simultaneamente; aprendizado e desenvolvimento coincidem, da mesma maneira que duas figuras geométricas idênticas coincidem quando superpostas (Goulart, 1999).

A terceira posição teórica busca superar os extremos das duas anteriores, combinando-as. Para Kurt Koffka, psicólogo alemão, o desenvolvimento se baseia em dois processos inerentemente diferentes, embora relacionados, em que cada um influencia o outro - de um lado a maturação, que depende diretamente do

desenvolvimento do sistema nervoso, e de outro o aprendizado que é, em si mesmo, um processo de desenvolvimento (Goulart, 1999).

Vigotsky defende esta terceira posição, com alguns destaques. Goulart (1999) explica que para Vigotsky os processos de maturação e aprendizagem, que constituem o desenvolvimento, não são mutuamente excludentes, mas complementares e interdependentes. Na visão do autor, “o processo de maturação prepara e torna possível um processo específico de aprendizado; por outro lado, o processo de aprendizado estimula e empurra para a frente o processo de maturação” (Goulart, 1999, p. 173).

Vigotsky atribui ao aprendizado importante papel no desenvolvimento da criança: como o processo de desenvolvimento progride de forma mais lenta e atrás do processo de aprendizado, emerge a zona de desenvolvimento proximal, que caracteriza as funções que ainda não amadureceram na criança, mas que estão em processo de maturação, que estão em estado embrionário. Logo, tais funções podem ser estimuladas pelos professores, delineando o futuro imediato da criança e o estado dinâmico de seu desenvolvimento (Goulart, 1999).

Outro expoente das teorias cognitivas da aprendizagem é Jean Piaget (1896 – 1980), biólogo suíço que criou a teoria chamada de Epistemologia Genética. Segundo Goulart (1999), a formação acadêmica de Piaget foi dedicada, até os 20 anos, ao estudo dos Moluscos na área da Biologia. Posteriormente, passou a interessar-se pelo estudo de Teologia, Filosofia e Psicologia, dedicando-se ao estudo do problema do conhecimento - a Epistemologia.

A partir dos estudos sobre raciocínio e pensamento infantil, Piaget por volta de 1920 já havia definido o objeto de suas investigações e o método, com os quais manteve o foco por mais de 50 anos. “Ele pretendia realizar um trabalho de epistemologia genética que consistia em pôr a descoberto as raízes das diversas modalidades de conhecimento, desde suas formas mais elementares, e seguir sua evolução até os níveis mais elevados, inclusive até o pensamento científico” por meio do método clínico (Goulart, 1999, p. 148).

O método clínico piagetiano, que passou por várias etapas evolutivas ao longo dos estudos de Piaget, consistia em “conversar livremente com a criança sobre um tema dirigido e seguir, por conseguinte, os desvios tomados por seu

pensamento, a fim de reconduzi-lo ao tema, para obter justificativas e testar a constância, e em fazer contra-sugestões” (Goulart, 1999, p. 148).

Conforme Bock, Furtado e Teixeira (2008), Piaget construiu sua teoria baseada no modelo biológico: o homem é orientado pela busca do equilíbrio entre as necessidades biológicas fundamentais de sobrevivência e as agressões ou restrições colocadas pelo meio para a satisfação destas necessidades. Os autores explicam processos importantes para compreender a aprendizagem nesta perspectiva piagetiana: organização e adaptação (assimilação e acomodação).

Nesta relação, a organização — enquanto capacidade do indivíduo de condutas seletivas — é o mecanismo que permite ao homem ter condutas eficientes para atender às suas necessidades, isto é, à sua demanda de adaptação. A adaptação — que envolve a assimilação e a acomodação numa relação indissociável — é o mecanismo que permite ao homem não só transformar os elementos assimilados, tornando-os parte da estrutura do organismo, como possibilitar o ajuste e a acomodação deste organismo aos elementos incorporados (Bock; Furtado; Teixeira, 2008, p. 127).

Neste sentido, os autores explicam que para Piaget, a aprendizagem ocorre em função de uma adaptação — e assimilação, pois incorpora dados da experiência do indivíduo e, ao mesmo tempo, acomodação, uma vez que o sujeito modifica suas estruturas mentais para incorporar os novos elementos da experiência.

Dessa forma, o desenvolvimento intelectual vai resultar da construção de um equilíbrio progressivo entre assimilação e acomodação, o que propicia o aparecimento de novas estruturas mentais. Assim, o homem apreende o mundo de maneira diversa a cada momento de seu desenvolvimento (Bock; Furtado; Teixeira, 2008).

O papel do professor (a) na Teoria Piagetiana é colaborar no processo de acomodação das novas informações que estão aprendendo, pois os(as) alunos(as) são protagonistas no processo de aprendizagem.

Segundo Goulart (1999), o professor não deve impedir o protagonismo do aluno na aprendizagem, “ideal seria que os professores adaptassem o material escolar em função do caminho intelectual do aluno. Para tanto, seria necessário compreender a criança, sua atividade, seu desenvolvimento, em outras palavras, seria preciso observar o aluno.” (p.163).

Outra tese piagetiana é que o desenvolvimento cognitivo é um processo sequencial marcado por etapas caracterizadas por estruturas mentais diferenciadas. Em cada uma dessas etapas, a maneira de compreender os problemas e resolvê-los depende da estrutura mental que a criança apresenta naquele momento (Goulart, 1999, p.63). Dessa forma, os professores podem realizar o diagnóstico da estrutura cognitiva do aprendiz, através do uso das tarefas piagetianas, que podem funcionar como sondagem da prontidão. Embora o desenvolvimento cognitivo seja um processo sequencial marcado por etapas, cuja sequência seja a mesma para todas as pessoas, a cronologia é variável de pessoa para pessoa (Goulart, 1999, p.64).

Outra tese piagetiana diz que o desenvolvimento é um processo global, que abarca as funções de conhecimento (cognitivas), as funções de representação e as funções afetivas. Logo, “o desenvolvimento cognitivo é, pois, um processo social; a interação com outras pessoas têm importante papel no desenvolvimento das operações lógicas” (Goulart, 1999, p.65).

Goulart (1999) explica que a educação, na concepção de Piaget, deve ser orientada para a autonomia. O aluno, dessa forma, exerce um papel ativo e constrói seu conhecimento, sob orientação constante do professor. O professor deve propor atividades que possibilite ao aluno a busca pessoal de informações, a proposição de soluções, o confronto com as de seus colegas, a defesa destas e a permanente discussão.

## **4 EFEITOS DA DEPRESSÃO NA APRENDIZAGEM E NO DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE PEDAGOGIA**

### **4.1 Depressão e Aprendizagem: compreendendo minhas memórias**

Eu, Mônica de Sousa Costa, nasci em 06/05/1990 na cidade de Estreito no Estado do Maranhão. Quando eu nasci, meus pais moravam na cidade de Aguiarnópolis-TO. Eu nasci na cidade de Estreito porque não tinha hospital na cidade onde meus pais residiam.

Sou filha de Pedro Marques da Costa e de Francisca Lenilda de Sousa Costa. Meu pai, quando eu nasci, trabalhava como Lavrador, depois ele foi trabalhar no posto fiscal no cargo de Serviços Gerais, onde trabalhou por mais de 25 anos. Meu pai estudou até a quarta série do Ensino Primário, atualmente chamado de quarto ano do Ensino Fundamental anos iniciais. Minha mãe, na época do meu nascimento, trabalhava como Dona de casa, cuidando da casa e dos filhos, depois ela arrumou um emprego no abatedouro de frango onde trabalhou durante 4 anos. Atualmente ela trabalha como merendeira numa Creche na cidade de Aguiarnópolis. Minha mãe tem o Ensino Médio completo.

Meus avós paternos são Antônio Marques da Costa e Maria Inês da Conceição e os avós maternos Francisco de Sousa Oliveira e Diomar de Sousa Oliveira. Meus avós paternos e maternos não sabiam ler e escrever. Eu tive mais convivência com meus avós maternos, pois moramos com eles quando era criança.

Meus pais relatam que nunca tiveram depressão. Eu observo que minha mãe é uma mulher muito forte emocionalmente e meu pai demonstra ansiedade. Meus pais me motivaram a concluir os estudos na Educação Básica. Mas quando eu entrei no curso superior de Pedagogia ficaram receosos, pois não haviam outros universitários e nem transporte escolar de Aguiarnópolis para a UFT Tocantinópolis.

Tenho quatro irmãos, sou a primeira filha. O César tem 24 anos, o Leonardo tem 26 anos e a Maísa tem 30 anos. O César e o Leonardo cursaram o Ensino Médio completo. A Maísa concluiu o curso superior de Pedagogia na cidade de Estreito – MA. Eles nunca se queixaram de depressão. O César, a Maísa e o Leonardo são casados e moram em outras residências. Minha irmã tem três filhos e ela me incentiva nos estudos.

Eu ingressei na escola com quatro anos na Pré-escola, na cidade de Aguiarnópolis. Estudei o Ensino Fundamental, anos iniciais e finais, na Escola Municipal Antônio José Rodrigues Filho. Minha aprendizagem era lenta, minha relação com os professores era muito difícil, eu acho que eles não gostavam de mim, diziam que eu era chorona e não tinham paciência com meu ritmo de aprender. Minha relação com meus colegas não era nada boa, pois eles me batiam, me apelidavam (feia, bicuda, testa de relâmpago, de amolar facão, abóbora podre) e caçoavam de mim. Eu ficava triste e chorava, o que irritava os professores. Fui me isolando. Tinha vergonha de tirar dúvidas e de me acharem burra, assim avancei as etapas da Educação Básica com dificuldades. Tive três reprovações: uma na terceira série, na quarta série e na quinta série. Os motivos da minha reprovação eram porque eu não entendia as matérias. Uma vez eu fiquei para recuperação em Matemática e Língua Portuguesa e minha irmã me ajudou a estudar. Eu consegui passar em Matemática, mas em Língua Português não. O conteúdo da Matemática sempre foi minha dificuldade. Na escola não tinha monitor para nos auxiliar e não havia reforço escolar no contra turno. As salas de aula estavam cheias de alunos (as) e tive pouca atenção das professoras. Meus pais também tiveram dificuldades de auxiliar. Assim fui avançando nas etapas da educação escolar com dificuldades de aprendizagem em Matemática e Língua Portuguesa.

O Ensino Médio eu estudei no Colégio Estadual Nazaré Nunes da Silva, na cidade de Aguiarnópolis. Não tive reprovações. Consegui concluir os três anos em 2010 aos 20 anos de idade. Nesta etapa da educação eu me esforçava nos estudos para não reprovar novamente. Eu fiquei irritada e triste, tinha dificuldade de socializar com os(as) colegas. Acho que a depressão sempre me acompanhou!

Ingressei na Universidade Federal do Tocantins, na cidade de Tocantinópolis, no curso de Pedagogia, no dia 20 de maio de 2013. Quando eu terminei o Ensino Médio não me imaginava na Faculdade, pois filho de pobre tem que trabalhar para se sustentar. Ingressei na Universidade por incentivo de uma amiga. O motivo para escolher Pedagogia foi falta de opção de cursos, na época só tinha Pedagogia e Ciências Sociais.

Durante a graduação tive dificuldades com os textos científicos, na leitura e compreensão, por isso tive reprovação em algumas disciplinas que exigiam leituras mais complexas. A biblioteca sempre foi o meu refúgio para os estudos, lá

eu conseguia ler textos e fazer pesquisas. As reprovações me causavam sentimentos de incapacidade e baixa autoestima. Eu tinha expectativa de me formar em 2018, mas em 2017 vivenciei um quadro de depressão. Sentia-me muito triste, chorosa, preferia o isolamento, perdi a concentração e motivação para os estudos. Minha aprendizagem e meu desempenho acadêmico ficaram comprometidos, por isso tranquei por alguns períodos. A minha vontade de terminar o curso sempre foi maior, por isso estou aqui pesquisando sobre depressão e aprendizagem.

#### **4.2 Estudos sobre a depressão em estudantes universitários e suas consequências na aprendizagem e desempenho acadêmico**

Silva et al. (2019) realizou pesquisa qualitativa com estudantes concluintes (9º período) do curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Vale do Acaraú (UVA) no Estado do Ceará com o objetivo de compreender as percepções dos estudantes sobre sua Saúde Mental no período de finalização do curso. Os pesquisadores aplicaram um questionário a 42 concluintes do curso de Pedagogia, sendo 38 mulheres e 04 homens, a maioria com idade abaixo de 25 anos, o estado civil predominante foi solteiro e apenas 08 estudantes tinham filhos. O questionário continha questões relacionadas às experiências, vivências, emoções e sensações vivenciadas pelos alunos(as) no último período do curso, além questões sobre aspectos sociodemográficos dos participantes (como idade, estado civil, cidade em que residem, tempo de deslocamento até a universidade).

Os autores, Silva et al. (2019), observaram que a maioria trabalhavam, estudavam e moravam em outras cidades fora da sede da UVA, município de Sobral - CE, logo o tempo de deslocamento (até 3 horas de viagem diária) e a sobrecarga de trabalho eram fatores que prejudicava a saúde mental dos concluintes. Os estudantes percebiam a saúde mental como o controle das emoções, ou seja, estar bem psicologicamente. Os estudantes vivenciavam misto de emoções positivas e negativas com a aproximação do fim da graduação, pois aumentava as responsabilidades: escrever e defender o TCC e as expectativas de estar ou não empregado com a finalização do curso. Logo, passavam por momentos de pressão, desespero, angústia, medo, tristeza e sofrimento.

O TCC era uma das preocupações dos estudantes concluintes: “ser capaz de fazer, a falta de tempo para se dedicar à produção até o prazo de entrega são

algumas situações que os estudantes passam antes de concluir a graduação e que geram ansiedades, estresse, medos e até mesmo frustração e vontade de desistir” (Silva et al., 2019).

Silva et al. (2019) concluíram com a pesquisa que conciliar o trabalho, as relações pessoais, as atividades acadêmicas, o trabalho de conclusão de curso e as expectativas pós-universidade pode ser um gatilho para a ansiedade, estresse, fobias, entre outras doenças mentais. Analisaram que o sofrimento psíquico é bastante comum entre os estudantes concluintes pois, nesta fase acadêmica, as emoções e sentimentos diversos os distanciam da realidade, os privam do sucesso e de um bom rendimento acadêmico. Logo, a mistura de felicidade, ansiedades, tristeza, angústia e alívio são fatores essenciais na qualidade de vida e influenciadores no processo saúde-doença dos estudantes.

Nayara Souza (2023) realizou pesquisa para compreender como os estudantes do curso de Pedagogia da Universidade Federal da Paraíba (UFPB) avaliam sua saúde mental e como essa avaliação se relaciona com o processo de aprendizado. Aplicou um questionário com questões abertas e fechadas com 90 estudantes de Pedagogia, distribuídos em diferentes períodos e turnos. As questões perguntavam sobre informações sociodemográficas, saúde mental, sua influência no curso e as estratégias utilizadas para enfrentar as dificuldades.

Os/as estudantes que participaram da pesquisa são dos últimos períodos do curso de Pedagogia, sendo majoritariamente feminino (84,4%), de baixa renda, com idades entre 17 e 63 anos, 24 das estudantes têm filhos(as) e, ao menos metade deles/as (51%), trabalham e estudam (Souza, 2023).

As(os) estudantes revelaram que saúde mental piorou ao cursar Pedagogia, pois passaram a ficar ansiosos, tristes e deprimidos, cansados, irritados, sem energia, sem concentração e que isso impacta muito ou totalmente em seu processo de aprendizagem. A principal razão desse impacto, mencionada por muitos, foi a “[...] falta de concentração; sobrecarga mental e física; falta de energia/fadiga; ansiedade; procrastinação; e desânimo” (Souza, 2023, p. 31).

As(os) participantes ao serem questionados sobre as estratégias que utilizam para lidar com ansiedade e outros transtornos mentais, 54,4% afirmaram que procuram apoio emocional nos amigos e familiares; 40% em práticas de exercícios físicos e atividades relaxantes; 17,8% procuram por apoio psicológico dentro do

campus ou fora da UFPB; e 24% afirmaram que não utilizam nenhuma estratégia (Souza, 2023).

Vinícius Marinho et al. (2023) realizaram pesquisa para verificar a existência de sintomas de depressão e ansiedade em 480 estudantes dos cursos de graduação de uma Universidade Pública do Sul do Tocantins durante o período da pandemia da COVID-19, entre abril e julho de 2021. A pesquisa foi realizada por meio de questionário eletrônico, com perguntas sociodemográficas e o Inventário de Ansiedade e Depressão de Aaron Beck. O estudo não descreveu os cursos que os estudantes cursaram, se havia ou não estudantes de Pedagogia.

Dos 480 estudantes, 59% eram mulheres (285), solteiros (49%), com renda mensal entre 2 a 3 salários (26%) e a maioria estudava e trabalhava formalmente (42%). O estudo revelou que todos os estudantes foram impactados de certa forma pela Pandemia por Covid 19, vivenciando sintomas de ansiedade e depressão de leve a grave, sendo que a maioria teve sintomas de leve a moderado: ansiedade (35%) e depressão (42%). Os autores concluíram que a temática da saúde mental precisa ser estudada e os estudantes universitários devem ser acompanhados para que os sintomas de ansiedade e depressão não se agrave (Marinho et al., 2023).

Nóbrega et al. (2020) realizaram uma pesquisa bibliográfica à respeito da depressão e fatores associados em estudantes do nível superior de Educação. Coletaram 18 artigos científicos na Scielo entre os anos de 2016-2020. A maioria dos artigos pesquisaram sobre depressão em cursos da área da saúde, principalmente com estudantes do curso de Medicina, mas houve pesquisa em outros cursos: Pedagogia, Administração, Ciências Econômicas, Farmácia-Bioquímica, Engenharia de Processos e Biotecnologia.

Segundo as pesquisas há fatores que agravam os sintomas de depressão: 1) Estilo de Vida com menos atividade física e menos atividades de lazer, mais vivências de solidão e má qualidade do sono, sendo esse estilo de vida mais frequentes em mulheres pobres; 2) Insatisfação com o curso escolhido, cursos elencados como gatilhos, principalmente os cursos da área da saúde, e quanto mais perto da conclusão dos cursos mais agravante tornava a depressão; 3) Relações interpessoais como uso desadaptativo da internet, insatisfação em relacionamentos interpessoais, com família, amigos ou colegas; 4) variáveis pessoais: as mulheres possuem maior incidência de depressão, estudantes que apresentam transtornos

alimentares e disfunção temporomandibular, que associadas à depressão, favorece seu agravamento com o risco de suicídio (Nóbrega et al., 2020).

Entretanto, as pesquisas demonstraram que há fatores que atenuam a depressão em universitários como a dedicação à religiosidade e dedicação às atividades práticas e profissionais do curso em formação (Nóbrega et al., 2020).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo geral deste estudo foi compreender a relação entre humor deprimido e o desempenho escolar de estudantes universitários, a partir das pesquisas científicas e das vivências da própria pesquisadora.

A literatura pesquisada demonstra que a tristeza faz parte do cotidiano da vida, mas pode se transformar em depressão quando for intensa, duradoura e trazer prejuízos para a vida da pessoa. A depressão acomete mais mulheres do que homens e suas causas podem ser genéticas, alterações da bioquímica cerebral com falta de neurotransmissores (noradrenalina, serotonina e dopamina) e as situações estressantes como ansiedade crônica; disfunções hormonais; dependência de álcool e drogas ilícitas; traumas psicológicos; doenças cardiovasculares, endocrinológicas, neurológicas, neoplasias entre outras; conflitos conjugais; mudança brusca de condições financeiras e desemprego.

A aprendizagem e o desempenho escolar é influenciada por vários fatores, características dos estudantes, dos professores, da instituição de ensino e o contexto pedagógico, econômico, social, cultural, dentre outros, em que todos estão inseridos. O humor deprimido, como característica do estudante, pode dificultar sua aprendizagem e o desempenho na escola, bem como o estresse gerado pelas várias demandas escolares podem gerar ou agravar estados de ansiedade e depressão.

Após 2018/2017, quando vivenciei estado de depressão grave, perdi a vontade de estudar, até quero, mas não tenho ânimo. Estou desde 2023 construindo meu TCC e somente agora terminei. A professora pedia para fazer as tarefas, mas minha mãe tinha que me lembrar de estudar.

Portanto, quando o estudante tem alterações na sua saúde mental, isso prejudica seus estudos, precisando de ajuda dos familiares, professores e da instituição para conseguir aprender e concluir os estudos.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais-DSM 5*. Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento et al. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. *Diário Oficial da União*, Brasília, 23 dez. 1996.

BRASIL, Ministério da Saúde. *Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>. Acesso em: 21 nov. 2022.

CAMPOS, Dinah Martins de Souza. *Psicologia da Aprendizagem*. 41 ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

GOULART, Iris Barbosa. *Psicologia da Educação: fundamentos teóricos e aplicações à prática pedagógica*. 6 ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lurdes Trassi. *Psicologias: uma introdução ao estudo da Psicologia*. 13 ed. São Paulo: Saraiva, 2008.

MARINHO, Vinícius Lopes. Sintomas de depressão e ansiedade em universitários durante a Pandemia da COVID 19. *Revista Desafios*, Palmas, v. 01, n.01, p. 84 - 95, 2023. Disponível: DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/uftv1n123-13657>. Acesso em: 09 junho 2026.

NÓBREGA, Waleska Fernanda Souto. Depressão na vida acadêmica: quais fatores estão associados? *Research, Society and Development*, v. 9, n. 8, e256985719, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5719>. Acesso em: 20 out 2025.

SILVA, Francisco Ednaldo Eufrásio et. al. Do conceito à realidade: a saúde mental dos concluintes de pedagogia. *Revista on line de Política e Gestão Educacional*, Araraquara, v. 23, n. 2, p. 453–465, 2019. DOI: 10.22633/rpge.v23i2.12652. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/rpge/article/view/12652>. Acesso em: 11 dez. 2023.

SOUZA, Nayara Lins. *Saúde mental de estudantes de pedagogia e seu impacto na aprendizagem*. 52f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia), Universidade Federal da Paraíba, Curso de Licenciatura em Pedagogia, João Pessoa, 2023.