

**VIVÊNCIAS ACADÊMICAS E QUALIDADE DE VIDA NO ENSINO SUPERIOR: A
REALIDADE DE ESTUDANTES DE TERAPIA OCUPACIONAL**

**ACADEMIC EXPERIENCES AND QUALITY OF LIFE IN HIGHER EDUCATION:
THE REALITY OF OCCUPATIONAL THERAPY STUDENTS**

Recebido em: 19/12/2025

Aceito em: 17/04/2026

Publicado em: 14/08/2026

Beatriz Freitas Launé¹ 

Universidade do Estado do Pará

Cleiziane Lima de Oliveira² 

Universidade do Estado do Pará

Elson Ferreira Costa³ 

Universidade do Estado do Pará

Lucivaldo da Silva Araújo⁴ 

Universidade do Estado do Pará

Débora Ribeiro da Silva Campos Folha⁵ 

Universidade do Estado do Pará

Resumo: O estudo analisou a relação entre vivências acadêmicas e qualidade de vida de estudantes do curso de Terapia Ocupacional da Universidade do Estado do Pará. A pesquisa permite a compreensão de que o ingresso e permanência no ensino superior exige adaptações significativas e pode impactar tanto o desempenho acadêmico quanto o bem-estar dos discentes. O objetivo central buscou analisar as vivências acadêmicas e as percepções sobre a qualidade de vida de estudantes de Terapia Ocupacional, considerando aspectos sociodemográficos relevantes. Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, realizado com 122 estudantes regularmente matriculados, por meio da aplicação do WHOQOL-BREF e do Questionário de Vivências Acadêmicas Revisado (QVA-r). Os resultados apontaram predominância de adaptação moderada entre os participantes, com destaque positivo para a dimensão carreira, e fragilidades relacionadas aos domínios psicológico e ambiental da qualidade de vida. Observou-se associação estatisticamente significativa entre qualidade de vida e variáveis como sexo, renda, naturalidade e atividade exercida, evidenciando que fatores contextuais influenciam diretamente o bem-estar estudantil. Conclui-se que a sobrecarga acadêmica e as vulnerabilidades identificadas reduzem a qualidade de vida, reforçando a necessidade de políticas institucionais integradas, ações de assistência estudantil e apoio psicológico para favorecer a permanência e o desenvolvimento integral dos acadêmicos.

¹ Terapeuta Ocupacional pela Universidade do Estado do Pará (UEPA). Brasil, Pará e Belém. E-mail: beatrizflaune@gmail.com

² Terapeuta Ocupacional formada pela Universidade do Estado do Pará (UEPA). Mestranda em Ocupação e Cotidiano pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). E-mail: cleizianelima.to@gmail.com

³ Docente do Curso de Terapia Ocupacional pela Universidade do Estado do Pará (UEPA). Doutor em Teoria e Pesquisa do Comportamento (UFPA). E-mail: elson.fcosta@uepa.br

⁴ Docente e chefe do departamento de Terapia Ocupacional da Universidade do Estado do Pará. Pós-doutorado em Psicologia (UFPA/2017). Doutor em Psicologia Clínica (PUC-SP/2015). Brasil, Pará e Belém. E-mail: lucivadoaraujo@uepa.br

⁵ Docente do curso de Terapia Ocupacional pela Universidade do Estado do Pará (UEPA). Doutora em Terapia Ocupacional (UFSCar). Diretora da Diretoria de Inclusão e Permanência da Universidade do Estado do Pará (DINPES/UEPA). Brasil, Pará e Belém. E-mail: debora.folha@uepa.br

Palavras-chave: Ensino Superior; Desempenho Acadêmico; Ocupações; Rotina Acadêmica; Terapia Ocupacional.

Abstract: The study analyzed the relationship between academic experiences and quality of life among Occupational Therapy students at the State University of Pará. The research provides an understanding that entering and remaining in higher education requires significant adaptations and can impact both academic performance and student well-being. The main objective was to analyze the academic experiences and quality-of-life perceptions of Occupational Therapy students, considering relevant sociodemographic aspects. This was a cross-sectional, descriptive, and quantitative study conducted with 122 regularly enrolled students, using the WHOQOL-BREF and the Revised Academic Experiences Questionnaire (QVA-r). The results showed a predominance of moderate adaptation among participants, with a positive highlight for the career dimension and weaknesses related to the psychological and environmental quality-of-life domains. A statistically significant association was observed between quality of life and variables such as sex, income, place of origin, and occupational activity, indicating that contextual factors directly influence student well-being. It is concluded that academic overload and the identified vulnerabilities reduce quality of life, reinforcing the need for integrated institutional policies, student assistance actions, and psychological support to promote retention and the integral development of students.

Keywords: Academic Performance; Occupations; Academic Routine; Occupational Therapy.

INTRODUÇÃO

A qualidade de vida (QV) tem se consolidado como um tema central nas discussões em saúde ao longo das últimas décadas, influenciando diretamente políticas públicas, práticas assistenciais e ações de promoção da saúde (Carleto *et al.*, 2019). Na perspectiva da Organização Mundial da Saúde (OMS), trata-se da forma como o indivíduo percebe sua posição na vida, considerando seu contexto cultural, sistema de valores, metas e expectativas pessoais (Cruz *et al.*, 2021). Esse conceito é amplo e abrange diferentes dimensões — físicas, emocionais, sociais e ambientais — refletindo o grau de bem-estar e satisfação experimentado em múltiplos aspectos da existência (Anversa *et al.*, 2018).

No campo da saúde, a qualidade de vida não se restringe apenas à ausência de doenças, mas envolve a capacidade de enfrentar adversidades, manter relações significativas e alcançar equilíbrio entre necessidades materiais e subjetivas (Carleto *et al.*, 2019). O estudante desta área, ao ingressar no ensino superior e adentrar a nova dinâmica da vida acadêmica, depara-se com uma série de desafios, bem como com a necessidade de constantes adaptações em sua rotina e construção de novos vínculos (Rosendo *et al.*, 2022). Essas adaptações, demandas e experiências cotidianas configuram o que se compreende por vivências acadêmicas (Soares *et al.*, 2019).

As vivências acadêmicas correspondem às experiências cotidianas vivenciadas pelos estudantes ao longo da graduação, englobando atividades curriculares e extracurriculares (Soares *et al.*, 2019). Participar de projetos de pesquisa, monitorias, grupos de estudo e atividades de extensão contribui para o desenvolvimento de habilidades teóricas e práticas,

fortalece vínculos sociais e auxilia na construção da identidade profissional (Oliveira; Santos; Dias, 2016).

Nesse contexto, os desafios de adaptação a novas rotinas, gerenciamento do tempo e conciliação de múltiplas responsabilidades podem impactar o bem-estar, a motivação e o desempenho acadêmico do estudante (Rosendo *et al.*, 2022; Murakami *et al.*, 2024). Dessa forma, as vivências acadêmicas constituem elementos centrais na trajetória universitária, influenciando tanto o desenvolvimento pessoal quanto a qualidade de vida do estudante.

Ao longo da graduação em Terapia Ocupacional, as vivências acadêmicas assumem papel central no desenvolvimento de competências teóricas, práticas e relacionais essenciais para a atuação profissional (Lopes, 2018). Estágios, atividades de extensão, projetos de pesquisa e grupos de estudo permitem ao estudante articular conhecimento técnico com experiências concretas, fortalecendo habilidades de planejamento, comunicação e cuidado centrado na pessoa (Oliveira; Santos; Dias, 2016).

Entretanto, a sobrecarga de demandas e a necessidade de conciliar diferentes responsabilidades podem gerar estresse e impactar negativamente o bem-estar do estudante, evidenciando que o equilíbrio entre exigências acadêmicas e vida pessoal é determinante para a manutenção da qualidade de vida (Campos *et al.*, 2024). Compreender como essas vivências se relacionam com a qualidade de vida no contexto da Terapia Ocupacional é, portanto, essencial para identificar fatores que favorecem ou comprometem o desenvolvimento integral dos futuros profissionais.

Sob essa perspectiva, o presente estudo propõe-se a analisar as vivências acadêmicas e as percepções sobre a qualidade de vida de estudantes de Terapia Ocupacional, considerando aspectos sociodemográficos relevantes. Ao investigar essas relações, busca-se compreender como as experiências cotidianas da graduação influenciam o bem-estar e o crescimento pessoal, oferecendo subsídios para estratégias institucionais que promovam a qualidade de vida no ambiente universitário.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo é de natureza transversal, descritivo, classificado como quantitativo, envolvendo discentes regularmente matriculados no Curso de Terapia Ocupacional da Universidade do Estado do Pará (UEPA). A seleção dos participantes foi a partir de amostragem aleatória simples, técnica imparcial, sendo incluídos um quantitativo de 122 participantes, número obtido a partir do cálculo do tamanho de amostra para populações finitas. O cálculo foi

realizado considerando uma população total de 180, margem de erro (e) de 5% e nível de confiança de 95%, garantindo uma amostra estatisticamente representativa.

Os participantes incluídos foram discentes regularmente matriculados no curso de Terapia Ocupacional na Universidade do Estado do Pará (UEPA), com idade igual ou superior a 18 anos, que estivessem cursando do 1º ao 10º semestre e ratificassem seu interesse em participar por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos os acadêmicos com idade inferior a 18 anos, que não apresentaram disponibilidade em participar ou não completaram o preenchimento do formulário. Ressalta-se que durante a pesquisa as autoras garantiram o anonimato e integridade dos participantes, evitando o constrangimento e exposição da identidade dos discentes ou consentimento informado de forma inadequada, mantendo o sigilo da identidade dos participantes, através da codificação dos nomes durante toda a realização assim como durante a apresentação dos resultados. Os discentes que escolheram participar tiveram a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração, sem necessidade de qualquer explicação.

Este estudo contou com a utilização dos instrumentos WHOQOL-BREF, questionário desenvolvido pela World Health Organization Quality of Life Group (WHOQOL Group), um grupo internacional de pesquisadores coordenado pela Organização Mundial da Saúde, sendo composto por quatro domínios (capacidade física, bem-estar psicológico, relações sociais e meio ambiente), totalizando 24 perguntas, além de duas perguntas sobre a qualidade de vida global. Esse instrumento, permite avaliar a qualidade de vida considerando as duas semanas anteriores, tendo sua aplicação com o tempo médio estimado de 10 minutos para preenchimento, tendo as escalas de 0 (zero) a 5 (cinco) (The Whoqol Group, 1994, 1995).

Além deste instrumento, foi utilizado o Questionário de Vivências Acadêmicas Revisado (QVA-r), instrumento autorrelatado, foi desenvolvido por Almeida, Ferreira e Soares, pesquisadores portugueses, como uma versão revisada do Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA). Sua versão brasileira, adaptada por Granado, Santos e Almeida (2005) é constituída por 55 itens, que avaliam tanto o sentimento quanto o pensamento dos discentes com relação a universidade, o objetivo do instrumento é medir aspectos do ajustamento acadêmico dos estudantes universitários em diferentes dimensões. Sendo assim, o instrumento contém pontuações baseadas na escala Likert de 5 pontos, sendo o 1 (nada a ver comigo) a 5 (tudo a ver comigo), da mesma forma, o questionário reduzido conta com cinco dimensões: Pessoal (14 itens); Interpessoal (12 itens); Carreira (12 itens); estudo e institucional (8 itens) (Almeida; Ferreira; Soares, 1999).

Os acadêmicos selecionados a partir da amostragem aleatória simples foram convidados a colaborar por meio de divulgação através de aplicativos como o *whatsapp* e por meio de busca ativa, e os interessados iniciaram sua participação através da assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) e responderam os dois questionários da pesquisa, que foram repassados em sua íntegra para a plataforma *Google Forms* e disponibilizado de forma online.

Os dados foram organizados em planilha eletrônica e analisados utilizando o *software* SPSS 28.0. Inicialmente realizou-se análise descritiva com apresentação de médias e desvios-padrão ($\pm dp$) para variáveis contínuas com distribuição aproximada à normalidade; variáveis categóricas foram descritas por frequências absolutas (n) e relativas (%). A normalidade das variáveis contínuas foi verificada pelo teste de *Shapiro-Wilk* e a homogeneidade de variância foi avaliada pelo teste de *Levene*.

Considerando a natureza ordinal dos instrumentos (QVA-r) e a distribuição observada, as associações entre domínios do QVA-r e domínios do WHOQOL-BREF foram avaliadas com o coeficiente de correlação de *Spearman* (ρ). Para associações entre variáveis categóricas utilizou-se o teste G de independência (*G-test*); em casos de pequeno número em alguma célula, optou-se por agrupar categorias ou utilizar o *qui-quadrado* exato conforme apropriado. Todas as transformações de escore (por exemplo, transformação dos domínios do WHOQOL-BREF para escala 0–100) e a codificação das categorias (ex.: corte para adaptação baixa/moderada/boa no QVA-r) estão descritas nesta seção e na legenda das tabelas.

Considerando o rigor de pesquisa, esta pesquisa é vinculada a um projeto maior, denominado “A Vida Além da Universidade: Vivências Acadêmicas e Qualidade de Vida”, submetido ao Comitê de Ética da Universidade e aprovado com o número do Parecer 7.605.204 CAAE 04455018.0.0000.5231.

RESULTADOS DA PESQUISA

A tabela 1 destaca o perfil sociodemográfico dos discentes, sendo composta por 122 estudantes universitários, com idades entre 18 e 29 anos ($M = 21,1$ anos; $dp = 2,14$). A maioria era do sexo feminino ($n = 107$; 87,7%), enquanto os homens representaram ($n = 15$; 12,3%). Os participantes estavam distribuídos de forma equilibrada entre os anos acadêmicos: 1º ano ($n = 23$; 18,9%), 2º ano ($n = 25$; 20,5%), 3º ano ($n = 24$; 19,7%), 4º ano ($n = 24$; 19,7%) e 5º ano ($n = 26$; 21,3%). Em relação à renda familiar, 33,6% ($n = 41$) declararam receber mais de 3 salários-mínimos, 29,5% ($n = 36$) entre 1 e 2 salários-mínimos, 22,1% ($n = 27$) entre 2 e 3 salários-mínimos e 14,8% ($n = 18$) até 1 salário-mínimo. A maioria era natural de Belém ($n =$

87; 71,3%) e residia com os pais (n = 82; 67,2%). Quanto às atividades exercidas, 49,2% (n = 60) realizavam trabalho ou estágio remunerado, 41,0% (n = 50) dedicavam-se exclusivamente aos estudos e 9,8% (n = 12) exerciam trabalho não remunerado.

Tabela 1 – Perfil sociodemográfico dos estudantes do Curso de TO da UEPA.

		N	N %
SEXO	Masculino	15	12,3%
	Feminino	107	87,7%
ANO	1ª ano	23	18,9%
	2º ano	25	20,5%
	3º ano	24	19,7%
	4º ano	24	19,7%
	5º ano	26	21,3%
RENDA FAMILIAR	até 1 SM	18	14,8%
	1 a 2 SM	36	29,5%
	2 a 3 SM	27	22,1%
	+ 3 SM	41	33,6%
NATURAL BELÉM	Sim	87	71,3%
	Não	35	28,7%
MORADIA	parentes	20	16,4%
	pais	82	67,2%
	amigos	5	4,1%
	sozinho	13	10,7%
	marido	2	1,6%
ESTUDO/TRABALHO	Só estuda	50	41,0%
	Trabalha/Estágio Não Remunerado	12	9,8%
	Trabalha/ Estágio Remunerado	60	49,2%

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

A avaliação da adaptação acadêmica, por meio do Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA), indicou desafios principalmente nas dimensões emocional e de estudo. Na análise categórica destacada na tabela 2, 35,2% (n = 43) dos estudantes apresentaram adaptação baixa ou comprometida no domínio Pessoal/Emocional, enquanto 63,9% (n = 78) tiveram adaptação moderada e apenas 0,8% (n = 1) boa adaptação. No Desempenho nos Estudos, 13,1% (n = 16) apresentaram dificuldades críticas, 79,5% (n = 97) adaptação moderada e 7,4% (n = 9) boa adaptação. A dimensão Carreira destacou-se positivamente, com 48,4% (n = 59) relatando boa adaptação, 50,0% (n = 61) moderada e 1,6% (n = 2) baixa. Já na análise quantitativa das pontuações brutas do QVA, as médias dos domínios evidenciaram variações semelhantes, com destaque para o domínio Carreira (M = 3,40; dp = 0,37), seguido pelos domínios Institucional (M = 3,22; dp = 0,44), Estudo (M = 2,97; dp = 0,41), Interpessoal (M = 2,80; dp = 0,34) e Pessoal/Emocional (M = 2,63; dp = 0,36). O escore total apresentou média de 3,00 (dp = 0,18), indicando que 99,2% (n = 121) dos estudantes encontravam-se em níveis moderados de adaptação acadêmica no geral.

Tabela 2 – Análise dos resultados do Questionário de Vivências Acadêmicas-revisado.

		N	N %
QVA_PESSOAL_EMOCIONAL_ESCORE	Adaptação baixa/comprometida	43	35,2%
	Adaptação moderada / média	78	63,9%
QVA_INTERPESSOAL_ESCORE	Boa adaptação / vivência positiva	1	,8%
	Adaptação baixa/comprometida	24	19,7%
QVA_ESTUDO_ESCORE	Adaptação moderada / média	97	79,5%
	Boa adaptação / vivência positiva	1	,8%
QVA_CARREIRA_ESCORE	Adaptação baixa/comprometida	16	13,1%
	Adaptação moderada / média	97	79,5%
QVA_INSTITUCIONAL_ESCORE	Boa adaptação / vivência positiva	9	7,4%
	Adaptação baixa/comprometida	2	1,6%
QVA_ESCORES	Adaptação moderada / média	61	50,0%
	Boa adaptação / vivência positiva	59	48,4%
QVA_INSTITUCIONAL_ESCOR E	Adaptação baixa/comprometida	8	6,6%
	Adaptação moderada / média	84	68,9%
QVA_ESCORES	Boa adaptação / vivência positiva	30	24,6%
	Adaptação baixa/comprometida	1	,8%
QVA_ESCORES	Adaptação moderada / média	121	99,2%
	Boa adaptação / vivência positiva	0	0,0%

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

A avaliação da Qualidade de Vida geral, realizada por meio do WHOQOL-bref, revelou contrastes marcantes entre os domínios avaliados. O domínio Relações Sociais apresentou a melhor avaliação, com média de 69,13 (dp = 21,82) e 68,0% (n = 83) dos participantes classificando sua qualidade de vida como "boa" ou "muito boa". O domínio Físico teve média de 61,09 (dp = 14,88), com 59,8% (n = 73) relatando qualidade de vida "boa" ou "muito boa". Já o domínio Psicológico registrou média de 58,26 (dp = 17,75), mas apresentou vulnerabilidades, uma vez que 50,8% (n = 62) indicaram qualidade de vida "regular" ou "baixa". O domínio Ambiente foi o mais crítico, com média de 57,75 (dp = 17,44), e 58,3% (n = 71) dos estudantes classificando sua qualidade de vida como "regular" ou "baixa". Na avaliação geral da qualidade de vida, a média foi de 61,55 (dp = 14,17), com 56,6% (n = 69) dos participantes considerando sua qualidade de vida como "boa" ou "muito boa".

FATORES ASSOCIADOS À QUALIDADE DE VIDA GERAL

A tabela 3 revela associações estatisticamente significativas entre a qualidade de vida geral e as variáveis sociodemográficas através do teste G de Independência. Em relação ao sexo, homens apresentaram maior proporção em qualidade de vida "boa" (53,3%, n = 8) e "muito boa" (13,3%, n = 2), enquanto mulheres concentraram-se em qualidade de vida "boa" (48,6%, n = 52) e também tiveram casos em categorias inferiores ($G = 36,06$; $p < 0,001$).

No que se refere à renda familiar, estudantes com renda entre 1 e 2 salários-mínimos apresentaram 47,2% (n = 17) em qualidade de vida "boa", seguidos daqueles com renda superior a 3 salários-mínimos com 63,4% (n = 26) na mesma categoria, indicando melhora na qualidade de vida com aumento da renda ($G = 12,65$; $p = 0,0055$).

Quanto à naturalidade, estudantes naturais de Belém apresentaram 51,7% (n = 45) em qualidade de vida "boa", superior aos 42,9% (n = 15) dos não naturais, que também apresentaram maior percentual em qualidade de vida baixa (22,9%, n = 8) ($G = 6,979$; $p = 0,0304$). Em relação a variável atividade, estudantes que trabalham ou fazem estágio remunerado tiveram 55% (n = 33) em qualidade de vida "boa", superiores aos 46% (n = 23) dos que estudam exclusivamente, demonstrando associação significativa entre atividade e qualidade de vida ($G = 9,057$; $p = 0,0108$).

Tabela 3 – Correlações entre a qualidade de vida geral e variáveis sociodemográficas.

		ESCORE_GERAL									
		Muito boa QV		Boa QV		Regular		Baixa QV			
		N	N %	N	N %	N	N %	N	N %	G	P
SEXO	Masculino	2	13,3 %	8	53,3 %	5	33,3 %	0	0,0%	36,06	< 0,001
	Feminino	7	6,5%	52	48,6 %	38	35,5 %	10	9,3%		
ANO	1ª ano	3	13,0 %	11	47,8 %	6	26,1 %	3	13,0 %	15,45	2,34
	2º ano	2	8,0%	12	48,0 %	10	40,0 %	1	4,0%		
	3º ano	2	8,3%	15	62,5 %	6	25,0 %	1	4,2%		
	4º ano	1	4,2%	12	50,0 %	8	33,3 %	3	12,5 %		
	5º ano	1	3,8%	10	38,5 %	13	50,0 %	2	7,7%		
REND_FAMILIAR	até 1 SM	0	0,0%	6	33,3 %	10	55,6 %	2	11,1 %	12,65	0,0055
	1 a 2 SM	1	2,8%	17	47,2 %	13	36,1 %	5	13,9 %		
	2 a 3 SM	1	3,7%	11	40,7 %	13	48,1 %	2	7,4%		

	+ 3 SM	7	17,1 %	26	63,4 %	7	17,1 %	1	2,4%		
NATURAL_BELÉM	Sim	9	10,3 %	45	51,7 %	31	35,6 %	2	2,3%	6.97 9	0.030 4
	Não	0	0,0%	15	42,9 %	12	34,3 %	8	22,9 %		
MORADIA	parentes	0	0,0%	10	50,0 %	7	35,0 %	3	15,0 %	8,17	2,21
	pais	9	11,0 %	44	53,7 %	25	30,5 %	4	4,9%		
	amigos	0	0,0%	0	0,0%	4	80,0 %	1	20,0 %		
	sozinho	0	0,0%	5	38,5 %	6	46,2 %	2	15,4 %		
	marido	0	0,0%	1	50,0 %	1	50,0 %	0	0,0%		
ESTUDO/TRABALHO	Só estuda	5	10,0 %	23	46,0 %	18	36,0 %	4	8,0%	9.05 7	0.010 8
	Trabalha/Estágio Não Remunerado	1	8,3%	4	33,3 %	6	50,0 %	1	8,3%		
	Trabalha/Estágio Remunerado	3	5,0%	33	55,0 %	19	31,7 %	5	8,3%		

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

A tabela 4 apresenta as análises das correlações de Spearman entre os domínios do QVA e do WHOQOL-BREF, que na amostra de 122 estudantes universitários, revelou associações predominantemente fracas a moderadas. O domínio Interpessoal do QVA apresentou correlação moderada e negativa com os domínios Físico ($\rho = -0,473$; $p < 0,001$) e psicológico ($\rho = -0,370$; $p < 0,001$) do WHOQOL-BREF, sugerindo que maiores dificuldades nas relações interpessoais estão associadas a pior percepção de saúde física e psicológica. De forma semelhante, o domínio Estudo apresentou correlação moderada e negativa com os domínios Físico ($\rho = -0,316$; $p < 0,001$), Psicológico ($\rho = -0,333$; $p < 0,001$) e com a Qualidade de Vida Geral ($\rho = -0,312$; $p < 0,001$), indicando que dificuldades acadêmicas se relacionam a piores avaliações globais de qualidade de vida. Por outro lado, o domínio Carreira mostrou correlação fraca e positiva com Relações Sociais ($\rho = 0,198$; $p = 0,029$) e Qualidade de Vida Geral ($\rho = 0,179$; $p = 0,049$), sugerindo que maior clareza e satisfação com objetivos profissionais estão associadas a percepções mais favoráveis nesses aspectos. Por fim, o escore total do QVA correlacionou-se de forma fraca e negativa com os domínios Físico ($\rho = -0,234$; $p = 0,010$), Psicológico ($\rho = -0,221$; $p = 0,015$) e Qualidade de Vida Geral ($\rho = -0,234$; $p = 0,009$), reforçando que maiores dificuldades de adaptação acadêmica tendem a estar associadas a piores indicadores de saúde e bem-estar.

Tabela 4 – Correlações entre os domínios do QVA e WHOQOL-BREF.

QVA / WHOQOL	Físico	Psicológico	Sociais	Meio Ambiente	QV Geral
PESSOAL/EMOCIONAL	-0,107	0,243	0,089	0,112	0,093
INTERPESSOAL	- 0,473** *	-0,370***	0,145	-0,087	-0,078
ESTUDO	- 0,316** *	-0,333***	-0,112	-0,104	- 0,312** *
CARREIRA	0,121	0,103	0,198*	0,087	0,179*
TOTAL	-0,234*	-0,221*	0,167	0,099	-0,234**

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Os resultados das correlações de Spearman sugerem que maiores dificuldades de adaptação acadêmica, especialmente nos domínios interpessoal e de estudo, estão associadas a pior percepção de saúde física, psicológica e de qualidade de vida geral. A associação negativa moderada nesses domínios indica que fragilidades nas relações sociais e no desempenho acadêmico podem interferir significativamente o bem-estar dos estudantes. Por outro lado, a correlação positiva, ainda que fraca, entre o domínio carreira e aspectos sociais e de qualidade de vida geral sugere que clareza e satisfação com objetivos profissionais podem exercer um efeito protetor, contribuindo para percepções mais favoráveis de bem-estar.

CAMINHOS ACADÊMICOS E QUALIDADE DE VIDA: VIVÊNCIAS E REALIDADE DOS ESTUDANTES DE TERAPIA OCUPACIONAL

De forma geral, os achados deste estudo mostram-se consistentes com outros existentes na literatura (Vizzotto, Jesus, Martins, 2017; Prudencio, Soeiro, 2025; Anvesa *et al*, 2018; Monteiro, Soares, 2023). Ao considerarmos o panorama atrelado as vivências acadêmicas, compreendemos que essa experiência tem seu início com a entrada do estudante na universidade, requerendo adaptação a muitos fatores da vida no ensino superior, dentre eles, o modelo de educação que direciona o protagonismo e autonomia para construção do conhecimento ao aluno (Soares *et al.*, 2014). A transição pode determinar a permanência, satisfação e desempenho, principalmente quando notamos que apenas 0,8% dos estudantes declararam ter boa adaptação acadêmica, indicando a precisão de ações e políticas de ingresso à Universidade.

Estudos acerca da adaptação universitária pontuam como justificativas fatores associados ao estresse vivenciado desde o processo seletivo que permite o aluno adentrar a um curso de nível superior, até a intensa carga horária e demandas relacionadas as atividades extracurriculares desenvolvidas pelos alunos, em muitos casos, desde o primeiro ano da graduação (Pinheiro *et al.*, 2025). Assim, os achados dialogam com a literatura, destacando que a adaptação a vida universitária diz respeito a um processo complexo e pode ser marcada por vulnerabilidades, visto que corresponde a capacidade do aluno se integrar no ensino, podendo surgir instabilidade quanto à saúde mental, sobrecarga de atividades e dificuldades em manter um equilíbrio entre demandas acadêmicas, pessoais e sociais (Oliveira *et al.*, 2023).

Apesar do reduzido percentual de estudantes classificados no nível de boa adaptação (0,8%), quando analisamos o contraponto, é verifica-se que 99,2% dos participantes encontram-se em níveis moderados de adaptação acadêmica. Esse resultado revela que, embora os discentes não alcancem um padrão considerado satisfatório, os discentes também não se encontram em uma condição crítica. Dessa forma, os achados permitem uma análise complementar, identificando que a baixa frequência de boa adaptação evidencia fragilidades no processo de inserção universitária, já a predominância de adaptação moderada aponta para um desenvolvimento relativamente positivo. Apesar disso, tais dados reforçam a necessidade de implementação e fortalecimento de políticas institucionais de assistência estudantil, ações de acolhimento e estratégias de promoção da saúde mental, de modo a favorecer a progressão dos estudantes a níveis mais satisfatórios de adaptação acadêmica.

Ao observar a dimensão carreira, verificamos que os resultados são positivos, mostrando que 48,4% dos estudantes relatam boa adaptação, 50,0% moderada e apenas 1,6% baixa adaptação. Esses dados evidenciam que os acadêmicos manifestam satisfação com a escolha do curso de Terapia Ocupacional, aspecto que se associa ao desenvolvimento de um perfil profissional positivo em relação à área de formação. Tal fator configura-se como preponderante para a consolidação da trajetória acadêmica, contribuindo tanto para a permanência universitária quanto para o futuro exercício profissional (Dela Coleta; Dela Coleta, 2006).

Autores destacam que essa satisfação pode estar relacionada a diversos fatores, dentre eles o corpo docente da instituição, o qual tem papel fundamental na vida dos acadêmicos, haja vista que sua atuação vai além do processo educacional, com a construção de relações afetivas e vivências únicas, impactando a vida de cada discente (Moraes *et al.*, 2021). Outro fator influente é o envolvimento em atividades acadêmicas, as quais favorecem a integração do estudante e ampliam seus aprendizados relacionados ao curso. Essa participação possibilita a identificação com diferentes áreas de atuação e o contato com variadas possibilidades

profissionais, gerando satisfação e bem-estar ao desenvolver aprendizados importantes para sua carreira. Além disso, o mercado de trabalho favorável e boa estrutura do curso universitário também são apresentados na literatura como importantes para a tomada de decisão e satisfação com a carreira profissional (Bardagi; Paradiso, 2003).

Quanto a qualidade de vida verificada através do WHOQOL-bref, compreendeu-se que a diferentes padrões entre os domínios avaliados, no caso das relações sociais, a um destaque positivo com média de 69,13 e 68,0% que classificam esse domínio como "boa" ou "muito boa". Através desse resultado conseguimos notar que o estabelecimento de vínculos e relações sociais significativas no ambiente universitário tem-se mostrado uma importante rede de apoio diante aos desafios acadêmicos e pessoais. Esse dado evidencia que as relações estabelecidas no ambiente acadêmico favorecem tanto a adaptação acadêmica quanto a permanência dos discentes no curso, considerando que os vínculos sociais formados na universidade são autores relevantes para uma boa adaptação ao ensino superior e para a permanência dos discentes no curso, tendo impactos abrangentes na vida do acadêmico (Soares; Santos; Brito, 2024).

Ao longo da graduação, o acadêmico estabelece suas relações interpessoais que permite a consolidação de várias competências, e a partir da evolução e construção dessas novas redes de apoio, os sentimentos também podem ser alterados, assim como as ações relacionadas a este processo interativo, tomando como base que todo o processo de estudo/ interação/ sentimentos não relaciona-se apenas ao acadêmico, mas com a interação grupal e as estabilidades emocionais que se constroem a partir destas relações (Dinis; Ferreira, 2013).

O domínio Psicológico revelou vulnerabilidades significativas, com média de 58,26 e 50,8% dos estudantes indicando qualidade de vida "regular" ou "baixa", achado que se alinha com evidências crescentes sobre fragilidades na saúde mental de estudantes universitários, especialmente na área da saúde. A literatura evidencia diversos resultados que discutem acerca dos elevados índices de sofrimento psíquico entre os acadêmicos, quadros como alto nível de estresse, ansiedade, depressão, drogadição e ideação suicida entre os discentes requer um olhar específico e voltado a necessidade de atenção específica das universidades, com implementações e maior divulgação dos programas de apoio psicológicos, serviço de aconselhamento, programas de prevenção ao suicídio integrados às políticas institucionais de apoio estudantil, permitindo que essa identificação precoce de estudantes em situação de vulnerabilidade psicológica seja favorável na prevenção de agravos e manutenção da trajetória acadêmica visando a qualidade de vida (Carlesso, 2020; Santiago *et al.*, 2021; Oliveira; Lebre; Cardoso, 2025; Leão *et al.*, 2018).

No que se refere à renda familiar, observou-se que estudantes com rendimento entre um e dois salários mínimos familiar apresentaram 47,2% ($n = 17$) de qualidade de vida “boa”, enquanto aqueles com renda superior a três salários mínimos alcançaram 63,4% ($n = 26$) na mesma categoria de acordo com a tabela 3. Esse achado evidencia que melhores condições econômicas contribuem para uma percepção mais positiva do bem-estar, uma vez que o acesso a recursos financeiros adequados permite suprir necessidades básicas, reduzir preocupações com custos de vida e dedicar maior foco às demandas acadêmicas (Goés; Duque, 2018; Martins *et al.*, 2022).

Estudantes de famílias com menor renda frequentemente enfrentam desafios adicionais, como a necessidade de conciliar estudos com trabalho, lidar com insegurança alimentar ou arcar com limitações para custear materiais acadêmicos e transporte (Benevides; Lima, 2023; Lopes *et al.*, 2019), fatores que podem gerar estresse e impactar negativamente sua saúde física e emocional (Carvalho *et al.*, 2024). Essa realidade socioeconômica influencia diretamente as vivências acadêmicas, pois o equilíbrio entre responsabilidades pessoais, demandas financeiras e desempenho acadêmico torna-se mais difícil de manter (Benevides; Lima, 2023). Assim, a renda familiar emerge como um fator central, mediando tanto as vivências acadêmicas quanto a percepção de qualidade de vida.

Quanto à naturalidade, observou-se que a diferença entre estudantes naturais de Belém e aqueles oriundos do interior do estado revela um aspecto importante: a adaptação ao ambiente urbano e institucional. O maior percentual de qualidade de vida baixa entre os não naturais (22,9%) sugere que a mudança de município para cursar o ensino superior pode representar um fator de vulnerabilidade, uma vez que o afastamento da rede de apoio familiar e social, aliado aos custos adicionais de moradia e transporte, são geradores de maior estresse e dificuldades na adaptação (Silva, 2023).

A procedência geográfica exerce influência significativa na trajetória acadêmica dos estudantes, impactando não apenas suas chances de permanência e sucesso escolar, mas também provocando transformações em seus comportamentos e, conseqüentemente, na promoção de vivências acadêmicas satisfatórias (Quadros, 2025). Nessa perspectiva, os estudos de Quadros (2025) e Silva (2023) destacam que estudantes provenientes do interior necessitam de maior assistência estudantil, políticas de permanência e espaços de acolhimento nas universidades, uma vez que essas estratégias podem contribuir para mitigar os impactos negativos dessa condição e, conseqüentemente, melhorar sua percepção de qualidade de vida.

O domínio Ambiente apresentou-se como o mais crítico neste estudo, com média de 57,75 ($dp = 17,44$) e 58,3% ($n = 71$) dos estudantes classificando sua qualidade de vida como

“regular” ou “baixa”. Esse resultado em consonância com investigações prévias realizadas com universitários da área da saúde, nas quais o domínio Meio Ambiente também obteve os escores mais baixos, independentemente do período de formação (Barros *et al.*, 2017; Carleto *et al.*, 2019). O domínio avalia aspectos relacionados à segurança física, ambiente residencial, recursos financeiros, acesso e qualidade dos serviços de saúde e assistência social, oportunidades de lazer e recreação, transporte e condições gerais do espaço físico (WHOQOL Group, 1998).

Pontuações reduzidas nesse domínio podem refletir desafios característicos da vida acadêmica, como adaptação a uma nova cidade, dificuldades de moradia, afastamento familiar, limitações financeiras e escassez de locais adequados para descanso e convivência na universidade (Silva, 2023). Além disso, infraestrutura precária e sobrecarga de demandas podem comprometer o bem-estar e a percepção de qualidade de vida (Carleto *et al.*, 2019), evidenciando a necessidade de políticas institucionais que ampliem o suporte aos estudantes e promovam melhores condições físicas e sociais para o desenvolvimento acadêmico e pessoal.

A análise das correlações entre os domínios do QVA e do WHOQOL-BREF evidencia que as vivências acadêmicas estão diretamente associadas à percepção de qualidade de vida dos estudantes de Terapia Ocupacional. Dificuldades nos domínios interpessoal e de estudo apresentaram correlações negativas moderadas com os aspectos físico e psicológico, indicando que fragilidades nas relações sociais e nos processos de aprendizagem podem impactar significativamente o bem-estar dos acadêmicos (Quadros, 2025).

Esse achado reforça a importância de estratégias institucionais voltadas para o fortalecimento de redes de apoio, orientação acadêmica e desenvolvimento de habilidades de gestão do tempo, de modo a reduzir o estresse e favorecer uma adaptação mais eficiente às demandas da graduação (Silva, 2023). Por outro lado, a associação positiva, ainda que fraca, observada no domínio carreira sugere que a clareza de objetivos profissionais e a satisfação com a trajetória acadêmica podem atuar como fatores protetores, contribuindo para percepções mais favoráveis de qualidade de vida.

Em suma, a qualidade de vida dos estudantes de Terapia Ocupacional é moldada por fatores socioeconômicos, estruturais e pelas vivências acadêmicas. Renda familiar, naturalidade, ambiente universitário e desafios interpessoais ou acadêmicos impactam diretamente seu bem-estar físico, psicológico e social. Tais achados evidenciam a necessidade de políticas institucionais que unam suporte acadêmico, psicológico e social, além de melhorias estruturais, para favorecer uma formação saudável e produtiva. Assim, este estudo amplia a

compreensão das dimensões que influenciam o bem-estar discente e oferece subsídios para estratégias que potencializem sua qualidade de vida e desenvolvimento integral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo permitiu analisar, de forma aprofundada, a relação significativa entre as vivências acadêmicas e a qualidade de vida dos discentes de Terapia Ocupacional, apresentando uma visão de uma realidade e seus diversos aspectos, sejam eles acadêmicos, pessoais e contextuais. Os resultados evidenciaram que os universitários apresentam níveis moderados de adaptação acadêmica, embora este dado seja considerado positivo, discutiu-se acerca da parcela ínfima que obteve adaptação considerada boa, ou seja, o percurso formativo é marcado por desafios constantes, especialmente nas dimensões emocional, interpessoal e de estudo. Esse dado corrobora com a necessidade de atenção institucional às vulnerabilidades que advém do processo de inserção e permanência universitária.

Ao relacionar os objetivos do trabalho com os resultados encontrados, obteve-se a compreensão de que a hipótese nula não se confirmou. Os dados evidenciaram a interferência nos escores de qualidade de vida em relação a percepção de sobrecarga acadêmica, sobretudo nos domínios psicológico e ambiental. Tendo essa prerrogativa, confirma-se a hipótese alternativa, a qual indica que a sobrecarga vivenciada pelos acadêmicos contribui para a redução da qualidade de vida, o que exige maior atenção institucional.

Entre as limitações do estudo, salienta-se que a pesquisa se limitou a um único curso e instituição, restringindo a generalização dos resultados. Assim, novas propostas e análises futuras poderão ampliar a amostra, explorar diferentes contextos acadêmicos e incorporar metodologias mistas para aprofundar a compreensão das vivências estudantis.

As contribuições deste estudo situam-se na possibilidade de subsidiar ações de assistência estudantil, programas de apoio psicológico e estratégias de promoção da saúde integral, favorecendo tanto a permanência universitária quanto a formação de profissionais mais preparados para lidar com os desafios de sua futura prática.

Em síntese, ao evidenciar tanto as potencialidades quanto os desafios que permeiam a vida acadêmica, este trabalho contribui para a reflexão crítica sobre a importância de se investir em políticas educacionais e de saúde voltadas aos acadêmicos, reafirmando que o desenvolvimento de competências profissionais deve caminhar lado a lado com a promoção do bem-estar e da qualidade de vida no ensino superior.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. C.; FERREIRA, J. A. G. Transição e adaptação à universidade: Apresentação de um questionário de vivências acadêmicas (QVA). **Psicologia**, [s. l.], v. 14, n. 2, p. 189–208, 2000. DOI: 10.17575/rpsicol.v14i2.510. Disponível em: <https://revista.appsicologia.org/index.php/rpsicologia/article/view/510>. Acesso em: 10 set. 2025.
- ANVERSA, A. C.; FILHA, V. A. V. S.; SILVA, E. B.; FEDOSSE, E. Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, [s. l.], v. 26, n. 3, p. 626–631, 2018. DOI: 10.4322/2526-8910.ctoAO1185. Disponível em: <https://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/1975>. Acesso em: 15 set. 2025.
- BARDAGI, M. P.; PARADISO, Â. C. Trajetória acadêmica e satisfação com a escolha profissional de universitários em meio de curso. **Rev. bras. orientac. prof.**, São Paulo, v. 4, n. 1-2, p. 153-166, dez. 2003. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-. Acesso em: 23 set. 2025.
- BARROS, M. J. de; BORSARI, C. M. G.; FERNANDES, A. de O.; SILVA, A.; FILONI, E. Avaliação da qualidade de vida de universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, [s. l.], v. 7, n. 1, p. 16–22, 2017. DOI: 10.18378/rebes.v7i1.4235. Disponível em: <https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/4235>. Acesso em: 23 set. 2025.
- BENEVIDES, T. E. P.; ALMEIDA, C. S.; LIMA, R. F.; SANTOS, J. R. A qualidade de vida do trabalhador-estudante: uma revisão sistemática da literatura. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – CONEDU, 9., 2023, Campina Grande. **Anais [...]**. Campina Grande: Realize Editora, 2023. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/99597>. Acesso em: 23 set. 2025.
- CAMPOS, R. L. N. de M.; OLIVEIRA, A. P.; MATSUKURA, T. S.; CONSTANTINIDIS, T. C. Vivência Acadêmica e a Saúde Mental de Estudantes de Terapia Ocupacional. **Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional**, [s. l.], v. 8, n. 2, 2024. DOI: 10.47222/2526-3544.rbto61898. Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto/article/view/61898>. Acesso em: 16 set. 2025.
- CARLESSO, J. P. P. Os desafios da vida acadêmica e o sofrimento psíquico dos estudantes universitários. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [s. l.], v. 9, n. 2, p. e82922092, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i2.2092. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/2092>. Acesso em: 21 set. 2025.
- CARLETO, C. T.; CORNÉLIO, M. P. M.; NARDELLI, G. G.; GAUDENCI, E. M.; HAAS, V. J. Saúde e qualidade de vida de universitários da área da saúde. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, [s. l.], v. 7, n. 1, p. 53–63, 2019. DOI: 10.18554/refacs.v7i1.2966. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/2966>. Acesso em: 15 set. 2025.
- CARVALHO, A. A. *et al.* Avaliação da qualidade de vida de estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação**

Superior, Campinas, v. 29, p. e024011, 2024. DOI: 10.1590/1982-57652024v29id274723. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-57652024v29id274723>. Acesso em: 23 set. 2025.

CRUZ, M. C. A.; GARCIA, T. R.; MACEDO, R. M.; FREITAS, Y. J. F.; BORGES, N. M. P.; SILVA, A. C. S. P.; SILVA, M. L.; ARRUDA, J. T. Influência na qualidade de vida dos estudantes de Medicina relacionada à má alimentação e sono. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [s. l.], v. 10, n. 2, p. e23710212393, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i2.12393. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/12393>. Acesso em: 16 set. 2025.

DELA COLETA, J. A.; DELA COLETA, M. F. Felicidade, bem-estar subjetivo e comportamento acadêmico de estudantes universitários. **Psicologia em Estudo**, [s. l.], v. 11, n. 3, p. 533-539, 2006. DOI: 10.1590/S1413-73722006000300009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722006000300009>. Acesso em: 23 set. 2025.

GÓES, C.; DUQUE, D. Universidade pública e desigualdade de renda no Brasil: fatos, dados e soluções. In: INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA. **Políticas públicas no Brasil: avaliando mais de meio trilhão de reais em gastos**. Brasília: IPEA, 2018. Cap. 18. Disponível em: https://portalantigo.ipea.gov.br/agencia/images/stories/PDFs/livros/livros/181009_politicas_publicas_no_brasil_cap18.pdf. Acesso em: 23 set. 2025.

LEÃO, A. M.; GOMES, I. P.; FERREIRA, M. J. M.; CAVALCANTE, M. C. V.; COSTA, I. K. F.; LOPES, T. R.; SOARES, L. S.; AZEVEDO, A. V. S. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 4, p. 55-65, out. 2018. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-52712018000400055&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 23 set. 2025.

LOPES, L. S.; FREITAS, L. M. S. M.; ALVES, S. M.; MEDEIROS, M. O. **Estudo sobre a qualidade de vida dos estudantes da Universidade Federal de Rondonópolis, MT utilizando dados comportamentais**. Rondonópolis: Universidade Federal de Mato Grosso, 2019. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/229915498.pdf>. Acesso em: 23 set. 2025.

LOPES, T. R. **Estagiando: relato de vivências na graduação em Terapia Ocupacional**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Terapia Ocupacional) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: <https://www.pantheon.ufrj.br/bitstream/11422/20797/1/TRLopes.pdf>. Acesso em: 16 set. 2025.

MONTEIRO, M. C.; SOARES, A. B. Adaptação acadêmica em universitários. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 43, p. e244065, 2023. DOI: 10.1590/1982-3703003244065. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/yG4p8Ncy9sdTddpV98kLhDx/>. Acesso em: 28 set. 2025.

MORAES, C. P.; RIBEIRO, J. M.; JULIO, M. E. R. D. F.; AREIAS, T. B. A. Análise da satisfação discente: é possível ser feliz em cursos de graduação? / Student satisfaction analysis: is it possible to be happy in undergraduate courses?. **Brazilian Journal of Development**, [s. l.], v. 7, n. 5, p. 51642–51653, 2021. DOI: 10.34117/bjdv.v7i5.30273.

Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/30273>. Acesso em: 15 set. 2025.

MURAKAMI, Y.; HENDERSON, J.; SOARES, M.; MONTEIRO, A. Estresse e enfrentamento das dificuldades em universitários da área da saúde. **Psicol. cienc. prof.**, [s. l.], v. 44, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Cxx6KcwWvKmpmFqd55B9jtL/>. Acesso em: 16 set. 2025.

OLIVEIRA, C. T.; SANTOS, A. S.; DIAS, A. C. G. Percepções de estudantes universitários sobre a realização de atividades extracurriculares na graduação. **Psicol. cienc. prof.**, [s. l.], v. 36, n. 4, p. 864-876, out./dez. 2016. DOI: 10.1590/1982-3703003052015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003052015>. Acesso em: 16 set. 2025.

OLIVEIRA, E. M.; DIAS, T. L.; CARDOSO, C. R. P. Fatores relacionados ao sofrimento psíquico em estudantes universitários: uma revisão da literatura. **SaBios: Revista de Saúde e Biologia**, [s. l.], v. 20, n. 1, p. 1-12, 2025. DOI: 10.54372/sb.2025.v20.3822. Disponível em: <https://revista2.grupointegrado.br/revista/index.php/sabios/article/view/3822>. Acesso em: 22 set. 2025.

OLIVEIRA, M. C.; PEREIRA, A. C. P.; ROCHA, R. F. M.; BARBOSA, D. F.; SILVA, E. L. Questionário de adaptação ao ensino superior remoto: ampliação das propriedades psicométricas. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 39, p. e39431, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psuf/a/CwR4VZwqdMqsgSBvXFYgPXJ/>. Acesso em: 18 set. 2025.

PINHEIRO, P. L. de O.; SILVA, F. S. B. da; FERREIRA FILHO, F. J.; LAMEIRA, A. P. do N. Saúde mental de estudantes universitários da área da saúde: prevalência de transtornos e fatores correlacionados. **Revista Caribeña**, [s. l.], v. 7, p. e4707, 2025. DOI: 10.55905/rcssv14n7-022. Disponível em: <https://revistacaribena.com/ojs/index.php/rccs/article/view/4707>. Acesso em: 10 set. 2025.

PRUDENCIO, A. C. M.; SILVA, S. T. S. A.; SOEIRO, A. C. V. Adaptação e qualidade de vida no ingresso à vida universitária: experiências discentes em uma Faculdade Adventista da Amazônia. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, [s. l.], v. 17, n. 2, p. e7458, 2025. DOI: 10.55905/cuadv17n2-015. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/7458>. Acesso em: 28 set. 2025.

QUADROS, L. F. S. A jornada por um sonho: sofrimento psíquico e desafios psicossociais enfrentados por estudantes em migração pendular. **Lumen et Virtus**, [s. l.], v. 16, n. 44, p. 164–180, 2025. DOI: 10.56238/levv16n44-014. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/LEV/article/view/2773>. Acesso em: 23 set. 2025.

ROSENDO, L. dos S.; MEIRELES, A. L.; CARDOSO, C. S.; BANDEIRA, M. de B.; PAULA, W. de; BARROSO, S. M. Relação entre perfil, hábitos, vivências acadêmicas e resiliência de universitários. **Psicol. cienc. prof.**, [s. l.], v. 42, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/VvjrfjGQvhssGWFT7gXCFMy/>. Acesso em: 16 set. 2025.

SANTIAGO, M. B.; BRAGA, O. S.; SILVA, P. R.; CAPELLI, V. M. R.; COSTA, R. S. L. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador, v. 10, n. 1, p. 73-84, 2021. DOI: 10.17267/2317-3394rps.v10i1.3374. Disponível em:

<https://journals.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3374>. Acesso em: 21 set. 2025.

SILVA, I. P. **Os desafios enfrentados pelos discentes oriundos de outras cidades do interior na Universidade Federal do Amazonas**. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em [curso específico]) – Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2023. Orientadora: MORAES, A. F. Disponível em: Repositório UFAM. Acesso em: 23 set. 2025.

SOARES, A. B.; MONTEIRO, M. C.; MAIA, F. de A.; SANTOS, Z. A. Comportamentos sociais acadêmicos de universitários de instituições públicas e privadas: o impacto nas vivências no ensino superior. **Pesqui. prá. psicossociais**, [s. l.], v. 14, n. 1, p. 1-16, jan./mar. 2019. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082019000100011. Acesso em: 16 set. 2025.

SOARES, A. B.; SANTOS, Z. A.; BRITO, A. D. Preditores da adaptação acadêmica de iniciantes no curso de Psicologia. **Revista Internacional de Educação Superior**, Campinas, v. 10, p. e024003, 2024. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2446-94242024000100112&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 set. 2025.

VIZZOTTO, M. M.; JESUS, S. N. de; MARTINS, A. C. Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. **Rev. Psicol. Saúde**, Campo Grande, v. 9, n. 1, p. 59-73, abr. 2017. DOI: 10.20435/pssa.v9i1.469. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2017000100004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 27 set. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHOQOL-BREF: instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida**. Genebra: WHO, 1998. Disponível em: <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref/docs/default-source/publishing-policies/whoqol-bref/portuguese-brazil-whoqol-bref>. Acesso em: 12 jan. 2025.