



SulPET 2026

Encontro dos Grupos PET – Região Sul

Saúde Mental na Área de Computação: Uma Análise de Estressores Acadêmicos e Disparidades de Gênero

Autores(as) e Tutor: Gabrielle Vercelheze Schultz¹, Vinícius Romualdo Silva², Felipe Hideki Shiobara³, Giovanni Schrickte Sartori⁴, Cesar Augusto Tacla (Tutor)⁵

E-mails: ¹gabrielleschultz@alunos.utfpr.edu.br ;

²viniciusromualdo@alunos.utfpr.edu.br ; ³shiobara@alunos.utfpr.edu.br ;

⁴giovannisartori@alunos.utfpr.edu.br ; ⁵tacla@utfpr.edu.br

Programa de Educação Tutorial de Engenharia de Computação (PETECO)

Instituição de Ensino Superior:

Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR)

Natureza do Trabalho:

() Ensino

(X) Pesquisa

() Extensão

Eixo Temático:

Saúde e Sociedade.

Resumo

O presente trabalho objetiva diagnosticar, com base na utilização de métodos de análise estatística, os principais fatores de adoecimento mental e acometimento de doenças relacionadas ao bem-estar psíquico em estudantes de ensino superior na área de computação. Para isso, uma pesquisa em formato de questionário foi efetuada entre estudantes dos cursos de Engenharia da

Computação e Bacharelado em Sistemas de Informação da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), sede Centro de Curitiba, com a finalidade de levantar dados sobre fatores psicossociais relacionados a estressores acadêmicos. A amostra alcançou 231 estudantes e evidenciou uma vulnerabilidade maior do público feminino. Além disso, apontou uma relação entre a carga de atividades exigidas pelas matérias do curso e a dificuldade dos estudantes de gerirem o tempo. A atividade desenvolvida se relaciona com o tripé universitário por meio de um estudo diagnóstico que visa apoiar a escolha de ações que melhorem as práticas didáticas em sala de aula e a organização didático-pedagógica dos cursos; além disso, constitui-se em uma contribuição que pode ser levada a organizações de ensino em geral.

Abstract

The purpose of this study is to identify, using statistical analysis methods, the main factors contributing to mental health issues and the prevalence of conditions related to psychological well-being among college students in the technology field. To this end, a questionnaire-based survey was conducted among students of Computer Engineering and Bachelor of Information Systems programs at the Federal Technological University of Paraná (UTFPR), Curitiba Campus, with the aim of collecting data on psychosocial factors related to academic stressors. The sample included 231 students and revealed greater vulnerability among female students. Additionally, it highlighted a correlation between the workload required by course subjects and students' difficulty in time management. This study relates to the three pillars of higher education in Brazil (teaching/learning, research and extension) as a diagnostic research aimed to support actions that improve classroom teaching practices and the didactic-pedagogical organization of university programs; furthermore, its contribution can be extended to educational institutions in general.

Palavras-chave

Estresse Acadêmico; Saúde Mental.

Keywords

Academic Stress; Mental Health.

1 INTRODUÇÃO

O ingresso no ensino superior e as exigências do ambiente universitário submetem os discentes a diversos estressores psicossociais, configurando um espaço altamente competitivo e de alta demanda produtiva (Valentim et al., 2025 apud Abrahão & Lopes, 2022). Esse cenário reproduz dinâmicas do mundo do trabalho e favorece o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SB) e de enfermidades como ansiedade e depressão (Ceribeli; Camêlo; Maciel, 2022 apud Bayram; Bigel, 2008). A constante avaliação, a carga de tarefas e a busca por resultados afetam diretamente a saúde mental e a qualidade de vida dos estudantes a longo prazo (Câmara; Carlotto, 2024).

A presente pesquisa identifica e analisa os principais fatores que prejudicam o bem-estar dos estudantes de tecnologia da UTFPR, com base na literatura da área. Os resultados preliminares apresentados visam subsidiar políticas de suporte e acolhimento estudantil. Este debate dialoga diretamente com os objetivos do PET ao promover um ambiente mais saudável (ensino) e ao estruturar metodologias que podem ser replicadas em outras instituições (extensão).

2 DESENVOLVIMENTO E METODOLOGIA

A pesquisa caracteriza-se como quantitativa e exploratória. Os dados foram coletados por meio de um questionário online aplicado a 231 estudantes de Engenharia de Computação e Sistemas de Informação da UTFPR, mediante concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O instrumento baseou-se na Escala de Avaliação da SB em Estudantes Universitários (ESB-eu) (CÂMARA; CARLOTTO, 2020), avaliando dados sociodemográficos e estressores acadêmicos (CÂMARA; CARLOTTO, 2024) por meio de escala Likert. Também foi disponibilizado um campo de comentários para respostas qualitativas.

Para garantir a consistência das análises, o pré-processamento consistiu no mapeamento dos dados: as respostas obtidas no formulário foram convertidas em valores numéricos ordinais, constituindo, assim, as variáveis utilizadas no estudo. Com base no ESB-eu, estruturaram-se três índices para medir o

desgaste: Índice de Carga Acadêmica e Laboral (ICAL - Exaustão), Índice de Relacionamento Universitário (IRU - Distanciamento) e Índice de Pressão de Desempenho (IPD - Eficácia). A consistência interna foi validada pelo Alfa de Cronbach (α) e por correlação de Spearman. Para comparações, os dados foram normalizados e os discentes agrupados por fase do curso (Iniciante, Intermediário e Avançado) utilizando o teste de Kruskal-Wallis. Análises post-hoc e de segmentação por gênero foram conduzidas pelo teste de Mann-Whitney U, com correção de Bonferroni.

3 RESULTADOS

A análise baseou-se em uma amostra de 231 estudantes de uma população total de 819 matriculados, sendo 49 mulheres e 175 homens. Os índices IRU e IPD demonstraram consistência interna adequada, com valores de α de 0,872 e 0,738, respectivamente. O cálculo inicial do ICAL resultou em um α baixo (0,584). A análise de correlação de Spearman revelou que a variável correspondente ao número de matérias cursadas apresentava uma associação baixa com as demais variáveis do índice (média de $p \approx 0,15$). Isso indica que o volume absoluto de disciplinas não reflete diretamente o desgaste do estudante, já que matérias de diferentes níveis de dificuldade demandam tempos de dedicação variados. A remoção dessa variável elevou o α do ICAL para 0,793.

Avaliando os grupos por etapa de formação (Kruskal-Wallis) e o recorte de gênero (Mann-Whitney U), o ICAL não demonstrou disparidades significativas ($p > 0,05$), indicando que a percepção de sobrecarga psíquica e exaustão afeta de maneira constante e homogênea toda a amostra avaliada (Tabela 1).

Todavia, o IRU e o IPD apresentaram diferenças significativas ao longo da graduação. A análise *post-hoc* com correção de Bonferroni ($\alpha = 0,017$) revelou que os **estudantes iniciantes concentram os maiores níveis de pressão (IPD) e a melhor integração social (IRU)**. Com o avanço do curso, há uma piora significativa no relacionamento (IRU) ($p < 0,005$), que logo se estabiliza, acompanhada de um declínio expressivo na pressão de desempenho (IPD) ($p < 0,017$).

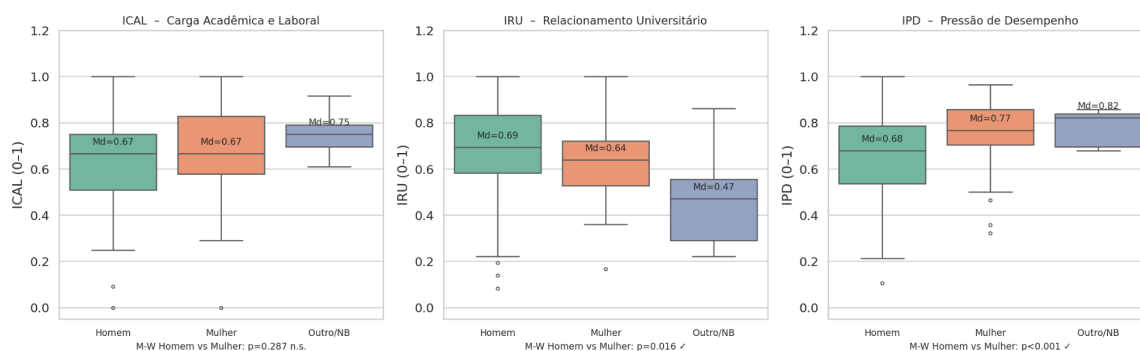
Tabela 1: Análise dos índices ICAL, IRU e IPD com o teste de Kruskal-Wallis para os grupos Iniciante, Intermediário e Avançado e com o teste Mann-Whitney U para gênero.

Índice	Difere por grupo? (Teste de Kruskal-Wallis)	Teste de Gênero (Mann-Whitney-U)
ICAL	NÃO (H = 4,760; p = 0,0926)	NÃO (p = 0,2868)
IRU	SIM (H = 11,961; p = 0,0025)	SIM (p = 0,0158)
IPD	SIM (H = 13,119; p = 0,0014)	SIM (p = 0,0003)

Fonte: Autoria própria (2026).

Ao examinar o perfil demográfico pelo teste de Mann-Whitney U (Figura 1), evidenciou-se a maior vulnerabilidade do público feminino. As estudantes registraram índices expressivamente superiores de cobrança por resultados ($p=0,0003$) e reportaram pior qualidade nas interações acadêmicas e com docentes ($p=0,0158$) em comparação ao público masculino.

Figura 1: Distribuição do Índice de Pressão de Desempenho (IPD) e Relacionamento Universitário (IRU) segmentados por gênero.



Fonte: Autoria própria (2026).

4 CONCLUSÕES

O estudo evidencia que as discentes do gênero feminino apresentam maior vulnerabilidade à pressão por resultados e ao enfraquecimento das relações interpessoais nos cursos de tecnologia analisados. Identificou-se também que a

exaustão está atrelada à complexidade das demandas e à gestão do tempo, e não ao volume absoluto de disciplinas cursadas. Para o PET, cujas ações se apoiam na melhoria do ensino, diagnosticar tais estressores é o primeiro passo para a proposição de políticas de permanência e acolhimento estudantil. Trabalhos futuros incluirão a aplicação de algoritmos de aprendizado de máquina para modelagem preditiva e a inclusão da variável de Pessoas com Deficiência (PcD) nas análises de vulnerabilidade socioeconômica.

REFERÊNCIAS

CÂMARA, Sheila Gonçalves; CARLOTTO, Mary Sandra. Estressores acadêmicos como preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, e290020, 2024.

CÂMARA, Sheila Gonçalves; CARLOTTO, Mary Sandra. Burnout Syndrome Assessment Scale in University Students: construction and validity evidence. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 7, p. e171974013, 2020.

CERIBELI, Harrison Bachion; CAMÊLO, Bruno de Carvalho; MACIEL, Gustavo Nunes. Burnout no ensino superior: um estudo no contexto brasileiro. **Revista Gestão e Planejamento**, Salvador, v. 23, p. 250-267, jan./dez. 2022.

VALENTIM, Wellington Junior *et al.* Prevalência e fatores relacionados ao estresse e ao burnout em estudantes universitários. **Psicologia e Saúde em debate**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 1423-1434, 2025.

DECLARAÇÃO DE USO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Foi utilizada a ferramenta de inteligência artificial DeepL como apoio na revisão textual da tradução do Resumo.