

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO ENTRE UNIVERSITÁRIOS: PERCEPÇÃO DISCENTE E VIVÊNCIA DE ALFABETIZAÇÃO CIENTÍFICA

Anna Clara Gomes¹; Ana Clara Francisca²; Carla Beatriz³; Juliana Elen Vieira da Silva Gonçalves ⁴; Vanessa Breder Gomes⁵; Priscilla Lopes Aniceto de Amorim⁶; Anelise de Oliveira Resende⁷; Rafaela Araújo Guedes⁸; Ronald Assis Fonseca⁹

^{1,2,3} Estudantes do Centro Universitário Única (UNIÚNICA), Ipatinga, Minas Gerais.

^{4, 5, 6,7,8,9} Docentes do Centro Universitário Única (UNIÚNICA), Ipatinga, Minas Gerais.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental. Estudantes universitários. Atendimento psicológico. Busca por ajuda. Alfabetização científica.

DOI: 10.47094/ICOLUBRAPECI.2026/RE-47

INTRODUÇÃO

A saúde mental de estudantes universitários tem sido amplamente discutida na literatura recente, especialmente diante do aumento de sintomas de ansiedade, depressão e sofrimento psíquico nesse grupo. Estudos indicam que, embora haja elevada frequência de sofrimento emocional entre universitários, a utilização de serviços formais de saúde mental ainda permanece abaixo da demanda existente, o que reforça a importância de compreender como os estudantes percebem o atendimento psicológico e quais fatores interferem na busca por esse tipo de cuidado (WAO et al., 2025).

Entre os aspectos associados à procura por ajuda profissional estão o conhecimento sobre saúde mental, as atitudes em relação à terapia e barreiras como estigma, medo de julgamento e dificuldade de acesso. Pesquisas recentes mostram que maiores níveis de conhecimento em saúde mental tendem a estar associados a atitudes mais positivas em relação ao acompanhamento psicológico, enquanto o estigma e fatores socioculturais podem dificultar a decisão de buscar apoio especializado (IBRAHIM et al., 2019; YOUNES et al., 2025).

No contexto da disciplina de Metodologia Científica, este trabalho teve caráter formativo, com foco na alfabetização científica e na vivência inicial dos estudantes com etapas básicas da pesquisa acadêmica, articulando um tema relevante da vida universitária ao desenvolvimento de competências investigativas, como formulação do problema, coleta de dados, organização das informações e interpretação dos resultados.

OBJETIVO

Investigar a percepção de estudantes do Centro Universitário Única sobre a importância do atendimento psicológico, analisando a realização ou não de acompanhamento psicológico, os principais motivos relacionados à não adesão e o perfil sociodemográfico dos participantes.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa descritiva, de abordagem quanti-qualitativa, desenvolvida no contexto da disciplina de Metodologia Científica, com caráter formativo voltado à alfabetização científica e à familiarização dos estudantes com etapas básicas da investigação acadêmica. A atividade foi conduzida por um grupo composto por quatro pesquisadores, organizados em duas duplas, responsáveis pela aplicação dos instrumentos e pelo registro das informações coletadas. A pesquisa foi realizada em fevereiro de 2026, no ambiente acadêmico da instituição.

A coleta de dados ocorreu por meio de dois instrumentos: entrevista semiestruturada e questionário. A entrevista semiestruturada foi composta por sete questões, sendo quatro destinadas à caracterização do perfil dos participantes e três relacionadas à experiência com acompanhamento psicológico. As perguntas contemplaram variáveis como sexo, curso, realização ou não de acompanhamento psicológico, justificativa para a não realização, frequência das sessões, quando aplicável, e percepção sobre a importância da terapia. Participaram dessa etapa dez estudantes da instituição, selecionados por conveniência. As entrevistas foram realizadas presencialmente, em ambiente acadêmico, com duração média de cinco minutos por participante.

Complementarmente, foi aplicado um questionário contendo sete questões, compostas por perguntas abertas e fechadas, com enfoque na percepção dos estudantes acerca do atendimento psicológico. Nessa etapa, foram obtidas dezenove respostas. O uso combinado dos instrumentos possibilitou reunir informações objetivas sobre o perfil dos participantes e sua relação com o acompanhamento psicológico, bem como apreender percepções e justificativas relacionadas à adesão ou não adesão à terapia.

A amostragem adotada foi do tipo não probabilística por conveniência, considerando a acessibilidade dos participantes no contexto institucional em que a atividade foi desenvolvida. Em ambas as etapas da pesquisa, foram assegurados o anonimato dos respondentes e a confidencialidade das informações, com vistas à preservação da privacidade dos participantes. Os dados quantitativos foram organizados de forma descritiva, com base na frequência das respostas obtidas, enquanto as respostas discursivas foram examinadas por meio de análise interpretativa, buscando identificar percepções recorrentes sobre a importância do atendimento psicológico e os principais motivos associados à ausência de

acompanhamento terapêutico.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A coleta de dados ocorreu em duas etapas, com entrevistas semiestruturadas e aplicação de questionário. Entre os entrevistados, observou-se predominância do sexo feminino (80,0%), além de maior experiência prévia com acompanhamento psicológico entre as mulheres. Esse resultado está em consonância com a literatura, que aponta maior predisposição feminina para reconhecer demandas emocionais e buscar apoio profissional. Carvalho et al. (2024) observaram que mulheres universitárias tendem a apresentar atitudes mais positivas em relação ao cuidado em saúde mental e menores crenças estigmatizantes quanto à procura por ajuda psicológica.

Entre os respondentes do questionário, a maioria relatou já realizar ou ter realizado terapia, com predominância de acompanhamento semanal entre aqueles em atendimento. Esse resultado sugere que, entre os estudantes que aderem ao acompanhamento psicológico, há regularidade nas sessões e reconhecimento da importância do cuidado terapêutico.

Tabela 1: Realização de terapia e frequência das sessões entre os respondentes do questionário

Variável	Categoria	n	%
Realiza terapia	Sim	12	63,2
	Não	7	36,8
Frequência das sessões (n=12)	1 vez por semana	8	66,7
	1 vez por mês	2	16,7
	2 vezes por semana	1	8,3
	2 vezes por mês	1	8,3

Fonte: Elaborado pelos autores, 2026

Esses resultados dialogam com a literatura, que associa maior conhecimento em saúde mental a atitudes mais positivas em relação à terapia e à busca por ajuda profissional (IBRAHIM et al., 2019; YOUNES et al., 2025). Embora o estudo não tenha mensurado diretamente a literacia em saúde mental, a valorização do atendimento psicológico pelos participantes sugere compreensão de seu papel no cuidado emocional. Além disso, no contexto da disciplina, a análise desses dados também contribuiu para a alfabetização científica dos estudantes.

Quanto ao perfil dos respondentes do questionário, observou-se predominância de jovens entre 17 e 25 anos e maior frequência de estudantes de Nutrição e Psicologia. Esse perfil é compatível com o contexto universitário e reforça a relevância de discutir saúde

mental nesse ambiente, marcado por demandas acadêmicas, emocionais e sociais (WAO et al., 2025; LUI et al., 2024).

Tabela 2: Caracterização dos respondentes do questionário

Variável	Categoria	n	%
Sexo	Feminino	15	84,2
	Masculino	4	15,8
Idade	17 a 25 anos	13	68,4
	30 a 40 anos	3	15,8
	Outras idades	3	15,8
Curso*	Nutrição	4	36,4
	Psicologia	4	36,4
	Outros	3	27,2

Fonte: Elaborado pelos autores, 2026

Entre os participantes que não realizavam terapia, foram mencionadas questões financeiras, falta de interesse e outros motivos não especificados, indicando que a não adesão ao acompanhamento psicológico envolve barreiras múltiplas, de ordem material e subjetiva (CECCHIN; MURTA, 2026; LUI et al., 2024). Ao mesmo tempo, entrevistas e questionários mostraram reconhecimento recorrente da importância do atendimento psicológico para a saúde mental e a qualidade de vida. Esse resultado evidencia uma lacuna entre a valorização da terapia e sua efetiva utilização, aspecto também observado entre universitários em outros contextos (WAO et al., 2025).

Por fim, destaca-se que o trabalho teve caráter pedagógico e formativo, com ênfase na alfabetização científica, ao proporcionar aos estudantes vivência em etapas da pesquisa, como elaboração de instrumentos, coleta, organização e interpretação de dados. Assim, além de discutir a percepção discente sobre o atendimento psicológico, a atividade contribuiu para o desenvolvimento de competências investigativas na formação acadêmica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados indicaram que os participantes reconhecem a importância do atendimento psicológico, embora parte deles ainda não realize acompanhamento, o que evidencia a presença de barreiras para a busca por ajuda profissional no contexto universitário.

Além disso, a pesquisa contribuiu para o desenvolvimento de competências investigativas no âmbito da disciplina de Metodologia Científica, ao possibilitar a vivência de etapas básicas da produção do conhecimento científico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

WAO, Harriet et al. Availability, accessibility, and utilization of mental health services or support among university students in Africa: a mixed methods systematic review with meta-analysis and meta-synthesis. *BMC Public Health*, London, v. 25, art. 3762, 2025. DOI: 10.1186/s12889-025-22112-5.

YOUNES, Sandy et al. Exploring mental health literacy and barriers to seeking counselling among university students in Lebanon: a cross-sectional study. *BMJ Open*, London, v. 15, n. 7, e102888, 2025. DOI: 10.1136/bmjopen-2025-102888.

IBRAHIM, Norhayati et al. Do depression literacy, mental illness beliefs and stigma influence mental health help-seeking attitude? A cross-sectional study of secondary school and university students from B40 households in Malaysia. *BMC Public Health*, London, v. 19, suppl. 4, art. 544, 2019. DOI: 10.1186/s12889-019-6862-6.

CARVALHO, Paula Saraiva; POMBAL, Nádia; GAMA, Jorge; LOUREIRO, Manuel. Mental health awareness: stigma and help-seeking among Portuguese college students. *Healthcare*, Basel, v. 12, n. 24, art. 2505, 2024. DOI: 10.3390/healthcare12242505.

CECCHIN, Hareli Fernanda Garcia; MURTA, Sheila Giardini. Help-seeking behavior among college students with suicidal ideation: barriers, facilitators, and social actors. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, [s. l.], v. 39, n. 1, art. 4, 2026. DOI: 10.1186/s41155-025-00374-x.

LUI, Joyce Claresta; SAGAR-OURIAGHLI, Ilyas; BROWN, June S. L. Barriers and facilitators to help-seeking for common mental disorders among university students: a systematic review. *Journal of American College Health*, [s. l.], v. 72, n. 8, p. 2605-2613, 2024. DOI: 10.1080/07448481.2022.2119859.