

RESUMO SIMPLES - APRESENTAÇÃO ORAL - GT1 - SAÚDE MENTAL NA
UNIVERSIDADE

**DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO NA ROTINA DO
ESTUDANTE TRABALHADOR: SAÚDE MENTAL E PERMANÊNCIA NO
ENSINO SUPERIOR**

Francisco Estacio (franciscoestacio@id.uff.br)

Ravi Viana De Souza (rvsouza@id.uff.br)

Lara Valasco (laravalasco@id.uff.br)

A conciliação entre a jornada laboral e a vida acadêmica configura-se como uma rotina exaustiva que tensiona a saúde mental dos discentes trabalhadores. Diante disso, este trabalho tem como objetivo geral compreender de que maneira esses estudantes buscam apoio institucional, adotam técnicas de estudo eficientes e priorizam seu bem-estar psíquico para superar as adversidades cotidianas. Os objetivos específicos buscam investigar como os alunos conciliam o trabalho com a sua rotina acadêmica; entender o impacto das diferentes políticas de permanência dos estudantes nos espaços universitários na realidade de discentes que trabalham e estudam; verificar as principais consequências de trabalhar e estudar no nível de rendimento desses alunos e compreender os desafios para o cuidado em saúde mental desses discentes que trabalham e estudam;

A justificativa desta pesquisa fundamenta-se na necessidade de visibilizar as estratégias de resiliência desses alunos na busca por uma formação sólida no ensino superior, mesmo sob condições severas de restrição de tempo.

Metodologicamente, o estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica narrativa e aplicação de questionários online com estudantes que vivenciam a dupla jornada. Os resultados parciais indicam que a gestão do tempo e a rede de apoio (familiar e institucional) são os principais pilares de sustentação desses alunos. Espera também investigar os mecanismos utilizados pelos discentes na conciliação entre as exigências do trabalho e a rotina acadêmica universitária; descrever como as diferentes formas de acesso e permanência contribuem para minorar as dificuldades da compatibilização entre estudo e trabalho, pontuar as diferentes consequências da vida laboral no rendimento acadêmico dos discentes e delimitar as diferentes formas de cuidado em saúde mental para os discentes que precisam estudar e trabalhar ao mesmo tempo. Conclui-se que o fortalecimento de políticas públicas de assistência estudantil e o acolhimento psicológico no ambiente universitário são urgentes e indispensáveis para mitigar o esgotamento e garantir a permanência qualificada do estudante trabalhador.

Palavras-chave: palavras-chave: estudante trabalhador; saúde mental universitária; gestão do tempo; permanência estudantil.