

REFLEXO DA SOLIDÃO NA VIDA ACADÊMICA DOS UNIVERSITÁRIOS

REFLECTION OF LONELINESS IN THE ACADEMIC LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS

Ana Clara Lima Moreira¹

Yohana Gabriele Silva Andrade²

Henrique Andrade Barbosa³

Sâmmyla Myllene Durães Leite⁴

Lamonielly Gomes Versiani⁵

Dinariam Gonçalves Silva⁶

Jhulie Silva Borges⁷

Sueli Antunes Aquino Cardoso Gonçalves⁸

Walter Luiz de Moura⁹

Matheus Siega Nepomuceno¹⁰

Rhaissa Gonçalves Souto¹¹

Leniane Soares da Silva¹²

Larissa Gabriela Pereira Leão¹³

-
- 1 Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna.
 - 2 Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna.
 - 3 Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna.
 - 4 Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna.
 - 5 Centro Universitário do Norte de Minas Gerais.
 - 6 Centro Universitário do Norte de Minas Gerais.
 - 7 Faculdade Prominas.
 - 8 Faculdade Santo Agostinho
 - 9 Universidade Estadual de Montes Claros
 - 10 Faculdades Integradas Norte do Paraná.
 - 11 Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna.
 - 12 Universidade Estadual de Montes Claros
 - 13 Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna.



Wilson Ruas da Rocha Junior¹⁴

Flávia Mayra dos Santos¹⁵

Simone Guimarães Teixeira Souto¹⁶

Laudileyde Rocha Mota¹⁷

Resumo: Introdução: A solidão transcende a mera ausência de interação social manifestando-se, mesmo em contextos de convivência. Isso se dá, especialmente, quando as relações estabelecidas carecem de profundidade ou satisfação. No ambiente universitário, essa realidade torna-se particularmente evidente. Objetivo: Identificar os níveis de solidão entre os universitários. Materiais e métodos: Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa, voltado à análise objetiva dos dados coletados. As informações foram coletadas por meio de um questionário, gerando dados numéricos. O estudo foi conduzido no centro universitário FASI/FUNORTE e o público-alvo foram os alunos dos cursos oferecidos por essas instituições, totalizando 3.780. Desse total, 265 foram acadêmicos selecionados aleatoriamente. As faculdades FASI e FUNORTE autorizaram a coleta de dados através da assinatura do TCI e os participantes foram esclarecidos sobre as metas e garantias de sigilo, dando seu consentimento através do TCLE. Conclusão: Foi possível afirmar que o objetivo foi plenamente alcançado diante os dados obtidos durante a pesquisa e comprovado pelo número de 99,6% de universitários que se sentem só, o que se configura um número alarmante e preocupante no contexto em questão.

Palavras-chave: Solidão. Saúde mental. Universitários. Solidão em jovens.

Abstract: Introduction: Loneliness transcends the mere absence of social interaction, manifesting

14 Universidade Estadual de Montes Claros

15 Centro Universitário do Norte de Minas Gerais.

16 Universidade Estadual de Montes Claros

17 Faculdade Santo Agostinho



itself even in contexts of coexistence, especially when the relationships established lack depth or satisfaction in the university environment, this reality becomes particularly evident. Objective: to identify the levels of loneliness among university students. Materials and methods: This is a descriptive study, with a quantitative approach, aimed at the objective analysis of the collected data. The information was collected through a questionnaire, generating numerical data. The study was conducted at the FASI/FUNORTE university center. The target audience was students of the courses offered by these institutions, totaling 3,780. Of this total, 265 were randomly selected academics. The FASI and FUNORTE faculties authorized the collection of data through the signing of the TCI and the participants were informed about the goals and guarantees of confidentiality, giving their consent through the TCLE. Conclusion: It was possible to affirm that the objective was fully achieved in view of the data obtained during the research and proven by the number of 99.6% of university students who feel alone, an alarming and worrying number.

Keywords: Loneliness. Mental health. College students.

INTRODUÇÃO

A solidão transcende a mera ausência de interação social, caracterizando-se como uma condição de isolamento mesmo em contextos de convivência, especialmente quando as relações estabelecidas carecem de profundidade ou satisfação. No ambiente universitário essa realidade torna-se particularmente evidente (BARROSO; SOUSA; ROSENDO, 2023).

O ingresso na universidade representa um marco significativo na busca por autonomia. Contudo, essa fase é frequentemente acompanhada por intensa pressão emocional, insegurança e flutuações na autoestima (VIEIRA, 2024). O acúmulo de cansaço ao longo da trajetória estudantil pode gerar frustrações em relação aos planos pessoais e profissionais, levando ao isolamento e comprometendo o desempenho acadêmico. Essa condição propicia o surgimento de sentimentos de



solidão, pensamentos negativos, alterações de humor e exaustão (MACEDO, 2023).

Estudos indicam que problemas de saúde mental impactam diretamente o processo de aprendizagem, pois cada transtorno tem sua própria característica afetando de inúmeras maneiras o aprendizado de cada estudante (VISTA, 2024). Além disso, há evidências de que tais transtornos podem afetar negativamente os relacionamentos familiares, dificultando a construção de vínculos afetivos em um momento que é decisivo na vida acadêmica (LEITE et al., 2024).

Devido à sua vulnerabilidade, os universitários mostram-se mais propensos a enfrentar problemas psicológicos, o que pode acarretar, a longo prazo, em adultos infelizes, emocionalmente distantes e com dificuldades em manter relações significativas. Com o tempo, esse afastamento estende-se a aspectos fundamentais do bem-estar, como a convivência familiar, as amizades e até a espiritualidade (SILVA et al., 2021)

Apesar de frequentemente associada a aspectos negativos, a solidão também pode apresentar um viés positivo. Ela oferece a oportunidade de cultivar a autonomia, permitindo que o indivíduo tome decisões baseadas em seus próprios valores e necessidades, de acordo com o que considera mais adequado para si no momento (KUETE, 2024).

Nos últimos tempos a solidão vem aumentando de forma significativa e impactando negativamente a vida estudantil (BARROSO; SOUSA; ROSENDO, 2023). Com isso é necessário criar estratégias de intervenções para identificar os níveis de solidão entre os universitários, que é um tema frequentemente negligenciado pelas instituições de ensino superior, apesar de sua crescente relevância no contexto acadêmico contemporâneo. Esse fenômeno, muitas vezes invisível, impacta diretamente na saúde mental e no desempenho dos estudantes, contribuindo para jornadas acadêmicas marcadas por conflitos emocionais, dificuldades de adaptação e exaustão. Esse estudo busca contribuir com a literatura científica sobre o tema, dando visibilidade para uma realidade silenciada e teve como objetivo identificar os níveis de solidão entre os universitários.



MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem quantitativa, voltado à análise objetiva dos dados coletados. O estudo foi conduzido no centro universitário FASI/FUNORTE. O público-alvo foram os acadêmicos dos cursos oferecidos por essas instituições, totalizando 3.780. Desse total, 265 foram acadêmicos selecionados aleatoriamente tendo como critérios de inclusão: universitários que se disponibilizarem a participar da pesquisa e estiverem devidamente matriculados na faculdade. Como critérios de exclusão: estudantes do primeiro semestre que ainda não possuem experiência adequada para avaliar e responder o questionário. As faculdades FASI e FUNORTE autorizaram a coleta de dados através da assinatura do TCI e os participantes foram esclarecidos sobre as metas e garantias de sigilo, dando seu consentimento através do TCLE.

Para a coleta de dados, utilizou-se um formulário elaborado na plataforma Google Forms, que continha dois instrumentos principais: um questionário sociodemográfico, com o objetivo de caracterizar o perfil dos participantes, e o questionário UCLA de solidão, criado por Daniel W. Russell, com o objetivo de avaliar os níveis de solidão entre estudantes universitários. Os dados obtidos foram posteriormente organizados e analisados com o auxílio do software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 20.0, permitindo a aplicação de análises descritivas e inferenciais conforme os objetivos do estudo. A investigação seguiu as diretrizes da Resolução no 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). O projeto de pesquisa foi submetido ao CEP e aprovado com o parecer 7.397.949 de 20 de fevereiro de 2025.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 265 acadêmicos dos cursos de arquitetura e urbanismo, biomedicina, direito, educação física, enfermagem, engenharia civil, engenharia mecânica, farmácia, fonoaudiologia, medicina veterinária, medicina veterinária, medicina, nutrição, odontologia e psicologia.



Tabela 1. Perfil sociodemográfico dos acadêmicos participantes do estudo (n = 265).

Variáveis	n	%
Faixa etária		
18 a 25 anos	200	75,5
26 ou mais	65	24,5
Sexo/gênero		
Feminino	216	81,5
Masculino	48	18,1
Outro	1	0,4
Situação conjugal		
Sem companheiro(a)	226	85,3
Com companheiro(a)	39	14,7
Renda		
Até 1 salário-mínimo	184	69,4
Mais de 1 salário-mínimo	81	30,6
Períodos do curso		
Iniciais (2º, 3º e 4º)	87	32,8
Intermediários (5º ao 8º)	98	37,0
Finais (9º ao 12º)	80	30,2
Trabalha?		
Sim	139	52,5
Não	93	35,1
Eventualmente	33	12,5
Possui religião?		
Não	23	8,7
Sim	242	91,3
Total	265	100

Fonte: dados da pesquisa, 2025.

Diante dados coletados durante a pesquisa é notório que a maioria dos respondentes possuem a faixa etária de idade entre 18 a 25 anos (75,5%), este resultado representa os perfis jovens de acadêmicos, é possível observar a predominância de mulheres (81,5%) em responder o questionário



esses dados mostram a propensão nacional de mulheres no ensino superior, conforme apontado pelo A grande parte (85,3%) dos estudantes entrevistados não possui um companheiro. Em relação salarial (69,4%) tem uma renda de até um salário-mínimo. Já quanto ao período do curso o maior número de respondentes está nos períodos intermediários, observa-se ainda (52,2%) possuem trabalho essas informações revelam os fatos de que muitos estudantes têm que conciliar os estudos e trabalho, o que pode impactar diretamente na sua saúde mental e conseqüentemente afetar o seu desempenho acadêmico, conforme discutido pelo o estudo de uma universidade federal do interior do norte8.E cerca de (91,3%) dos estudantes se apegam em algum tipo de Fé em busca de refúgio.

Tabela 2. Presença da solidão entre universitários participantes do estudo (n = 265).

Solidão	Frequência	Percentual
Ausente	1	0,4
Presente	264	99,6
Total	265	100,0

Fonte: dados da pesquisa, 2025.

Esse resultado de (99,6%), indica uma elevada incidência de solidão entre os participantes da pesquisa.

Tabela 3. Presença de solidão segundo características sociodemográficas.

Variáveis	Solidão		P Valor
	Ausente	Presente	
Faixa etária			0,568
18 a 25 anos	1	199	
26 ou mais	0	65	
Sexo/gênero			0,892
Feminino	1	215	
Masculino	0	40	
Outro	0	1	



Situação conjugal			0,677
Sem companheiro(a)	1	225	
Com companheiro(a)	0	39	
Renda			0,506
Até 1 salário-mínimo	1	183	
Mais de 1 salário-mínimo	0	81	
Períodos do curso			0,313
Iniciais	0	87	
Intermediários	0	98	
Finais	1	79	
Trabalha?			0,634
Sim	1	138	
Não	0	93	
Eventualmente	0	33	
Possui religião?			0,757
Sim	1	241	
Não	0	23	
Total		265	

Fonte: dados da pesquisa, 2025

A pesquisa indicou uma prevalência extremamente alta de solidão entre estudantes universitários, com 99,6% relatando sentimentos de solidão, número muito superior ao de outros estudos brasileiros.

DISCUSSÃO

Os dados deste estudo revelam uma realidade preocupante: 99,6% dos universitários participantes referem se sentir solitários. Estes fatores reforçam que a solidão está amplamente presente no cotidiano acadêmico, mostrando que a realidade muitas vezes é negligenciada por estas instituições. Este valor supera os resultados de pesquisas como a realizada em 2020 (OLIVEIRA; BARROSO, 2020), que detectaram níveis consideráveis de solidão em aproximadamente 76,5% dos



estudantes universitários. Entretanto, muitos estudantes que apresentam este sentimento revelam diversos efeitos negativos.

Por exemplo, um estudo com 268 universitários de Minas Gerais constatou que 60,82% tinham níveis mínimos de solidão, enquanto os demais apresentavam níveis leves a intensos, e outro com 574 estudantes revelou que 53% possuem solidão, mostrando que uma parcela significativa da amostra enfrentava níveis mais elevados de solidão. Esse ponto reforça o estudo realizado em 2023 (LEITE et al., 2024), que encontrou um grande número de solidão em cerca de 46,7% universitários. Desta forma este número só cresce durante o passar do tempo, e essa solidão pode se desenvolver outros transtornos relacionados com a saúde mental destes estudantes.

A predominância das mulheres nesta pesquisa não é tão surpreendente uma vez que de acordo com os dados do IBGE em 2019 (PNS, 2019), mulheres tendem a procurar mais apoio em questões relacionadas à saúde mental. Justificando então a maior participação das mulheres em responder a pesquisa, entretanto, a ausência de uma conexão estatisticamente significativa entre sexo/gênero e solidão, sugere que essa sensação não se restringe a um determinado grupo, mas é uma experiência compartilhada no contexto universitário.

De maneira semelhante fatores como idade, estado civil, nível de renda, duração do curso, emprego e crenças religiosas não apontam associação relevantes com a presença de solidão. Estes resultados propõem que este sentimento deve ser visto como um fenômeno complexo que vai muito mais além que aspectos sociais e econômicas. Esta ademais associadas com ao estado emocionais e as vivências que os acadêmicos lidam no dia a dia.

CONCLUSÃO

O estudo teve como principal objetivo identificar os níveis de solidão entre os universitários, e foi possível afirmar que o objetivo foi plenamente alcançado diante os dados obtidos durante a pesquisa e comprovado pelo o número de 99,6% de universitários que se sentem só um número



alarmante e preocupante.

Esses dados confirmam a urgência de intervenções das próprias instituições de ensino, requerendo então atenção e ações destinadas a melhorar o bem-estar emocional e a formação de ambientes acadêmicos mais inclusivos. As universidades devem levar em consideração iniciativas que incentivem a socialização, providenciem apoio psicológico e abordem aspectos socioeconômicos que possam contribuir para diminuir o número de solidão entre os universitários.

Concluimos com esses resultados que as mulheres são mais suscetíveis a ter solidão por frequentemente desempenharem papéis de cuidadoras, aumentando assim sua carga emocional e a propensão ao isolamento, especialmente em contextos de maior pressão, como o acadêmico ou social. Elas são socialmente encorajadas a expressar emoções, incluindo vulnerabilidades, ao passo que os homens tendem a reprimir esses sentimentos devido às normas de masculinidade

REFERÊNCIAS

ALEXANDRINO, A. et al. Perfil sociodemográfico e acadêmico de estudantes universitários de uma universidade federal do interior do nordeste. *RENE*, v. 16, n. 2, p. 69–76, 24 fev. 2023.

BARROSO, Sabrina Martins; SOUSA, Arthur Afonso Silva e; ROSENDO, Leticia dos Santos. Impacto da solidão na qualidade de vida das universitárias de Minas Gerais. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 43, p. e243909, 2023.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). PNS 2019: sete em cada dez pessoas que procuram o mesmo serviço de saúde vão à rede pública. Agência de Notícias, 2020. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/28793-pns-2019-sete-em-cada-dez-pessoas-que-procuram-o-mesmo-servico-de-saude-vao-a-rede-publica>. Acesso em: 22 jan. 2026.

KUETE, Juvelos Djoumene. O efeito da solidão no sucesso acadêmico. *Cursus*, 2021. Disponível em: <https://cursus.edu/pt/28990/o-efeito-da-solidao-no-sucesso-academico>. Acesso em: 22 jan. 2026.



LEITE, Roberto Corrêa et al. Repercussões psicossociais do transtorno mental em adolescentes nas relações familiares: revisão de escopo. *Cogitare Enfermagem*, v. 29, p. e94004, 2024.

MACEDO, Shirley. Possibilidades de ações clínicas fenomenológicas em Psicologia frente à solidão entre universitários na contemporaneidade. *Amazônica - Revista de Psicopedagogia, Psicologia Escolar e Educação*, v. 2, p. 11-38, jul./dez. 2023.

OLIVEIRA, Nadyara Regina de; BARROSO, Sabrina Martins. Solidão, depressão e suporte social em estudantes de psicologia. *Revista Trabalho En(Cena)*, v. 5, n. 1, p. 146-162, 2020.

SILVA, Maria Eduarda Alves et al. Saúde mental dos estudantes universitários. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, v. 9, p. e6228, 2021.

VIEIRA, Anabela. A importância da saúde mental para os jovens universitários. *The Trends Hub*, n. 4, 2024.

VISTA do Adoecimento Mental, Antipsiquiatria e Antidiagnóstico: Notas a Partir de Elso Arruda. *Revista de Psicologia da UERJ*, v.11, n.1, p.100-110, 2022. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/68659/42663>. Acesso em: 22 jan. 2026.

