

O PREÇO DO SUCESSO: AS MULTIPLAS JORNADAS DO UNIVERSITÁRIO-TRABALHADOR-MEMBRO DE EMPRESA JUNIOR

Fabiana Botelho Caldas^{id1}, *Ronaldo Gomes-Souza*^{id2}

Júlio César Pinto de Souza^{id3} e *Ana Claudia Leal Vasconcelos*^{id4}

Resumo

Ser estudante universitário que trabalha envolve superar desafios diáridos ligados à neutralização de déficits e desigualdades de oportunidade. As Empresas Júniores no ensino superior surgem para aprimorar os conhecimentos teórico-metodológicos adquiridos durante o curso. Estudantes que trabalham e participam dessas empresas se esforçam para desempenhar vários papéis em busca do sucesso profissional futuro, aceitando a sobrecarga, diminuindo a qualidade de vida e alterando o equilíbrio da saúde mental. O objetivo do estudo é caracterizar os processos de saúde mental, centralizado nesses três papéis, a saber: (1) universitários que (2) trabalham (formal ou informalmente) e que são (3) membros de Empresa Júnior. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas com 13 participantes de quatro regiões do país. Para a análise dos dados utilizou-se o Software IRAMUTEQUE. Os resultados apontaram que a nova dinâmica desencadeada pela pandemia acabou gerando uma nova forma na distribuição de tempo, mais flexível, por conta das atividades remotas, que ora são percebidas como positivas, ora difíceis. A busca pelo aperfeiçoamento profissional é tida como positiva pelos entrevistados, apesar do desgaste causado. Conclui-se que os fatores que impactaram negativamente na saúde mental dos participantes, dentre outros prejuízos psicossociais, advêm da aderência de um modelo neoliberal de alta performance e meritocracia, somado às dinâmicas impostas pelo isolamento social na pandemia.

Palavras-chave: Estudante universitário; saúde mental; trabalho; empresa júnior.

THE PRICE OF SUCCESS: THE MULTIPLE JOURNEYS OF THE UNIVERSITY STUDENT-WORKER-JUNIOR COMPANY MEMBER

Abstract

Being a working university student involves overcoming daily challenges related to neutralizing deficits and inequalities of opportunity. Junior Enterprises in

¹Mestre em Psicologia pela Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Psicóloga e docente no curso de Psicologia da Faculdade Santa Teresa. Manaus, Amazonas, Brasil. E-mail: fabiana.caldas@faculdadesantateresa.edu.br

²Doutor em Psicologia pela Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Psicólogo, Professor/extensionista/cientista. Manaus, Amazonas, Brasil. E-mail: ronaldopsicologo@ufam.edu.br

³Doutorando e Mestre em Psicologia pela Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Psicólogo e Docente do Instituto Metropolitano de Ensino (IME). Manaus, Amazonas, Brasil. E-mail: julio.souza@fametro.edu.br

⁴Doutora em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Psicóloga e docente da Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Amazonas, Brasil. E-mail: anaclealv@ufam.edu.br



higher education emerge to enhance the theoretical and methodological knowledge acquired during the course. Students who work and participate in these companies strive to perform various roles in pursuit of future professional success, accepting overload, decreasing quality of life, and altering the balance of mental health. The objective of this study is to characterize mental health processes, centered on these three roles, namely: (1) university students who (2) work (formally or informally) and who are (3) members of a Junior Enterprise. Semi-structured interviews were conducted with 13 participants from four regions of the country. The IRAMUTEQUE software was used for data analysis. The results indicated that the new dynamics triggered by the pandemic ended up generating a new, more flexible way of distributing time, due to remote activities, which are sometimes perceived as positive and sometimes as difficult. The pursuit of professional improvement is considered positive by the interviewees, despite the strain caused. It is concluded that the factors that negatively impacted the participants' mental health, among other psychosocial harms, stem from adherence to a neoliberal model of high performance and meritocracy, coupled with the dynamics imposed by social isolation during the pandemic.

Keywords: university student; mental health; work; junior enterprise.

EL PRECIO DEL ÉXITO: LOS MÚLTIPLES ROLES DEL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO-TRABAJADOR-MIEMBRO DE UNA EMPRESA JUNIOR

Resumen

Ser estudiante universitario y trabajar implica superar desafíos diarios relacionados con la neutralidad de carencias y desigualdades de oportunidades. Las Empresas Junior en la educación superior surgen para reforzar el conocimiento teórico y metodológico adquirido durante los estudios. Los estudiantes que trabajan y participan en estas empresas se esfuerzan por desempeñar diversos roles en busca del éxito profesional futuro, aceptando la sobrecarga laboral, la disminución de la calidad de vida y el deterioro de su salud mental. El objetivo de este estudio es caracterizar los procesos de salud mental centrados en estos tres roles: (1) estudiantes universitarios que (2) trabajan (formal o informalmente) y que (3) son miembros de una Empresa Junior. Se realizaron entrevistas semiestructuradas a 13 participantes de cuatro regiones del país. Se utilizó el software IRAMUTEQUE para el análisis de datos. Los resultados indicaron que la nueva dinámica generada por la pandemia dio lugar a una forma más flexible de distribuir el tiempo, debido a las actividades a distancia, que en ocasiones se perciben como positivas y en otras como difíciles. La búsqueda del desarrollo profesional se considera positiva por los entrevistados, a pesar del estrés que conlleva. Se concluye que los factores que afectaron negativamente la salud mental de los participantes, entre otros daños psicosociales, provienen de la adhesión a un modelo neoliberal de alto



rendimiento y meritocracia, junto con la dinámica impuesta por el aislamiento social durante la pandemia.

Palabras clave: estudiante universitario; salud mental; trabajo; empresa junior.

1. Introdução

O trabalho remoto, especialmente no contexto pandêmico, revelou diversas problemáticas relacionadas às condições de trabalho, à ampliação da jornada laboral, à qualidade e ao ritmo das atividades, à ausência de contato interpessoal e à sobrecarga de tarefas (Araújo; Lua, 2021; Monteiro; Souza, 2020). No cenário nacional, em termos socioeconômicos, pesquisas com 45.161 participantes indicaram que 55,1% relataram diminuição da renda familiar, 7% ficaram sem rendimento e 25,8% perderam o emprego — sendo os trabalhadores informais os mais afetados (50,6%) (Almeida *et al.* 2020). No contexto acadêmico, de acordo com Oliveira *et al.* (2020), a suspensão das atividades escolares presenciais e a adaptação a novas metodologias de ensino-aprendizagem, em momentos de instabilidade e incerteza que foi a pandemia, favorecem o desenvolvimento de transtornos psicológicos. Os esforços para reduzir a propagação do vírus da COVID-19 entre as populações mais jovens e adultas resultaram no fechamento generalizado de escolas, universidades e outras instituições de ensino em mais de 150 países, afetando cerca de 80% da população estudantil do mundo (Sahu, 2020).

Assim, reconfigurações das condições estudantis e organizacionais foram inevitáveis. No caso dos universitários, além de estudar dentro das mudanças do contexto pandêmico, muitos deles também precisaram trabalhar para adquirir experiência, mesmo em áreas distintas da formação do curso, por considerar a Universidade uma oportunidade de ascensão social, financeira e de ingresso no mercado de trabalho e, consequentemente, se destacar em diferentes dimensões da vida. Para esses estudantes, o trabalho constitui, simultaneamente, fonte de sustento, espaço de aperfeiçoamento profissional e novos sentidos para a existência e resistência (Cardoso; Sampaio, 1994; Dantas; Silva, 2017; Pedroso *et al.*, 2022; Freitas; Albarell, 2024).

Pesquisas realizadas no contexto brasileiro apontam que a gênese da decisão de ingresso no Ensino Superior surge a partir das motivações profissionais (evolução para um cargo superior), econômicas (obtenção de um salário superior), pessoais (obtenção de um diploma) e/ou sociais (reconhecimento social pelo feito) (Pereira, 2009; Pereira, 2017). Durante a formação acadêmica, os estudantes participam de atividades de ensino, pesquisa e extensão, destacando-se, entre elas, as Empresas Juniores (EJs).

As EJs foram criadas com intuito de promover a capacitação profissional e preparar os estudantes para o mercado de trabalho. Entretanto, essas organizações se tornaram ambientes altamente exigentes, demandando de seus membros níveis de comprometimento e produtividade semelhantes aos de



empresas privadas. As empresas juniores são avaliadas pela quantidade e qualidade dos produtos e serviços oferecidos, exigindo dedicação desde a concepção dos projetos à captação de clientes. Apesar do trabalho intenso, as EJs têm um alto engajamento de seus membros com o desenvolvimento de atividades e a participação em eventos e cursos. Tal configuração, somada às singularidades pandêmicas, expõe os indivíduos a condições de trabalho potencialmente geradoras de sobrecarga e prejuízos à saúde mental, em virtude do aumento das horas de dedicação, da multiplicidade de funções e da redução do convívio social.

Há, portanto, uma dinâmica complexa entre estudar, trabalhar e integrar uma EJ, uma vez que esses papéis interferem reciprocamente nas formas de sentir, pensar e agir dos sujeitos. O modo como esses indivíduos conciliam estes papéis também influência sobre as suas condições de saúde, mais especificamente a saúde mental, compreendida por Monteiro *et al.* (2022) e Freitas e Albarell (2024) como um estado dinâmico e contraditório, em que o sujeito busca equilibrar suas demandas por meio de estratégias que harmonizem aspectos sociais, históricos e culturais, exercendo autonomia e expressando sua subjetividade e cidadania nos diferentes espaços em que atua.

Sob uma perspectiva ampliada de saúde que vai além dos fatores individuais, Santos (2011) e Souza e Sawaia (2016) contribuem ao complementar e destacar aspectos ético-políticos como essenciais para mobilização e organização social, contrastando a uma visão mais tradicional, unilateral e biologicista. Assim, verifica-se que a saúde mental vai além do nível individual e/ou uma matriz de normalidade, alcançando dimensões político-econômicas, psicossociais, históricas e culturais que promovam autonomia dos sujeitos, na busca e desenvolvimento de oportunidades e qualidade de vida (Monteiro *et al.*, 2022).

Ser estudante, trabalhador e integrante de uma EJ implica enfrentar múltiplas demandas e papéis que incidem sobre a saúde mental e o equilíbrio entre vida pessoal, acadêmica e profissional. Entretanto, os estudos ainda são a melhor forma de conseguir melhores condições de trabalho e financeiras, fazendo com que grande parte dos trabalhadores vejam nas Universidades uma forma de crescimento profissional ou mudança de carreira (Cardoso; Sampaio, 1994; Dantas; Silva, 2017; Pedroso *et al.*, 2022).

Este artigo, derivado de uma dissertação de mestrado, realizado em uma Universidade pública na região Norte, tem como objetivo caracterizar os processos de saúde mental, centralizado em 3 papéis específicos: (1) dos universitários que (2) trabalham e que são (3) membros de EJ. Esta investigação, adotando um posicionamento mais crítico e reflexivo, partiu da premissa de que, em busca de um futuro promissor, esses estudantes submetem-se a um intenso desgaste, sacrificando o equilíbrio emocional e a qualidade de vida em prol da competitividade e do reconhecimento profissional.



2. Fundamentação teórica

A configuração do ensino superior brasileiro tem se transformado, deixando de ser um espaço exclusivo das elites para se tornar uma arena de busca por mobilidade social. Essa mudança é atravessada por uma lógica de mercado influenciada pelo neoliberalismo, que enquadra a educação como um investimento em "capital humano" (Vieira, 2014), cujo retorno é medido em renda e prestígio. Nesse cenário, emerge a figura do "empreendedor de si" (Brito, 2021), um sujeito instado a gerenciar sua própria trajetória e a se moldar constantemente às exigências do mercado de trabalho (Sennett, 2009).

Essa nova dinâmica impulsiona o crescimento de um perfil específico de discente: o trabalhador-estudante. A presença de universitários que acumulam atividades acadêmicas e laborais é uma realidade cada vez mais comum (Cardozo; Sampaio, 1994), com motivações diversas que vão desde a necessidade de subsistência financeira até a busca por desenvolvimento profissional (Hall, 2010). Essas experiências são fundamentais na constituição da subjetividade do indivíduo, que é marcada de forma dinâmica pelas diferentes posições que ele ocupa em sua vida cotidiana (González Rey, 2009). Essa dupla jornada, no entanto, não encontra amparo legal específico no Brasil, que, ao contrário de países como Portugal, que garanta atender as especificidades de quem trabalha e estuda o que suscita problemas como a sobrecarga de atividades a ser realizada ao longo do dia por estes trabalhadores e o baixo desempenho em uma ou em ambas as atividades desenvolvidas. não possui leis que garantam direitos ou flexibilizações para esses estudantes.

É nesse contexto de busca por experiência prática e diferencial competitivo que as EJs ganham destaque. Organizadas como associações civis sem fins lucrativos e geridas por estudantes (Matos, 1997; Brasil Junior, 2015), as EJs aliam a teoria à prática, bem como a colaboração no desenvolvimento da carreira profissional de seus egressos. Embora não visem lucro, as EJs fomentam um conjunto significativo de habilidades em seus membros. As atividades promovem o espírito de liderança, o crescimento pessoal e características empreendedoras, além de construir novos conhecimentos e facilitar o ingresso no mercado de trabalho (Bervanger; Visentini, 2016).

A expansão do Movimento EJ no Brasil, com mais de 1.500 EJs ativas (Brasil Junior, 2021), evidencia como a educação empreendedora transcendeu a sala de aula. Esse cenário preparatório para o mercado de trabalho assume a função de uma experiência profissional, e se mostra de alto aproveitamento para a preparação dos alunos pelo fato de complementar o ensino das salas de aula e auxiliar a inclusão do aluno no mercado de trabalho, ampliando os seus conhecimentos técnicos e profissionais (Neto *et al.*, 2004).

Contudo, a articulação entre trabalho e estudo, seja em EJs ou em empregos formais, impõe desafios significativos. A vivência dessa dupla jornada pode ser tanto uma fonte de oportunidades quanto de intenso sofrimento psíquico. A pandemia de COVID-19, com a imposição do ensino remoto e do isolamento social, intensificou essa tensão, agravando as cargas de trabalho e impactando diretamente a saúde mental dos estudantes desencadeando



transtornos de ansiedade, estresse e depressão (Tang *et al.*, 2020; Gundim *et al.*, 2021). Diante desse cenário, muitos universitários passaram a encarar o sofrimento como um "sacrifício necessário" que acaba sendo um dos fatores que embasam a persistência mesmo sob as condições desfavoráveis das quais os trabalhadores-estudantes são submetidos (Dantas; Silva, 2017).

Essa realidade exige uma reflexão aprofundada sobre o conceito de saúde. Para além da definição tradicional de saúde mental como um bem-estar biopsicossocial, é fundamental compreendê-la a partir de uma dimensão ético-política (Freitas; Albarell, 2024). Nessa perspectiva, saúde deixa de ter uma visão unicamente biológica e de condições materiais para uma dimensão de condições sociais que aparece na forma de sentimento de ser sujeito da ação, aquele que muda seu ambiente e sua condição de vida (Souza; Sawaia, 2016). Ainda sobre essa perspectiva, Pereira (2009) argumenta que não dá para falar de saúde demarcando apenas a ausência de doença, demarcando apenas condições biológicas de vida, porque ter potência para lutar em momentos de dificuldade é ter saúde. Portanto, para promover a saúde integral e a autonomia, é essencial analisar criticamente tanto as condições objetivas quanto as experiências subjetivas que constituem o dia a dia dos trabalhadores-estudantes no contexto universitário atual.

3. Metodologia

Este é um estudo descritivo de corte transversal com abordagem qualitativa. Os critérios de inclusão utilizados foram: ser membro de EJ nos últimos 4 anos por tempo mínimo de 6 meses, estudante regularmente matriculado em ensino superior, maior de 18 anos, exercendo atividade profissional formal ou informal durante o exercício de suas atividades na EJ. Os critérios de exclusão foram: comprometimento psicológico ou estar sob efeito de substâncias lícitas ou ilícitas durante o desenvolvimento da pesquisa de modo a comprometer seu desempenho e a validade das questões apresentadas. Foram conduzidas 13 entrevistas com membros 8 EJs de diferentes estados de 4 regiões do Brasil, durante um período de 3 meses. Sob o regime de trabalho dos 13 entrevistados, 77% deles realizaram estágios remunerados ou não; 8% é CLT (Consolidação das Leis do Trabalho) e 15% outro (trabalho informal diverso). Apesar do estágio não ser uma atividade reconhecida enquanto vínculo empregatício, assim como as singularidades do trabalho informal, nosso interesse era a atividade de trabalho que eles exerciam ao conciliar EJ e estudos. Neste sentido, consideramos as atividades de estágio enquanto trabalho, uma vez que eles cumpriam uma carga horário para dar suporte profissional, enquanto estudantes, em instituições privadas e públicas, usando seus conhecimentos e transformando o espaço que atuavam (Monteiro *et al.*, 2022). Sobre a distribuição dos participantes número (ordem da entrevista), sexo (F - feminino; M - masculino), curso e estado/região, estão distribuídos no quadro a seguir.



Quadro 1. Características dos participantes.

ENTREVISTADO	SEXO	CURSO	ESTADO	REGIÃO
1	F	Arquitetura e Urbanismo	GO	Centro-oeste
2	F	Administração	AM	Norte
3	F	Agronomia	AM	Norte
4	M	Agronomia	ES	Sudeste
5	M	Engenharia Elétrica	PE	Nordeste
6	F	Arquitetura e Urbanismo	GO	Centro-oeste
7	M	Engenharia de Alimentos	TO	Norte
8	F	Economia	SP	Sudeste
9	F	Engenharia Elétrica	PE	Nordeste
10	M	Engenharia Elétrica	PE	Nordeste
11	F	Direito	MG	Sudeste
12	M	Publicidade e Propaganda	MG	Sudeste
13	F	Moda	GO	Centro-oeste

Fonte: Autores (2025).

A coleta de dados deu-se através de entrevista individual semiestruturada, todas de forma remota. Os eixos das questões gravitaram nas vivências diversas deles na tripla jornada (estudar, trabalhar e atuar na EJ), pandemia e saúde mental. Para suporte na análise dos dados neste trabalho foi usado o *Software Iramuteq* que permite a sistematização e produção de conhecimento no manejo de grandes volumes de dados textuais.

O software oferece um amplo número de ferramentas para a análise de dados qualitativos com base na estatística textual ou lexicometria. A análise lexical segundo Camargo e Justo (2014), se vale de cálculos efetuados sobre ocorrências de palavras em segmentos de texto. No guia para uso do *Software* as autoras elucidam que na análise de conteúdo, tradicionalmente usada nas pesquisas qualitativas, dá-se primeiro a interpretação e depois a sistematização dos dados, na análise lexical o caminho é inverso: primeiro os dados textuais são sistematizados a partir da identificação e organização do seu vocabulário para depois serem interpretados.

Para que as narrativas fossem analisadas pelo *software* as entrevistas precisaram ser transcritas e tratadas de acordo com as orientações referente a construção do corpus descritas no manual (Camargo; Justo, 2014). O corpus foi construído de maneira monotemática e nomes de instituições e pessoas foram mudados para o resguardo das identidades. No Quadro 1 é apresentado os dados estatísticos do texto analisado.



Quadro 2. Características do *corpus* de texto inserido no *software* IRAMUTEQ

ESPECIFICAÇÕES	QUANTIDADE
Número de Textos	13
Número de Segmentos de texto	1416
Número de formas	4497
Número de Ocorrências	50929
Retenção de Segmentos de texto	97,10%

Fonte: Autores (2025).

O *corpus* textual foi submetido a Classificação Hierárquica Descendente (CHD - Método de Reinert) com o intuito de determinar as classes de discursos com seus respectivos vocábulos, representados em um dendograma de classes, onde permite-se obter uma classificação estável em que os segmentos de texto são distribuídos em classes lexicais homogêneas segundo o vocabulário utilizado (Nascimento; Menandro, 2006). Por meio dela, foi possível compreender quais são os grandes temas (ou categorias) que os participantes mencionam em suas narrativas acerca da temática.

As análises do tipo CHD para serem úteis à classificação de qualquer material textual, requerem uma retenção mínima de 75% dos segmentos de texto segundo (Camargo; Justo, 2014). O *corpus* da atual pesquisa teve um aproveitamento de 97,10% dos segmentos de texto. Foram selecionadas as palavras de acordo com seu percentual de ocorrência e coerência na construção da temática.

A primeira análise feita no *software* foi a classificação das classes dos discursos. As classes de palavras serão analisadas a seguir, e foram subdivididas pelo IRAMUTEQ de 1 a 6 ilustrada na Tabela 1. As classes foram nomeadas pela autora conforme suas temáticas e suas análise será organizada de acordo com a proximidade dos temas.

Tabela 1. Classificação do Corpus em Classes.

CLASSE	ANÁLISE LEXICOGRÁFICA				
	PALAVRAS	%	X ²	EFF. TOTAL	
1. Vivência e reprodução da cultura organizacional do movimento empresa júnior (21,53%)	Proporcionar	100	29,33	8	
	Aprender	54,9	34,92	51	
	Ajudar	77,78	16,97	14	
	Ouvir	70	14,01	10	
	Perder	50	12,72	26	
	Sozinho	66,67	18,29	15	
2. Aspectos emocionais e afetivos relativos ao contexto de trabalhar, estudar e ser membro de EJs (11,8%)	Sentir	66,17	17,33	6	
	Pensar	44,88	28,68	34	
	Melhorar	66,17	17,33	6	
	Sobrecarregar	66,67	8,64	3	



3. Ações referente a gestão de atividades e tempo (27,6%)	Chateado	83,33	29,45	5
	Complicado	28,57	7,64	28
	Ansioso	60	11,13	5
	Horário	84,09	72,44	55
	Casa	83,72	69,82	43
	Aula	78,26	60,99	46
	Faculdade	54,62	52,25	130
	Estágio	54,37	39,79	103
	Reunião	60	30,01	55
	Flexível	77,78	11,39	9
4. Aprendizado e aplicação de Habilidades técnicas (14,25%)	Projeto	37,19	57,01	121
	Prático	80	90,05	25
	Pesquisa	40	11,01	20
	Trabalhar	21,57	4,82	102

Fonte: Autores (2025).

4. Resultados e discussões

A classe 1: “Vivência e reprodução da cultura organizacional do Movimento Empresa Júnior (MEJ)” representou 21,53% dos dados textuais analisados e revelou elementos característicos da cultura das EJs representadas nas palavras: proporcionar, aprender, ajudar, ouvir, perder, sozinho.

O verbo ouvir está associado a uma habilidade desenvolvida pelos empresários relativa a gestão de suas equipes como uma forma de lideranças mais flexível e acessível.

[...] aprender a ouvir todo mundo a ser mais empática eu acho que a empatia me ajudou muito foi uma vantagem a mais porque quando eu vi que a pessoa não estava conseguindo cumprir uma demanda eu ia atrás dela e perguntava se estava tudo bem se eu podia fazer alguma coisa (Entrevistada 11, direito).

[...] eu aprendi muito por mais que eu fique ansiosa e eu aprendi também muito o autocontrole de saber ouvir mais as pessoas porque eu sempre fui cabeça dura e lá você tem que lidar com diversas opiniões (Entrevistada 9, engenharia elétrica).

Quanto ao verbo perder, ele está ligado a perdas ligadas ao período pandêmico onde houve mudanças significativas na disposição da rotina das EJs.

[...] olha o principal que eu considero foi a perca do contato físico ali o contato humano ficou muito mecanizado eu acho que um certo modo (Entrevistado 12, publicidade e propaganda).

As falas remetem um reconhecimento de fenômenos sobre saúde mental nas relações interpessoais que os participantes relatam ao desempenharem uma tripla jornada (estudar, trabalhar e atuar na EJ), seja no manejo para lidar com possíveis fontes de sofrimento, seja a necessidade de reflexão, organização pessoal e/ou suporte e contato com o outro. Pesquisas sobre o efeito do



isolamento social no contexto organizacional Gondim e Borges (2020) e Putro e Setyo (2020) apontam que é visto como uma grande desvantagem de se trabalhar em casa a ausência de contato direto com colegas, exclusão de situações de convívio (café, pequenas reuniões, conversas casuais), reconhecidas por reduzir a preocupação e melhorar desempenho, sensação de isolamento, solidão e alienação; ausência de apoio social e ajuda no trabalho; frustração e sentimentos de isolamento profissional.

O vocabulário típico da classe 3 identificada como: ações referentes a gestão de atividades e tempo permitiu a contextualização das necessidades de ações referente a gestão tempo e atividades, responsável por 27,64 % dos segmentos de texto analisados no âmbito do corpus. As palavras “horário, casa, aula, faculdade, estágio, reunião e flexível” denotam as principais obrigações dos entrevistados estudados e os espaços onde essas atividades são realizadas perpassando por um contexto importante que é explicitado pelo adjetivo “flexível” que foi uma característica marcante no desenvolvimento das atividades organizacionais de estágio dos entrevistados.

A palavra “horário” remete-se a grande atenção ao tempo gasto nas atividades e sua necessidade de organização. As EJs entram na rotina dos entrevistados como mais uma área de grande pressão para o cumprimento de suas demandas.

Quando eu estou na faculdade às vezes eu saio de uma aula e vou pra empresa nem assisto a aula, não vou mentir, enfim acaba se misturando por estar muito próximo às vezes eu decido estudar porque eu vou fazer uma atividade, mas é meio que é aquele bombeiro, saí apagando fogo (Entrevistada 9, engenharia elétrica).

A fala da participante ilustra um contexto de sobrecarga inevitável ao assumir a tripla jornada, impactando tanto na qualidade e compromisso com os trabalhos acadêmicos e/ou profissionais, quanto no sentimento de impotência, mal-estar e baixa autoestima, indagando questões sobre o sentido do trabalho e saúde mental e, consequentemente, sobre o preço de um suposto sucesso para se sentir valorizado, reconhecido e todo investimento em um futuro incerto, atravessado e ameaçado por desafios pandêmicos (Monteiro et al., 2022). Conciliar as atividades, então, torna-se, então, em novas camadas que atravessam e constituem o desempenho acadêmico e também as dimensões pessoal e profissionais ao ter que lidar com demandas diversas que se sobrepõem sem ter como adotar estratégias mais preventivas e saudáveis.

Em uma pesquisa com EJs, Araújo (2017) relatou muitos atrasos em cursos, trancamento de disciplinas e faltas em aulas para que o trabalho na EJ fosse executado. Outra pesquisa apontou que para alguns empresários a intensa dedicação, às vezes, prejudica seu desempenho em sala de aula, pois o excesso de investimento de energia em sua participação no MEJ os obriga a priorizar algumas atividades, não sendo possível conciliar diferentes responsabilidades ao mesmo tempo (Palassi; Martinelli; Paula, 2020).



Por outro lado, uma característica importante do grupo pesquisado foi referente a esta flexibilidade de horário e a oportunidade de realização de atividades de estágio de forma remota. Isto possibilitou um afrouxamento na disposição de tempo de dedicação para as atividades desempenhadas, no entanto, a falta de limites também acarretou problemas como o excesso de horas dedicadas tanto à empresa quanto à EJ. Umas das singularidades da reconfiguração da rotina mediada pelas Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC) devido à pandemia, que se desdobra nas reflexões sobre o preço do sucesso ao se convencer que é preciso se ajustar e agregar várias atividades para se destacar no mercado de trabalho e possuir um suposto futuro promissor, é parcialmente ilustrada na fala a seguir:

[...] é uma rotina que é puxada porque você praticamente precisa estar com o celular o tempo todo conversando as vezes por ligação e por vídeo chamada. Eu comentei que eu perdi dois ônibus porque eu estava numa vídeo chamada? (Entrevista 11, direito).

Essa narrativa nos remete à reflexão crítica da lógica produtivista neoliberal enquanto uma estratégia de existência e destaque, camufladas de meritocracias. Há uma espécie de banalização de esforço, dedicação, empenho e investimento na carreira profissional, mediada pela formação e atividades no curso superior, no qual os estudantes se veem pressionados a adesão em múltiplas atividades que devem ser performadas “a qualquer custo”, mesmo em um contexto pandêmico e mesmo que isso se resulte em outros prejuízos psicossociais, políticos, financeiros (Lima; Gomes-Souza, 2024; Monteiro et al., 2022).

Em contraponto da referida reflexão crítica, a temática sobre as dinâmicas da educação instrumental e a influência em ser um estudante que trabalha é composta pela classe 4 que é definida como aprendizado e aplicação de habilidades técnicas destes estudantes que trabalham e traz as palavras projeto, prático, ensino, pesquisa, seguir, trabalhar. As palavras pesquisar e projeto são vistas nos exercícios dos cargos. Dentro das EJs seus membros são inseridos em situações complexas que envolvem a mobilização de múltiplas habilidades para lidar com os desafios que precisam ser enfrentados, visto que, apesar de ainda estarem aprendendo, eles são cobrados como gestores de uma empresa normal. O verbo trabalhar e prática, inserido na classe 4, expressa essa característica prática-técnica da EJ que é vista como muito agregadora pois traz o contato com situações de empresas a nível sênior.

Um fator relevante apontado na pesquisa de Oliveira, Santos e Dias (2016) com EJs diz que a participação em uma EJ causa um sentimento de pertencimento à categoria profissional na qual o universitário irá se enquadrar após finalizar a graduação, o que também promove a identificação com o curso e favorece sua permanência na IES. Outra pesquisa evidenciou que quanto mais os estudantes se sentem bem consigo e no ambiente universitário, mais se engajam emocionalmente nos estudos, o que estimula o desenvolvimento cognitivo e tem uma relação positiva com a saúde mental (Amaral; Trombini Frick, 2022).



[...] dentro da empresa júnior aprendi bastante principalmente relacionada à parte técnica quando você está na graduação você vê muita teoria e o grande benefício de você tá numa empresa júnior é que você alia isso a prática (Entrevistado 5, engenharia elétrica).

Mesmo que haja uma certa dificuldade de conscientização mais crítica de quão todo o esforço para manter os papéis na tripla jornada imposta pelo modelo neoliberal, há indícios positivos nas relações com a formação, seja no curso, seja na EJ, mas se apropriar de mais habilidades técnicas e interpessoais, impactando positivamente tanto a vida pessoal quanto profissional. Dessa forma, tal experiência integra a subjetividade dos sujeitos de certa forma a despertar neles um sentimento de pertença e mais poder para exercer suas cidadanias.

Outro ponto levantado pelos entrevistados é a oportunidade que as EJs dão em relação a poder errar e isso ser visto como uma oportunidade de aprendizado e que em uma empresa sênior seria visto com muito menos tolerância. Esse processo seria importante para o desenvolvimento de autonomia, confiança e mais segurança na hora de atuar no mercado de trabalho, conforme ilustra o entrevistado 7.

[...] dentro da empresa júnior você tem a possibilidade de fazer o que você quiser como também de errar aquilo que você pode pensar em errar. Então você entra com muito mais segurança, você entra com muito mais proatividade dentro do mercado de trabalho e você entra muito mais alinhado, sabe do seu valor, sabe do seu preço (Entrevistado 7, engenharia de alimentos).

A Classe 2 pontua sobre os aspectos emocionais e afetivos relativos ao contexto de trabalhar, estudar e ser membro de EJ que é representada pelas palavras: sentir, sobrecarregar, chateado, complicado e ansiedade. Um dos pontos relacionados ao verbo sentir é o aspecto das mudanças devido a pandemia e a sentir falta de casa, do convívio com família.

Eu diria pra pessoa se atentar à família sabe por que eu vejo uma questão que tem ficado bem prejudicada comigo é que eu quase não convivo com a minha família mais, eu vivo fora de casa estudo de manhã, trabalho à tarde, chego a noite tem reunião, então ter um olhar pra dar prioridade em algum momento, pelo menos uma vez na semana, de estar com a família (Entrevista 6, arquitetura).

A ansiedade começa a aparecer nos discursos como podendo ser associado a pandemia, neste caso relacionado ao cumprimento de metas.

É uma situação que também já tive um momento que eu não gosto de lembrar muito é que eu tive uma crise de ansiedade durante a aula [...] E eu fiquei muito mal porque o TM [nome de uma pessoa] estava me cobrando porque se a gente não subir no palco vai ser humilhante e eu fiquei muito mal. Eu tive uma crise porque o tempo estava acabando. Eu



chorei, minha professora de direito ambiental teve que me acolher tirar da sala me acalmar na hora (Entrevistada 11, direito).

Uma perspectiva de produtividade percebida dentro das EJs é a de que por meio da execução de mais (quantidade) e melhores (qualidade) projetos é que se formarão mais e melhores pessoas (Araújo, 2017; Lima, Gomes-Souza, 2024). Essa busca crescente por metas, execução de projetos pode ser um fator que favoreça o sofrimento dos estudantes-trabalhadores que atuam em EJ. Quando o estresse está ligado ao trabalho, atribui-se as pressões diárias do novo ambiente competitivo, digital e globalizado como fatores causadores do estresse associando as extensas jornadas, prazos e pressão pela produtividade (Griffin; Moorhead, 2016).

A palavra sobrecarregar está relacionada a situação de que os entrevistados acabam por uma má distribuição das atividades tendo um excesso de atividades a desempenhar. Consequentemente, essa sobrecarga acaba sendo um fator de vulnerabilidade a saúde mental deles.

[...] então fica muito difícil porque o trabalho não fica distribuído igualmente e muitas pessoas se sobrecarregam enquanto outras pessoas só estão ali para ser a cara da empresa não estão fazendo efetivamente nada. [...] então a diretoria se sobrecarregou ao extremo pra conseguir nós desabafávamos um com o outro no grupo do direct mesmo aquela coisa mais informal possível porque nós estávamos chegando num ponto de estresse muito grande de tipo eu e alguns outros da diretoria dormia 3 horas só por dia (Entrevistada 3, agronomia).

Essa fala vai ao encontro de recortes das falas de outros entrevistados sobre sobrecarga e sofrimento psíquico ao conciliarem suas atividades com estudos e trabalho e, principalmente, atuando na EJ, que eles acabam desenvolvendo estratégias mais individualistas, típicas do modelo político-econômico neoliberal vigente, impactando negativamente na saúde mental e em outras esferas da vida deles. Mesmo que as dinâmicas das EJs são mais pautadas em práticas que simulam organizações privadas, isso não impede de eles desenvolverem ou estimularem estratégias mais cooperativas e colaborativas. Quiçá isso também ocorre com eles devido a falta de treinamentos e suporte dos professores e das universidades para instruí-los sobre gestão e gerenciamento de pessoas em modelos mais contemporâneos e contra-hegemônicos, pautados na diversidade, inclusão e equidade, sem usufruir, necessária e obrigatoriamente a reprodução dos modelos tradicionais de se fazer e gerir negócios.

Os entrevistados também pontuam sobre a abdicação de horas de sono como integrante de modificações nas suas rotinas que acabam se desdobrando em prejuízos psicossociais.

Olha antes eu tinha visão que era crescimento. Que tudo que eu fiz ali, todo o estresse que eu passei, todo as noites de sono perdida



executando alguma uma demanda, era para o meu crescimento, mas hoje eu olho mais na parte eu precisava tirar tempo para mim porque eu me dediquei tanto eu perdi muita noite de sono cresci bastante, cresci, mas a qual custo (Entrevistado 12, publicidade e propaganda).

O cansaço e a falta de tempo livre para descanso são vistos como um aspecto que advém com as responsabilidades de exercer um cargo de gerenciamento dentro da EJ. E aqui, na fala do entrevistado 12, há indícios que houve um processo de reflexão sobre as consequências da atuação na tripla jornada. Adentramos, assim, em configurações paradoxais nas quais ao passo que as EJ promovem benefícios para a formação profissional que acabam repercutindo em benefícios para a vida pessoal, o preço final para tais benfeitorias de um suposto sucesso podem ser questionáveis ao ponto de se pensar até que ponto é significativo. Seguem as narrativas sobre a manifestação de algumas dessas consequências na vida deles.

Para mim a desvantagem é que é maçante. E é difícil, é complicado, tudo é jogado um pouco para cima de ti quando tu és diretor e eles esperam muito de ti e isso em certos momentos é muito cansativo (Entrevistada 3, agronomia).

A principal desvantagem acho que foi cabelo branco e eu estou com 23 anos isso não é normal não. Outra coisa é a falta de tempo pra fazer as atividades que eu queria. Com a falta de tempo pra talvez fazer algumas atividades livre. Diminuição desse tempo livre, que eu podia estar descansando (Entrevistado 4, agronomia, sobre gerenciar a EJ).

Outro aspecto visto como cansativo seria o equilíbrio das atividades da EJ juntamente com as atividades acadêmicas visto que a universidade também é um campo com muitas cobranças. Em estudantes universitários as pressões por alcançar melhores notas, a carga de estudo em diversas matérias, exames e trabalhos, podem ser fatores estressores. O período letivo é sempre um momento de grande tensão para os alunos devido a rotina diária de compromissos acadêmicos (Lu, 2017). Corroborando com tais premissas, os estudos de Freitas e Albarell (2024), Lima e Gomes-Souza (2024) e Monteiro *et al.* (2022) complementam que esse contexto acaba contribuindo para o desenvolvimento de práticas mais competitivas, típicas do capitalismo, empurrando os universitários a adotarem estratégias mais individualistas e violentas, tornando-os mais suscetíveis a riscos psicossociais e piora na saúde mental.

A pesquisa possui um recorte em que os sujeitos estão imersos em vários ambientes que, cada um, individualmente, já traz condições de sofrimento. A pesquisa de Marchini *et al.* (2019) aponta que alunos que trabalham possuem um nível de estresse maior e menor qualidade de vida do que os alunos que não trabalham, constatando que: todos os alunos da pesquisa que apresentaram os níveis de estresse em pânico e baixa qualidade de vida, trabalhavam.



Investigando o processo de aprendizagem em estudantes, destaca-se que raramente os alunos passam por níveis de ansiedade tão elevados quanto o que ocorre na formação de empreendedores (atuantes em EJ), pois se veem continuamente na necessidade de tomar decisões sobre projetos e negócios que podem influenciar sobremaneira a própria vida e a de seus próximos (Filion; Lima, 2010). Esse processo de aprendizagem demanda categorias e estratégias pedagógicas que permitem refletir e organizar ações a partir do uso de recursos raros, o que não é buscado de modo frequente no ensino em outras áreas ou disciplinas.

Vale ressaltar esse duplo papel da EJ que, embora tenha um objetivo de aprendizagem e tenha uma relação direta com a universidade, ela exerce a função de uma empresa e exige tanto quanto uma organização comum. O que, em tese, faria com que estes estudantes exercessem uma função laboral dupla: uma em seus trabalhos formais e uma na EJ.

A questão tipo do estágio foi muito de entender que na vida adulta a gente precisa ganhar dinheiro e isso a gente precisa ganhar dinheiro e ainda quer fazer outras coisas a gente vai ter que realmente sacrificar outros. Então sacrificar tipo acho que até momentos com a minha família, momentos amigos para viver isso agora sem muito entendendo de que isso vai ajudar para o meu futuro, mas nem tanto pensando no futuro em onde eu vou trabalhar, mas é muito de tipo isso é o que eu amo fazer isso é o que vai me moldar enquanto pessoa pra que eu seja melhor para que eu consiga impactar no mundo (Entrevistada 2, administração).

Aqui notamos outro momento relevante sobre reflexões, aspectos paradoxais e as consequências do engajamento nas dinâmicas da formação universitária que são atravessadas por atividades de trabalho extraclasse e atuação na EJ que, inevitavelmente, constitui o cenário de memórias afetivas do sujeito, sua subjetividade e suas formas de pensar, sentir, agir, existir e atuar no mundo. Monteiro et al. (2024) e Freitas e Albarell (2024) destacam como a construção da nossa identidade enquanto sujeito é diretamente formada pelo mundo do trabalho e como as psicodinâmicas desse mundo, dialética, dialógica e contraditoriamente ganha centralidade na nossa vida ao ponto de nos desdobrarmos a ter um posicionamento crítico sobre o sistema político-econômico neoliberal, em busca de novas formas de organização da vida em sociedade. Formas essas aparentemente pouco trabalhadas nas formações dos nossos participantes.

Em pesquisa desenvolvida por Dantas e Silva (2017) com trabalhadores-estudantes revela que esses sujeitos percebem a educação como um instrumento para alcançar melhores oportunidades no mercado de trabalho e, consequentemente, melhorar suas condições de vida. Este é um discurso ideológico de meritocracia, da conquista do sucesso apenas através de muito esforço, do sacrifício que acaba sendo um dos fatores que embasam a persistência mesmo sob as condições desfavoráveis das quais os trabalhadores-



estudantes são submetidos (Dantas; Silva, 2017). Já que na cultura do mérito não há facilitismo, a população de estudantes que trabalha aceita a sobrecarga enquanto normal para a situação em que vivem sacrificando muitas coisas em prol deste objetivo.

Os trabalhadores impulsionados pelo desejo de realização, ignoram suas limitações e banalizam o sofrimento para atender os desejos institucionais. Para além das condições físicas do trabalho, as condições sociais e psicológicas impostas pela lógica instrumental e utilitarista, intensificadas no mundo do trabalho contemporâneo, acabam por comprometer a saúde do trabalhador (Dias *et al.*, 2019). Entende-se que esse “propósito” ou “sentido” vendido pelas organizações ajuda, dentro de determinados âmbitos, na relação com o trabalho, no entanto é importante salientar o quanto isso pode ser uma variável alienante também para o trabalhador levando-o a um comportamento prejudicial.

Projetos, valores e crenças são passíveis de orientar a vida do trabalhador, por exemplo, na direção de sua identificação afetiva com a empresa e podem servir para legitimar práticas desencadeadoras de danos à sua saúde (Pina; Stotz, 2014, p. 157).

A naturalização do sofrimento ajuda a diminuir a percepção das linhas que limitam o que é saudável e o que não é dentro deste âmbito do trabalho e as habilidades vistas como muito positivas dentro do público pesquisado como vontade de aprender, flexibilidade, dedicação, podem ser distendidas a um nível adoecedor trazendo prejuízos à saúde mental.

5. Considerações finais

A busca por qualificação surge como um fator relevante nas condições de vulnerabilidade de jovens expostos ao excesso de atividades. O desejo de ser bem-sucedido, recorrentemente mencionado pelos participantes, manifesta-se na tripla jornada de (1) estudar, (2) trabalhar e (3) participar de uma EJ. Esses estudantes trabalhadores buscam compensar desigualdades e ampliar suas oportunidades, empenhando-se para superar adversidades e o sofrimento, muitas vezes à custa do sono, lazer, descanso e convivência familiar. O sofrimento resultante de rotinas extenuantes e sobrecarga é frequentemente percebido como um sacrifício necessário em prol do desempenho e da qualificação profissional, entendidos como caminhos para o sucesso.

Frente a um mercado que exige cada vez mais competências técnicas e interpessoais, os universitários sentem-se pressionados a complementar sua formação com cursos, pesquisas e atividades extracurriculares para manterem-se competitivos. Mesmo que os entrevistados reconheçam certos benefícios da tripla jornada, essa lógica de persistência, diante condições adversas, como a pandemia e outras, acaba legitimando o esforço extremo, piora a saúde mental e se desdobra em outros prejuízos psicossociais.

Uma característica marcante do grupo pesquisado foi a flexibilização dos horários e a possibilidade de realizar atividades acadêmicas e laborais de forma remota durante a pandemia. Essa condição ampliou a autonomia na gestão do



tempo, tornando as rotinas mais dinâmicas e ajustadas às demandas individuais. Contudo, a ausência de limites claros resultou em novas formas de sobrecarga, com o aumento das horas dedicadas ao trabalho em detrimento de outras dimensões da vida, como lazer e família.

Foram observadas dificuldades em conciliar as exigências da EJ com as demandas universitárias, além de forte cobrança por resultados e qualidade nas tarefas. O ambiente de trabalho formal, por sua vez, não se destacou como principal fonte de sofrimento, sendo a Universidade e a EJ os contextos mais críticos.

O estudo evidencia a necessidade de fortalecer políticas de atenção à saúde mental dos universitários, especialmente daqueles que trabalham, desenvolvendo programas institucionais de acompanhamento discente de forma integrada, mobilizando ações complementares e criativas de formação cidadã. Tais políticas devem assegurar condições que favoreçam o equilíbrio entre atividades acadêmicas e laborais, incluindo tempo adequado para estudos, avaliações e participação em atividades extracurriculares.

Este trabalho tem grande contribuição acadêmica e social por avançar em análises e reflexões sobre discursos alienantes de sucesso embasados em cultura de alta performance e meritocracia na qual os sujeitos naturalizam o sacrifício e a precarização do trabalho, internalizando a ideia de que o sucesso depende exclusivamente do esforço individual. Nesse contexto, nossa pesquisa contribuiu com resultados e discussões que mostram o impacto negativo que esses discursos de base neoliberal têm na saúde mental e na vida dos universitários, em especialmente àqueles que acumulam atividades de trabalho e atuam, sem suporte adequado, em EJ.

Por outro lado, as EJs têm o potencial de enriquecer a formação por meio da aquisição de habilidades diversas e da ampliação das experiências sociais. Entretanto, tal dinâmica é ambivalente, podendo também gerar prejuízos quando mal administrada. Sugere-se investimentos em pesquisas e práticas mais criativas que agregam perspectivas contra-hegemônicas e outras alternativas que articulem práticas mais colaborativas, inclusivas, de diversidade e equidade.

A principal limitação do estudo refere-se ao fato de os participantes serem exclusivamente de instituições públicas de ensino superior, sem representação de instituições privadas, cujas dinâmicas e perfis estudantis podem divergir substancialmente. Outra limitação diz respeito ao tamanho reduzido da amostra, o que dificultou uma análise mais detalhada sobre variáveis como área de estudo, região, cargo ocupado na EJ e tipo de vínculo laboral. E isso se deu devido à baixa adesão de participantes em potencial, pois realizamos centenas de tentativas, em todo o país, de forma remota, para que esse público pudesse integrar a pesquisa, na tentativa de tornar a quantidade de participantes mais robusta.

Sugere-se ainda a continuidade de estudos com delineamentos diversos, considerando que o contexto pandêmico representou uma situação atípica, cujos efeitos podem se prolongar. Ademais, incentiva-se a criação de materiais



informativos, como cartilhas elaboradas de forma participativa, e políticas públicas com a proposição de um estatuto nacional do trabalhador-estudante, visando tanto melhoria da estratégia de combater a evasão no ensino superior quanto na melhoria das experiências acadêmicas, no reconhecimento da categoria, no desempenho e diferentes dimensões da formação cidadã que é compromisso das universidades, no tripé ensino, pesquisa e extensão.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Wanessa da Silva de *et al.* Mudanças nas condições socioeconômicas e de saúde dos brasileiros durante a pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, e200105, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/w8HSZbzGgKCDFHmZ6w4gyQv/?lang=pt>. Acesso em: 20 dez. 2023.

AMARAL, Enzo Lopes; TROMBINI FRICK, Loriane. Engajamento acadêmico e saúde mental positiva entre estudantes universitários. **Revista Internacional de Educação Superior**, v. 9, p. 1-20, 2022. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/riesup/article/view/8665450>. Acesso em: 10 jan. 2024.

ARAÚJO, Lilian Gardenal de. **Lógicas institucionais e respostas estratégicas em organizações híbridas**: o caso das empresas juniores. 2017. 139 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Setor de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2017. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/xmlui/bitstream/handle/1884/47385/R%20-%20D%20-%20LILLIAN%20GARDENAL%20DE%20ARAUJO.pdf?sequence=1>. Acesso em: 30 ago. 2025.

ARAÚJO, Tânia. Maria de; LUA, Iracema. O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 46, p. 1-11, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/LQnfJLrjgrSDKkTNyVfgnQy/?lang=pt>. Acesso em: 20 dez. 2024.

BERVANGER, Elisiane; VISENTINI, Monize Sâmara. S. Publicações científicas brasileiras sobre empresas juniores na área de administração: um estudo bibliométrico. **REGE - Revista de Gestão**, v. 23, n. 3, p. 197-210, 2016. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1809227616300418?via%3Dhub> Acesso em: 15 jan. 2025.

BRASIL JUNIOR. **Conhecendo o MEJ**. [s.l.]: DNA Júnior, 2015. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/crEJ/files/2012/09/DNAJu%CC%81nior-Livro-I-Conhecendo-o-MEJ.pdf>. Acesso em: 2 ago. 2025.



BRASIL JUNIOR. **Relatório de legado 2021.** [s.l: s.n.], 2021. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/18icPtjhayi5qF4TJTClwOcQYfrrmCDSc/view>. Acesso em: 30 jul. 2025.

BRITO, Cicero Muniz. Reflexões sobre a subjetividade do empreendedor de si mesmo: percursos exploratórios. In: Encontro nacional da ABET: crises e horizontes do Trabalho a partir da periferia, 2021, Uberlândia. **Anais....** Uberlândia: Universidade Federal de Uberlândia, 2021. Disponível em: https://www.even3.com.br/anais/abet_trabalho2021/349283-reflexoes-sobre-a-subjetividade-do-empreendedor-de-si-mesmo--percursos-exploratorios/ Acesso em: 02 ago. 2025.

CAMARGO, Brígido Vizeu; JUSTO, Ana Maria. **Tutorial para uso do software** (Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires). 2021. Disponível em: <http://www.iramuteq.org/documentation/fichiers/tutoriel-en-portugais>. Acesso em: 20 dez. 2024.

CARDOSO, Ruth Côrrea Leite; SAMPAIO, Helena. Estudantes universitários e o trabalho. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 9, n. 26, p. 30-50, 1994. Disponível em: <https://urbandatabrasil.fflch.usp.br/producoes-em-periodicos-cientificos/estudantes-universitarios-e-o-trabalho-0> . Acesso em: 23 jul. 2025

DANTAS, Bruna Suruagy do Amaral; SILVA, Leonidas Valverde da. O cotidiano do trabalhador-estudante: dimensões ideológicas dos discursos e práticas. **Revista Pretextos**- Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas, v. 2, n. 3, p. 273-294, 28 fev. 2017. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/14260>. Acesso em: 20 dez. 2024.

DIAS, Cledinaldo Aparecido *et al.* Ideologia gerencialista e adoecimento mental no trabalho: uma análise crítica. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 22, n. 2, p. 185-198, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-37172019000200005. Acesso em: 10 jan. 2024.

FILION, Louis Jacques; LIMA, Edmilson. As representações empreendedoras: importantes temas para avançar em seus estudos. **Revista de Negócios**, Blumenau, v. 15, n. 2, p. 32-52, 2010. Disponível em: <https://proxy.furb.br/ojs/index.php/rn/article/view/1195>. Acesso em: 10 jan. 2025.

FREITAS, Lêda Gonçalves de; ALBARELL, Beatriz Amália. Sentido do trabalho e saúde mental no contexto da pandemia da covid-19 Pulsar Vida: o olhar do bem viver. **Sociedade e Estado**, v. 39, n. 03, p. 1-21, 2024. Disponível em:



<https://periodicos.unb.br/index.php/sociedade/article/view/53576>. Acesso em 25 jul. 2025.

GONDIM, Sonia; BORGES, Livia de Oliveira. O. **Significados e sentidos do trabalho do home-office**: desafios para a regulação emocional. Orientações técnicas para o trabalho de psicólogas e psicólogos no contexto da crise COVID-19. Brasília, DF: SBPOT, 2020. Disponível em: https://emotrab.ufba.br/wp-content/uploads/2020/05/SBPOT_TEMATICA_5_Gondim_Borges.pdf. Acesso em: 10 jan. 2025.

GONZÁLEZ REY, Fernando Luís. A questão das técnicas e os métodos na psicologia: da mediação à construção do conhecimento psicológico. In: BOCK, Ana Maria Bahia (org.). **Psicologia e o Compromisso Social**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2009. p. 163-182.

GRIFFIN, Ricky W.; MOORHEAD, Gregory. **Comportamento organizacional**: gestão de pessoas e organizações. Brasil: Cengage Learning, 2016.

GUNDIM, Vivian Andrade *et al.* Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, p. 1-14, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293> Acesso em: 21 fev. 2025.

HALL, Ralph Frederick. The work-study relationship: Experiences of full-time university students undertaking part-time employment. **Journal of Education and Work**, v. 23, n. 5, p. 439-449, 2010. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/232972205_The_work-study_relationship_Experiences_of_full-time_university_students_undertaking_part-time_employment. Acesso em: 25 jul. 2025.

LIMA, Kézia Sousa; GOMES-SOUZA, Ronaldo. Gestão paradoxal e as violências do neoliberalismo travestidas de assédios na universidade. **Revista Serviço Social em Perspectiva**, v. 8, n. 2, p. 136-163, 2024. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/sesoperspectiva/article/view/7597>. Acesso em: 10 jan. 2025.

LU, Wei. *et al.* Chinese version of the Perceived Stress Scale-10: A psychometric study in Chinese university students. **PLoS One**, v. 12, n. 12, e0189543, 18 dez. 2017. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article/file?id=10.1371/journal.pone.0189543&type=printable>. Acesso em: 10 jan. 2025.

MARCHINI, Daniela Maria Feltrin *et al.* Análise de estresse e qualidade de vida em alunos universitários. **Revista de Administração Unimep**, v. 17, n. 3, p.



141-164, 2019. Disponível em:
<http://www.spell.org.br/documentos/ver/55420/analise-de-estresse-e-qualidade-de-vida-em-alunos-universitarios/i/pt-br>. Acesso em: 15 jan. 2025.

MATOS, Fernando. A Empresa Júnior no Brasil e no Mundo: o conceito o funcionamento a história e as tendências do movimento. São Paulo: Martin Claret, 1997.

MONTEIRO, Bruno Massayuki Makimoto; SOUZA, José Carlos. Saúde mental e condições de trabalho docente universitário na pandemia de COVID 19.

Research, Society and Development, v. 9, n. 9, p. 1-16, ago. 2020.

Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7660>. Acesso em: 20 dez. 2024.

MONTEIRO, Janine Kieling *et al.* Os sentidos do trabalho em tempos de capitalismo neoliberal: como fica a saúde mental. In: Maria Nivalda De Carvalho Freitas *et al.* (Org.). **Psicologia Organizacional e do Trabalho: Perspectivas Teórico-Práticas.** 1ed. São Paulo: Votor, 2022, p. 316-332.

NASCIMENTO, Adriano Roberto Afonso; MENANDRO, Paulo Rogério Meira. Análise lexical e análise de conteúdo: uma proposta de utilização conjugada. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 2, n. 2, p. 72-88, 2006. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-42812006000200007&script=sci_abstract Acesso em: 14 dez. 2024.

NETO, Luis Moretto *et al.* Empresa Júnior: Espaço de Aprendizagem. Florianópolis: UFSC, 2004. Disponível em:
https://www.researchgate.net/publication/306364892_Empresa_Junior_Espaco_de_Aprendizagem Acesso em: 10 jan. 2025.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de; SANTOS, Anelise Schaurich dos; DIAS, Ana Cristina Garcia. Percepções de Estudantes Universitários sobre a Realização de Atividades Extracurriculares na Graduação. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 36, n. 4, p. 864-876, 2016. DOI: 10.1590/1982-3703003052015.
Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pcp/a/5c6gDMHGT6wRYGxQDwrc4HR/?lang=pt>.
Acesso em: 10 jan. 2022.

OLIVEIRA, Elyane Nazaré *et al.* Covid-19: Repercussions on the mental health of higher education students. **Saúde em Debate**, v. 46, n. esp. 1, p. 206-220, 2022. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/gkbNJ5jkfrLWfH9cB4vFKHr/?lang=en>. Acesso em: 20 dez. 2024.

PALASSI, Marcia Prezotti; MARTINELLI, Raiane Gonçalves de Oliveira; PAULA, Ana Paula Paes de. D. Entre o discurso empreendedor e a consciência política: estudo exploratório do Movimento Empresa Júnior em uma universidade



pública no sudeste do Brasil. **Cadernos EBAPE.BR**, v. 18, n. 1, p. 3-12, jan. 2020. DOI: 10.1590/1679-395172642. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cebape/a/6vh7QnyWWk8XJsDVQWjS3Nn/?lang=pt> . Acesso em: 15 jan. 2025.

PEDROSO, Jonh Erwin Prado *et al.* Challenges and Opportunities Faced by Working Students Amidst Pandemic. **Journal of Digital Learning and Distance Education**, v. 1, n. 5, p. 168-181, 2022. Disponível em: <https://rjupublisher.com/ojs/index.php/JDLDE/article/view/7> Acesso em: 23 jul. 2025.

PEREIRA, Eduarda Alexandra da Silva Almeida. **Alunos maiores de 23 anos: Motivações para o ingresso no ensino superior na UP**. 2009. Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação) – Faculdade de Letras, Universidade do Porto, Porto, 2009. Disponível em: https://rc.cplp.org/Record/rcaap_3f4a7e6df5b1f208a9c16cea6820afa5. Acesso em: 2 ago. 2025.

PEREIRA, Sara Alexandra Raminhos. **Saliência dos papéis e satisfação com os papéis de vida**: A influência da percepção do apoio organizacional numa amostra de trabalhadores-estudantes. 2017. 44 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2017. Disponível em: https://repositorio.ulisboa.pt/bitstream/10451/33361/1/ulfpie052876_tm_tese.pdf. Acesso em: 1 ago. 2025.

PINA, José Augusto; STOTZ, Eduardo Navarro. Intensificação do trabalho e saúde do trabalhador: uma abordagem teórica. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 39, n. 130, p. 150-60, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/9vNj7jp7cWYT496s5WsydKg/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 jan. 2025.

PUTRO, Septian Sugestyo; SETYO, Riyanto. How Asian sandwich generation managing stress in telecommuting during Covid-19 pandemic. **International Journal of Scientific Research and Engineering Development**. v. 3, n. 3, p. 485-492, 2020. Disponível em: <https://ijsred.com/volume3/issue3/IJSRED-V3I3P64.pdf> . Acesso em: 20 dez. 2024.

SAHU, Pradeep. Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. **Cureus**, v. 12, n. 4, p. 1-6, 4 abr. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7198094/>. Acesso em: 20 dez. 2024.

SANTOS, Júlio César Borges dos. **O movimento dos trabalhadores rurais sem terra e as relações entre saúde, trabalho e ambiente em um assentamento rural estado do Rio de Janeiro**. 2011. 155 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio



Arouca, Rio de Janeiro, 2011. Disponível em:
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-591653>. Acesso em 30 jul. 2025.

SENNETT, Richard. **A corrosão do caráter**: consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo. Rio de Janeiro: Record, 2009.

SOUZA, Ana Silvia Ariza de; SAWAIA, Bader Buhiran. A Saúde como Potência de Ação: uma análise do coletivo e de Comuna do Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST). **Revista Psicologia Política**, v. 16, n. 37, p. 305-320, 2016. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2016000300005&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 10 jan. 2025.

TANG, Wanjie. *et al.* Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. **Journal of Affective Disorders**, v. 274, p. 1149-1155, 2020. Disponível em:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016503272030879X?via%3Dhub>. Acesso em: 02 ago. 2025.

VIEIRA, Felipa Isabel Soares da Silva. **O trabalhador estudante - especificidades no regime da prestação da atividade laboral**. 2014. Dissertação (Mestrado em Consultoria de Empresa) – Instituto Politécnico de Leiria, leiria/portugal, 2014. Disponível em:
<https://iconline.ipleiria.pt/entities/publication/cccf50b4-8cae-4770-9290-39e159cebdb1>. Acesso em: 25 jul. 2025.

Recebido em: 24 de agosto de 2025.
Aceito em: 21 de novembro de 2025.
Publicado em: 05 de janeiro de 2026.

