

## **Os efeitos da depressão no processo de aprendizagem**

## **The effects of depression on the learning process**

## **Los efectos de la depresión en el proceso de aprendizaje**

DOI: 10.5281/zenodo.14944774

Recebido: 06 fev 2025

Aprovado: 19 fev 2025

### **Nívia Larice Rodrigues de Freitas**

Medicina

Instituição de formação: Universidade Nilton Lins

Endereço: Manaus - Amazonas, Brasil

E-mail: nivialaric@gmail.com

### **Jéssica Pâmela Cândido de Carvalho Silva**

Medicina

Instituição de formação: Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT)

Endereço: Cáceres – MT, Brasil

E-mail: jessicamedcarvalho@gmail.com

### **Rodrigo Manoel Ferreira Carrapeiro**

Medicina

Instituição de formação: Universidade Federal do Amazonas

Endereço: Porto Velho – RO, Brasil

E-mail: rcarrapeiro@gmail.com

### **Daniel Batista do Nascimento Santos Silva**

Enfermagem

Instituição de formação: Universidade de Brasília

Endereço: Brasília – DF, Brasil

E-mail: danielbatista.bsb@gmail.com

### **Charles Fabian de Lima**

Medicina

Instituição de formação: Universidade Federal de Jataí

Endereço: Silvânia – GO, Brasil

E-mail: charles\_ch\_@hotmail.com

### **Lúcio Roberto Távora Pereira Portela**

Farmácia

Instituição de formação: Universidade Federal do Ceará (UFC)

Endereço: Fortaleza – CE, Brasil

E-mail: luciotavora0@gmail.com

**Quintiliana Maria Albuquerque Carvalho**

Pedagogia

Instituição de formação: Universidade Estadual do Piauí (UESPI)

Endereço: Parnaíba – PI, Brasil

E-mail: quintilianaphb123@gmail.com

**Nicole Girotto Vieira de Lima**

Biomedicina

Instituição de formação: Universidade Positivo

Endereço: Curitiba – PR, Brasil

E-mail: nelly.vmartis@hotmail.com

**Glaucia Alyne Nunes de Lacerda**

Mestrado em Saúde Humana e Meio Ambiente, Enfermagem

Instituição de formação: Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Endereço: Recife – PE, Brasil

E-mail: lacerdalyne@gmail.com

**Kliver Souza Diniz**

Medicina

Instituição de formação: Fametro

Endereço: Manaus – AM, Brasil

E-mail: kliverdiniz@gmail.com

**Fernanda Reis da Silva**

Medicina

Instituição de formação: Universidade Federal de Roraima (UFRR)

Endereço: Manaus – AM, Brasil

E-mail: fernandareisdasilva.rr@gmail.com

**Vanuza Rodrigues de Saboia**

Formação: Educação Física e Arte Educação

Instituição: UECE

Cidade Estado: Morada Nova/ Ceará

E-mail: vanuzasaboia@yahoo.com.br

**Allyne Kelly Carvalho Farias**

Biomedicina

Instituição de formação: Faculdade de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí – Uninovafapi

Endereço: Teresina – PI, Brasil

E-mail: allynnekelly@hotmail.com

**Karolyne Gomes Miranda**

Medicina

Instituição de formação: Unievangélica

Endereço: Anápolis – GO, Brasil

E-mail: karolyne\_gm@hotmail.com

**Lucas Pereira Barreto e Silva**

Medicina

Instituição de formação: Universidade UniEVANGÉLICA

Endereço: Anápolis - Goiás, Brasil

E-mail: lucaspexera@hotmail.com

**Alana Carvalho Evaristo**

Medicina

Instituição de formação: Universidade Nilton Lins

Endereço: Manaus - Amazonas, Brasil

E-mail: alanacarvalhoeva@gmail.com

**Rodrigo Daniel Zanoni**

Mestre em Saúde Coletiva, Medicina

Instituição de formação: Faculdade São Leopoldo Mandic Campinas - SP

Endereço: Campinas – SP, Brasil

E-mail: drzanoni@gmail.com

**RESUMO**

A depressão é uma condição psiquiátrica prevalente que afeta diversos aspectos da vida dos indivíduos, incluindo a aprendizagem. Esse transtorno compromete funções cognitivas como memória, atenção e motivação, impactando diretamente o desempenho acadêmico. O objetivo deste estudo é investigar os efeitos da depressão no processo de aprendizagem, focando principalmente no impacto sobre a memória, concentração e motivação dos estudantes. Trata-se de uma revisão narrativa qualitativa, com a análise de estudos publicados entre 2020 e 2025. A busca foi realizada em bases acadêmicas como SciELO, Google Scholar, PubMed e Lilacs, selecionando artigos em português. Constatou-se que a depressão prejudica severamente a aprendizagem, afetando principalmente a memória e a motivação dos estudantes. Ademais, a pandemia exacerbou esses efeitos, com muitos alunos apresentando sintomas de ansiedade, estresse e desmotivação, o que resultou em um desempenho acadêmico comprometido. Portanto, a depressão tem um impacto significativo no processo de aprendizagem, especialmente no ensino superior. A falta de políticas públicas eficazes e de apoio psicológico nas instituições de ensino agrava esses problemas, tornando urgente a necessidade de intervenções que promovam o bem-estar emocional e acadêmico dos alunos.

**Palavras-chave:** Depressão. Aprendizagem. Saúde Mental.**ABSTRACT**

Depression is a prevalent psychiatric condition that affects various aspects of individuals' lives, including learning. This disorder compromises cognitive functions such as memory, attention, and motivation, directly impacting academic performance. The aim of this study is to investigate the effects of depression on the learning process, focusing primarily on its impact on memory, concentration, and motivation in students. This is a qualitative narrative review, analyzing studies published between 2020 and 2025. The search was conducted in academic databases such as SciELO, Google Scholar, PubMed, and Lilacs, selecting articles in Portuguese. The findings indicate that depression severely impairs learning, particularly affecting memory and motivation in students. Additionally, the pandemic exacerbated these effects, with many students experiencing symptoms of anxiety, stress, and demotivation, leading to compromised academic performance. Therefore, depression has a significant impact on the learning process, especially in higher education. The lack of effective public policies and psychological support in educational institutions worsens these issues, highlighting the urgent need for interventions that promote both emotional and academic well-being among students.

**Keywords:** Depression. Learning. Mental Health.**RESUMEN**

La depresión es una condición psiquiátrica prevalente que afecta diversos aspectos de la vida de los individuos, incluida la aprendizaje. Este trastorno compromete funciones cognitivas como la memoria, la atención y la motivación, impactando directamente el rendimiento académico. El objetivo de este estudio es investigar los efectos de la depresión en el proceso de aprendizaje, enfocándose principalmente en su impacto sobre la memoria, la

concentración y la motivación de los estudiantes. Se trata de una revisión narrativa cualitativa, con el análisis de estudios publicados entre 2020 y 2025. La búsqueda se realizó en bases de datos académicas como SciELO, Google Scholar, PubMed y Lilacs, seleccionando artículos en portugués. Los resultados muestran que la depresión perjudica gravemente el aprendizaje, afectando principalmente la memoria y la motivación de los estudiantes. Además, la pandemia exacerbó estos efectos, con muchos estudiantes presentando síntomas de ansiedad, estrés y desmotivación, lo que resultó en un rendimiento académico comprometido. Por lo tanto, la depresión tiene un impacto significativo en el proceso de aprendizaje, especialmente en la educación superior. La falta de políticas públicas efectivas y de apoyo psicológico en las instituciones educativas agrava estos problemas, destacando la urgente necesidad de intervenciones que promuevan el bienestar emocional y académico de los estudiantes.

**Palabras clave:** Depresión. Aprendizaje. Salud Mental.

## 1. INTRODUÇÃO

A depressão é uma condição psiquiátrica prevalente na sociedade moderna, afetando milhões de pessoas em todo o mundo e tendo um impacto significativo não apenas na saúde mental, mas também nos aspectos cognitivos e fisiológicos dos indivíduos (Faria, Silva, 2022). Caracteriza-se por sentimentos persistentes de tristeza, perda de interesse em atividades cotidianas e comprometimento da funcionalidade, frequentemente associada a alterações no sono, no apetite e na capacidade de concentração. Esses sintomas podem resultar em um estado de desamparo e desmotivação, impactando diretamente a capacidade de aprendizagem, afetando a memória, a atenção e a capacidade de absorver novos conhecimentos (Faria, Silva, 2022).

O impacto da depressão no processo de aprendizagem é ainda mais evidente quando se considera o contexto educacional contemporâneo (Santo da luz, De Castro Félix, De Almeida Lopes, 2022). Com a pandemia de COVID-19, as instituições de ensino precisaram adotar o ensino remoto de forma emergencial, o que trouxe mudanças significativas na forma de aprender e ensinar (Lelis et al., 2020). O isolamento social e o distanciamento forçado resultaram em sentimentos de ansiedade, tristeza e estresse, intensificados pelo uso excessivo de telas e pela falta de interação presencial (De Brito et al., 2024). Esse novo contexto prejudicou ainda mais a qualidade do processo de aprendizagem, especialmente para alunos que já enfrentavam dificuldades emocionais e psicológicas (Esteves et al., 2021).

No caso dos estudantes universitários, a transição para o ensino superior é um momento de profundas mudanças, exigindo adaptações no ambiente acadêmico, nas rotinas de estudo e na formação de novos vínculos sociais (Rocha et al., 2021). Esse processo não é linear e pode ser acompanhado de desafios emocionais significativos, como a depressão, que afeta o rendimento acadêmico e o bem-estar dos alunos. Os estudantes de Medicina, por exemplo, estão particularmente suscetíveis a transtornos emocionais devido à pressão acadêmica, longas jornadas de estudo e exposição contínua ao sofrimento humano (Montenegro-Pires, Alves de Sousa, 2022). Esses fatores podem levar a altos níveis de estresse e depressão, com

consequências diretas no aprendizado e no desempenho acadêmico, além de aumentar o risco de ideação suicida entre esses alunos (Montenegro-Pires, Alves de Sousa, 2022).

A depressão infantil e adolescente também tem sido objeto de grande estudo, uma vez que suas implicações afetam o desenvolvimento emocional, social e cognitivo dos jovens (Do Nascimento, J., et al., 2020). No contexto escolar, crianças e adolescentes com depressão frequentemente apresentam dificuldades de concentração, desinteresse pelas atividades e queda no rendimento acadêmico (Montenegro-Pires, Alves de Sousa, 2022). Esses sintomas podem ser frequentemente negligenciados ou confundidos com problemas disciplinares, o que leva à falta de suporte adequado (Do Nascimento, J., et al., 2020). A invisibilidade do sofrimento psíquico na infância e adolescência está relacionada à ausência de políticas públicas eficazes e à falta de discussão sobre saúde mental nas escolas, agravando ainda mais as dificuldades emocionais e acadêmicas desses jovens (Do Nascimento, G., et al., 2020).

A relação entre saúde mental e aprendizagem também é uma preocupação crescente em nível global, especialmente em momentos de crise, como a pandemia de COVID-19 (Silva, Santos, Paula, 2020). A crise sanitária gerou um aumento significativo de sintomas psicológicos entre os estudantes, como ansiedade, medo, confusão mental e estresse pós-traumático, prejudicando sua capacidade de assimilar conteúdos e contribuindo para bloqueios cognitivos e desmotivação (Silva, Santos, Paula, 2020). Esses fatores resultaram em dificuldades para os alunos absorverem e reterem informações, comprometendo sua aprendizagem e desempenho acadêmico (Esteves et al., 2021).

O impacto da depressão no aprendizado também está relacionado com alterações no funcionamento cerebral, especialmente no sistema límbico, responsável pelo processamento emocional e pela memória (Pereira, 2020). Disfunções nesse sistema podem prejudicar a retenção de informações e a associação de novos conteúdos com experiências prévias, dificultando o processo de aprendizagem (Costa, 2021; Vieira, 2021). A depressão também afeta a motivação e a autoestima dos estudantes, tornando o processo de aprendizagem ainda mais desafiador (Pereira, 2020). Além disso, em contextos de vulnerabilidade socioeconômica, como no caso de alunos em regiões com elevados índices de violência e baixos índices de desenvolvimento humano, os sintomas depressivos tendem a ser mais acentuados, o que dificulta ainda mais o aprendizado (Esteves et al., 2021).

No ambiente acadêmico, a depressão não afeta apenas os alunos em geral, mas também tem uma presença alarmante entre os estudantes da área da saúde, particularmente em cursos exigentes como Medicina (Costa, 2021). A rotina intensa e o contato constante com situações de sofrimento humano tornam esses alunos mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos emocionais (Pereira, Da Silva, 2021). A pressão acadêmica, a sobrecarga de atividades e a falta de lazer contribuem para o esgotamento físico e

mental, prejudicando a capacidade de aprendizado e comprometendo a qualidade da formação (Costa, 2021; Vieira, 2021).

No contexto de educação superior, os transtornos emocionais, como a depressão, têm efeitos diretos sobre a autoeficácia, a motivação e a aprendizagem dos estudantes (Pereira, Da Silva, 2021). A pressão constante, o estresse e a ansiedade impactam o desempenho acadêmico, dificultando a retenção de informações e a concentração (Costa, 2021; Vieira, 2021). Além disso, as dificuldades cognitivas e emocionais resultantes da depressão podem comprometer a qualidade da formação dos alunos, especialmente em áreas como a Residência Médica, onde os desafios são exacerbados pela rotina intensa e as demandas emocionais (Vieira, 2021).

A depressão é uma das condições psiquiátricas mais prevalentes e debilitantes na sociedade contemporânea, afetando indivíduos de diferentes idades e contextos sociais. No ambiente educacional, especialmente no contexto do ensino superior, a depressão tem sido um fator de impacto significativo no processo de aprendizagem, comprometendo a memória, a atenção, a motivação e a autoestima dos estudantes. O agravamento dessa condição, em grande parte devido à pandemia de COVID-19 e às mudanças abruptas no sistema educacional, tem gerado desafios consideráveis para alunos, educadores e instituições de ensino. A ausência de políticas públicas eficazes, a falta de apoio psicológico adequado e o desconhecimento sobre a manifestação da depressão em diferentes faixas etárias são questões que precisam ser abordadas para melhorar o bem-estar acadêmico e emocional dos estudantes. Portanto, este estudo justifica-se pela necessidade urgente de compreender a relação entre a depressão e o processo de aprendizagem, identificando os principais fatores que interferem no desempenho acadêmico e propondo soluções para mitigar esses efeitos adversos. Diante desse cenário, o objetivo desta pesquisa é investigar os efeitos da depressão no processo de aprendizagem, focando especialmente no impacto sobre a memória, a concentração e a motivação dos estudantes.

## 2. METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão narrativa qualitativa, conduzida entre outubro de 2024 e janeiro de 2025, com a análise de estudos publicados entre 2020 e 2025. O período foi delimitado com o intuito de incluir pesquisas recentes sobre os efeitos da depressão no processo de aprendizagem, considerando a crescente preocupação com a saúde mental no contexto educacional. Os descritores utilizados na busca foram "Depressão", "Aprendizagem" e "Saúde Mental". A escolha desses termos visou cobrir as diferentes dimensões do impacto da depressão no aprendizado e garantir que os estudos encontrados fossem relevantes para os objetivos da pesquisa.

As buscas foram realizadas em bases de dados acadêmicas amplamente reconhecidas, como SciELO, Google Scholar, PubMed e Lilacs, por sua ampla cobertura e acesso a estudos de alta qualidade, metodologicamente robustos. Essas plataformas foram selecionadas devido à sua relevância no campo científico, proporcionando uma gama significativa de artigos pertinentes para a construção de uma revisão narrativa rigorosa.

Durante o processo de triagem, foram aplicados critérios de inclusão rigorosos, considerando apenas artigos publicados em português que apresentassem metodologias sólidas, como estudos longitudinais, revisões sistemáticas, e investigações experimentais ou observacionais. Os critérios de exclusão eliminaram estudos com metodologias inadequadas, resultados inconsistentes ou que não abordassem a relação direta entre a depressão e o processo de aprendizagem, além de excluir artigos disponíveis em formatos incompletos, garantindo a qualidade e confiabilidade do material analisado.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A depressão tem sido amplamente estudada por sua relação com diversos aspectos do funcionamento humano, incluindo os impactos no processo de aprendizagem (Silva, Santos, Paula, 2020). Pesquisas recentes demonstram que a depressão está diretamente ligada a alterações neurobiológicas que afetam a cognição, prejudicando funções essenciais como a memória, a atenção e a resolução de problemas. Esses efeitos são atribuídos, em grande parte, a fatores como o remodelamento dendrítico nas células piramidais do hipocampo e a diminuição da neurogênese no giro denteadoo (Faria, Silva, 2022). Além disso, o aumento nos níveis de corticosteroides, comum em pacientes depressivos, pode levar à atrofia hipocampal, intensificando as dificuldades cognitivas e afetando a capacidade de consolidar memórias e reter informações (Faria, Silva, 2022; Silva, Santos, Paula, 2020). Dessa forma, indivíduos com depressão frequentemente enfrentam maiores desafios em contextos acadêmicos, uma vez que esses déficits cognitivos dificultam o processo de aprendizagem (Faria, Silva, 2022).

A depressão, do ponto de vista emocional, afeta neurotransmissores essenciais, como serotonina, dopamina e noradrenalina, cujas diminuições prejudicam a concentração, a motivação e a criatividade, fatores cruciais para o aprendizado (Faria, Silva, 2022). Além disso, o impacto emocional da depressão pode comprometer a saúde mental dos estudantes, resultando em um desempenho acadêmico aquém do esperado. Fica claro como o bem-estar psicológico está diretamente ligado à performance acadêmica e à capacidade de aprendizado (Pereira, 2020).

Outro fator que contribui para os desafios enfrentados pelos estudantes é o impacto do ensino remoto, que, embora necessário em tempos de pandemia, se revelou um fator de risco para o

desenvolvimento de quadros depressivos em crianças e adolescentes (Gerlach et al., 2022). A ausência de suporte presencial e as alterações na rotina diária, como os horários irregulares de sono e a diminuição das atividades físicas, pioraram o equilíbrio hormonal e cognitivo, exacerbando os sintomas depressivos (De Brito et al., 2024). Além disso, os relatos de estudantes sobre o ensino remoto como uma experiência difícil e desmotivadora refletem não apenas insatisfações com a metodologia, mas também o acúmulo de fatores emocionais que desencadearam sintomas de depressão (De Brito et al., 2024; Gerlach et al., 2022). Em resposta a esses desafios, a reflexão sobre a necessidade de intervenções para promover a saúde mental e reformular práticas pedagógicas tornou-se urgente (De Brito et al., 2024).

A transição para o ensino superior também representa um período crítico para o surgimento de sintomas depressivos (De Brito et al., 2024). A pressão por alto desempenho acadêmico, a adaptação a novos métodos de ensino e avaliação, e mudanças na rotina pessoal, como a distância da família e dificuldades financeiras, podem desencadear ansiedade e depressão entre os estudantes universitários (Rocha et al., 2021). Esses fatores tornam o ambiente universitário um local de vulnerabilidade emocional, com a depressão afetando diretamente a capacidade de concentração, memória e retenção de informações, aspectos essenciais para o bom desempenho acadêmico (Rocha et al., 2021; De Brito et al., 2024). A falta de espaços institucionais de acolhimento psicopedagógico agrava essa situação, dificultando a adaptação dos alunos e sua permanência na universidade (Pereira, 2020).

Na infância e adolescência, a depressão pode se manifestar de maneira atípica, dificultando sua identificação (Do Nascimento et al., 2020; Pereira, Da Silva, 2021). Comportamentos como irritabilidade, agressividade e hiperatividade podem mascarar os sintomas, tornando o diagnóstico um desafio para pais e educadores (De Brito et al., 2024; Do Nascimento et al., 2020). Além disso, crianças mais novas, com habilidades comunicativas limitadas, podem expressar sofrimento emocional por meio de comportamentos disfuncionais, como inquietação excessiva e dificuldades de socialização (Do Nascimento et al., 2020). Quando não identificada e tratada adequadamente, a depressão infantil pode comprometer significativamente a motivação e a capacidade de aprendizagem, perpetuando um ciclo de baixo desempenho acadêmico e sofrimento emocional (Do Nascimento et al., 2020; Rocha et al., 2021).

Crianças com dificuldades de aprendizagem apresentam uma incidência maior de sintomas depressivos, frequentemente devido à frustração por não atender às expectativas acadêmicas, o que resulta no desenvolvimento de sentimentos de inferioridade e baixa autoestima (Do Nascimento et al., 2020; Pereira, Da Silva, 2021). Esse quadro emocional impacta diretamente o desempenho acadêmico, criando um ciclo vicioso que prejudica a autoconfiança e agrava a dificuldade de aprender. Além disso, a combinação de desafios cognitivos e emocionais pode desencadear manifestações como insônia, alterações

no apetite e dificuldades de concentração, afetando ainda mais a capacidade de concentração e retenção de conteúdo (Do Nascimento et al., 2020).

Estudantes com transtornos de aprendizagem, como a dislexia, também apresentam uma maior propensão ao desenvolvimento de sintomas depressivos (Rocha et al., 2021). A estigmatização e a percepção de preguiça ou incapacidade geram frustração e desmotivação, criando um ciclo de desgaste emocional que agrava ainda mais as dificuldades acadêmicas (Pereira, Da Silva, 2021). A pressão por desempenho e o medo do fracasso podem intensificar os sintomas depressivos, prejudicando a autoestima e dificultando o enfrentamento dos desafios acadêmicos (Pereira, Da Silva, 2021; Rocha et al., 2021). Em contextos de ensino superior, essa vulnerabilidade torna-se ainda mais evidente durante a transição para o internato, quando a separação das redes de apoio social e o aumento das exigências acadêmicas podem intensificar os quadros de ansiedade e depressão (Do Nascimento et al., 2020).

A compreensão dos efeitos da depressão no processo de aprendizagem é crucial para a formulação de estratégias que possam mitigar esses impactos (Gerlach et al., 2022). A depressão afeta funções cognitivas essenciais, como a memória, atenção e raciocínio crítico, prejudicando não apenas o desempenho acadêmico, mas também a formação profissional e a qualidade de vida dos estudantes (Montenegro-Pires, Alves de Sousa, 2022). Embora metodologias ativas de ensino, como o Aprendizado Baseado em Problemas (ABP), possam ser menos associadas à síndrome de Burnout, elas não mostram diferenças significativas na redução dos sintomas depressivos, e, em alguns casos, podem aumentar o estresse e a exaustão emocional dos alunos, tornando-os mais propensos a desenvolver sintomas depressivos (Montenegro-Pires, Alves de Sousa, 2022; Silva, Santos, Paula, 2020).

Além disso, a transição para fases mais avançadas do curso, como o oitavo período, é uma fase de vulnerabilidade, especialmente quando se considera o estigma em relação à busca por apoio psicológico, que impede muitos estudantes de procurarem o suporte necessário (Montenegro-Pires, Alves de Sousa, 2022). A sobrecarga de trabalho, a pressão por desempenho e a falta de apoio institucional são fatores que aumentam o risco de depressão entre estudantes universitários, comprometendo tanto o seu bem-estar quanto o seu desempenho acadêmico (Silva, Santos, Paula, 2020). Estudo sobre o impacto do estresse crônico e a ativação exacerbada do eixo hipotálamo-hipófise-suprarrenal indicam que esses fatores contribuem para a diminuição da neurogênese no hipocampo, afetando negativamente a memória e a aprendizagem (Pereira, 2020).

O impacto psicológico da depressão não se limita à diminuição das capacidades cognitivas, mas também se estende ao campo emocional, afetando a motivação para o aprendizado e o engajamento nas atividades educacionais (Pereira, 2020). A presença de sintomas como fadiga, desinteresse e isolamento

social pode prejudicar ainda mais a capacidade dos alunos de participar plenamente de seu processo educacional, levando a uma redução no desempenho acadêmico (Pereira, 2020; Vieira, 2021). Dada a complexidade dessa relação, é fundamental que as instituições educacionais implementem estratégias de intervenção adequadas, que incluam suporte psicopedagógico e políticas que promovam o bem-estar emocional dos estudantes (Gerlach et al., 2022).

A preocupação com a saúde mental no ambiente acadêmico deve ser uma prioridade, pois a negligência desse aspecto pode ter sérias consequências, afetando não apenas o desenvolvimento acadêmico e profissional dos estudantes, mas também a qualidade de vida dos indivíduos (Vieira, 2021; Pereira, 2020). Além disso, a falta de suporte psicológico adequado pode comprometer a formação de profissionais em diversas áreas do conhecimento, gerando impactos a longo prazo. Por isso, é fundamental a adaptação das metodologias de ensino e a promoção de um ambiente equilibrado, de modo a diminuir os efeitos da depressão e garantir um processo de aprendizagem mais inclusivo e eficaz (Vieira, 2021).

#### 4. CONCLUSÃO

A depressão é uma condição psiquiátrica complexa e prevalente que impacta profundamente o processo de aprendizagem, afetando funções cognitivas essenciais como memória, atenção, motivação e concentração. Esses déficits prejudicam diretamente o desempenho acadêmico, criando um ciclo de desmotivação e frustração que agrava os sintomas depressivos. No contexto educacional, especialmente em áreas exigentes como na saúde, a pressão acadêmica e a falta de suporte psicológico adequado intensificam esses efeitos, aumentando o risco de ideação suicida entre os estudantes e comprometendo a qualidade do aprendizado.

A pandemia de COVID-19 e a adoção do ensino remoto exacerbaram ainda mais essas dificuldades, expondo vulnerabilidades já existentes e criando novos fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos emocionais. A falta de políticas públicas eficazes, o estigma em torno do tratamento psicológico e a escassez de espaços de acolhimento nas instituições educacionais agravam ainda mais a situação. Sem o suporte adequado, muitos alunos ficam vulneráveis, sem recursos para lidar com os efeitos da depressão, o que piora seu bem-estar e seu desempenho acadêmico.

Diante desse cenário, é crucial que as instituições de ensino reconheçam a importância de integrar o cuidado com a saúde mental ao contexto acadêmico. Oferecer suporte psicopedagógico adequado e implementar abordagens pedagógicas que considerem as dificuldades emocionais dos estudantes pode ajudar a mitigar os efeitos adversos da depressão. Promover um ambiente mais saudável e inclusivo para o aprendizado não deve ser uma responsabilidade individual, mas um compromisso institucional, garantindo

que todos os alunos tenham as condições necessárias para aprender de forma plena e eficaz, promovendo o equilíbrio entre o bem-estar emocional e o desempenho acadêmico.

## REFERÊNCIAS

COSTA, LVVT et al. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade em alunos de terapia ocupacional submetidos a metodologias ativas de ensino. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, PR, v. 4, n. 4, p.17671-17686, 2021.

DE BRITO, Vitória Feitosa et al. O ensino remoto e pandemia: saúde mental e vivências subjetivas dos adolescentes. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, v. 17, n. 50, p. 464-487, 2024.

DO NASCIMENTO, Gláucia Monteiro et al. **Dificuldades de aprendizagem e depressão infanto juvenil no contexto escolar: intervenções**. 2020.

DO NASCIMENTO, João Pedro Oliveira et al. **A depressão infantil no rendimento escolar**. 2020.

ESTEVES, Cristiane Silva et al. Avaliação de sintomas depressivos em estudantes durante a pandemia do COVID-19. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, v. 9, n. 1, p. 9-17, 2021.

FARIA, Henrique Larenas; SILVA, Wesley Kaique. A comédia como ferramenta para o tratamento da depressão. *Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde*, v. 7, n. 12, p. 63-74, 2022.

GERLACH, Cláudia Miró et al. Sintomas de ansiedade, depressão e estresse em residentes multiprofissionais de um hospital público. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 7, p. e15711729774-e15711729774, 2022.

LELIS, Karen de Cássia Gomes et al. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, n. 23, p. 9-14, 2020.

MONTENEGRO-PIRES, Júlia Leite; ALVES DE SOUSA, Milena Nunes. Depressão entre estudantes de Medicina no ano de 2022: um estudo comparativo entre o ensino tradicional e o ativo. *CES Medicina*, v. 36, n. 3, p. 9-25, 2022.

PEREIRA, Inês Isabel de Campos. **Relação entre depressão e perda de capacidade olfativa**. 2020. Tese de doutorado.

PEREIRA, Mara Dantas; DA SILVA, Joilson Pereira. Fatores associados à autoeficácia, ansiedade e depressão em estudantes disléxicos: revisão integrativa da literatura. *Revista Thêma et Scientia*, v. 11, n. 2, p. 59-78, 2021.

ROCHA, Monique Ferreira et al. O desencadeamento da ansiedade e da depressão no âmbito acadêmico: uma revisão de literatura. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, v. 8, n. 24, p. 20-32, 2021.

SILVA, AVV da; SANTOS, Helisandra dos Reis; PAULA, Luiz Henrique. Os desafios enfrentados no processo de ensino e aprendizagem em tempos de pandemia nos cursos de graduação. *Anais VII CONEDU-Edição Online*. Campina Grande: Realize Editora, 2020.

SANTO DA LUZ, Ana Clara Espírito; DE CASTRO FÉLIX, Luana Carla; DE ALMEIDA LOPES, Letícia. Impacto do declínio do desempenho cognitivo natural nos processos de aprendizagem e inclusão digital. *Humanidades em Diálogo*, v. 11, p. 171-181, 2022.

VIEIRA, Adriane et al. **Efeitos dos programas de residência na aprendizagem e na qualidade de vida dos profissionais de saúde**. 2021.