

CONSEQUÊNCIAS DA PRESSÃO POR RESULTADOS EM MATEMÁTICA NO ENSINO MÉDIO E SUAS IMPLICAÇÕES

Josivan Pereira Jansen ¹
Mauro Guterres Barbosa ²

RESUMO

O presente trabalho objetiva realizar uma análise sobre a pressão por melhor desempenho em Matemática no Ensino Médio, investigando seus efeitos nos vínculos sociais, na saúde emocional e na autoimagem dos estudantes. Considera-se que a busca por alto desempenho, somada ao estereótipo da Matemática como ‘disciplina dos gênios’, potencializa estresse, ansiedade e fadiga mental, extrapolando o ambiente escolar e atingindo dimensões psicossociais. Para tanto, definimos as seguintes questões investigativas: como essa pressão influencia os jovens? Quais são as percepções e estratégias adotadas por alunos e professores para se alto desempenho? A pesquisa adota abordagem quali-quantitativa, combinando observações em sala de aula e no espaço escolar com aplicação de questionários semiestruturados via Google Forms. Participaram um professor de Matemática e 94 estudantes das três séries do Ensino Médio, nos turnos matutino e vespertino, de uma escola pública estadual, em São Luís-MA. Os questionários, compostos por perguntas abertas e fechadas, buscaram compreender percepções sobre a pressão por resultados, o aumento de responsabilidades, a presença ou ausência de ansiedade diante dos conteúdos e a avaliação do papel individual no processo de ensino-aprendizagem. Os dados foram analisados por meio de análise temática e estatística descritiva, permitindo integrar aspectos qualitativos e quantitativos. O referencial teórico foi estruturado em três seções: impactos da pressão acadêmica na Matemática (Tomazi et al, 2025); consequências emocionais e implicações sociais, baseado em Han (2015); e cognitivas do estereótipo da disciplina (Silveira, 2015). Espera-se que os resultados permitam diagnosticar causas e efeitos da pressão por notas, fornecendo subsídios para políticas educacionais mais equilibradas e práticas pedagógicas que promovam desempenho acadêmico aliado à preservação da saúde mental.

Palavras-chave: Matemática, Ensino médio, Ansiedade, Estresse, Pressão Acadêmica.

INTRODUÇÃO

É notório que a busca por melhores notas em Matemática no Ensino Médio tem estimulado uma cobrança excessiva que impacta diretamente a saúde mental dos estudantes, gerando estresse, ansiedade, fadiga e, em muitos casos, a sensação de inferioridade e exclusão social. Essa situação se agrava pelo estereótipo de que a Matemática é uma disciplina reservada a “gênios” e “vencedores”, o que contribui para a formação de um complexo de

¹ Graduando do Curso de Matemática Licenciatura da Universidade Estadual do Maranhão - MA, josivan.jansenoadm@gmail.com;

² Orientador: Doutor em Educação em Ciências e Matemática da Universidade Estadual do Maranhão - MA, maurobarbosa@professor.uema.br.





inferioridade e da chamada ‘síndrome do impostor’. Nesse cenário, aqueles que possuem mais recursos, como aulas de reforço, acabam estando em vantagem, enquanto os alunos com menos oportunidades têm sua autoestima abalada, veem suas expectativas frustradas e encontram mais barreiras para permanecerem na chamada “corrida acadêmica”.

Dessa forma, o problema ultrapassa o âmbito escolar e atinge dimensões psicossociais, limitando o valor do indivíduo a números e notas. Nesse sentido, a pesquisa se mostra relevante, pois busca investigar de que forma a pressão por melhores notas em Matemática modela os vínculos sociais, sustenta estados emocionais ansiosos e influencia os jovens em sua concepção de si mesmos. Além disso, pretende refletir até que ponto a educação pode humanizar ou perpetuar um modelo que exclui e adocece os estudantes, trazendo à tona a necessidade de um olhar crítico sobre as práticas pedagógicas e as políticas educacionais.

Diante desse pressuposto, considera-se que a pressão por altos desempenhos em Matemática contribui para a desigualdade social no ambiente escolar, além de gerar adoecimento emocional e exclusão, uma vez que nem todos possuem as mesmas condições de preparo e recursos.

Assim, esta pesquisa pretende diagnosticar os efeitos da cobrança por notas em Matemática no Ensino Médio e propor reflexões que contribuam para um processo educativo que priorize não apenas o desempenho, mas também o bem-estar social e emocional dos estudantes.

METODOLOGIA

É indiscutível que a metodologia corresponde ao conjunto de métodos e técnicas utilizados para observar, aplicar e coletar dados com a finalidade de alcançar resultados consistentes, sendo essencial para a validação e conclusão desta pesquisa. Nesse sentido, adotou-se uma abordagem quali-quantitativa, combinando observação em sala de aula, análise do espaço escolar e aplicação de questionário semiestruturado, de forma a investigar os impactos psicossociais da pressão por melhores notas em Matemática no Ensino Médio. As observações foram realizadas em turmas de diferentes séries, com atenção especial às interações entre professores e alunos, às reações diante de erros, à ansiedade frente aos desafios matemáticos e às práticas pedagógicas empregadas.





O campo de estudo foi em uma escola pública, localizada em São Luís-Maranhão, no bairro Cidade Operária. A instituição pertence à rede Estadual de Ensino, funciona em tempo integral e atende alunos da região e de bairros adjacentes. Conta com nove salas de aula do Ensino Médio, biblioteca, cantina, pátio amplo, quadra esportiva e atividades de desenvolvimento psicossocial. Na área de Matemática, dispõe de quatro professores responsáveis por Matemática Financeira, Letramento Matemático e Matemática da Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

O público-alvo da pesquisa foi composto por 94 estudantes das três séries do Ensino Médio, nos turnos matutino e vespertino. Para complementar as observações, aplicou-se um questionário online, elaborado no *Google Forms*, contendo treze perguntas — dez objetivas e três subjetivas — direcionadas a um professor de Matemática e aos alunos da escola. Antes da aplicação do questionário, foi realizado um levantamento prévio por meio de observações em diferentes espaços da instituição, com a finalidade de contextualizar e validar as dimensões investigadas. As atividades ocorreram entre 05 de maio e 15 de junho de 2025.

Os dados foram tratados por meio da análise temática e da estatística descritiva, permitindo o confronto entre informações qualitativas e quantitativas. Ressalta-se que algumas variáveis, como alimentação e sono, ultrapassam cem por cento das respostas, o que evidencia a ocorrência simultânea de diferentes problemas relatados pelos estudantes. Dessa forma, a metodologia adotada busca diagnosticar os fatores que contribuem para a pressão por notas em Matemática e apontar possibilidades para práticas e políticas educacionais mais equilibradas.

REFERENCIAL TEÓRICO

É notório que a matemática teve início com a contagem simples e evoluiu com os povos da Mesopotâmia e do Egito, assim a Matemática desempenhou um importante papel na construção do desenvolvimento das primeiras civilizações, ou seja, ela foi essencial à organização econômica, social e religiosa. Portanto, historicamente, as concepções matemáticas surgiram da necessidade de resolver problemas relevantes na prática ou na teoria, uma vez que, essa evolução mostrou que a Matemática passou do concreto ao abstrato (justamente nessa transição que é um dos maiores desafios dos alunos no processo de ensino-aprendizagem).



Diante dessa inércia, a construção da ciência Matemática, pelos fatos apresentados, notamos que a expressão a “*Matemática é difícil*” remota desde a Antiguidade. Na cultura ocidental, para ingressar na Escola Pitagórica, os candidatos interessados no ingresso ao instituto, deveriam passar por provas extremamente difíceis: passar a noite em cavernas (acreditavam que viviam monstros), passar doze horas dentro de uma cela com apenas água e pão, visando descobrir o sentido dos símbolos pitagóricos. Após passar por essas provas, já ingresso, o “calouro” era submetido a quatro etapas: a preparação, essa etapa consistia no silêncio absoluto do aluno (não tinham o direito de perguntar nada sobre o ensinamento), o aluno deveria: calar, praticar o silêncio e a meditação, ou seja, a ordem era apenas pensar no que ouvia; a purificação, visava o contato direto com o mestre, ou seja, uma inserção completa e racional da doutrina oculta; a perfeição, essa etapa consistia o domínio completo dos ensinamentos do mestre, além disso, o preparo para a epifania. Esta estava baseada na conexão com o divino, ocorrendo a compreensão completa da realidade. Assim, o aluno “teria” a chave do ser, da ciência e da vida. (Silveira, 2015)

Note que enquanto Pitágoras visava levar seus discípulos a purificação, por meio da ciência dos números, o professor pretende ensinar os conteúdos matemáticos, e através de uma avaliação, verificar se o aluno está apto para seguir as séries seguintes, ou seja, o professor tem o poder de aprová-lo ou reprová-lo. Nesta conjectura podemos ver que Pitágoras cristalizou a ideia da complexidade da Matemática.

Note que:

Percebe-se que, na época de Pitágoras, a matemática era vista com caráter religioso, diferente da matemática da escola atual, que é vista como uma disciplina obrigatória nos currículos escolares e que tem como principais objetivos desenvolver o raciocínio lógico, a capacidade de abstrair, generalizar, projetar, etc. Devido a todas estas capacidades que a escola julga desenvolver nos seus alunos é que se atribui tanto valor à matemática, inclusive como elemento selecionador para escolas e concursos públicos. (Silveira, 2015, p.45)

Diante desse pressuposto, nota-se que a Matemática no tempo de Pitágoras era de caráter religioso e filosófico, enquanto hoje tem caráter lógico. Destarte, em cada época a Matemática apresentava suas “enfermidades”. Assim, como na época de Pitágoras em que se valorizava o desempenho, se o aluno não fosse aprovado nas provas, que eram extremamente difíceis, eram ridicularizados com ironia e sem piedade, por não alcançar tal proeza. Enquanto, na atualidade, conteúdos são apresentados para o estudante como um elemento



selecionador de alunos, para escolas, concursos e vestibulares. Desta forma, funciona como um mecanismo de exclusão, selecionando, classificando, e filtrando os mais bens colocados, rotando alunos em números, pois os dias de hoje, a preparação dos alunos não é para a vida, mas para “provas” (concursos e vestibulares), conseqüentemente, trazendo efeitos profundos e perversos.

Em virtude, da concepção complexa crescente da Matemática, emergiu a ideia de que Matemática é um “dom”, é para “gênios”, é “difícil”. Contudo, esta visão ignora o fato de que a Matemática nasceu da necessidade humana decorrente de seu cotidiano, uma vez que acessível a todos. O estereótipo de que a Matemática é um “dom”, só para gênios, nada mais é, que o conjunto de ações, como: persistência, estratégias adequadas e o estímulo à lógica matemática. Desde modo, quando o professor enfatiza o conteúdo abstrato, sem fazer um *link* com a realidade do aluno, a disciplina acaba se tornando algo intangível, inalcançável, pois vivemos em uma época da sociedade que prioriza a sociedade do desempenho.

Para o autor, a sociedade do desempenho, é a sociedade cansada, obediente e uma sociedade do controle, sendo que esta corre atrás do número (desempenho). E os percalços para obter os melhores resultados (números) acabam gerando uma corrida subumana, em que nem todos tem condições para competir de forma igual. Como podemos notar abaixo:

A sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar, mas uma sociedade de desempenho. Também seus habitantes não se chamam mais “sujeitos da obediência”, mas sujeitos de desempenho e produção. São empresários de si mesmos. Nesse sentido, aqueles muros das instituições disciplinares, que delimitam os espaços entre o normal e o anormal, se tornaram arcaicos. (...) as modificações psíquicas e topológicas que se realizaram com a mudança da sociedade disciplinar para a sociedade do desempenho. Também aquele conceito da “sociedade de controle” não dá mais conta de explicar aquela mudança. Ele contém sempre ainda muita negatividade. (Han, 2015, p. 23-24)

Vivemos em uma sociedade que cada vez prioriza e enfatiza o desempenho individual, assim aquele indivíduo que sobressai sobre os demais é considerado o mais rápido e mais produtivo, ou seja, é um indivíduo obediente, inteligente, um indivíduo que dificilmente desrespeita as leis, as autoridades e/ou instituições. Assim, a sociedade do desempenho é um disfarce para a “sociedade do controle”, pois o indivíduo não consegue mais perceber as mudanças que estão acontecendo ao seu redor, ficam presas em uma corrente das instituições com os modos “vigilância” e “punição”. Portanto, gera pessoas frustradas e fracassadas, pois como muitos não atingem tal *status*, onde são marcados pela síndrome de inferioridade, pois



se automutilam por nunca serem o suficiente, acabando se decepcionando na vida por não alcançarem a meta da “sociedade do desempenho”.

Diante do pressuposto, percebe-se que as doenças psicossociais, tais como ansiedade, depressão, síndrome de inferioridade, síndrome do impostor não são por acidentes, mas sintomas de um sistema que glorifica a positividade e exclui o fracasso e falha. Destarte:

(...) a pressão é realizada de tal forma que os professores se sentem culpados quando o resultado não é o esperado, logo, eles consideram que não ensinaram da forma correta ou que os alunos não aprenderam. Dessa maneira, a pressão e os ranqueamentos causam tensões nos professores [e/ou alunos]. (Tomazi et al, 2025)

Logo, enquanto a sociedade disciplinar ainda possibilita espaço de resistência, a sociedade do desempenho minimiza a noção de exterioridade, fazendo com que o indivíduo se sinta responsável por seu próprio sofrimento. O fracasso, portanto, não é uma prerrogativa, porém o resultado inevitável de uma máquina social que dissipa a si mesma. (Han, 2015)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da pesquisa foram significativos e mostram a importância de trabalhar tanto a parte intelectual quanto a psicológica. E os resultados foram os seguintes: uma pergunta do questionário era a rotina matinal e a qualidade de sono dos alunos antes das aulas: “*não me alimento antes*” (20, 2%), “*me alimento pouco*” (14, 9%), “*costumo ir para a aula sem tomar café*” (24, 5%), “*não sinto vontade de tomar café pela manhã*” (18, 1%) percebe-se que uma grande parcela (77, 7%) dos estudantes inicia as atividades escolares em jejum ou com alimentação insuficiente, isso somados com a pressão por melhores resultados atrapalham o processo de ensino aprendizagem dos alunos e contribuir para alavancar os problemas psicossociais.

Segundo (Zink, 2020, p.8):

Atualmente existem inúmeras informações sobre a alimentação adequada para o desenvolvimento e crescimento (...), tendo uma garantia de um futuro com uma saúde adequada. (...) Desses inúmeros fatores, citamos a alimentação, que possui um papel fundamental no desenvolvimento cerebral e cognitivo, e ainda, é capaz de influenciar em outros fatores como inteligência, a memória, a concentração e a aprendizagem. Percebe-se que o estudante bem alimentado possui melhor disposição, maior competência em relação a suas habilidades, bom humor na realização das atividades, melhora e facilidade no seu aprendizado.

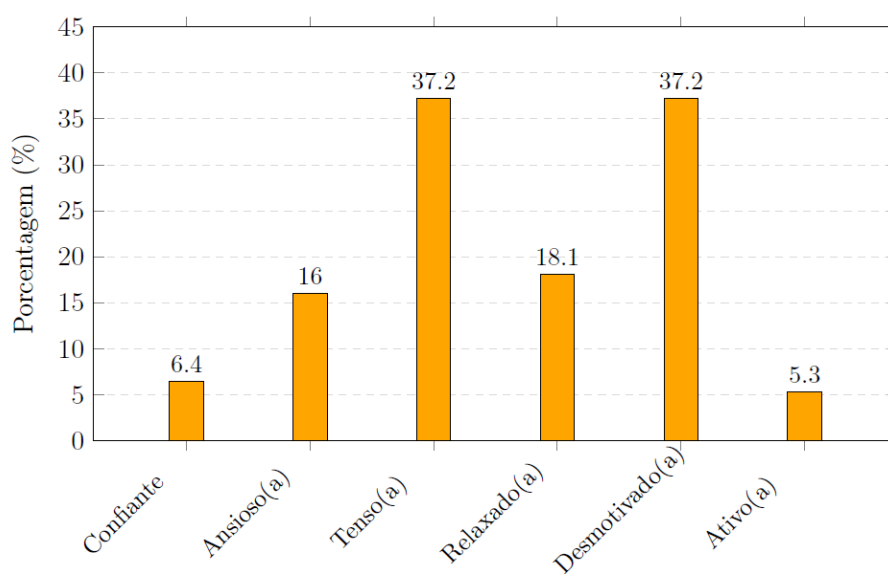


Outro fator determinante que atrapalha o processo de ensino-aprendizagem são as horas dormidas. A falta de sono nessa geração é eminente, muitos jovens passam muitas horas *online*, seja jogando, seja nas redes sociais, acabam tendo uma rotina cansativa, logo a falta de sono não é somente um desconforto individual, ela atrapalha o processo de ensino-aprendizagem, uma vez que abala as funções cognitivas, emocionais e fisiológicas essenciais para a aprendizagem. Medina (2014) em seu livro “*Os 12 princípios do cérebro*” evidência que estudos comprovam que a vida privada de sono, ou seja, uma vida com menos de sete horas por dia dormida, acarreta uma queda significativa acadêmica, por mais que seja um aluno exemplar. Logo, a necessidade de uma boa qualidade de sono é de suma importância para os estudantes, interferindo no desempenho escolar. Desta forma, tem-se:

Pensar no sono alinhado ao processo de ensino-aprendizagem é urgente e necessário; isso porque o ato de dormir é indispensável para o pleno funcionamento do nosso corpo, bem como cumpre, realmente, um papel importante para o aprendizado, desde o nível de concentração à capacidade de memorização. Assim, boas noites de sono também devem fazer parte do cronograma de estudos. (Silva, 2023, p.9-10)

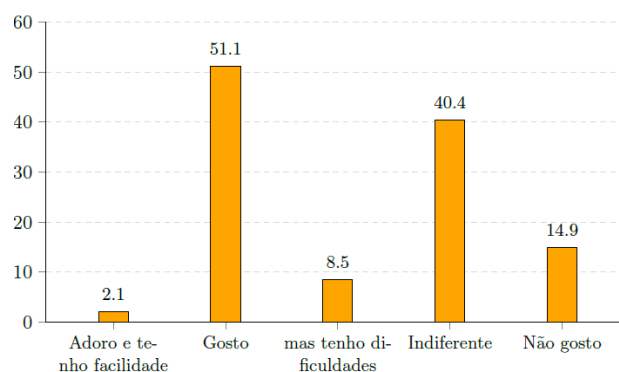
Somando uma alimentação saudável e horas de sono bem são hábitos essenciais para crescer com saúde, que contribuirá para que o processo de ensino-aprendizagem seja o melhor possível, com isso desenvolvendo emoções equilibradas. Destarte, no âmbito escolar, esses dois fatores fazem toda a diferença no desempenho dos jovens e sofrem menos com a pressão por melhores notas em Matemática.

A experiência que os estudantes (Figura 1 e Figura 2) têm com a Matemática se manifesta pela complexa integração entre fatores mostrados nos gráficos anteriores. Mediante esses fatores, corroborando que as metodologias apresentadas fracassam miseravelmente, pois não se trata apenas de fatores externos, mas internos também. Não adianta ter melhores



ferramentas metodológicas se não souber usá-las. Assim, analisando nos gráficos abaixo, pode-se verificar que em grande parte da amostra se sentiu “*ansioso(o), desmotivado(a), tenso(a), nervoso(a), confiante ou pânico nas aulas ou nas avaliações de Matemática.*” Além disso, uma grande parcela “*gosta, mas tem dificuldades*” ou “*odeia e tem grande dificuldade*”. Ou seja, conclui-se que o ambiente escolar está em uma crise bioemocional que se refere à energia vital que flui por meio do corpo humano, que tem como influência não somente o estado físico, porém também o emocional e mental. Essa energia é considerada de extrema importância, pois é uma força essencial que pode ser manipulada e equilibrada para promover a saúde e o bem-estar. (Celestino, 2025). Isso evidencia que muitos jovens estão doentes dentro de sala de aula, enquanto isso, são jogados conteúdos e mais conteúdo.

Figura 1: Dificuldade em Matemática

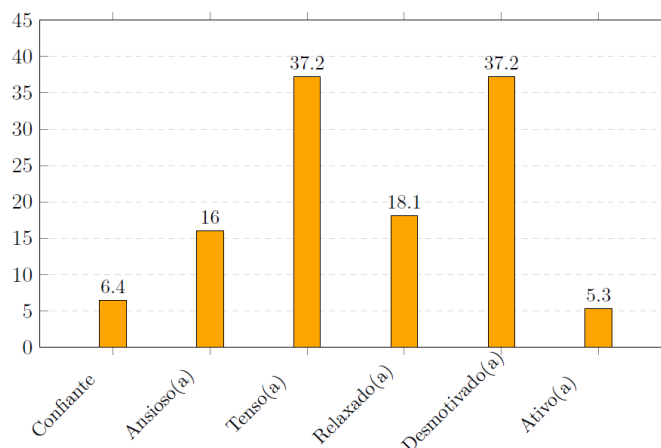


Fonte: Elaborado pelo autor

Na transição da sociedade disciplinar (voltada para a disciplina do cidadão, ou seja, ‘moldar corpos’, regular comportamentos e organizar vidas) para a sociedade do desempenho (foco excessivo nas responsabilidades e iniciativas), trouxe vários efeitos “colaterais”, entre eles a depreensão. Visto que às vezes o indivíduo não consegue atingir tal meta, logo, fracassam, causando grandes impactos psicossociais. Assim como no tempo de Pitágoras, os candidatos à escola Pitagórica tinham que passar por várias provas e muitas vezes difíceis, hoje os estudantes são obrigados a fazerem vários exames, testes, atribuições a fim de provar suas capacidades e intelecto. Apesar dos esforços, nem todos conseguem, consequentemente gera fracasso. (Lopes; Albrecht, 2021)



Figura 2: Como os alunos se sentem na aula de Matemática?



Fonte: Elaborado pelo autor

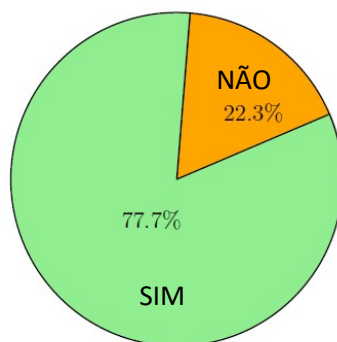
Corroborando o gráfico abaixo (Figura 3), no questionário do professor, tem-se a seguinte pergunta: “*Considera a existência de alguma pressão por melhores notas em Matemática vinda por parte do professor? Se sim, justifique.*” A resposta do professor foi: “*Sim o próprio sistema exige que o aluno se sinta impressionado.*” Diante dessa, a resposta do professor foi muito interessante, pois mostra que o professor também é pressionado pelo “sistema” a pressionar os alunos. Note que na fala do professor, percebesse que a pressão do professor não é uma escolha própria do docente, mas sim uma cobrança por parte do sistema educacional vigente, incluindo as políticas públicas, Base Nacional Comum Curricular (BNCC), avaliações externas, como o ENEM, entre outros. Sendo que vivemos um sistema educacional falido que acaba prejudicando ainda mais o aluno e contribuindo para o fracasso e os problemas psicossociais. Como pode-se ver:

Sistema educacional deficiente: Apesar dos avanços do setor, um sistema deficiente pode prejudicar o aprendizado e a atitude vencedora do aluno. A falta de incorporação de estilos diversos de aprendizagem e ensino pode afetar um conjunto de alunos que não prefere o estilo seguido atualmente. A atitude e o comportamento do corpo docente em relação aos alunos podem ser outra razão por trás de seu fracasso. Ajudá-los a definir um bom roteiro para o sucesso e erguê-los em seus pequenos fracassos pode dar-lhes muita energia positiva. (Lopes, Albrecht, 2021, p.7)



Uma das perguntas foi sobre as cobranças que, na maioria das vezes, vêm deles mesmos, dos pais e/ou professores/escola, isso faz com que o estudante acredite que só é valorizado quando for ‘melhor’, o que abala a autoconfiança quando o resultado não é esperado. O excesso de responsabilidade traz uma sensação de que o futuro pode ser esmagador, causando estresse crônico e um adulto frustrado por não ter atingido tal meta, colocado sobre seus ombros. Isso é corroborado com a resposta de um aluno a pergunta: *“Existindo uma pressão por parte dos professores e da diretoria sobre os alunos para obter melhores notas em Matemática, você sente algum incômodo psicológico? Se sim, qual(is)?”* Um estudante responde: *“Talvez. Odeio me sentir insuficiente e se sou cobrada, odeio decepcionar as expectativas colocadas em mim”*. Outro aluno responde: *“Sim, é muito comum que essa pressão por boas notas em Matemática cause incômodos psicológicos como ansiedade, medo de errar, insegurança, etc.”* Note que a maioria dos alunos sente algum tipo de incômodo psicológico.

Figura 3: Pressão por altas notas em Matemática



Fonte: Elaborado pelo autor

Assim, é pertinente que há uma pressão do sistema educacional para o professor e do professor para o aluno. Uma vez que o docente compreende que a sobrecarga do órgão responsável sobre o estudante e, provavelmente, sobre si mesmo também.

Outra questão é sobre o professor ignorar o aluno, isso causa agonia, como tem-se na fala de um estudante: *“Sim, quando tenho uma dúvida o professor faz questão de me ignorar e faz comentários...”* Isso acaba gerando uma sensação ruim ao aluno, e fazendo com ele fique mais retraído e ficando com medo de fazer algum apontamento. Portanto, diante dessa conjectura, fica a frase de um estudante como reflexão: *“Para ajudar nós alunos a lidar*

melhor com a pressão matemática, a sociedade pode desmistificar a matéria, mostrando sua utilidade no dia a dia. Os professores devem focar na compreensão e criar um ambiente seguro para errar. Os pais precisam valorizar o esforço e evitar comparações. Já a mídia pode apresentar a matemática de forma positiva, desfazendo estereótipos. Juntos, esses pilares criam um ambiente de aprendizado mais leve e eficaz.”

Na segunda parte do questionário do professor perguntou-se: *“os gestos e as falas do professor, em aula, demonstram algum tipo de pressão por boas notas em Matemática.”*, percebe-se que o professor tem ciência que a pressão para obter melhores notas aumenta o bloqueio do processo de ensino-aprendizagem do aluno, ou seja, dificulta possibilidade do aluno de aprender algo. Entretanto, analisando a pergunta: *“Que adaptações você faz para alunos com dificuldades em Matemática, em virtude de suposta pressão por melhores notas na mesma?”*, na resposta do professor mostra uma contradição, uma vez que quando ele diz: *“Busco uma sistematização mais simplificada para a turma”*, logo expressa um paradoxo, isto é, as suas tentativas são de adaptação dos conteúdos, porém sem apresentar clareza na sua metodologias. Corroborando essa ideia, tem-se: *“Considera a existência de alguma pressão por melhores notas em Matemática vinda por parte do professor? Se sim, justifique.”*, com resposta: *“Sim, o próprio sistema exige que o aluno se sinta pressionado.”*

Portanto, a pesquisa investigativa mostrou uma conjectura escolar de consciência sem ação. Isto é, o professor é ciente quanto aos efeitos prejudiciais pela excessiva cobrança por melhores notas em Matemática, entretanto demonstra estar algemado a um sistema que o cerceia na sua capacidade de tomar uma decisão e agir de maneira decisiva. Assim, essa situação alarmante só evidencia uma crise estrutural e uma falência da educação, o qual mostra que as instituições de ensino estão formando puramente máquinas de cálculo em vez de cidadãos. Sendo que, em vez da Matemática servir como um instrumento de libertação e pensamento crítico e lógico, transforma-se em um fator primordial de exclusão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Hoje os estudantes estão passando por constantes pressões externa e internamente. Recebem pressões em casa, na escola, entre a família e a sociedade. Todos eles exigem que eles deem resultados. Os melhores são rotulados pelos números acadêmicos. Ou seja, à sociedade do desempenho, a corrida desumana incessante por melhores notas, principalmente, em Matemática no ambiente escolar. Os alunos são rotulados por números. Assim, o aluno





nota 10 é o melhor, é aquele que irá se sair melhor que os outros na corrida, na competição. Essa corrida no Ensino Médio não se personifica somente como uma questão acadêmica, mas sim como um reflexo de uma sociedade enferma, onde nesses tempos, os jovens devem funcionar como máquinas de rendimento educacional, principalmente quando é relacionado a Matemática.

Portanto, entendemos que os jovens não devem ser vistos como competidores ou caçadores de boas notas, mas indivíduos em desenvolvimento que colherão talentos que estão escondidos atrás de pressões. Assim, a verdadeira meta não é somente melhorar as notas dos estudantes e, sim, impulsionar o desenvolvimento cognitivo dos jovens por inteiro.

AGRADECIMENTOS (Opcional)

“O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001”

REFERÊNCIAS

CELESTINO, Marcia. **O que é bioenergia emocional?** Psicologia com Márcia. Disponível em em: <https://psimarcia.com.br/glossario/o-que-e-bioenergia-emocional/>. Acesso 16 de junho de 2025.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

LOPES, S. C. M.; Albrecht, A. R. M. (2021). **A desmotivação escolar durante o ensino médio**. UNINTER. Disponível em <https://repositorio.uninter.com/bitstream/handle/1/1020/ADESMO~1.PDF?sequence=1>. Acesso em 18 de junho de 2025.

MEDINA, John J. **Brain Rules: 12 Principles for Surviving and Thriving at Work, Home, and School**. 2. ed. Seattle, WA: Pear Press, 2014.

SILVA, Thayza Torquia. **Sono e ensino-aprendizagem: uma análise das produções científicas acerca desta relação**. 2023. Monografia (Licenciatura em Pedagogia) – Campus do Sertão, Universidade Federal de Alagoas, Delmiro Gouveia, 2023.

SILVEIRA, Marisa Rosâni Abreu da. **Matemática, discurso e linguagens: Contribuições para a Educação Matemática**. 1. ed. São Paulo: Livraria da Física, 2015. 310 p. ISBN 978-85-7861-342-6.





TOMAZI, Fernanda; CAETANO, Richael Silva; BEZERRA, Renata Camacho. **A influência da pressão causada para atingir as metas da Prova Saeb de Matemática na prática do professor dos anos iniciais: uma Revisão Sistemática.** Ensino & Pesquisa, v. 23, n. 1, p. 9243-?, 2025. Disponível em Disponível em: <https://periodicos.unespar.edu.br/ensinoepesquisa/article/view/9243/6885>. Acesso em: 17 set. 2025.

ZINK, Patricia. **Alimentação como fator condicionante no processo de aprendizagem.** 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia) — Faculdade São Braz, Curitiba, 2020.

