

# **ESTRUTURA DO ATENDIMENTO PSICOLÓGICO OFERECIDA AO CADETE DA AERONÁUTICA DURANTE O ESTÁGIO DE ADAPTAÇÃO MILITAR<sup>1</sup>**

## ***THE STRUCTURE OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OFFERED TO AIR FORCE CADETS DURING MILITARY ADAPTATION TRAINING***

**Juliana Camberlin Rodrigues<sup>2</sup>**  
Maria Estela Ferreira do Nascimento<sup>3</sup>

### **RESUMO**

O início da jornada da formação militar dos Cadetes da Aeronáutica, que ocorre na Academia da Força Aérea (AFA), durante o Estágio de Adaptação Militar (EAM), é um período de novas vivências e de enfrentamento de diversos desafios. Com isso, durante o EAM, além da exigência de um bom preparo físico, é fundamental que o militar esteja de igual forma preparado emocionalmente, visto que será adaptado à rotina do Cadete da Força Aérea Brasileira e da Academia da Força Aérea, sendo necessário que possua boa saúde mental a fim de que supere os desafios dessa fase nova. Diante disso, o atendimento psicológico durante a formação militar se faz válido, visto que auxilia em diversos fatores como: promoção do bem estar emocional, controle e manejo do estresse, aumento da resiliência e aumento da inteligência emocional. Através do atendimento psicológico, é possível receber suporte e orientações sobre como lidar da melhor forma possível com as emoções e sentimentos, principalmente quando se trata do ambiente militar. Desta forma, o objetivo desta pesquisa é analisar se o atendimento psicológico oferecido pelo Corpo de Cadetes da Aeronáutica (CCAer) contribuiu com a saúde mental do estagiário durante o Estágio de Adaptação Militar 2024. Além disso, este estudo oferece a oportunidade de avaliar os resultados advindos de um questionário aplicado nos Cadetes do 1º Esquadrão da AFA, que avalia a frequência da procura pelo atendimento psicológico, o momento dessa procura, além da opinião desses Cadetes acerca da contribuição do atendimento psicológico do CCAer na saúde mental do estagiário. Para tal, apresentar-se-à uma introdução ao tema e, logo após, serão apresentados conceitos relacionados a este estudo, como Saúde mental, Atendimento psicológico, Psicoterapia breve, AFA, EAM e Atendimento psicológico no EAM. Em seguida, serão descritos os métodos de análise utilizados neste trabalho, como pesquisa bibliográfica e documental, além de uma pesquisa de campo do tipo de opinião, com análise quantitativa dos dados. Ademais, foi feita uma interpretação dos dados quantitativos encontrados na pesquisa de opinião com a finalidade de analisar se o atendimento psicológico contribuiu com a saúde mental do estagiário durante o EAM 2024. Por fim, concluiu-se que esse atendimento contribuiu com a saúde mental dos estagiários, porém houve uma baixa procura por parte destes militares.

**Palavras-chave:** Atendimento psicológico; Estágio de Adaptação Militar (EAM); Saúde mental.

---

<sup>1</sup>Artigo de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Formação de Oficiais Intendentes (CFOInt) da Academia da Força Aérea (AFA).

<sup>2</sup>Cadete Intendente do 4º Esquadrão (Turma Árion, 2024).

<sup>3</sup>Professora Doutora em Ciências Sociais pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, Brasil (2006). Professora Titular do Quadro do Magistério Superior da Aeronáutica. E-mail: mariaestela519@gmail.com.

## ABSTRACT

The beginning of the military training journey for Air Force Cadets, which takes place at the Air Force Academy (AFA) during the Military Adaptation Stage (EAM), is a period of new experiences and facing various challenges. During the EAM, besides the requirement of good physical preparation, it is crucial that the military personnel are equally emotionally prepared, as they will be adapted to the routine of the Brazilian Air Force Cadet and the Air Force Academy, needing to possess good mental health in order to overcome the challenges of this new phase. Therefore, psychological support during military training is valid as it assists in various factors such as promoting emotional well-being, stress control and management, increased resilience, and enhanced emotional intelligence. Through psychological support, it is possible to receive guidance and advice on how to best handle emotions and feelings, especially in the military environment. Thus, the objective of this research is to analyze whether the psychological support offered by the Air Force Cadet Corps contributed to the mental health of the trainee during the Military Adaptation Stage 2024. Moreover, this study offers the opportunity to evaluate the results derived from a questionnaire applied to the Cadets of the 1st Squadron of the AFA, which assesses the frequency of seeking psychological support, the timing of this pursuit, as well as the Cadets' opinions about the contribution of the CCAer's psychological support to the trainee's mental health. To this end, an introduction to the topic will be presented, followed by concepts related to this study, such as Mental Health, Psychological Support, Brief Psychotherapy, AFA, EAM and Psychological Support in the EAM. Next, the analysis methods used in this work will be described, such as bibliographic and documentary research, as well as a field research of opinion type, with quantitative data analysis. Furthermore, an interpretation of the quantitative data found in the opinion survey was made to analyze whether psychological support contributed to the trainee's mental health during the EAM 2024. Finally, it was concluded that this support contributed to the trainees' mental health, although there was a low demand from these military personnel.

**Keywords:** Psychological support; Military Adaptation Stage (EAM); Mental health.

## INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2013), ter uma boa saúde mental é fundamental para desenvolver resiliência diante de situações de adversidade e estresse, além de auxiliar no convívio em grupo, dessa forma, os serviços de apoio psicológico são uma parte essencial no cuidado com a saúde. Ademais, Bleger (1984) explica que possuir uma boa saúde mental é um fator essencial não apenas para possuir ausência de doenças, mas também para o desenvolvimento das pessoas e da comunidade como um todo. Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde (2024) define saúde mental como um estado de bem-estar em que o indivíduo é capaz de utilizar suas habilidades pessoais para lidar com os desafios da vida e contribuir para a sociedade, incluindo o ambiente organizacional.

Sendo assim, segundo o Ministério da Saúde (2001), a saúde mental é um tema fundamental de debate a ser enfrentado por muitas organizações em seu ambiente de trabalho, pois dependendo do lugar de destaque que o trabalho ocupa na vida de um cidadão, pode abalar o valor que o jovem atribui a si, afetando diretamente sua autoestima, gerando sentimentos de menos-valia, angústia, insegurança, desânimo e desespero, podendo caracterizar quadros de ansiedade e depressão. Essas questões ressaltam a complexidade da relação entre a saúde mental e o ambiente profissional em várias instituições e, também, na Academia da Força Aérea, já que como o trabalho é percebido e vivenciado pelo jovem Cadete da Aeronáutica pode impactar diretamente sua saúde mental e o seu desempenho profissional nas diversas atividades em que será inserido durante sua participação no Estágio de Adaptação Militar (EAM).

Devido a isso, a importância do cuidado com a saúde mental no ambiente de trabalho, sendo este um ambiente militar pertencente à Força Aérea Brasileira (FAB) também se faz válido, pois o militar exercita diariamente sua resiliência e sua capacidade de enfrentar desafios, principalmente no período inicial da carreira. Este período inicial é chamado de Estágio de Adaptação Militar e é o momento em que o estagiário - nome dado ao Cadete durante o EAM - enfrenta diversos treinamentos físicos e psicológicos (Brasil, 2024). Nesta adaptação, os estagiários vivenciam uma rotina distinta dos Cadetes, para serem preparados para os desafios que serão enfrentados durante a formação militar dos Cadetes da Aeronáutica (Ministério da Defesa, 2024).

Consequentemente, a manutenção e monitoramento da saúde mental dos militares durante este período é importante, visto que diversos estímulos estressores são utilizados nesta fase da formação militar do Cadete, de forma que ele desenvolva atributos essenciais à vida na caserna, como controle emocional e resistência às frustrações (Ministério da Defesa, 2024). Dessa forma, durante o EAM, os estagiários podem ser atendidos, conforme solicitado, por oficiais capelães e também por psicólogos, com o objetivo de auxiliá-los em demandas emocionais (Ministério da Defesa, 2024).

Nesse contexto, o atendimento psicológico pode ser compreendido como uma relação que se estabelece entre duas ou mais pessoas. A parte específica ou particular dessa relação consiste em que um dos integrantes é um profissional da psicologia, e o outro necessita de sua intervenção técnica (Bleger, 2003). Desse modo, esse tipo de atendimento auxilia na manutenção da saúde mental do estagiário durante o EAM, pois através dele, o futuro Oficial da FAB receberá apoio psicológico, com o objetivo de auxiliá-lo na construção dos diversos atributos exigidos pela carreira militar.

Desse modo, a partir das informações acima, o objeto de estudo desta pesquisa é baseado na estrutura do atendimento psicológico oferecido ao estagiário durante o Estágio de Adaptação Militar, com ênfase na análise da sua contribuição para o término bem-sucedido desse período desafiador. Este atendimento pode acontecer em horários variados dentro do Corpo de Cadetes da Aeronáutica (CCAer), dependendo da necessidade do militar, sendo possível realizar a marcação da consulta através de ligação telefônica para a Seção de Psicologia do CCAer. Assim, este estudo visa oferecer uma compreensão mais abrangente da dinâmica entre a saúde mental dos estagiários durante o Estágio de Adaptação Militar e a efetividade do atendimento psicológico.

Diante disso, esta pesquisa é relevante pois investiga a importância deste atendimento disponibilizado aos Cadetes durante o período do EAM, visto que esta é a fase inicial da formação militar dos futuros líderes da Força Aérea Brasileira. Através desta pesquisa foi possível compreender esta estrutura de atendimento e relacioná-la com a saúde mental destes militares, visto que o atendimento psicológico é uma forma de acompanhar a saúde mental das pessoas, podendo ser uma ferramenta chave para tratamento de possíveis problemas psíquicos dos militares em formação.

Consoante a isso, a realização deste estudo se justifica pois contribui para o complemento do Curso de Formação de Oficiais Intendentes (CFOInt) da Academia da Força Aérea, pois os futuros líderes de uma moderna Força Aérea precisam ter conhecimento sobre saúde mental, visto que irão liderar diversas pessoas em organizações militares após 4 anos de formação na AFA. Além disso, este estudo auxilia na compreensão de como o atendimento psicológico pode afetar positivamente a vida do estagiário, de forma a incentivar a procura por ele. Desse modo, pretende-se contribuir não apenas com o desempenho individual dos futuros Oficiais da FAB, mas também no entendimento da importância da procura por auxílio psicológico quando necessário.

Em meio a este contexto, o presente estudo visa responder ao seguinte questionamento: **O atendimento psicológico do CCAer contribuiu com o estagiário durante o período do EAM 2024?**

Com isto, a hipótese formulada como possível resposta ao problema de pesquisa deste estudo é: o atendimento psicológico disponível aos estagiários contribui para a manutenção da saúde mental durante o EAM, deste modo, o militar consegue encontrar suporte para lidar com as demandas emocionais e psicológicas associadas ao processo de adaptação, o que auxilia no enfrentamento deste período, culminando em um maior êxito ao final dessa fase de adaptação militar.

Considerando o exposto, o presente trabalho tem como objetivo principal analisar se o atendimento psicológico do Corpo de Cadetes da Aeronáutica contribuiu para a saúde mental dos estagiários da Força Aérea Brasileira durante o Estágio de Adaptação Militar 2024.

Como objetivos específicos, a pesquisa visa:

- a) Descrever o conceito de saúde mental existente;
- b) Apontar a frequência da procura por atendimento psicológico durante o EAM; e
- c) Identificar em quais período do EAM houve procura por atendimento psicológico.

Diante disto, é importante ressaltar que este trabalho é uma pesquisa acadêmica exigida para o término do Curso de Formação de Oficiais Intendentes da Academia da Força Aérea. Através deste estudo inicial poderão surgir novas pesquisas, que contribuirão para a expansão do assunto abordado e, desta forma, serão de grande valia para a FAB, pois auxiliarão no entendimento dos tópicos tratados nesta pesquisa.

## **1 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **1.1 SAÚDE MENTAL**

A saúde mental é um tema que possui relevância em diversas organizações atualmente, dada sua influência em diferentes áreas da vida humana. Nesse sentido, a saúde mental pode ser compreendida como um conjunto de condições que propiciam ao indivíduo bem estar físico, mental e social (Bock *et al.*, 2001). Além disso, a Organização Mundial de Saúde (2024) define saúde mental como um estado de bem-estar que auxilia o indivíduo a lidar com desafios da vida e na sua contribuição com a sociedade.

Na mesma linha, Giacomoni (2004) cita que a noção de bem-estar é descrita em diversas pesquisas como felicidade, satisfação e estado de espírito vivenciados pelo indivíduo. De forma geral, Diener (1996) define esse termo como a avaliação feita pelas pessoas de suas próprias vidas. Essa autoavaliação do indivíduo está diretamente ligada à sensação de bem estar sentida por ele, pois a avaliação positiva feita sobre si mesmo é um dos componentes necessários ao sentimento de bem estar psicológico (Ryff; Keyes, 1995).

Sendo assim, a relevância do bem estar e saúde mental em organizações militares também possuem destaque, visto que, indivíduos que estão em processo de formação em academias militares, principalmente no primeiro momento dessa formação, enfrentam uma série de desafios e

mudanças significativas em relação a sua rotina anterior, fatores que implicam diretamente nos seus níveis de satisfação e bem estar pessoal e, conseqüentemente, influenciam sua saúde mental (Palma Rosinha, 2020).

Dessa forma, a disponibilidade de atendimento psicológico durante o período inicial da formação militar se faz válido, visto que, de acordo com a Norma Padrão de Ação (NPA) 185 (2018), que se refere ao Funcionamento da Seção de Psicologia do CCAer, é uma das formas de acompanhamento da saúde mental dos futuros líderes da Força Aérea Brasileira, além de monitorar seu desenvolvimento psicológico durante a vida na caserna.

Nesse contexto, como forma de preservar a saúde mental do militar e aumentar sua sensação de bem estar emocional, a implementação do atendimento psicológico em organizações militares se faz necessário. Esses profissionais especializados têm a capacidade de atuar nessas instituições oferecendo suporte psicológico através de atendimentos clínicos, suporte aos militares através de avaliações e acompanhamento de sua saúde mental (Barbosa, 2016). Essa forma de intervenção psicológica tem como objetivo promover a saúde e qualidade de vida dos militares em questão, de forma a aprimorar o bem estar e qualidade de vida dos colaboradores da instituição militar (Bleger, 1984).

## 1.2 ATENDIMENTO PSICOLÓGICO

Atualmente, sabe-se que o atendimento psicológico afeta positivamente a sociedade no contexto da saúde, visto que é uma forma de suporte emocional. Através dele, pode-se identificar e tratar inúmeras doenças psicológicas, como depressão e ansiedade, evitando um possível agravamento delas. Dessa forma, Taylor (2002) afirma que a psicologia investiga de que forma os aspectos psicológicos influenciam a saúde humana, identifica os elementos que contribuem para o surgimento de problemas de saúde e analisa as transformações comportamentais que ocorrem quando um indivíduo enfrenta um adoecimento. Nesse sentido, Matarazzo (1980) cita que o objetivo do tratamento psicológico não se limita a apenas prevenir e tratar doenças psíquicas, mas também entender suas causas e distúrbios associados a ela como, por exemplo, fatores genéticos ou experiências traumáticas.

Em vista disso, Rogers (1975) afirma que, para que o atendimento psicológico ocorra, o paciente em questão deve apresentar um estado de angústia ou desacordo interno. Dessa forma, durante o atendimento psicológico, a pessoa que está sendo atendida não será curada de seu

problema psíquico por meio de um caminho traçado pelo terapeuta, mas será auxiliada de forma que consiga compreender melhor a si. Nesse sentido, esse contato com o psicólogo direciona o paciente, de modo que consiga enxergar a si mesmo de forma mais realista, identificando seus sentimentos e pensamentos, de forma que consiga lidar com eles de uma maneira mais plena e satisfatória. Logo, Rogers afirma que o terapeuta deve criar um ambiente acolhedor, e não julgador, de modo que o especialista consiga compreender empaticamente o paciente.

Consoante a isto, Rogers (1975) também afirma que diversas são as mudanças obtidas através do processo terapêutico, como se tornar menos defensivo através de atitudes, perceber as situações de forma mais condizente com a realidade, se tornar mais independente na resolução de problemas, desenvolver pensamentos positivos sobre si mesmo e se enxergar como um indivíduo capaz de controlar e dirigir seus comportamentos. Como consequência dessas mudanças, o indivíduo se torna mais flexível, além de demonstrar maior capacidade na adaptação a condições e problemas que não foram vivenciados anteriormente.

Nesse sentido, pode-se entender que o atendimento psicológico representa um papel crucial na promoção do bem-estar emocional humano, visto que através dele é possível construir mudanças positivas na vida do indivíduo, sendo um importante auxílio para a construção e manutenção de uma boa saúde mental.

### 1.3 PSICOTERAPIA BREVE

A psicoterapia breve é uma das modalidades de atendimento psicológico existentes. Segundo Almeida (2012), essa abordagem é utilizada em tratamentos de curta duração e que possuem objetivos limitados, que são direcionados às necessidades imediatas do indivíduo. Esses objetivos visam a resolução dos sintomas e problemas presentes na realidade do paciente, de modo que consiga aliviar o desconforto psicológico do indivíduo de forma mais rápida. Braier (1991) destaca que o principal objetivo da psicoterapia breve é a superação de sintomas e problemas atuais, permitindo que o paciente consiga enfrentar situações de conflito interno e recupere sua capacidade de autodesenvolvimento. Essa superação ocorre na obtenção de *insights* do paciente em relação ao problema enfrentado.

Ainda, uma das diferenças entre a psicoterapia breve e as demais formas de intervenção psicológica existentes, reside na temporalidade do tratamento em questão. Enquanto a extensão de diversos tratamentos psicológicos não é predeterminada, podendo se estender por anos, a

psicoterapia breve possui uma duração mais limitada, geralmente de apenas alguns meses (Braier, 1991).

Em relação à frequência e quantidade de sessões necessárias para o tratamento do paciente, Braier (1991) argumenta que esses aspectos dependem das necessidades específicas de cada ser humano. Em casos de crises muito intensas, angústia e depressão, é conveniente que a frequência de atendimento seja maior, de forma a garantir um alívio mais rápido ao paciente. Já em relação à duração das sessões durante o tratamento, Braier sugere que 40 minutos seja o suficiente para atingir os objetivos do tratamento psicológico.

Nesse contexto, de acordo com Fiorini (2004), a psicoterapia breve é uma forma de intervenção psicológica bastante utilizada em contextos institucionais. Essa abordagem estimula o paciente a assumir uma postura que promova sua capacidade de discernimento e uma visão mais realista sobre diversas situações. Além disso, também contribui para o bem-estar e auto-estima do indivíduo, capacitando-o a lidar de maneira mais eficaz com suas ansiedades, auxiliando em um maior controle emocional.

Sendo assim, a psicoterapia breve é uma abordagem utilizada em instituições, podendo ser introduzida em ambientes de formação militar, haja vista que possui capacidade de atender as necessidades imediatas dos pacientes em uma temporalidade mais curta, quando comparada às demais abordagens psicológicas. Essas características tornam esse tipo de tratamento psicológico adequado para a rotina que um militar em formação enfrenta, visto que a disponibilidade de tempo durante essa etapa da vida militar é restrita e faz-se necessário uma intervenção psicológica mais ágil, de forma que consiga amenizar as angústias demonstradas durante o atendimento, porém sem prejudicar as demais atividades inerentes à formação militar.

#### 1.4 ACADEMIA DA FORÇA AÉREA

A Academia da Força Aérea é uma instituição militar de ensino superior, pertencente à Força Aérea Brasileira. Ela possui como missão: “[...] formar Oficiais de Carreira da Aeronáutica dos Quadros de Oficiais Aviadores, Intendentes e de Infantaria da Aeronáutica, desenvolvendo em cada Cadete os atributos militares, intelectuais e profissionais, além dos padrões éticos, morais, cívicos e sociais [...]” (Brasil, 2000).

Para cumprir a missão mencionada, a AFA dispõe de uma formação militar que tem duração de 4 anos, em regime de internato, para todos os quadros citados. Durante os 4 anos, os Cadetes -

nomeação referente aos alunos da instituição - enfrentam diversos desafios, principalmente no início da formação militar. Antes mesmo de ingressar na Academia, o futuro Oficial tem de realizar diversos exames, dentre eles avaliações médicas e psicológicas, de modo que seja constatado que o indivíduo possui condições físicas e mentais para se tornar um Cadete da Aeronáutica. Cabe ressaltar que, além dos Cadetes oriundos do meio civil, também existe a possibilidade de ingresso na Academia por meio da Escola Preparatória de Cadetes do AR (EPCAR). Neste caso, os alunos da EPCAR ingressam automaticamente na AFA, após a formação na EPCAR, como Cadetes Aviadores, salvo exceções.

Nesse contexto, após o ingresso na Academia, todos os militares são denominados estagiários e iniciam o período da formação militar. Neste período, são expostos a diversas atividades teóricas e práticas, de forma a desenvolver atributos militares e profissionais, construir caráter militar, praticar e respeitar os valores da FAB, desenvolver condicionamento físico para atividades militares, além de demonstrar espírito de corpo, disciplina, autocontrole e diversos outros atributos.

Após o término do Estágio de Adaptação Militar, os Cadetes são separados de acordo com os quadros pré escolhidos, de forma a dar continuidade à formação após o EAM. Cada quadro terá atribuições diferentes entre si, de forma a capacitar os militares à função que será exercida após os 4 anos de formação militar da Academia, pois apesar de todos serem denominados Aspirantes a Oficial da FAB após os 4 anos, cada quadro tem suas atribuições específicas e sua área de atuação. (Ministério da Defesa, 2022).

### 1.5 ESTÁGIO DE ADAPTAÇÃO MILITAR

O Manual do Cadete cita que o Estágio de Adaptação Militar (EAM) pode ser descrito como “Período compreendido entre a apresentação do Estagiário na AFA e a cerimônia de recebimento de platinas” (Academia da Força Aérea, 2023). Logo, o EAM inicia-se assim que o estagiário ingressa na Academia da Força Aérea e encerra-se na formatura militar de recebimento de platinas, momento em que os militares podem se reunir com seus familiares e comemorar, visto que este momento indica que eles se tornaram parte integrante do Corpo de Cadetes da Aeronáutica, ingressando no Primeiro Esquadrão da Academia da Força Aérea. Este período de adaptação militar tem duração aproximada de 40 dias corridos, em regime de internato, e é o momento em que o

futuro Cadete do Primeiro Esquadrão se afasta de seu lar e familiares e inicia a vida na caserna, com contato direto com diversas outras pessoas de todas as partes do Brasil.

Neste contexto, de acordo com o Manual do Estagiário (2024), o Estágio de Adaptação Militar (EAM) marca o período inicial da formação militar e nele são transmitidos os princípios básicos necessários e essenciais para toda vida enquanto Cadete na caserna. Neste período, a rotina se inicia muito cedo e diversos desafios são enfrentados, como o desgaste físico e a saudade dos familiares, com isso, o militar aprende a exercitar a sua resiliência, sua coragem e também inicia seu aprendizado sobre os valores necessários que deve possuir para ser Cadete da Aeronáutica. A cobrança sobre o exercício desses valores, além de aspectos básicos do militarismo, como ordem unida, excelente padrão de uniforme, cumprimento de horários, acatamento de ordens, disciplina e hierarquia é feita de forma rigorosa, pois o que se espera é que o estagiário siga esses princípios de forma natural após o término do EAM, de forma que sua vida como Cadete e futuro Oficial seja regida por valores e princípios morais.

De acordo com a Diretriz de Comando da Aeronáutica (DCA) 11-45, que estabelece a Concepção Estratégica *Força Aérea 100*, “Valores são princípios duradouros que sintetizam a essência da organização”. São fundamentais para agrupar as pessoas em torno de pensamentos comuns e proporcioná-las senso de direção diante das constantes mudanças do cotidiano” (Brasil, 2018). Logo, durante o Estágio de Adaptação Militar, os valores são inicialmente incluídos na vida do estagiário para que, ao final do período de adaptação, ele consiga perceber quais são os valores que deve possuir para ser um representante da FAB enquanto Cadete. Além disso, o Manual do Estagiário (2024) explana que durante o período inicial da formação são ensinados princípios básicos como disciplina e hierarquia, os quais serão exigidos durante toda a carreira militar. Nesse contexto, é possível perceber que os ensinamentos passados no EAM servem para toda a carreira militar. Dessa forma, o EAM é uma parte da formação militar que possui bastante relevância, pois através dele se inicia um aprendizado que será levado por toda a carreira do futuro Oficial.

Nesse cenário, é válido ressaltar que o EAM é dividido em quatro fases, com o propósito de internalizar o espírito militar no estagiário. Essas fases são chamadas de fase de iniciação, de integração, de intensificação e de consolidação da consciência (Ministério da Defesa, 2024).

Considerando isso, o início do EAM é composto pelas fases de iniciação e integração. A fase de iniciação, também chamada de semana zero, é aquela que compreende o período de chegada dos estagiários advindos do meio civil, ou seja, aqueles que adentraram a AFA através do Exame de

Admissão. Nesta fase inicia-se o aprendizado sobre os valores militares, os padrões de conduta que devem possuir, além de algumas noções básicas da rotina do Cadete da Aeronáutica.

Já na fase de integração, também pertencente ao período inicial do EAM, onde ocorrem as semanas um e dois, há a chegada dos estagiários advindos da EPCAr. Nesta fase, as práticas de educação física e ordem unida são cobradas de forma mais intensa, além de ser incentivado a maturidade e espírito de corpo por parte dos estagiários (Ministério da Defesa, 2024).

Nesse cenário, no meio do EAM há a fase de intensificação, que ocorre na semana três. Neste período, as exigências e a pressão psicológica aumentam, com o objetivo de fazer com que o estagiário desenvolva autocontrole e se torne mais planejado e organizado (Ministério da Defesa, 2024).

A quarta e última semana do EAM ocorre na fase de consolidação, que é o período final do Estágio. Nesse momento, as exigências ainda são mantidas, mas a pressão psicológica é amenizada, visto que os estagiários já estão no processo de se tornarem Cadetes da Aeronáutica. Sendo assim, espera-se que os estagiários tenham se tornado mais maduros, além de terem desenvolvido espírito de corpo e disciplina (Ministério da Defesa, 2024).

Considerando todo o exposto, o atendimento psicológico oferecido pelo CCAer pode ser utilizado como uma forma de suporte emocional durante essas fases do EAM, auxiliando os estagiários a superarem os desafios e pressões psicológicas vivenciadas nesse momento.

## 1.6 ATENDIMENTO PSICOLÓGICO NO CORPO DE CADETES DA AERONÁUTICA

Como mencionado anteriormente, o atendimento psicológico em organizações desempenha um papel relevante no suporte ao ser humano. Porém, no meio militar ela é ainda mais importante, visto que o militar necessita desse suporte por conta das adversidades da carreira. Sendo assim, na Academia da Força Aérea há a possibilidade desse atendimento, que de acordo com a Norma Padrão de Ação 185 - CCAer (2018), possui como público alvo todos os Cadetes pertencentes à Academia, além de incluir os demais militares que também trabalham na Instituição.

De acordo com a NPA 185 - CCAer (2018), existe uma seção de psicologia na AFA, a qual é encarregada de acompanhar a saúde mental e bem estar psicológico dos futuros líderes da Força Aérea Brasileira, desde o momento em que ingressam na Academia até o final da formação militar, utilizando recursos teóricos e técnicos da ciência psicológica para atingir este objetivo. Estes psicólogos, que fazem parte dos oficiais que trabalham no Corpo de Cadetes da Aeronáutica,

realizam atendimentos para os cadetes de acordo com a demanda solicitada. Os cadetes podem procurar a seção de psicologia espontaneamente, mas também podem ser encaminhados por demais oficiais do Corpo de Cadetes da Aeronáutica para demandas de psicoterapia.

Nessa conjuntura, além dos atendimentos já citados anteriormente, também é possível que sejam realizados atendimentos terapêuticos em grupos, quando houver demanda pertinente. Todos esses atendimentos acontecem dentro do horário de expediente administrativo da Academia da Força Aérea, porém, em casos urgentes, os atendimentos podem ocorrer em horários alternativos perante solicitação e conforme demandas das instruções militares e atividades pedagógicas de doutrina (Ministério da Defesa, 2018).

Além das demandas já citadas anteriormente, segundo a NPA 185 - CCAer, também é de responsabilidade da seção de psicologia do CCAer

“manter-se em sobreaviso nos períodos de exercícios de campanha, instruções militares e durante o estágio de adaptação militar (EAM), podendo ser acionada para avaliar e acompanhar possíveis ocorrências que envolvam a saúde mental dos estagiários e cadetes” (Ministério da Defesa, 2018).

Ou seja, em situações em que o cadete enfrenta novos desafios, é de responsabilidade da seção de psicologia fazer esse acompanhamento, com o objetivo de cuidar da saúde mental desses militares, para que tenham ótimo desempenho durante essas atividades.

## **2 MÉTODOS DE ANÁLISE**

Em termos metodológicos, esta pesquisa utilizou uma abordagem que combinou pesquisa bibliográfica e documental elaborada através da análise de livros, artigos publicados, revistas, bem como documentos internos da Academia da Força Aérea e da Força Aérea Brasileira. Além disso, também foi realizada uma pesquisa de campo, do tipo de opinião, que envolveu a aplicação de um questionário em Cadetes do 1º Esquadrão da AFA.

Sob essa ótica, Gil (2012) afirma que é possível definir pesquisa como um procedimento voltado para a resolução de problemas propostos. Assim sendo, a presente pesquisa visa obter respostas ao problema de pesquisa levantado, o qual foi fundamentado por meio de pesquisa bibliográfica. Segundo o autor, este tipo de pesquisa representa um dos métodos de análise caracterizados pelo uso de materiais previamente publicados, de forma a fundamentar os conceitos empregados. No caso desta pesquisa, tais conceitos abrangem assuntos como saúde mental, bem estar emocional, importância do atendimento psicológico, psicoterapia breve, formação militar e

diversos outros assuntos abordados ao longo do estudo.

Além disso, também foi utilizada análise documental, que é explicada por Tozoni-Reis (2009) como uma pesquisa feita através de análise de documentos de natureza histórica, oficial e institucional. Nesse artigo, foi necessária a utilização de pesquisa documental pelo fato do objeto de estudo: atendimento psicológico no EAM, ser um procedimento específico da Academia da Força Aérea, registrado em documentos internos, tais como: NPA 185 CCAER 2018 - Psicologia CCAer e Manual do Estagiário (Brasil, 2024), que são exemplos dos documentos que orientam a rotina dos Cadetes durante o Estágio de Adaptação Militar. Nesse sentido, a exploração de informações relacionadas ao tema em estudo demandou uma minuciosa análise desses tipos de fontes, visando a construção do conhecimento na área abordada.

Como forma de enriquecer os dados deste trabalho, também foi realizada uma pesquisa de campo, que é descrita por Fonseca (2002) como investigações que ultrapassam as barreiras da pesquisa bibliográfica e documental, podendo haver coleta de dados junto a diversas pessoas. Além disso, levantamento de campo é descrito por Gil (2012) como uma ferramenta muito útil no estudo de opiniões e atitudes das pessoas. Logo, além de ser utilizado uma pesquisa de campo neste trabalho, esta pesquisa é caracterizada como pesquisa de opinião, que é descrita por Fonseca (2002) como aquela que tem como objetivo conhecer atitudes, pontos de vista e preferências de um determinado número de pessoas sobre um determinado assunto. Com isto, este trabalho utiliza uma pesquisa de opinião como forma de obtenção de dados referentes ao problema de pesquisa.

Sendo assim, é necessário ressaltar que não foi necessário encaminhar este estudo ao Comitê de Ética em Pesquisa, pois o questionário utilizado neste trabalho realizou uma coleta de dados para uma pesquisa de opinião pública, com participantes não identificados. Ademais, de acordo com a Resolução Nº 510, do Conselho Nacional de Saúde, que dispõe sobre diversas normas sobre pesquisas metodológicas em seres humanos, a condução desta pesquisa não precisa ser registrada nem avaliada por esse Conselho (Brasil, 2016).

A amostra utilizada nesta pesquisa de campo são os Cadetes pertencentes ao Primeiro Esquadrão da Academia da Força Aérea, o qual é formado por 156 militares, que responderam ao questionário aplicado. Esses Cadetes foram selecionados, pois representam os militares que mais recentemente passaram pelo Estágio de Adaptação Militar (EAM), portanto estão mais aptos a oferecer opiniões sobre o atendimento psicológico recebido e avaliar se houve ou não melhorias em relação à saúde mental após esse processo. Consoante a isso, a escolha desta amostra se relaciona ao problema de pesquisa deste trabalho, que visa analisar se o atendimento psicológico oferecido ao

estagiário durante o EAM auxilia ou não em sua saúde mental neste período.

Neste contexto, o instrumento utilizado para a coleta de dados na amostra selecionada consistiu em um questionário elaborado para obtenção de respostas, de forma anônima. Este questionário foi composto por quatro perguntas fechadas, que foram respondidas de forma *online*, com o propósito de realizar uma pesquisa de opinião acerca do atendimento psicológico prestado aos estagiários durante o EAM.

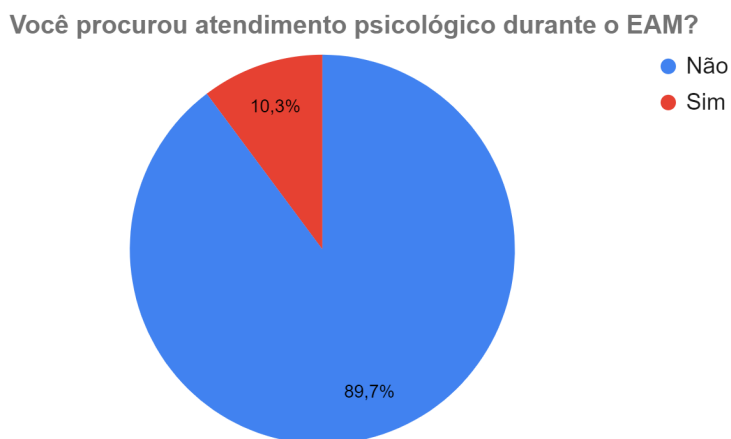
Sua aplicação ocorreu ao longo de uma semana, mediante conhecimento e autorização do Corpo de Cadetes da Aeronáutica. Sendo assim, as questões abordadas no instrumento de coleta de dados visavam elucidar os seguintes questionamentos: se os cadetes haviam buscado esse atendimento psicológico durante o EAM; em qual fase da adaptação ocorreu essa busca (início, meio ou final); quantas vezes recorreram a ele; e se esse suporte contribuiu para a manutenção da saúde mental durante o período do estágio.

Em relação ao tratamento dos dados coletados, eles foram interpretados por meio de gráficos em formato de pizza, que apresentaram dados quantitativos relativos à pesquisa e suas respectivas porcentagens em relação às respostas obtidas através do questionário. Esses dados foram analisados e confrontados com o referencial teórico visando responder o problema de pesquisa levantado. Essa abordagem metodológica permite uma compreensão mais aprofundada sobre as percepções dos Cadetes acerca do atendimento psicológico disponibilizado na Academia.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Conforme a metodologia proposta, o questionário utilizado nesta pesquisa foi formulado de acordo com as premissas Fonseca (2002), tendo como objetivo conhecer atitudes, pontos de vista e preferências de um determinado número de pessoas sobre um determinado assunto.

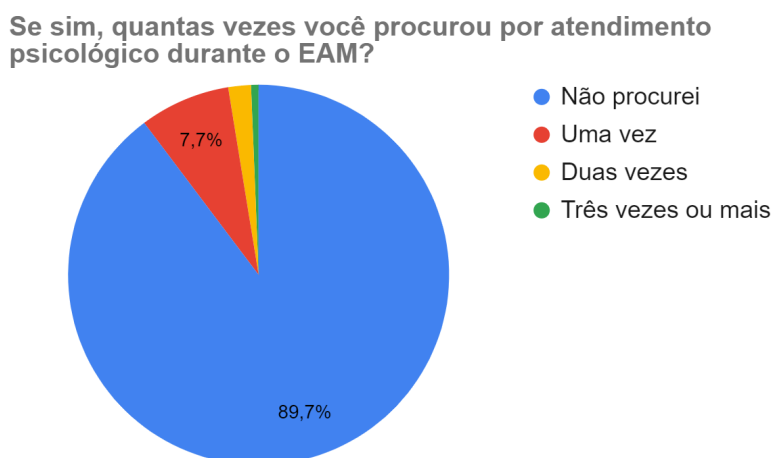
Inicialmente, foi solicitado que a amostra selecionada respondesse se houve ou não procura por atendimento psicológico durante o Estágio de Adaptação Militar. Os resultados obtidos foram os seguintes:

**Gráfico 1** Análise da procura por atendimento psicológico durante o EAM

Fonte: elaboração própria com base em dados coletados em pesquisa.

Analisando o primeiro gráfico, é possível perceber que uma pequena parcela de Cadetes buscou atendimento psicológico durante o EAM, quando comparados o número de respostas ao questionário com a quantidade de Cadetes que procuraram o atendimento. Das 156 respostas obtidas nesse questionamento, apenas 16 delas, que representam 10,3% do total, foram positivas em relação à busca pelo atendimento em questão durante o EAM.

O segundo gráfico representa os resultados referentes à segunda pergunta encontrada no questionário, cujo objetivo é investigar a frequência da procura pelo atendimento psicológico disponibilizado aos estagiários.

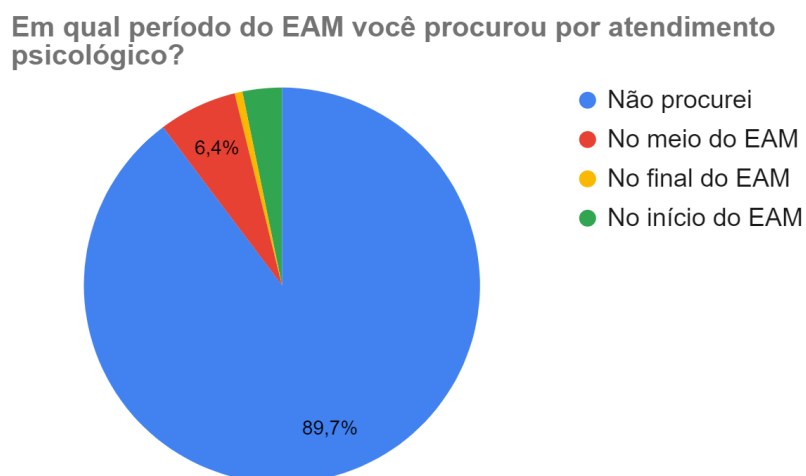
**Gráfico 2** Análise da frequência da procura por atendimento psicológico durante o EAM

Fonte: elaboração própria com base em dados coletados em pesquisa.

No segundo gráfico, é possível observar que, dentre aqueles que procuraram, a maioria o fez apenas uma vez ao longo desse período, representando 7,7% da amostra analisada. Os que procuraram duas vezes representam 1,9% do total, o que equivale a 3 Cadetes. Já aqueles que receberam o atendimento psicológico durante o EAM três vezes ou mais equivalem a apenas 0,7% do total analisado. Esses resultados mostram padrões diferentes de utilização do atendimento psicológico entre os participantes da amostra, destacando a relevância de uma análise mais aprofundada sobre os motivos pelos quais houve essa baixa procura.

O terceiro gráfico ilustra os resultados obtidos na terceira pergunta da pesquisa, que analisou o período em que o atendimento psicológico foi mais solicitado pelos estagiários durante o EAM.

**Gráfico 3** Análise do período da procura de atendimento psicológico durante o EAM



Fonte: elaboração própria com base em dados coletados em pesquisa.

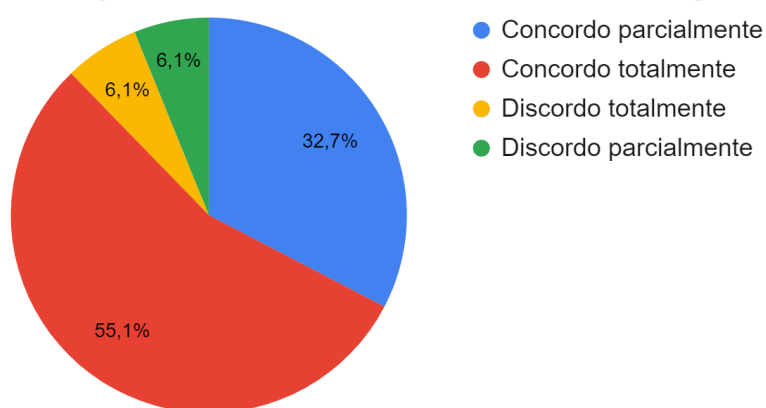
No terceiro gráfico, nota-se que a maioria dos Cadetes que buscaram atendimento psicológico durante o EAM, o fizeram no meio deste período. Esse dado indica um padrão de demanda por intervenção psicológica no período intermediário do EAM, indicando possíveis momentos de maior necessidade ou desafios enfrentados pelos estagiários nessa fase específica da formação militar. Cabe ressaltar que, no meio do EAM, ocorre a fase de intensificação, que é o momento em que as exigências e pressões psicológicas aumentam e, conseqüentemente, os estagiários necessitam desse apoio psicológico com maior frequência.

O quarto e último gráfico apresenta os resultados obtidos na quarta pergunta do questionário, que investigou a opinião da amostra selecionada acerca da percepção da contribuição

do atendimento psicológico para saúde mental do estagiário durante o EAM. Após a aplicação do questionário, foi evidenciado que uma das alternativas de resposta à pergunta invalidaram a análise, pois ela dava como opção a seguinte sugestão: “Não procurei atendimento psicológico durante o EAM.” O resultado obtido para essa opção foi de 70,4%, o equivalente a 107 Cadetes, de forma que tais respostas foram desconsideradas nesta análise. Sendo assim, foram consideradas apenas as respostas daqueles que concordaram ou discordaram total ou parcialmente sobre o questionamento feito nesta última pergunta. Logo, 49 respostas seguem este parâmetro, e estas foram as respostas utilizadas na análise deste gráfico.

**Gráfico 4** Análise da contribuição do atendimento psicológico na saúde mental dos estagiários

Em sua opinião, o atendimento psicológico do CCAER contribui para a manutenção da saúde mental do estagiário...



Fonte: elaboração própria com base em dados coletados em pesquisa.

O gráfico 4, nas 49 respostas analisadas, nota-se que o resultado obtido indica que a maior parte dos Cadetes concordam totalmente com a contribuição desse atendimento na manutenção da saúde mental do estagiário ao longo do período de adaptação militar. Sendo assim, os que concordam totalmente somam 27 Cadetes, que representam 55,1% da amostra analisada nesta pesquisa. Esse resultado demonstra uma percepção positiva por parte dos Cadetes sobre o papel desempenhado pelo atendimento psicológico durante essa fase inicial da formação militar.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Estágio de Adaptação Militar da AFA marca o início da formação militar na Academia, sendo este um momento de vivência de novas experiências e desafios. Nesse contexto, o atendimento psicológico se faz válido, visto que pode ser utilizado como um auxílio no enfrentamento deste período e atua como um recurso na manutenção da saúde mental do estagiário.

Nesse contexto, como forma de analisar a possível contribuição deste atendimento ao estagiário, gerou-se a seguinte pergunta de pesquisa: O atendimento psicológico do CCAer contribuiu com o estagiário durante o período do EAM 2024?

Assim, em busca de responder esse questionamento, a presente pesquisa objetivou compreender o atendimento psicológico existente no Corpo de Cadetes da Aeronáutica (CCAer) e, dessa forma, analisar sua contribuição na saúde mental dos estagiários da Academia da Força Aérea (AFA) e, além disso, indicar a percepção dos Cadetes acerca do atendimento disponibilizado. Adicionalmente, esta pesquisa buscou descrever o conceito de saúde mental existente; apontar a frequência de procura por atendimento psicológico durante o EAM; e, ainda, identificar em quais períodos do EAM houve essa procura.

Para atingir tal objetivo, durante o referencial teórico, foi exposta uma bibliografia ampla a respeito dos conceitos fundamentais necessários para a compreensão desta pesquisa. Dentre esses conceitos, foram destacados os aspectos relacionados à saúde mental, seu conceito e importância dentro de organizações militares. Destacou-se também o atendimento psicológico, sua importância e benefícios para o bem estar psicológico do ser humano, além de uma explanação da psicoterapia breve, a qual é utilizada no Corpo de Cadetes da Aeronáutica para o atendimento dos estagiários.

Adicionalmente, também foram citadas algumas características da Academia da Força Aérea, seu período de Adaptação Militar e o atendimento psicológico disponibilizado aos estagiários durante o EAM. Dessa forma, buscou-se compreender de que forma esse atendimento poderia auxiliar na saúde mental dos estagiários.

Por fim, foi aplicado um questionário composto de quatro questões fechadas aos Cadetes do Primeiro Esquadrão da AFA. O objetivo foi analisar se houve ou não busca por atendimento psicológico durante o EAM, a frequência desta procura, o período em que ocorreu este atendimento e, por último, buscou-se obter a opinião destes Cadetes acerca da contribuição do atendimento psicológico para a saúde mental do estagiário durante o período de Adaptação Militar.

Os resultados obtidos através da quarta pergunta do questionário aplicado aos Cadetes do Primeiro Esquadrão confirmam a hipótese inicial formulada como possível resposta ao problema de pesquisa: o atendimento psicológico contribui para a manutenção da saúde mental do estagiário

durante o período da Adaptação Militar, de forma que tenha sucesso nos desafios propostos nesta fase inicial da carreira militar. Neste contexto, notou-se que 55,1% da amostra selecionada concordou totalmente com essa contribuição, enquanto apenas 6,1% discordou completamente, demonstrando que esse atendimento é importante para a formação dos futuros líderes da Força Aérea Brasileira.

Em contrapartida, através do questionário aplicado, também foi possível perceber que o número de estagiários que procuraram este atendimento durante o EAM foi baixa, quando comparada a quantidade de Cadetes que formam este Esquadrão, representando apenas 10,3% da amostra selecionada. Sendo assim, diversos são os motivos que podem ocasionar este fato, como pouco conhecimento sobre a estrutura do atendimento psicológico oferecido pelo CCAer, medo de julgamentos ou até mesmo falta de tempo disponível durante o EAM.

Propõe-se, como análises e pesquisas futuras, a investigação dos motivos desta baixa procura por atendimento psicológico durante o EAM, com o objetivo de encontrar soluções e aumentar o conhecimento sobre os benefícios do atendimento psicológico. Adicionalmente, propõe-se também intensificar a divulgação deste suporte psicológico aos estagiários, por meio de palestras ministradas pelas psicólogas do CCAer, ressaltando a importância de possuir uma boa saúde mental para enfrentar os desafios deste período da formação militar e, além disso, explicar o conceito de psicoterapia breve e seus benefícios, visto que este tipo de atendimento psicológico é utilizado pelas profissionais que realizam o atendimento psicológico no CCAer.

Sendo assim, é possível concluir que esta pesquisa representa extrema relevância para a FAB, visto que permitiu identificar que o atendimento psicológico existente é válido e contribui na formação militar dos futuros Oficiais da FAB. Além disso, também permitiu identificar que, apesar do atendimento suprir o que se é esperado, a procura por ele ainda é baixa durante o período analisado. Em conclusão, este resultado pode representar o início de uma nova pesquisa sobre o tema em questão.

## REFERÊNCIAS

ACADEMIA DA FORÇA AÉREA - AFA. Corpo de Cadetes da Aeronáutica. **Manual do Cadete**. Pirassununga, SP, 2023. [Versão para estudo disponível mediante solicitação à Academia da Força Aérea]

ALMEIDA, Raquel Ayres de. Possibilidades de utilização da psicoterapia breve em hospital geral. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar (SBPH)**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 94-106, jun. 2010. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582010000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582010000100008&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 12 abr. 2024.

BARBOSA, Vanessa L. **Psicologia jurídica: campos de atuação do psicólogo na Instituição militar**. 2016.

BLEGER, J. **Psico-higiene e Psicologia Institucional**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1984.

BLEGER, J. **Temas de psicologia: Entrevista e grupos**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

BOCK, Ana Mercês Bahia *et al.* **Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2001.

BRAIER, E.A. **Psicoterapia breve de orientação psicanalítica**. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

BRASIL. Ministério da Defesa. Comando da Aeronáutica. Academia da Força Aérea. **Missão, Visão e Valores**, 2000. Disponível em: <https://www2.fab.mil.br/afa/index.php/sobre-a-afa/missao-visao-e-valores>. Acesso em: 10 abr. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual de procedimentos para serviço da saúde: doenças relacionadas ao trabalho**. Série A - Normas e Manuais Técnicos, n. 114. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas\\_relacionadas\\_trabalho\\_manual\\_procedimentos.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho_manual_procedimentos.pdf). Acesso em: 15 jan. 2024.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 24 maio 2016. Seção 1, p. 44. Disponível em: [https://conselho.saude.gov.br/images/comissoes/conep/documentos/NORMAS-RESOLUCOES/Resolucao\\_n\\_510\\_-\\_2016\\_-\\_Cincias\\_Humanas\\_e\\_Sociais.pdf](https://conselho.saude.gov.br/images/comissoes/conep/documentos/NORMAS-RESOLUCOES/Resolucao_n_510_-_2016_-_Cincias_Humanas_e_Sociais.pdf). Acesso em: 15 jan. 2024.

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Planejamento. DCA 11-45 – Concepção Estratégica – Força Aérea 100. Brasília, DF, **Boletim do Comando da Aeronáutica**, n. 180, 15 out. 2018. Disponível em: [DCA 11-45\\_Concepcao\\_Estrategica\\_Forca\\_Aerea\\_100.pdf](https://www2.fab.mil.br/afa/index.php/sobre-a-afa/missao-visao-e-valores). Acesso em: 15 fev. 2024.

BRASIL. Corpo de Cadetes da Aeronáutica. Doutrina. **Manual do Estagiário**. Pirassununga, SP, 2024. [Versão para estudo disponível mediante solicitação à Academia da Força Aérea.]

FIORINI, Héctor Juan. **Teoria e técnica de psicoterapias**. São Paulo : Martins Fontes, 2004.

FONSECA, J. **Metodologia da pesquisa científica**. Ceará: Universidade Estadual do Ceará, 2002.

GIACOMONI, Claudia Hofheinz. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. **Temas em psicologia**, Ribeirão Preto , v. 12, n. 1, p. 43-50, jun. 2004 . Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2004000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2004000100005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 14 abr. 2024.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2012.

MATARAZZO, J. Behavioural health's challenge to academic, scientific and professional Psychology. **American Psychologist**, New York, v. 37, 1980.

MINISTÉRIO DA DEFESA. Comando da Aeronáutica. Academia da Força Aérea. **Manual do Estágio de Adaptação Militar do Corpo de Cadetes da Aeronáutica**. Pirassununga, SP, 2024. [Versão para estudo disponível mediante solicitação à Academia da Força Aérea.]

MINISTÉRIO DA DEFESA. Comando da Aeronáutica. Organização. **NPA 185 - CCAER - Funcionamento da seção de psicologia do CCAER**. Portaria AFA Nº 230/CCAER, São Paulo, SP, 26 nov 2018. Disponível em: [http://servicos2.afa.intraer/DOWNLOADS\\_SITE/NPAs/AFA/2%20-%20NPA%20-%20por%20Setores/CCAER/NPA%20185%20CCAER%202018%20-%20PSICOLOGIA%20CCAER.pdf](http://servicos2.afa.intraer/DOWNLOADS_SITE/NPAs/AFA/2%20-%20NPA%20-%20por%20Setores/CCAER/NPA%20185%20CCAER%202018%20-%20PSICOLOGIA%20CCAER.pdf). Acesso em: 21 jun 2023

MINISTÉRIO DA DEFESA. Comando da Aeronáutica. Ensino. **ICA 37-900/2022 Projeto Pedagógico de Curso para o Curso de Formação de Oficiais Intendentes**. Portaria DIRENS Nº 185/DPE. Brasília, DF, 19 jan. 2022. Disponível em: <https://www.sislaer.fab.mil.br/terminalcendoc/Acervo/Detalle/42335?returnUrl=/terminalcendoc/Home/Index&guid=1646438402652>. Acesso em: 10 abr. 2024

PALMA ROSINHA, Antônio; DE ANDRADE JUNIOR, Hermes. Adaptação ao ensino superior militar: preditores do sucesso acadêmico. **Innovar**, Bogotá , v. 30, n. 76, p. 131-141, June 2020 . Disponível em: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-50512020000200131&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-50512020000200131&lng=en&nrm=iso)> Acesso em: 14 abr. 2024.

ROGERS, Carl R. **Psicoterapia e relações humanas**. Belo Horizonte, 1975.

RYFF, C. D.; KEYES, C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. **Journal of Personality and Social Psychology**, 1995.

TAYLOR, Shelley. **Health Psychology**. 5 ed. McGraw-Hill Education, 2002.

TOZONI-REIS, Marília Freitas de Campos. **Metodologia da pesquisa**. Curitiba: IESDE Brasil SA, 2009

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Saúde Mental**. Disponível em:  
[https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1). Acesso em 10 abr. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Comprehensive Mental Health Action Plan 2013–2030**. Geneva: World Health Organization; 2013.