

V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



**O PASSO A PASSO
PARA O INGRESSO
NA UNIVERSIDADE**

WiN Brasil 2026

Organização: WiN Brasil

Compilação: Gleice Germano

Revisão textual: Nicéa Barreto

Local de publicação: São Paulo – SP

Projeto Gráfico e Diagramação: Mário Lima (CNEN)

Ilustrações: Imagine e Desenhe

ISBN (caso futuramente seja registrado)

Women in Nuclear Brasil

A Women in Nuclear Brasil (WiN Brasil) é uma organização sem fins lucrativos, vinculada à Women in Nuclear Global, que promove a participação e a liderança de mulheres no setor nuclear por meio de ações de educação, desenvolvimento profissional e políticas públicas.

womeninnuclearbr@gmail.com

APRESENTAÇÃO

Chegar ao fim do Ensino Médio é um momento cheio de expectativas, dúvidas e decisões. É normal não saber exatamente qual caminho seguir: trabalhar, fazer um curso técnico, entrar na faculdade ou até combinar mais de uma dessas possibilidades. Se você quer ingressar no Ensino Superior, também pode surgir aquela ansiedade para escolher um curso, entender como funcionam o Enem e os vestibulares e descobrir por onde começar.

Pensando nisso, preparamos um passo-a-passo com informações reunidas a partir de fontes oficiais para ajudar você a avançar rumo à Universidade. O conteúdo está organizado de forma a tornar a leitura mais prática e facilitar a consulta sempre que surgir uma dúvida.

Esta cartilha foi lançada durante o V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência, realizado em 21 de maio de 2026, no Instituto de Pesquisas Energéticas e Nucleares (Ipen). O encontro reuniu mais de 100 estudantes de cinco Escolas Técnicas Estaduais de São Paulo para um dia de troca de experiências, inspiração e contato com mulheres que atuam na ciência e na tecnologia.

Esperamos que estas páginas ajudem você a enxergar novas possibilidades e deem mais segurança para seguir em direção aos seus objetivos. Boa leitura e sucesso na sua jornada!

(Informações atualizadas até maio de 2026. Consulte sempre os sites oficiais das instituições para verificar alterações em editais, critérios e calendários.)

SUMÁRIO

O que é, e por que é interessante ingressar em um curso superior?	5
Como ingressar?	6
Cotas: posso me candidatar?	10
O que são políticas de permanência: Quais as principais disponíveis na USP e o que preciso saber para me candidatar?	10
Políticas de permanência	11
Outros benefícios de estudar na USP	13



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

O que é, e por que é interessante ingressar em um curso superior?

A Universidade é um lugar incrível onde você pode explorar diferentes áreas do conhecimento e descobrir o que mais gosta de fazer!

Lá, você vai adquirir habilidades valiosas que vão te ajudar no mercado de trabalho, a fazer amizades que podem durar a vida toda e a ter acesso a recursos de primeira linha, como bibliotecas e laboratórios com tecnologia de ponta.

Além disso, você vai se desenvolver muito como pessoa, ganhando confiança e aprendendo a superar desafios. E o melhor de tudo é que você vai poder usar o que aprendeu para fazer a diferença no mundo e contribuir para um futuro melhor para todas as pessoas.

Fontes:

- Portal MEC - <https://www.gov.br/mec/pt-br>
- Inep – site do Enem - <https://enem.inep.gov.br/participante/#!/>



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Então, se você está pensando em dar esse passo, a próxima pergunta importante é:

Como ingressar?

A principal forma para isso é realizar o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), o que pode abrir portas para o seu futuro. Muitas Universidades, tanto públicas quanto particulares de renome, consideram as notas do Enem como um dos principais critérios de seleção. E tem mais: existem várias maneiras de aproveitar essas notas para entrar na Faculdade dos seus sonhos.

Uma das formas mais legais é através do Sistema de Seleção Unificada (Sisu). Nele, suas notas do Enem são usadas para calcular uma média, e você pode se inscrever em várias instituições de ensino públicas do Brasil, em diferentes cursos, em um só sistema! E você pode escolher se quer continuar na disputa ou não, dependendo das notas de corte de cada curso.

Mas não para por aí! Alguns estabelecimentos têm seus próprios vestibulares usando as notas do Enem. Por exemplo, em 2023, o Instituto Federal de Goiás (IFG) e a Universidade de São Paulo (USP) abriram vagas e tudo o que você precisava era ter feito o Exame nos anos anteriores!



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Aqui em São Paulo, existem algumas Universidades que têm seu próprio vestibular, as principais são Fuvest, Funcamp e Fatec. Abaixo estão os respectivos sites para obter mais informações.

<https://www.fuvest.br/>

<https://www.funcamp.unicamp.br/portal>

<https://www.vestibularfatec.com.br/home/>



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

**É fundamental estar atenta
a informações importantes, como:**

- Datas-limite para pedir isenção de taxa de inscrição nas provas (assim, você não precisa pagar pela inscrição);
- A Lei nº 14.723/2023 (Lei de Cotas) reserva vagas nas Universidades públicas para pessoas que cursaram todo o Ensino Médio em escola pública, podendo participar pessoas negras, indígenas, pessoas com deficiência e estudantes de baixa renda.



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Também é importante se ligar na documentação necessária para participar dessas ações afirmativas. Veja exemplos de documentos frequentemente pedidos:

Documento de identificação: Pode ser o RG (Registro Geral ou Carteira de Identidade) ou outro documento oficial com foto, como passaporte, carteira de motorista, carteira de trabalho etc. **Acesse:** <https://www.poupatempo.sp.gov.br/carta/D97C3844-A2D9-4C9E-B364-CB4FEB26A1FB>

CPF (Cadastro de Pessoa Física): É necessário ter um CPF válido. **Acesse:** <https://servicos.receita.fazenda.gov.br/servicos/cpf/inscricao publica/inscricao.asp>

Comprovante de renda: Pode ser o contracheque, holerite, declaração do imposto de renda, ou outro documento que comprove a renda da candidata ou da família, dependendo dos critérios estabelecidos pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) para a concessão da isenção.

Comprovante de residência: Contas de água, luz, telefone ou outros documentos que confirmem o endereço da candidata.

Declaração escolar: Em alguns casos, pode ser necessário apresentar um documento que comprove que a pessoa está cursando o Ensino Médio em escola pública.



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Cotas: posso me candidatar?

As estudantes que desejam se beneficiar das políticas de ação afirmativa devem estar atentas aos critérios específicos estabelecidos pela Universidade. Esses critérios podem incluir autodeclaração racial (um documento assinado pela pessoa, em que afirma sua identidade étnico-racial: pretas, pardas ou indígenas), ter cursado todo o Ensino Médio em escola pública, entre outros requisitos.

O que são políticas de permanência: Quais as principais disponíveis na USP e o que preciso saber para me candidatar?

Políticas de permanência são como um apoio extra que as Universidades oferecem para possibilitar que as estudantes concluam os estudos, e têm por objetivo promover um ambiente inclusivo e favorável ao desenvolvimento pessoal e acadêmico. A seguir, temos alguns exemplos dessas políticas, além de um resumo do que é necessário para participar:

Fontes:

- Pró-Reitoria de Inclusão e Pertencimento (PRIP) - <https://prip.usp.br/>

“Os critérios podem ser alterados periodicamente. Consulte sempre o portal oficial da USP.”



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Políticas de permanência

Programa de Moradia Estudantil: A USP oferece moradia estudantil em suas unidades, proporcionando alojamento acessível para estudantes de baixa renda, de outras cidades ou estados, contribuindo para sua permanência na Universidade.

As alunas geralmente precisam comprovar situação de vulnerabilidade socioeconômica, fornecendo documentos que demonstrem a necessidade do auxílio financeiro ou da moradia estudantil.

Podem ser solicitados documentos como comprovante de renda familiar, declaração de imposto de renda, comprovante de residência, entre outros.

Os critérios de seleção podem variar, mas normalmente são levados em consideração fatores como renda por pessoa da família, número de dependentes, quão longe da Universidade você mora, entre outros.

Programa de Bolsa-alimentação: Este programa visa fornecer auxílio-alimentação para estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica, garantindo que tenham acesso a uma alimentação adequada durante sua permanência na Universidade.



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Políticas de permanência

Programa de Bolsa permanência: Oferece auxílio financeiro para estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica, auxiliando no custeio de despesas relacionadas à permanência na Universidade, como transporte, material didático, moradia, entre outros. Apresenta como critérios os mesmos apresentados para o programa de moradia.

Programas de Apoio Acadêmico: A Universidade oferece programas de apoio acadêmico, como tutoriais, monitorias e grupos de estudo, para auxiliar estudantes em seu processo de aprendizagem e adaptação ao ambiente universitário.

Acolhimento e Orientação Psicopedagógica: A USP possui serviços de acolhimento psicopedagógico que oferecem apoio emocional, orientação acadêmica e psicológica a estudantes que enfrentam desafios pessoais, acadêmicos ou emocionais durante sua trajetória na Universidade.



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Outros benefícios de estudar na USP

Eventos e Atividades Culturais:

Os eventos e atividades culturais promovidos pela Universidade são abertos a toda a comunidade acadêmica com o objetivo de integrar e fortalecer o senso de pertencimento de todas as pessoas.

Acesso ao Centro de Práticas esportivas (CEPEUSP)

Lá é possível praticar algumas modalidades de esportes. Assim, além de estudar, você também pode se exercitar para diminuir a ansiedade das provas.

Cursos de Idiomas

Possibilidade de estudar algum idioma durante o seu curso.

<https://clinguas.fflch.usp.br>



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

**Tá meio perdida e não sabe o que
fazer para se preparar para realizar
a prova? Vamos te ajudar:**

A USP conta com várias iniciativas de pré-vestibulares sociais (gratuitos ou de baixo custo), organizadas por estudantes da própria Universidade. Esses cursinhos podem te ajudar na preparação para as tão temidas provas de vestibulares. Existem opções tanto na capital quanto em cidades do interior, onde há unidades da USP. Veja alguns exemplos:

Curso Pré-Vestibular MedEnsina

<http://medensina.com/processo-seletivo/>

Cursinho Popular EACH

<https://www.facebook.com/CursinhoPopularEACH/>

Cursinho Popular Clarice Lispector

<https://www.facebook.com/cursinhocpcl/>

Cursinho FEA

<https://www.facebook.com/cursinhofeausp/>

Cursinho Psico

<http://www.sites.google.com/view/cursinhopsicousp>

Cursinho da FFLCH

<https://www.facebook.com/cursinhodaflch>



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência



O PASSO A PASSO PARA O INGRESSO NA UNIVERSIDADE

Cursinho do Crusp

<https://www.facebook.com/CursinhoCRUSP/>

Cursinho Popular do DCE Livre da USP

<https://www.facebook.com/CursinhodoDCEUSP/>

Cursinho da Poli do Grêmio Politécnico

<https://cursinhocpusp.wixsite.com/cpusp>

Cursinho Social FlaviUS

<https://www.facebook.com/cursinhoflaviusp/>

Cursinho Popular da Acepusp

<https://www.cursinhopopular.com.br/>

Além disso, existem canais no YouTube com dicas para redação e outras matérias.

Esperamos que tenham aproveitado bastante o V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência e que também façam uso das informações aqui dispostas com muito carinho por nossa equipe. Desejamos que cada uma de vocês tenham um lindo futuro pessoal e profissional e que aproveitem todas as oportunidades de crescimento oferecidas nas Universidades e na vida.



V Encontro de Meninas e Mulheres na Ciência

21 | MAIO 2026

Realização:



MINISTÉRIO DA
CIÊNCIA, TECNOLOGIA
E INOVAÇÃO



Apoio:

