

## ANSIEDADE EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR: UM ESTUDO COM ACADÊMICOS DO 1º E 2º PERÍODOS DE UMA FACULDADE PRIVADA DO INTERIOR DE MINAS GERAIS

Kelly Nayara Pereira <sup>1</sup>  
Sirlon Martins da Silva<sup>2</sup>  
Janine Lopes Carvalho <sup>3</sup>  
[janinelcarvalho@gmail.com](mailto:janinelcarvalho@gmail.com)

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências Humanas

### RESUMO

O tema desta pesquisa foi a ansiedade em alunos ingressantes no ensino superior. Para tanto, teve como objetivo analisar os motivos causadores da ansiedade em alunos ingressantes em uma faculdade privada do interior de Minas Gerais. Como forma de coleta do material empírico foi feita a aplicação do questionário validado de Beck (1996). O questionário foi aplicado no mês de outubro de 2018. Foi possível observar que o meio acadêmico é extremamente vulnerável ao desenvolvimento de comportamentos ansiosos, devido ao sofrimento causado pelo processo de integração do sujeito com o ambiente universitário.

### 1 INTRODUÇÃO

A Faculdade Vértice é uma instituição de educação superior mantida pela Sociedade Educacional Gardingo Ltda. - SOEGAR, constituída aos 27 dias do mês de julho de 2000, conforme escritura pública de constituição, protocolada no livro A-2, página 041, sob o nº 7904, e registrado no livro A-4, página 105, sob o nº 0853, no Cartório de Registro de Títulos da Comarca de Abre Campo - Estado de Minas Gerais (UNIVÉRTIX, 2011). As atividades acadêmicas desta Instituição foram iniciadas em fevereiro de 2008, iniciando com 2 (dois) cursos de graduação naquele momento.

Atualmente, a Faculdade Vértice possui 8 (oito) cursos de graduação em funcionamento e dois novos cursos iniciados em 2016, Odontologia e Psicologia. No final do ano de 2010 emergiu a ideia de ampliação das instalações da Faculdade Vértice para novos campi, haja vista o impacto social do empreendimento em Matipó

---

<sup>1</sup> Acadêmica do 3º Período do Curso de Psicologia da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>2</sup> Mestrando em Educação. Graduando em Psicologia. Professor curso de Psicologia da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>3</sup> Doutoranda em Educação pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF). Integrante do Núcleo de Pesquisa em Inclusão, Movimento e Ensino a Distância - NGIME/UFJF. Mestre em Psicologia, Graduada em Psicologia. Professora e Coordenadora do Curso de Psicologia da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

e região, que passou a utilizar o nome fantasia Faculdade Univértix (Faculdades Vértice Unidas).

Desde 2008 a Univértix vem se empenhando na realização de uma gestão participativa, ensino de qualidade e investimento em iniciativas de extensão e pesquisa com recursos próprios. A partir de 2011 começa a ampliar seus horizontes principalmente com a parceria estabelecida com a Fundação de Amparo à Pesquisa de Minas Gerais – FAPEMIG.

Um dos cuidados que a Faculdade Univértix tem é com seu aluno formando e com o egresso. Este cuidado com o egresso é trazida pela faculdade na definição de sua visão:

Assumir a posição de uma Instituição de Educação Superior moderna, cuja produção de conhecimento acompanhe criticamente as transformações da sociedade e de uma Faculdade referencial, cuja excelência do desenvolvimento científico, tecnológico, artístico, cultural e da formação profissional contribua para a solução das questões que a humanidade enfrenta; capaz de traduzir o conhecimento em prol da formação pessoal dos egressos e de uma sociedade solidária, mais justa e desenvolvida economicamente (UNIVÉRTIX, 2014).

A Faculdade Vértice Univértix tem como função social, o compromisso com a construção e difusão do saber, bem como com a formação ética dos seus alunos, e congrega a construção do saber e cidadania, com o objetivo de formar cidadãos éticos que possam edificar uma sociedade mais justa e mais humanitária. Para atingir seus objetivos em relação, a Faculdade Vértice Univértix, além de suas adequadas instalações e equipamentos modernos, preocupa-se em formar um corpo docente e técnico administrativo de alta qualidade técnica e humanística, capaz de exercitar na teoria e na prática, uma educação transformadora, comprometida com a formação pessoal dos alunos e com o desenvolvimento social, econômico e cultural da vasta região a que serve (UNIVÉRTIX, 2014).

A ansiedade é se desenvolve a partir da previsão de situações futuras ou com a possibilidade de presença de circunstâncias tidas como desagradáveis para as pessoas. Ao longo da vida acadêmico o discente passa por situações que para alguns são consideradas geradoras de pressão psicológica e ansiedade. Ferreira *et al.* (2009) aponta que à grande jornada de estudos e o aumento da rotina acadêmica, leva os estudantes universitários a ficarem vulneráveis para o desenvolvimento de sobrecargas psicológicas, influenciando em seu comportamento de forma intensa, o que pode levar ao desenvolvimento de um quadro de ansiedade.

Esta pesquisa se justifica pela necessidade de identificar os traços de

ansiedade em acadêmicos inseridos no contexto universitário, buscando a contribuição científica para sociedade a respeito do tema, sendo capaz de estimular melhorias, impulsionar diálogos e possíveis soluções para este problema dentro das instituições de ensino superior.

Partindo dessas constatações a questão que conduzirá a pesquisa será: **os** níveis de ansiedade nos discentes de ensino superior alteram devido à sua vida acadêmica?

O objetivo do estudo foi analisar os motivos causadores da ansiedade em alunos ingressantes em uma faculdade privada do interior de Minas Gerais.

Aproveita-se para registrar que este estudo se constitui em uma iniciativa da Coordenação de Extensão e do Curso de Psicologia, como o Núcleo de Atendimento Psicopedagógico (NAPE) a fim de prover maiores informações para a compreensão da questão da ansiedade e averiguar aspectos importantes a serem analisados na formulação de indicativos de intervenção a esta população.

## 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O mundo contemporâneo tem exposto os jovens a situações que podem desencadear um quadro de ansiedade (CLAUDINO & CORDEIRO, 2004). Segundo Castillo *et. al.* (2000, p. 1) a "ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de algo desconhecido ou estranho".

A proporção de pessoas que são acometidas por ansiedade nos últimos anos é alta (SILVEIRA *et. al.*, 2011). Ferreira *et. al.* (2009) apontam que ao ingressar no ensino superior o estudante se depara com problemas antes nunca vivenciados. Conforme a responsabilidade e a rotina de estudos aumentam, o estudante fica predisposto a desenvolver algum grau de ansiedade principalmente devido à dificuldade de conciliação da vida acadêmica, pessoal e para alguns também a vida profissional.

Segundo Sorares (2000) a ansiedade é uma resposta natural e indispensável para a autopreservação. Ela age preparando o indivíduo para enfrentar situações possivelmente danosas, como punições e privações, ou qualquer ameaça a unidade ou integridade pessoal, tanto física como moral.

Para Manso e Matos (2006) a ansiedade é uma experiência emocional em função da presença de situações consideradas como desagradáveis para o

indivíduo, ou pela previsão de situações futuras. Brandtner e Bardagi (2009) apontam que as situações que mais geram ansiedade no contexto acadêmico são: a falta de motivação para os estudos e a carreira escolhida, o excesso de tarefas acadêmicas, a existência de conflitos com professores e colegas, a apresentação de trabalhos e a dificuldades na aquisição de materiais e livros.

Sadock e Sadock (2012) afirmam que a ansiedade influencia a cognição e tem uma tendência a produzir má-formação da percepção, pois é um estado com vários efeitos. Dentre os vários tipos de diagnósticos de transtorno de ansiedade proposta pelos autores podemos usar dois diagnósticos de transtornos de ansiedade para exemplificar a questão vivenciada por acadêmicos:

**Transtorno de ansiedade generalizada:** Envolve preocupação excessiva sobre circunstâncias, eventos ou conflitos da vida diária. Os sintomas podem oscilar e sobrepor-se a outros transtornos clínicos e psiquiátricos (transtorno depressivo e outros transtornos de ansiedade). **Fobia social:** é um medo irracional de situações públicas (p. ex., falar em público, alimentar-se em público, usar banheiros públicos [bexiga presa]). Pode estar associada a ataques de pânico. Em geral ocorre durante o início da adolescência, mas pode desenvolver-se durante a infância (p. 210).

Rocha e Correia (2005) complementam que a ansiedade em acadêmicos no contexto universitário designa-se por um estado emocional desagradável em que o sujeito se sente alarmado, aterrorizado, tenso e preocupado pelas rotinas acadêmicas. É uma vivência e uma expectativa relativa ao que nunca se havia vivido, ao ritmo de estudos da universidade e com coisas que ainda não haviam acontecido.

Evidencia-se a escassez de estudos que tomem a temática de forma abrangente sobre a saúde mental dos estudantes universitários brasileiros. Conforme relatório FONAPRACE (2014), em um estudo realizado com 939.604 estudantes de IFES (Instituições Federais de Ensino Superior), 79,8% (794.804) relataram passar por dificuldades emocionais nos últimos doze meses. Dentre as variáveis apresentadas, a ansiedade foi a dificuldade emocional de maior entre os estudantes (58,36%). Seguida pelo desânimo e falta de vontade de fazer as coisas que se apresenta no nível de (44,72%). E ainda dentre a totalidade dos estudantes pesquisados encontra-se que 30,45% (286.151) já procuraram atendimento psicológico.

Braconnier (2000) entende que a ansiedade é um estado normal no indivíduo que resulta de uma reação normal a algo específico como um sistema de alarme. O

que diferencia o estado normal do patológico é a intensidade da ansiedade. Seus estudos revelam que a ansiedade generalizada pode ser definida como um estado de inquietação e tensão sem a presença de um objeto - situação ou indivíduo - específico que poderão originar queixas somáticas como dores de estômago ou cefaleias sem qualquer etiologia física De acordo com Bauer (2002) a ansiedade em excesso é uma reação emocional desagradável produzida por um estímulo externo considerado pelo indivíduo como ameaçador produzindo alterações fisiológicas e comportamentais. É um sentimento de receio perante algo difuso, vago, incorreto, mesmo indefinido e impreciso, surgindo assim como uma reação emocional que se produz perante situações que são interpretadas como ameaça.

Cabrera e Sponholz (2002) diferenciam a ansiedade patológica da normal pelos seguintes critérios: a) **Autonomia** – quando a ansiedade ocorre sem causa aparente ou, se existe um estímulo, a reação é desproporcional; b) **Intensidade** – quando elevada está relacionada com alto nível de sofrimento ou com uma baixa capacidade de tolerância; c) **Duração** – persistente ou recorrente d) **Comportamento** – disfuncional, com prejuízo global do funcionamento.

Cabrera e Sponholz, (2002) evidenciam que a ansiedade patológica é caracterizada por um conjunto de respostas ou reações desajustadas a uma percepção ou a um estímulo, podendo interferir no desenvolvimento normal do indivíduo, interferindo na autoestima, na interação com os outros, na aquisição de conhecimentos e na memória, predispor para uma maior vulnerabilidade com perda de defesas físicas e psíquicas .

De acordo com Brandtner (2009) a ansiedade geralmente caracteriza-se por uma grande variedade de sintomas somáticos – tremores, hipotonia muscular, hiperventilação, sudorese, palpitações – e sintomas cognitivos – apreensão, inquietação, distraibilidade, perda de concentração, insónias. E ainda difere do medo pois neste o perigo ou ameaça é externa, real e, geralmente, de origem não conflituosa enquanto na ansiedade há um sentimento que acompanha uma sensação eminente de perigo que adverte o indivíduo que existe algo a temer

Sadock e Grebb (1997) destacam que as respostas a este sentimento varia de indivíduo para indivíduo: uns tendem a superestimar o nível e a probabilidade do perigo de uma determinada situação; outros, pelo contrário, tendem a substituir a sua capacidade de enfrentamento dessa situação, o que faz com que surjam os sintomas fisiológicos

Segundo Silva (2006) a ansiedade pode ser distinguida em ansiedade traço e ansiedade-estado. Seus estudos de investigação acerca da avaliação da ansiedade permitiram a percepção que surgiam repetidamente dois constructos: estado e traço. A ansiedade traço é explicada como uma situação provisória que envolve sentimentos desagradáveis de tensão e pensamentos apreensivos; a ansiedade-estado é explicada como uma reação episódica ou situacional, ou seja, um estado emocional transitório (BATISTA *et al*, 2005).

A ansiedade traço conforme Telles-Correia e Barbosa (2009) é uma estrutura relativamente estável e permanente no indivíduo ou seja, representa um modo habitual de resposta por parte do indivíduo, o que faz com que seja uma diferença individual relativamente estável quanto à tendência para a manifestação da ansiedade.

Silva (2006) explica também que a ansiedade traço permite ao indivíduo avaliar a sensação de perigo e, por norma, os indivíduos com um traço de ansiedade mais elevado são mais vulneráveis a acontecimentos externos

Andrade e Gorenstein (2006) afirmam serem as perturbações de ansiedade das perturbações psiquiátricos mais frequentes, também os sintomas ansiosos podem ser vivenciados por qualquer pessoa em determinados períodos da sua vida. Levisky (1995) demonstra também em seus estudos tendo em conta a ação bidirecional entre as emoções e a cognição, a ansiedade pode funcionar como bloqueador das competências intelectuais

Na concepção de Claudino e Cordeiro (2006) a ansiedade é comum e, de certa forma, normal em qualquer indivíduo sendo um estado adaptativo que o prepara para antecipar perigos ou ameaças (reais ou potenciais) a tomar medidas necessárias para reagir ou proteger. Deste modo a ansiedade pode ser considerada essencial para a autopreservação que quando é excessiva ou prolongada acaba por limitar ou até mesmo impedir que o indivíduo confronte a situação e se adapte

Para Graziani (2005). A ansiedade, estando presente nos momentos em que se percebe um perigo ou ameaça, faz com que o indivíduo avalie cognitivamente essa situação levando-o a um sentimento de apreensão de percepção iminente e ainda a ativação de sistemas psico-fisiológicos. Defendendo a ideia de que a ansiedade pode ser considerado um fator que mede os agentes de tensão – os fatores de *stress* – uma vez que facilita o processo de adaptação já que mobiliza os recursos físicos e psicológicos que o indivíduo necessita quando percepção o

perigo ou ameaça. No entanto quando este mecanismo/processo de defesa para a vida diária é excessivo ou se o indivíduo percebe perigos ou ameaças de uma forma exagerada ou não existem, a ansiedade passa a patológica já que ele pode tornar-se hiper-vigilante face a hipotéticas ameaças.

Desta forma Claudino e Cordeiro (2006). Consideram a ansiedade, como uma reação natural e fundamental para a autodefesa, podendo ter repercussões negativas uma vez que pode significar ou impossibilitar a capacidade de adaptação do indivíduo Pereira *et al* (2002) revelam ser esta uma das primeiras e principais causas de procura de ajuda nos serviços de apoio e aconselhamento psicológico nos estabelecimentos de Ensino Superior.

Nos pressupostos de Silva e Costa (2005) reconhece-se que associada à ansiedade está uma das principais características do desenvolvimento na adolescência – a conquista da autonomia. Os indivíduos mais ansiosos são aqueles que apresentam maior dependência e maior restrição à autonomia e dificuldade em estabelecer contatos sociais. Os autores mostram que:

Os indivíduos com mais baixos níveis de independência apresentam maiores dificuldades em se adaptarem a novos contextos e a estabelecerem relações interpessoais. Por outro lado aqueles que construíram a sua identidade apresentam uma maior autonomia, mais confiança em si próprios, mais iniciativa e investimento e, conseqüentemente, menores níveis de ansiedade (SILVA E COSTA, 2005, p. 78).

Taveira *et al* (2000) apresentam que nas Instituições de Ensino Superior as problemáticas mais comuns que levam os adolescentes a procurar ajuda são as questões de indecisão e desajustamento em relação ao curso, ansiedade em situações de avaliação, ansiedade em tomadas de decisão, perturbações de humor e problemas de realização académica

Silver (1982) destaca que os estudantes universitários são submetidos, ao ingressarem no ensino superior, a uma grande carga emocional e física devido a longas horas de estudo, aos esforços de adaptação à instituição, aos professores, aos colegas, ao ambiente académico. E também aliam-se a estes fatores os decorrentes das transformações próprias do desenvolvimento (fisiológicas e psicológicas) levando os jovens a vivenciarem um período de crise pelas exigências dessa adaptação aos seus novos papéis.

Ferreira *et al* (2009) avaliam que as circunstâncias do estado emocional dos estudantes como por exemplo a entrada na universidade, considerada crise antigênica e a passagem por um período de desenvolvimento para outro, considerada crise normativa, podem ser associadas à ansiedade traço e à ansiedade estado.

Segundo Velez (2008) vários estudos sobre estudantes universitários concluem existir uma alta prevalência de ansiedade e de depressão com efeitos sobre o rendimento acadêmico, sobre o bem-estar e com abandono escolar. Nesse sentido apontam igualmente os estudos de Ninan e Berger (2001) evidências da frequente co-morbidade entre a ansiedade e a depressão e as implicações na avaliação e diagnóstico diferencial, assim como as complicações associadas à severidade e cronicidade das perturbações.

Entendem Bhamani e Hussain (2012) que muitos estudantes universitários durante o seu primeiro ano, independentemente das suas características pessoais, conseguem aprender e adaptar-se às atividades e ao ambiente social e acadêmico que os rodeia. De outra forma há também muitos outros que se deparam com problemas psicossociais até aí desconhecidos: conviver com maior proximidade com o sexo oposto; participar em atividades em que tem de falar em público; fazer trabalhos de grupo ou em atividades de aprendizagem coletiva.

Ruscio *et al.* (2008) ressaltam que a ansiedade social refletida por estes estudantes é o resultado da percepção de si mesmos, sobre si mesmos e de si próprio em ambiente social, havendo um conjunto de fatores que contribuem para os níveis de ansiedade entre os estudantes universitários.

Revelam Chen e Drummond (2008) ser a ansiedade social é amplamente encontrada em quase todos os tipos de ambientes educacionais e influencia tanto em seu desempenho quanto psicossocial. Segundo Bhamani e Hussain (2012) citando Van Ingen e Novocki (2009) muitos estudos mostram que a ansiedade social resulta em abuso de álcool, suicídio e perturbações de personalidade graves.

### **3 METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa quantitativa, exploratória com abordagem descritiva (GIL, 2010; SHAUGHNESSY, ZECHMEISTER, ZECHMEISTER, 2012).

Essa pesquisa classifica-se como exploratória quanto ao objetivo. Gil (2010) considera que a pesquisa exploratória tem como objetivo principal desenvolver, elucidar e transformar conceitos e ideias. Para o autor, este tipo de pesquisa são as que apresentam menor rigidez no planejamento, pois são planejadas com o objetivo de proporcionar visão geral, de tipo aproximativo, acerca de determinado fato.

Os participantes da pesquisa foram os alunos ingressantes no ano de 2018 nos cursos de direito, engenharia mecânica, psicologia e odontologia. Os cursos foram escolhidos por não terem formado nenhuma turma ainda na faculdade. A proposta é que a mesma pesquisa seja aplicada com a mesma amostra quando eles estiverem no último período dos citados cursos.

Como instrumento de coleta de dados foi feita a aplicação do questionário validado de Beck (1996). Os dados foram coletados no mês de outubro de 2018. Os dados foram tratados através da estatística descritiva.

Cada aplicação foi antecedida de uma explicação do objetivo do estudo e serão disponibilizadas aos discentes informações e encaminhamentos, quando necessário ou solicitado. A participação dos alunos foi voluntária com assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram entrevistados um total de 121 estudantes, sendo 75 do gênero feminino e 46 do gênero masculino. Estes alunos estão distribuídos nos seguintes cursos: direito, 67 estudantes; engenharia mecânica: 11 alunos; odontologia, 19 alunos; psicologia, 24 alunos.

Tabela 1: Características da população investigada, 2018.

Característica	N= 121	%
<b>Gênero</b>		
Feminino	75	37,19 %
Masculino	46	62,81%
<b>Curso</b>		
Direito	67	55,37%
Engenharia Mecânica	11	9,1%
Odontologia	19	15,7%
Psicologia	24	19,83%

A partir da análise dos resultados, considerando os níveis de ansiedade propostos na escala de ansiedade BAI, pode-se verificar o seguinte resultado, demonstrado na tabela abaixo:

Tabela 2: Nível de ansiedade Geral

Curso	Não Apresenta	Nível leve	Nível moderado	Nível grave	Total
Direito	25,37%	22,38%	31,34%	20,89%	67/100%
Engenharia Mecânica	72,72%	18,18%	9%	0%	11/100%
Odontologia	36,84%	15,78%	15,78%	31,37%	19/100%
Psicologia	12,5%	20,83%	33,33%	33,33%	24/100%

Na escala de verificação de ansiedade BAI, considera-se como nível moderado de ansiedade, a pontuação de 20 a 30. Neste nível de ansiedade, os sintomas presentes são desagradáveis para o sujeito, porém são suportáveis (CUNHA, 2011).

A presença de ansiedade em estudantes é frequente devido ao número de situações nas quais os mesmos precisam adaptar e, mediante as dificuldades nestes processos de adaptação, surge a ansiedade como forma de fugir dos mesmos. Por esta razão, a ansiedade é apontada por Medeiros e Bittencourt (2017) como o problema de saúde mental mais comum entre os universitários.

Na pesquisa, o curso de Engenharia Mecânica apresenta o maior índice de alunos sem sintomas ansiosos: 72,72%. Por outro lado, os cursos de Direito, Odontologia e Psicologia apresentam o maior índice de alunos com sintomas de ansiedade, sendo que 74,61% dos alunos de Direito, 62,93% dos alunos de Odontologia e 87,49% dos alunos de Psicologia apresentam sintomas ansiosos. A ansiedade na área de Humanas e Saúde pode se justificar pelo fato de serem áreas de estudo que lidam com maior frequência com questões sociais que envolvam sofrimento humano. Para Vasconcelos et al (2016), estudantes de psicologia são mais exigidos quanto ao controle de ansiedade, sobretudo no processo de aquisição de informações na formação, pelo contato direto que se tem com o ser humano e suas mazelas, bem como pelo grau de complexidade e responsabilidade em se tornar psicoterapeuta para acolher o pedido de ajuda do outro.

A pesquisa possibilitou também analisar a presença de ansiedade a partir do gênero do entrevistado, conforme demonstra a Tabela 03.

Tabela 3: Nível de ansiedade por gênero

Curso	Não Apresenta	Nível leve	Nível moderado	Nível grave	Total
Masculino	47,82%	26,08%	19,56%	6,52%	46/100%
Feminino	17,33%	17,33%	32%	33,33%	75/100%

Analisado os dados, percebe-se que 52,16% dos homens entrevistados apresentam sintomas de ansiedade. Nas mulheres estudantes universitárias entrevistadas, os sintomas de ansiedade estão presentes em 82,66% das entrevistadas. Medeiros e Bittencourt (2017) apontam que um dos fatores prováveis para o alto índice de sintomas depressivos no gênero feminino encontrado na pesquisa pode representar a resposta ao fato de vivermos em uma sociedade em que a mulher ainda enfrente grandes dificuldades e obstáculos para possuir uma carreira que lhe permita uma maior independência social e econômica. Neste sentido, os conflitos e obstáculos enfrentados pelas estudantes do gênero feminino provocam uma reação com maior grau de ansiedade.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como observado na construção deste trabalho, o meio acadêmico é extremamente vulnerável ao desenvolvimento de comportamentos ansiosos, devido ao sofrimento causado pelo processo de integração do sujeito com o ambiente universitário. Sofrimento este que também resulta das transformações propícias da juventude, além de profundas mudanças de ordem econômica, social e cultural, que demandam considerável esforço para que a adaptação ao novo estilo de vida aconteça.

O ingresso na vida universitária envolve um complexo caminho de internalização de novas regras de socialização, sempre de forma mais autônoma se comparado à Educação Básica. É preciso também associar a este contexto as idealizações que, por não serem correspondidas na realidade, promove diversos sentimentos como medo, angústia, frustração. Agrega-se ao exposto os diferentes conflitos que este novo estilo de vida promove, como a relação com diferentes culturas, reflexões e transformações morais e até mesmo espirituais.

As pressões apresentadas se manifestam na forma de ansiedade e, embora esta seja considerada fundamental para a existência humana, em excesso a ansiedade se torna maléfica e traz consideráveis prejuízos para o sujeito. Trata-se

de um desconforto que, por mais que seja momentâneo, gera alterações de ordem neuronal e comportamental.

Fica evidente também a importância e a necessidade de promover uma intervenção mais profunda para averiguar os sintomas de ansiedade e outras questões relacionadas ao adoecimento mental de estudantes universitários. Sobretudo quanto à divulgação dos serviços de apoio psicológico aos estudantes. Desde modo, é importante que este trabalho não se limite ou encerre aqui, mas que tenha a função social de despertar nos responsáveis pela instituição, o interesse em considerar a ansiedade entre universitários, não um mal necessário, mas um comportamento que pode ser evitado, tratado e amenizado a partir de ações pontuais como conscientização, orientação e atitudes de Psicoeducação.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BECK, Aaron T. **Escala Beck de Ansiedade**. Tradução e adaptação brasileira, 2001, Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda., 1996.

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. **Revista Interinstitucional de Psicologia**. Uberlândia-MG, 2009.

CASTILLO, Ana Regina GL *et. al.*. Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. 2000.

CLAUDINO, João; CORDEIRO, Raul. Níveis de ansiedade e depressão nos alunos do curso de licenciatura em enfermagem. O caso particular dos alunos da Escola Superior de Saúde de Porto Alegre. 2006. In.: **Millenium**, n.º 32, pp. 197-210, 2006.

CUNHA, Jurema Alcides. **Escalas de Beck**. Casa do Psicólogo, São Paulo. 2011

FERREIRA, Camomila Lira *et al.* Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação do traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.14, n. 3. 2009.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa?**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MANSO, Dina Suzana da Silva; MATOS, Margarida Gaspar. Depressão, ansiedade e consumo de substâncias em adolescentes. In **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**. Junho de 2006. Vol. 2 (1), p. 73-84. Disponível em [http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872006000100008&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt](http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872006000100008&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt) Acesso em 27/10/17

MEDEIROS, Palloma Prates; BITTENCOURT, Felipe Oliveira. **Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular.** Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia. V. 10, n. 33, 2017.

ROCHA, Carla.; CORREIA, Tânia. A ansiedade no ensino secundário e no ensino superior. **O portal dos Psicólogos.** 2005. Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0110.pdf>. Acesso em 27/10/17.

SADOCK, Benjamin James.; SADOCK, Virginia A. **Manual de Psiquiatria Clínica.** 5. ed. Porto Alegre: Editora Artmed, 2012.

SHAUGHNESSY, John J.; ZECHMEISTER, Eugene B.; ZECHMEISTER, Jeanne S. **Metodologia de Pesquisa em Psicologia.** 9 ed. Porto Alegre: AMGH Editora, 2012.

SILVEIRA Celeste *et al.* Saúde mental em estudantes universitários.In.: **Acta Med Port.**, n. 24(S2), 2011.

SOARES, I. Psicopatologia do desenvolvimento: Trajetórias. In.: **Adaptativas ao longo da vida.** Coimbra: Quarteto Editora, 2000.

VASCONCELOS, T. C. et al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica.** Recife, 2014. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v39n1/1981-5271-rbem-39-1-0135.pdf>> Acesso em: 08 de agosto de 2018.

UNIVÉRTIX, **Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI)**, 2014.

UNIVÉRTIX. **Regimento Interno.** Faculdade Vértice - Univértix. 2011.