

ANSIEDADE ENTRE ACADÊMICOS DOS ANOS FINAIS DO CURSO DE PSICOLOGIA – PERSPECTIVAS DA TEORIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

Kelly Nayara Pereira Sílvia¹
Juliana Ribeiro de Oliveira
Fernanda Bicalho²
Cintia de Assis Mendes³
cintiamendesassisi@hotmail.com

Área de conhecimento: Ciências Humanas

PALAVRAS-CHAVE: ansiedade; acadêmicos; psicologia.

INTRODUÇÃO

Desde o início da trajetória acadêmica no Curso de Psicologia na Faculdade Vértice – UNIVERTIX no Município de Matipó/MG, o tema ansiedade é um tópico comum observado nas discussões cotidianas entre os alunos do curso de psicologia e demais cursos dessa faculdade. Tendo sido tema de um artigo apresentado por uma das autoras ao projeto de Iniciação Científica - PIBIC no ano de 2018 e também em diversas disciplinas do currículo, mais especificamente em psicopatologia. Tal questão chamou a atenção desde sempre, visto ser uma condição muito comum revelada por uma boa parcela de pessoas em nossa sociedade, trazendo sérias consequências e agravantes em saúde mental. De outra forma o tema despertou interesse novamente pela recorrência entre os acadêmicos ao longo da trajetória do Curso de Psicologia e mais especificamente dos anos finais perante as peculiaridades do final de uma formação. O objetivo principal deste estudo é o de avaliar comparativamente os níveis de ansiedade e fatores de risco associados em universitários que participaram de estudo científico na Faculdade Vértice – Univértix – Matipó em 2018. A questão norteadora que permeará a pesquisa é: Podem os transtornos de ansiedade afetar a vida acadêmica e profissional de alunos concluintes no Curso de Psicologia? Qual a contribuição a Teoria Cognitiva Comportamental traz para os transtornos de ansiedade? Buscar uma compreensão ampliada dos transtornos de ansiedade entre estudantes concluintes dos cursos universitários se torna relevante para a comunidade acadêmica no sentido de promover ações em saúde mental entre os acadêmicos, que podem sentir-se mais confortáveis e seguros na conclusão de seu curso e início da vida profissional.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, onde foram utilizados artigos pesquisados nas plataformas de busca Google Acadêmico, Scielo, Pepsic. Os descritores utilizados foram: ansiedade, universitários, psicologia.

¹ Alunas do curso de Psicologia da Faculdade Univértix.

² Psicóloga. Mestre em Saúde e Enfermagem. Professora dos cursos de Psicologia e Enfermagem da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

³ Psicóloga e professora do Curso de Psicologia Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Conforme Claudino *et al.* (2019) a ansiedade é uma resposta natural do organismo para situações de ameaça e perigo. Se configurando como uma preocupação intensa, excessiva e persistente, causando medo de situações cotidianas envolvendo então fatores cognitivos, comportamentais, afetivos, fisiológicos e neurológicos que modulam a percepção do indivíduo ao ambiente, provocando respostas específicas e direcionando a algum tipo de ação. Arruda *et al.* (2020) considera que na atualidade há entre os estudantes universitários um nível elevado de ansiedade. Verificando assim uma a necessidade crescente de estudos que busquem identificar fatores associados aos níveis de ansiedade entre universitários visando promover estratégias de cuidado com a saúde mental e uma formação mais humanizada nesse contexto. Medeiros e Bittencourt (2017) apontam que cerca de 12% da população universitária apresenta traços de ansiedade que se encontram entre os níveis moderado a severo. Sendo o transtorno de ansiedade um problema comum de saúde mental verificado entre os estudantes, interferindo na falta de interesse na aprendizagem e também no mau desempenho nos exames e trabalhos acadêmicos. Segundo Gomes e Badaró (2019) em um estudo que investiga a qualidade de vida em estudantes universitários revela o comprometimento de vários indicadores, como por exemplo, nos domínios físicos, psicológico, relações sociais e meio ambientes. Os resultados encontrados apontam não existirem diferenças significativas mensuráveis entre os estudantes iniciantes e os concluintes. Revelando a adaptação á situações estressantes ao longo do curso possam ter contribuído para a manutenção dos níveis de qualidade de vida nesse contexto. Para Santos e Simões (2019) é importante estabelecer políticas de saúde mental que extrapolem os dispositivos de saúde na rede pública. Os autores entendem que de forma preventiva deve se estabelecer políticas de saúde que atendam especificamente os estudantes universitários de forma a auxiliar na formação mais qualificada e, portanto, na qualidade de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante os pressupostos aqui apresentados verifica-se a urgente necessidade de se estabelecer estudos mais profundos a respeito da ansiedade entre os estudantes universitários. Fica evidente nas concepções dos diversos autores a existência de especificidades dessa condição entre o público caracterizado no estudo, e também os impactos na qualidade de vida desses sujeitos. Portanto, há ainda a necessidade de apontar estratégias de promoção de saúde mental entre os universitários tanto ingressantes quanto concluintes na graduação.

REFERÊNCIAS

ARRUDA, E. S. *et al.*; Avaliação dos graus de ansiedade em acadêmicos de uma faculdade privada. **Scientia Medica Porto Alegre**, v. 30, p. 1-9, jan.- dez. 2020.

CLAUDINO, A. C. S. O. *et al.*; Relato de experiência: ansiedade, estresse e depressão no âmbito universitário. **Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico**. ISSN: 2446-6778 N° 5, volume 5, artigo nº 133, Julho/Dezembro 2019.

GOMES, L. A. F.; BADARÓ, A. C.; Qualidade de vida de estudantes de psicologia de uma faculdade privada de juiz de fora. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 1, n. 2, p. 645-671, ago./dez. 2019.

MEDEIROS, P. P.; BITTENCOURT, F. O.; Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. **Id on Line Rev. Psic.** V.10, N. 33, Janeiro-. 2017.

SANTOS, R. M.; SIMÕES, M. O. S.; Níveis de ansiedade em alunos concluintes de cursos de saúde. **Revista Eletrônica de Farmácia.** V. 17.51302. 2019.