

NÍVEIS DE ANSIEDADE EM JOVENS PRÉ-VESTIBULANDOS

Creitiane Lima Rosa¹
Júlia Maria Lima Lacerda²
Magalí de Paula Silva Santana³

psicomagalisantana@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências Humanas

RESUMO

Pré-vestibulandos são todos aqueles que prestarão o vestibular com o intuito de ingressar em uma faculdade. Podem ser os jovens que estudam por conta própria em casa ou os recém-formados do Ensino Médio. O período pré-vestibular acarreta anos de dedicação que acabam sendo provados em horas, por isso esse momento traz diferentes reações para cada indivíduo. Diante disso, esse trabalho tem como objetivo avaliar os níveis de depressão e ansiedade em adolescentes que vão prestar o vestibular. Assim questiona-se: o vestibular pode adoecer o jovem? O que pode ser feito para amenizar a ansiedade frente ao vestibular? Como diminuir essa pressão sobre os jovens? Existe diferença entre ansiedade e depressão quando consideradas pessoas do sexo feminino e masculino? Foi aplicada uma escala já validada chamada HAD (Hospital Anxiety and Depression Scale). A aplicação ocorreu de forma on-line. O arquivo foi distribuído pelo método Bola de neve e foram coletadas respostas de vinte jovens pré-vestibulandos. Os dados foram analisados a partir de uma metodologia qualitativa, que nos ajudou a compreender e analisar as experiências dos jovens pré-vestibulandos e os níveis de adoecimento psíquico, especificamente de ansiedade e depressão.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade, Depressão, Jovens, Pré-Vestibulandos.

INTRODUÇÃO

O vestibular é um “exame que qualifica os estudantes a ingressar na universidade e, portanto, tem prerrogativas seletivas e classificatórias. A maioria dos estudantes que se submetem a este tipo de exame são adolescentes em fase final de conclusão do Ensino Médio” (BENEVIDES *et al.*, 2010, p 57).

Pré-vestibulandos são todos aqueles que prestarão o vestibular com o intuito

¹ Acadêmica do curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix.

² Acadêmica do curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix.

³ Psicóloga e professora do curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix.

de ingressar em uma faculdade. Podem ser os jovens que estudam por conta própria em casa ou os recém-formados do Ensino Médio. Essa é uma fase decisiva na vida do indivíduo, é um momento da busca pelo sucesso que acaba recebendo grandes investimentos emocionais dos estudantes. A insegurança diante da disputa que é o exame, o receio de não ser bem-sucedido, suas expectativas em relação a aprovação, geram um agravamento de sintomas ansiosos, o que torna o pré-vestibulando vulnerável (SOUZA *et al.*, 2019).

Com isso, é importante compreender em que contexto social o jovem está inserido, avaliando se existe uma cobrança em relação a escolha profissional, o início do planejamento da carreira, aprovação do vestibular, além das mudanças psicológicas e físicas, bem como seus próprios anseios e as expectativas geradas pela família. Todos esses fatores acabam se somando a transformações físicas e mudanças hormonais que contribuem para manifestações de situações estressoras e ansiogênicas (BEATRIZ *et al.*, 2021).

A depressão é uma doença que apresenta os seguintes sintomas mais comuns: profunda tristeza, alteração no humor (rebaixamento), perda do sono, sentimento de perda e de culpa, aumento de apetite ou perda de apetite. A doença pode se desencadear de várias formas, seja com a perda de um familiar ou outras perdas significativas, ou uso de medicamentos fortes para tratar doenças graves, alterações hormonais, entre outras causas. O transtorno pode vir a acometer estudantes pelas mudanças de seus hábitos, por cobranças internas e externas de forma exagerada, etc. (LELIS *et al.*, 2020).

Os transtornos de ansiedade diferem entre si nos tipos de objetos ou situações que induzem medo, ansiedade ou comportamento de esquiva e na ideação cognitiva associada. Deste modo, embora os transtornos de ansiedade sejam altamente comórbidos entre si, existem diferenças. Os tipos mais recorrentes são: Transtorno de Ansiedade Generalizada, Transtorno de Ansiedade de Separação, Mutismo Seletivo, Fobia Específica, Transtorno de Ansiedade Social (Fobia Social), transtorno de Pânico, Agorafobia, Transtorno de Ansiedade Induzido por Substância/Medicamento, Transtorno de Ansiedade Devido a Outra Condição Médica, Transtorno de Ansiedade Especificado (DSM-5, 2014).

Diante do exposto, este estudo questiona: como estão os níveis de ansiedade e depressão em jovens que vão prestar o vestibular? O objetivo do estudo será avaliar os níveis de ansiedade e depressão nesses jovens.

Pesquisas como essa são de grande valia para dar visibilidade ao tema e ajudar jovens que futuramente enfrentarão essa etapa, assim como orientar pais e responsáveis sobre a pressão que os adolescentes passam nesse momento decisivo de suas vidas, visando a problematização do desconhecimento dos estudantes em relação às demandas do pré-vestibular, frente a ansiedade e depressão. Além disso, se faz necessário a inserção de profissionais de saúde mental nesse contexto de pré-vestibular e nas discussões sobre o assunto, assim conseguiremos uma relação saudável entre o aluno e as demandas acadêmicas.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

De acordo com Bordin *et al* (2019), o projeto profissional na juventude se caracteriza pelo ingresso no ensino superior. Essa entrada, no Brasil, passa por um exame de seleção denominado vestibular, tornando-se prioridade para muitos. O vestibular é um concurso público que garante a vaga no ensino superior no Brasil. No processo seletivo é selecionado aquele que obtiver a melhor nota na prova, por essa razão, o momento provoca um aumento de sentimentos, como medo, angústia e ansiedade. A ansiedade leva a outros sentimentos que provocam inúmeros conflitos internos. Alguns distúrbios fisiológicos se relacionam com o surgimento dessa ansiedade patológica, tais como: insônia, cefaléia, dores no peito, tremores, e especialmente, as doenças crônicas. "Sintomas físicos inesperados podem surgir quando o estudante não consegue diferenciar o plexo de fatores, permitindo à emoção dominar a razão" (BORDIN *et al.*, 2019. p. 2).

Segundo Macedo *et al.* (2021), além das rotinas intensas de atividades que são características da fase pré-vestibular, motivos como autocobrança para resultados positivos e pressão familiar, provocam um impacto na saúde mental, expandindo os índices psicológicos que se associam a essa etapa, especialmente porque a maioria dos estudantes está no processo de construção da identidade.

No entanto, durante essa etapa, os eventos estressores podem desencadear sintomas como depressão, angústia, ansiedade dentre outros, impactando assim a saúde mental dos estudantes. Se preparar para o vestibular tem se tornado um elemento gerador e agravador de crises, potencializando significativos impactos físicos e emocionais, mesmo os sintomas permanecendo em estágios subclínicos, no entanto difíceis de serem reconhecidos (MACEDO *et al.*, 2021).

Levando em conta que a ansiedade interfere no desempenho em provas, altera a estabilidade do humor, a concentração e a qualidade de vida dos estudantes, sua descoberta precoce é necessária para evitar consequências mais graves, incluindo a evolução para outras patologias, como por exemplo, o transtorno de ansiedade generalizada e o transtorno de pânico (MACEDO *et al.*, 2021).

Segundo Daolio e Neufeld (2017), é necessária uma atenção aos estudantes que estão nessa fase do pré-vestibular e há necessidade de uma rotina de atividade física nesse período, com ênfase na diminuição dos sintomas de estresse. Podem ser implementados programas de exercícios físicos em grupo. Uma alternativa importante para mediação dos níveis de estresse e redução dos estressores, são os trabalhos em grupos terapêuticos ou mesmo a psicoterapia individual. O objetivo é proporcionar alívio emocional nessa fase para facilitar o processo e a vivência.

Por isso é indispensável também intervenções e acompanhamento no âmbito psicológico para os vestibulandos, visto que muitos dos jovens têm o conhecimento acadêmico necessário, porém, não conseguem expressá-lo pela inabilidade de manejar a ansiedade e o estresse (DAOLIO; NEUFELD, 2017).

É primordial um estudo sobre o estresse para controlar a ansiedade do pré-vestibulando, assim tendo um conhecimento de enfrentamentos e controle dos estímulos. Isso porque a obtenção de habilidades sociais possibilita uma percepção do indivíduo sobre suas competências, promovendo assim autoconfiança para responder apropriadamente aos estressores da sociedade, que se tornam variáveis necessárias no controle do estresse (DAOLIO; NEUFELD, 2017).

Diante do contexto da pandemia de COVID-19, as medidas de controle recomendadas afetaram a população em muitas dimensões das condições de vida e de saúde, dentre elas, de forma significativa, a saúde mental. A pandemia foi uma

emergência de saúde pública de grande proporção (importância internacional) e exigiu esforços de inúmeras áreas, sobretudo na organização dos serviços de saúde. Em episódios de epidemia e isolamento social, a incidência ou agravamentos de quadros de ansiedade e depressão tendem a aumentar. O impacto psicológico da quarentena reporta que a maiorias dos estudos verificou efeitos psicológicos negativos, e que os principais fatores de estresse identificados foram, o medo da infecção, a duração da quarentena, os sentimentos de aborrecimento e frustração, a informação inadequada e o estigma da doença, a importância dos aspectos emocionais durante a pandemia tem levado autores a identificá-la como a “pandemia do medo” ou “coronafobia” (BARROS *et al.*, 2020).

Nota-se que a sociedade foi afetada de forma direta pela pandemia, a ansiedade é um dos sintomas que cresceu nesse momento, por todas as situações sofridas. Frente a este contexto epidêmico, é possível que os pré-vestibulandos tenham se sentido mais ansiosos. As diferentes vivências e sentimentos que estão ligados à tensão do pré-vestibulando devem-se ao momento de incerteza da própria fase do pré-vestibular somadas à pandemia e às condições de saúde de cada pessoa. Com os vestibulares adiados e o ensino remoto aplicado, os pré-vestibulandos, além do momento importante pelo qual estão passando, depararam-se também com um período de muitas dúvidas. (IKUNO *et al.*, 2020).

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, que utilizou um questionário já validado, aplicado de forma on-line, para obtenção dos dados. Por meio da pesquisa qualitativa é possível entender sobre “o universo simbólico e particular das experiências, comportamentos, emoções e sentimentos vividos, ou ainda, compreender sobre o funcionamento organizacional, os movimentos sociais, os fenômenos culturais e as interações entre as pessoas, seus grupos sociais e as instituições” (MEDEIROS, 2012. p. 224).

Os participantes da pesquisa foram 20 jovens, de ambos os sexos, que estão se preparando para o vestibular. Era obrigatório ter mais de 18 anos para participar

da pesquisa e concordar em participar do estudo pelo Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (ANEXO 1).

Este estudo seguiu as especificações da Lei 466/2012 (BRASIL, 2012), que trata de pesquisa envolvendo seres humanos, resguardando-lhe o anonimato e autonomia de recusar-se ou desistir de fazer parte da amostra do estudo a qualquer momento da pesquisa. A coleta de dados aconteceu após a obtenção do consentimento dos participantes da pesquisa.

Para coleta dos dados foi utilizado o método “bola de neve”. Segundo Landmann e De Pina (2021), o método “bola de neve” é um procedimento de amostragem não probabilístico, realizado a partir da indicação de um grupo inicial de pessoas que fazem parte da população-alvo, que apontam pares do mesmo grupo populacional, e assim sucessivamente. Àqueles que aceitaram participar da pesquisa, foi disponibilizado um formulário desenvolvido através da plataforma digital Google Forms contendo o TCLE e a escala utilizada na pesquisa.

Por se tratar de uma pesquisa em ambientes virtuais, foram obedecidas as orientações descritas na Carta Circular nº 1/2021, da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), que requer a não identificação de nomes na lista, nem acesso aos dados por terceiros, bem como a orientação para que os participantes guardem uma cópia do questionário, assim como só poderão visualizar as perguntas após estarem em consentimento com a participação.

Foi utilizada a Escala Hospital Anxiety and Depression Scale (HAD) (ZIGMOND; SNAITH, 1973), (ANEXO 2), que possui uma proposta de mensurar os sintomas de ansiedade e depressão em contexto pré-vestibular. Trata-se de uma escala já validada que mapeia e identifica pontos importantes, apresentando as características inerentes a estes quadros de adoecimento psíquico. A HAD é composta por quatorze perguntas, com quatro alternativas cada, cada item possui a possibilidade de resposta com numeração que vai de 0 a 3 pontos.

A pesquisa foi realizada entre março e abril de 2023. Os dados obtidos foram sistematizados utilizando o Microsoft Office Excel e serão apresentados descritivamente e analisados à luz da teoria que embasa este estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A população do estudo foi constituída por 20 participantes pré-vestibulandos. A faixa etária predominante foi de 18 a 20 anos (95%) e apenas 5% referiram possuir de 20 a 30 anos. Esse resultado corrobora o estudo de Soares e Martins (2010), que mencionam que a maioria dos estudantes que se submetem ao vestibular é constituída de adolescentes que se encontram na fase final de conclusão do ensino médio.

Avaliação de sintomas de ansiedade

Na questão “Eu sinto uma espécie de medo, como se algo ruim fosse acontecer”, a maioria dos participantes referiram ter essa sensação poucas vezes. No item “Estou com a cabeça cheia de preocupações”, a maioria respondeu a maior parte do tempo e em relação a “Consigo ficar sentado à vontade e ficar relaxado” a maior parte respondeu poucas vezes (TABELA 1).

Tabela 1: Respostas dos participantes sobre sentimentos/sensações relacionadas à ansiedade

	N = 20	%
Eu sinto uma espécie de medo, como se algo de ruim fosse acontecer”		
Sim de um jeito muito forte (3)	5	25
Sim, mas não tão forte (2)	6	30
Um pouco, mas isso não me preocupa (1)	6	30
Não sinto nada disso (0)	3	15
Estou com a cabeça cheia de preocupações		
A maior parte do tempo (3)	9	45
Boa parte do tempo (2)	6	30
De vez em quando (1)	3	15
Raramente (0)	2	10
Consigo ficar sentado à vontade e ficar relaxado (a)		
Sim, quase sempre (0)	3	15

Muitas vezes (1)	6	30
Poucas vezes (2)	9	45
Nunca (3)	2	10

Fonte: Dados da pesquisa

O transtorno ansioso pode ser caracterizado como uma doença que provoca consequência grave na vida do indivíduo e de seus familiares. O transtorno de ansiedade é definido como um resultado normal de uma circunstância que pode gerar medo, apreensão, dúvida, ou expectativa, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho. A ansiedade causa sintomas como dores no peito, palpitação, fadiga, distúrbio do sono, quando esses sintomas se manifestam trazem prejuízo e sofrimento na vida social, profissional ou acadêmica do indivíduo, e podem ser encarados como sensação de perigo iminente (LELIS *et al.*, 2020). Esse dado é condizente com aqueles apontados na tabela acima, onde 55% dos entrevistados reconhecem apresentar um medo de que algo ruim aconteça, essa sensação de insegurança e medo faz parte dos quadros de ansiedade. Além disso, 75% dos jovens estão com a cabeça cheia de preocupações a maior parte do tempo ou boa parte do tempo e poucas vezes relatam se sentir relaxados (45%).

Segundo Zuardi (2017), a persistente e excessiva preocupação são as características principais do transtorno de ansiedade, deste modo essas preocupações são acompanhadas do medo excessivo e de sintomas físicos relacionados a hiperatividade autonômica e a tensão muscular. Entre os sintomas mais comuns estão a sudorese, taquicardia, fadiga, insônia, dificuldades de relaxar e dores musculares. Essas preocupações não se restringem a uma determinada categoria, mas são generalizadas, excessivas, por vezes envolvendo temas que não preocupam grande parte das pessoas e de difícil controle.

Tabela 2 – Escores de Ansiedade calculados a partir das respostas ao HAD que se referem aos quadros de ansiedade.

Escore	Homens		Mulheres	
	n = 7	%	n = 13	%
0-7 Pontos: improvável	3	43	1	8

8-11 Pontos: possível	2	28	6	46
12-21 Pontos: provável	2	28	6	46

Fonte: Dados da pesquisa

Segundo Santana (2019), as meninas tendem a procurar um suporte no desabafo, na religião e no suporte emocional. Porém, utilizam estratégias não muito assertivas para a evitar a ansiedade, o que pode acarretar um descontrole comportamental, auto culpabilização e negação. No entanto, os meninos procuram diferentes tipos de estratégias para o manejo da ansiedade, como aceitação, coping, e reinterpretação positiva.

Nos dados da tabela 2, as informações acerca de diferenças de gênero para os quadros de ansiedade sugerem que as jovens mulheres participantes dessa pesquisa apresentam quadros prováveis de ansiedade (46%), ao passo que, entre os jovens do sexo masculino 43% estão na pontuação que define o quadro de ansiedade como improvável.

Segundo Borges *et al.* (2008), a juventude é um período marcado por mudanças e ajustamentos emocional e social, no qual os jovens experimentam diferentes níveis de estresse frente às mudanças e desafios. A ansiedade pode ser entendida como uma característica normal, permitindo os jovens adaptarem-se a situações novas, inesperadas ou perigosas. Na pesquisa, esses dados parecem demonstrar isso, uma ansiedade “normal” da juventude e que, portanto, não precisaria de intervenções ou tratamentos específicos.

Para os jovens a ansiedade é uma experiência comum, funcional e transitória, cuja natureza e intensidade variam, em grande parte, de acordo com o estágio de desenvolvimento. Deste modo, a ansiedade pode aumentar de intensidade e tornar-se, muitas vezes, crônica e disfuncional do ponto de vista do desenvolvimento socioemocional (BORGES *et al.*, 2008). Seria importante acompanhar esses jovens mais de perto para definir o quanto a ansiedade tem sido sentida como disfuncional para a vida acadêmica nesse período pré-vestibular.

A ansiedade pelo vestibular toma conta de toda a família, o que pode interferir na dinâmica familiar durante esse momento antecedente da realização da prova. Em alguns casos, a família tende a participar deste ritual, mudando os hábitos, deixando

de sair para não prejudicar o estudo do filho ou filha (SPARTA; GOMES, 2019).

Avaliação de sintomas de depressão

A depressão é caracterizada por perda de interesse e desânimo, considerada um transtorno de origem multifatorial, impede o sujeito de desempenhar as atividades habituais, com efeito direto nas relações intersubjetivas. É um transtorno que possui vários fatores que afetam a saúde mental, física e ambiental do indivíduo. Os sintomas mais comuns são, profunda tristeza, alterações do humor, perda de sono, sentimento de dor e de culpa e perda ou aumento do apetite (AQUINO *et al*, 2019 e LELIS *et al.*, 2020).

Quando questionados sobre “Eu ainda sinto que gosto das mesmas coisas que antes”, a maioria dos participantes (60%) referiu ter essa sensação de não tanto quanto antes. No item “Eu me sinto alegre”, uma grande parte (45%) dos jovens relataram poucas vezes, e sobre “Eu estou lenta(o) para pensar as coisas”, 70 % dos jovens responderam muitas vezes ou quase sempre. (TABELA 3).

Tabela 3: Respostas dos participantes sobre sentimentos/sensações relacionadas à depressão

	N = 20	%
“Eu ainda sinto que gosto das mesmas coisas que antes”		
Sim do mesmo jeito que antes (0)	5	25
Não tanto quanto antes (1)	12	60
Só um pouco (2)	1	5
Já não consigo ter prazer em nada (3)	2	10
Eu me sinto alegre		
Nunca (3)	0	0
Poucas vezes (2)	9	45
Muitas vezes (1)	6	30
A maior parte do tempo (0)	5	25
Eu estou lenta (o) para pensar as coisas		
Quase sempre (3)	6	30

Muitas vezes (2)	8	40
Poucas vezes (1)	5	25
Nunca (0)	1	5

Fonte: Dados da pesquisa

A depressão e a fragilidade dividem sintomas neurovegetativos e fatores de risco como: retardo psicomotor, lentidão da marcha, falta de energia, fadiga, perda de peso, comorbidades, prejuízos cognitivos e funcionais (NASCIMENTO; BATISTONI, 2019). Os participantes da pesquisa demonstram esses sintomas em suas respostas e apontam para dados preocupantes sobre sua saúde mental. Importante enfatizar que essa apatia, lentidão e dificuldade de gostar das coisas como antes pode levar o jovem pré-vestibulando a render menos em suas atividades e ter dificuldade para iniciar os estudos.

Os transtornos depressivos em jovens adultos consistem em fenômenos multidimensionais e complexos, afetando de forma direta a saúde mental, a qualidade de vida e a vida social dos indivíduos como um todo. O transtorno depressivo maior (TDM), por exemplo, apresenta sintomas como perda do interesse ou prazer pelas atividades diárias e a presença de humor deprimido pela maior parte do tempo. Em geral, esses sintomas são acompanhados por alterações no sono, peso e alimentação, bem como dificuldades de concentração, tomar decisões e tendência ao cansaço e lentidão (DE MELO, CARVALHO, 2021).

RESULTADO TOTAL DOS ESCORES (TABELA 4)

Tabela 4 – Escores de Depressão calculados a partir das respostas ao HAD que se referem aos quadros de depressão.

Escore	Homens		Mulheres	
	n = 7	%	n = 13	%
0-7 Pontos: improvável	3	43	5	38
8-11 Pontos: possível	3	43	7	54
12-21 Pontos: provável	1	14	1	8

Fonte: Dados da pesquisa

A depressão pode iniciar na vida dos jovens a partir de vários fatores, como mudanças repentinas, perdas em suas vidas, além dos fatores de alterações hormonais, doenças graves ou até mesmo o uso de medicamentos fortes para o tratamento de doenças graves (LELIS *et al.*, 2020).

Estudos que comparam questões de gênero na depressão têm se esforçado para entender o porquê da maior prevalência de depressão em mulheres do que em homens. Os números mostram que o transtorno durante a vida acomete mais mulheres do que homens, o que coloca as mulheres, a partir da adolescência, com maiores riscos de adoecimento psíquico (BAPTISTA, 1999). Esse dado aparece na tabela 4 quando a maioria das mulheres (54%) aparece como possível quadro de depressão, ao passo que, nos homens esse número cai para 43%. 38 % das mulheres aparecem como improvável e entre os homens esse número sobe para 43%. Outro dado significativo em relação ao gênero é que a pesquisa teve um número bem maior de mulheres do que de homens participando (13 mulheres e 7 homens).

Homens aparentam ter tendência a associar a doença à fraqueza e têm maior dificuldade de expressar os seus sentimentos como tristeza e sintomas ansiosos do que as mulheres. No entanto, são menos propensos a reconhecer sintomas relacionados ao humor devido à não conformidade com noções dominantes de masculinidade e parecem ter uma tendência a reagir de modo distinto ao de mulheres quando enfrentam estresse psicológico. As mulheres tendem a falar e se queixarem mais de questões ligadas às emoções (SILVA, MELO, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho procurou avaliar os níveis de ansiedade e depressão em jovens pré-vestibulandos. A partir dos resultados da escala HAD, os níveis de ansiedade e depressão em jovens pré-vestibulandos são significativos. Pode ser que o vestibular não seja a única causa desses sintomas depressivos e ansiosos, mas sabe-se que esse público precisa de um olhar e cuidados diferenciados; por se tratar de um período da vida marcado por muitas mudanças, pressões e instabilidade.

REFERÊNCIAS

AMERICAN; Psychiatric Association - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: **DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AQUINO, Daniele Ramos de; CARDOSO, Rodrigo Alves; PINHO, Lucinéia de. Sintomas de depressão em universitários de medicina. **Boletim-Academia Paulista de Psicologia**, v. 39, n. 96, p. 81-95, 2019.

ARRUDA; Amanda de Souza. FERRI, Helena, Rangel. A ocorrência da ansiedade na vida de jovens pré-vestibulandos. **Cadernos Camilliani**, Espírito Santo. v. 16, n. 1, p. 978-998, out. 2021.

BARROS; *et al.*, Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 29. p.4, 2020.

BAPTISTA, Makilim Nunes; BAPTISTA, Adriana Said Daher; OLIVEIRA, Maria das Graças de. Depressão e gênero: por que as mulheres deprimem mais que os homens?. **Temas em psicologia**, v. 7, n. 2, p. 143-156, 1999.

BORGES, Ana Inês; MANSO, Dina Susana; TOME, Gina; MATOS, Margarida Gaspar. Ansiedade e coping em crianças e adolescentes: diferenças relacionadas com a idade e gênero. **Análise Psicológica**, v. 7, n. 2, p. 551-561, 2008.

DAOLIO, Carla Cristina; NEULFELD, Carmem Beatriz Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: estudo piloto. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**. Ribeirão Preto-SP, Brasil. v. 18, n. 2, pp. 129-140. Julho-Dezembro, 2017.

DE FARIA, Rafaela Roman; WEBER, Lidia Natalia Dobrianskyj; TON, Cláudia Tucunduva. O estresse entre vestibulandos e suas relações com a família e a escolha profissional. **Psicologia Argumento**, v. 30, n. 68, p. 43-52, jan./mar. 2012.

DE MELO, Caio Matheus Inácio; CARVALHO, Olyvia da Costa Spontan; MARTINS, Rafael Macedo Batista; BOMFIM, Felipe Neiva Guimarães; MATTOS Roberta Machado Pimentel Rebello; PIMENTEL, Déborah Mônica Machado. Depressão e sofrimento psíquico em estudantes pré-vestibulandos. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba. v. 7, n. 6, p. 55575-55592, jun. 2021.

FELICIO; Andreia; Santana. **Ansiedade, estresse e estratégias de enfrentamento em adolescentes de instituições particulares que irão prestar vestibular**. SANTOS, Elder Cerqueira, 2019. 77 f. Dissertação São Cristóvão - Sergipe. 25 de Jul.2019

IKUNO, Beatriz Alves; STEFANIN, Guilherme Galhardo; CASTRO, João Gabriel Lopes de; MOTA, Luana Melo; MOREIRA, Yumi Kozaki; MORALES, Angélica Góis. **Estudo da ansiedade presente nos pré-vestibulandos durante a pandemia do**
Anais do FAVE – Fórum Acadêmico da Univértix, Matipó, setembro, 2023.

novo coronavírus (COVID-19). Educação Contemporânea. Belo horizonte - MG. Poisson. 2020.

LAMÔNICA, Laudiana Cabral. **Prevalência de indicadores de ansiedade, estresse e depressão entre adolescentes vestibulandos concluintes do ensino médio.** 2019. 35 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Instituto de Ciências da Sociedade e Desenvolvimento Regional, Universidade Federal Fluminense, Campos dos Goytacazes, 2019.

LELIS, Karen de Cássia Gomes; BRITO, Ruanda Victoria Nogueira Elvira; PINHO, Sirlaine de; PINHO, Lucineia de. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Faculdade de Saúde Ibituruna (FASI)/BR / Faculdades Santo Agostinho (FASA)/BR. n. 23, p. 9-14, 2020.

LOPEZ, Mariane Ricardo Acosta et al. Depressão e qualidade de vida em jovens de 18 a 24 anos no sul do Brasil. **Revista de psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 33, p. 103-108, 2011.

MACEDO, Letícia, Fonseca et al. A saúde mental de vestibulandos em tempos de pandemia: estudo sobre ansiedade traço-estado em concluintes do ensino médio. **Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde**, Vitória, v. 23, n. 4, p. 67-77, out/dez, 2021.

MEDEIROS; Marcelo. Pesquisas de abordagem qualitativa. **Rev. Eletr. Enferm. Goiânia, GO, Brasil.** v. 14 n. 2. 30 de junho de 2012.

NASCIMENTO, Priscila Pascarelli Pedrico do; BATISTONI, Samila Sathler Tavares. Depressão e fragilidade na velhice: uma revisão narrativa das publicações de 2008-2018. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 23, 2019.

SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo?. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4613-4622, 2021.

SOMAVILLA'A; Anny, Beatriz; KRUG; Dalvana; POZZER; Laura, Fontana; GOETZE; Priscila; DE CARVALHO; Themis, Gorreti, Moreira. Ansiedade e o estresse dos estudantes com a expectativa do exame vestibular. **Rev. Int.** V.9. p. 280-288. 2021.

SOARES, Adriana Benevides; MARTINS, Janaína Siqueira Rodrigues. Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. **Paidéia** (Ribeirão Preto), v. 20, p. 57-62, jan./abr. 2010.

SPARTA, Mônica, GOMES, William B.. Importância atribuída ao ingresso na educação superior por alunos do ensino médio. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, Brasil. v.6, n.2, p. 45-53. Dez. 2005.

SZWARCWALD, Célia Landmann *et al.* Convida-Pesquisa de Comportamentos pela Internet durante a pandemia de COVID-19 no Brasil: concepção e metodologia de aplicação. **Cadernos de Saúde Pública**, Vitória. v.23 n.4 p. 67-77. out/dez. 2021.

TEIS; Denize; Terezinha; TEIS; Mirtes, Aparecida. A abordagem qualitativa: a leitura no campo de pesquisa. **Biblioteca On-line de Ciências da Comunicação**, v. 1, p. 1-8, 2006.

WHITAKER, Dulce Consuelo Andreatta. Da invenção do vestibular aos cursinhos populares: um desafio para a orientação profissional. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Araraquara-SP, Brasil. v. 11, n. 2, p. 289-297, jul/dez. 2010.

ZIGMOND, A.S.; SNAITH,R.P. The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 1983; 67, p. 361 -370. Tradução: BOTEGA, N.J.; BIO, M.R., ZOMIGNANI, M.A.; GARCIA, J.R.C.; PEREIRA, W.A.B. Transtornos do humor em enfermagem de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. **Revista de Saúde Pública**, v.29, n.5, p. 355-63, 1995.

ZUARDI; Antônio W. Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada. **Psiquiatria I. Medicina** (Ribeirão Preto, Online), v. 50, p. 51-5, 2017.