

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

YURI MONTEIRO BEZERRA

**“QUANDO A VIDA SE PERDE NO ATO DE TENTAR GANHÁ-LA”: A SAÚDE
MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E AS CORRELAÇÕES DE
GÊNERO**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

YURI MONTEIRO BEZERRA

“QUANDO A VIDA SE PERDE NO ATO DE TENTAR GANHÁ-LA”: A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E AS CORRELAÇÕES DE GÊNERO

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Profa. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

YURI MONTEIRO BEZERRA

“QUANDO A VIDA SE PERDE NO ATO DE TENTAR GANHÁ-LA”: A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E AS CORRELAÇÕES DE GÊNERO

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso de YURI MONTEIRO BEZERRA.

Orientador: Profa. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro

Data da Apresentação: 14/12/2021

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro

Membro: Prof. Me. Alex Figueirêdo Da Nóbrega/UNILEÃO

Membro: Esp. Maria Eufrazina de Castro

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

“QUANDO A VIDA SE PERDE NO ATO DE TENTAR GANHÁ-LA”: A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E AS CORRELAÇÕES DE GÊNERO

Yuri Monteiro Bezerra¹
Emília Suitberta de Oliveira Trigueiro²

RESUMO

O espaço universitário pode ser considerado como um fator importante para o desenvolvimento da vida e da carreira de alguém que deseja ingressar no mercado de trabalho, uma vez que um curso superior amplia o rol de competências e técnicas profissionais do mesmo. É um período de mudanças significativas no itinerário profissional e pessoal do indivíduo, o que demanda um maior senso de responsabilidade e autonomia diante dos seus atos e da sua carreira como um todo, de modo a requerer deste sujeito uma performance diferente em várias áreas da vida o que pode afetar o seu bem-estar biopsicossocial. Neste contexto, este estudo teve como objetivo identificar o índice de ansiedade dos estudantes universitários, homens e mulheres, do curso de Psicologia de um Centro Universitário privado do interior do Ceará. Foram utilizados como instrumentos de coleta de dados um questionário socioeconômico, o Inventário de Ansiedade de Beck. Participaram da pesquisa 176 estudantes, sendo que 61,4% (n=108) encontravam-se no início do curso e 38,6% (n=68) aproximavam-se da conclusão da graduação. 22,7% (n=40) eram do gênero masculino e 77,3% (n=136) do gênero feminino. 11,4% (n=20) moravam sozinhos ou com amigos/colegas e 88,6% (n=156) com familiares, e 27,3% (n=48) trabalhavam. Nos resultados, observou-se que 55,42% dos indivíduos apresentaram sintomas de ansiedade moderados e graves, os quais foram mais presentes nas mulheres. Percebeu-se uma correlação positiva entre índices altos de ansiedade e ser do sexo feminino, bem como fazer uso de medicação e consumir álcool ao menos uma vez por semana. Com isso sugere-se que sejam realizados novos estudos, tendo como base pesquisas como esta, que visem identificar ações e práticas para a melhoria da qualidade de vida dessa população. Também é necessário que as instituições de ensino superior estejam engajadas em ações que visem melhorar as suas práticas acadêmicas para que as mesmas se tornem mais saudáveis, estando relacionadas não a sentimentos de pressão e estresse, mas de bem-estar e qualidade de vida.

Palavras-chave: Saúde Mental. Saúde Mental Universitária. Ansiedade. Gênero.

ABSTRACT

The university space can be considered an important factor for the development of life and career of someone who wants to enter the job market, since a higher education course expands the list of skills and professional techniques in the same. It is a period of significant changes in the individual's professional and personal itinerary, which demands a greater sense of responsibility and autonomy in relation to their actions and their career as a whole, in order to require this subject to perform differently in various areas of life. which can affect your biopsychosocial well-being. In this context, this study aimed to identify the anxiety index of

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: yuri.mb16@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: emiliasuitberta@leaosampaio.edu.br

university students, men and women, in the Psychology course at a private University Center in the interior of Ceará. A socioeconomic questionnaire, the Beck Anxiety Inventory, was used as data collection instruments. A total of 176 students participated in the research, with 61.4% (n=108) at the beginning of the course and 38.6% (n=68) were approaching the conclusion of their graduation. 22.7% (n=40) were male and 77.3% (n=136) were female. 11.4% (n=20) lived alone or with friends/colleagues and 88.6% (n=156) with family members, and 27.3% (n=48) worked. In the results, it was observed that 55.42% of the individuals had moderate and severe anxiety symptoms, which were more present in women. There was a positive correlation between high levels of anxiety and being female, as well as taking medication and consuming alcohol at least once a week. Thus, it is suggested that further studies be carried out, based on research such as this one, which aim to identify actions and practices to improve the quality of life of this population. It is also necessary that higher education institutions are engaged in actions aimed at improving their academic practices so that they become healthier, being related not to feelings of pressure and stress, but to well-being and quality of life.

Keywords: Mental health. University Mental Health. Anxiety. Gender.

1 INTRODUÇÃO

O espaço universitário pode ser considerado como um fator importante para o desenvolvimento da vida e da carreira de alguém que deseja ingressar no mercado de trabalho, uma vez que um curso superior amplia o rol de competências e técnicas profissionais do mesmo. É um período de mudanças significativas no itinerário profissional e pessoal do indivíduo, o que demanda um maior senso de responsabilidade e autonomia diante dos seus atos e da sua carreira como um todo. A partir do aumento da responsabilidade pessoal e das mudanças características a essa fase, esse processo também é percebido como estressor e, frequentemente, impacta diretamente na saúde dos estudantes.

Segundo Ariño; Bardagi (2018) o ambiente universitário pode se apresentar como um espaço estressor e um intenso fator de adoecimento para os estudantes de ensino superior. Os desafios encontrados no percurso acadêmico põem a prova a saúde mental dos universitários e, muitos deles, por acabarem de sair do ensino médio, estão lidando pela primeira vez com os desafios e responsabilidades da vida adulta. Dentre as correlações associadas ao sofrimento psíquico dos universitários, destacam-se variáveis como gênero, uso de psicotrópicos e o período de finalização do curso (TRIGUEIRO *et al.*, 2021b).

No que tange a variável de gênero, Trigueiro *et al.* (2021b) apontam que fatores como crenças culturais estruturadas a partir das relações de gênero e os papéis sociais que carregam noções pré-determinadas do comportamento de um homem ou de uma mulher influenciam diretamente na preponderância dos sintomas de estresse entre estudantes universitários homens e mulheres. Diante disso, a presente pesquisa parte da seguinte pergunta-problema: Qual o índice de ansiedade dos estudantes universitários homens e mulheres?

Postos os apontamentos supracitados, verifica-se que o debate acerca do sofrimento psíquico desta população tem se tornado questão de saúde pública, considerando o número de pessoas impactadas e a gravidade da situação. Sendo assim, o presente estudo se mostra relevante diante da necessidade de ampliar a discussão acerca da saúde mental dos estudantes universitários, para servir de sustentação teórica para a elaboração de estratégias de prevenção desse adoecimento, bem como para o desenvolvimento de políticas de intervenção para os danos existentes. Ressalta-se também que a saúde dessa população impacta diretamente na sua aprendizagem e, conseqüentemente, na sua futura prática profissional.

Portanto, este estudo tem como objetivo identificar o índice de ansiedade dos estudantes universitários homens e mulheres do curso de Psicologia de um Centro Universitário privado do interior do Ceará.

2 SAÚDE MENTAL E O AMBIENTE UNIVERSITÁRIO

2.1 Ansiedade

A rotina do estudante universitário demanda deste um despendimento significativo de energias físicas e mentais, o que propicia um maior acometimento de situações de crise que podem ser entendidas como resultado do elevado nível de tensão psicológica da qual este estudante está passível (TEIXEIRA *et al.*, 2021).

Graner e Cerqueira (2019) identificaram fatores de risco associados ao sofrimento psíquico de estudantes universitários, são estes: ser do gênero feminino, renda financeira baixa, dificuldade de socialização, idade mais jovem, apoio social falho ou inexistente, autoavaliação negativa em relação ao desempenho acadêmico e pensamentos relacionados a trancar o curso. Estes fatores de risco indicam uma maior probabilidade dessa população a experiências de estresse e mal-estar, como o acometimento sintomas de ansiedade clinicamente relevantes.

O conceito de ansiedade remete a um estado particular de tensão difusa, geralmente acompanhada por respostas físicas como o aumento dos batimentos cardíacos e da pressão arterial, provocados pela expectativa de um suposto perigo. Dessa forma, compreende-se a ansiedade enquanto uma resposta habitual do organismo ao seu meio, de caráter adaptativo e não patológico, tendo em vista que adverte sobre potenciais danos e ameaças ao sujeito, levando o organismo a agir para impedir tais perigos ou dirimir os seus danos (BLANCO; CANTO-DE-SOUZA, 2018).

A ansiedade passa a ser reconhecida enquanto patológica quando se apresenta de forma exorbitante e desproporcional ao estímulo que antecedeu a sua ocorrência associada a uma interferência significativa na qualidade de vida, no bem-estar emocional ou no desenvolvimento cotidiano do sujeito. No que tange o seu caráter patológico, os transtornos de ansiedade são os quadros psiquiátricos mais frequentes em adultos, marcando uma prevalência estimada durante a vida de 27,4% (COSTA *et al.*, 2019).

Em relação aos sintomas corporais, Montiel *et al.* (2014) apontam que em estados graves de ansiedade ocorre uma quebra da homeostasia do organismo, induzida por experiências que desencadeiam perturbações ou sensações de perigo, produzindo um aumento da força e da energia orgânica para enfrentar essas situações. Essas alterações costumam ser acompanhadas de outros sintomas tensão muscular e contração cardíaca, tendo em vista o aumento do fluxo sanguíneo e do metabolismo do sujeito.

Quando vivenciada em níveis intensos e constantes, a ansiedade prejudica a qualidade de vida do sujeito em várias esferas, por exemplo, a capacidade de discriminação, na qual o sujeito em questão generaliza e considera estímulos ambientais de forma excessiva e mal adaptada. Também percebe-se um prejuízo na autoimagem, costumeiramente associada a sentimentos de vergonha e fracasso, bem como nas vivências de socialização que passam a apontar para um ambiente de possíveis julgamentos, o que aumenta a tensão e o estresse do indivíduo (BARROS *et al.*, 2020).

2.2 Saúde Mental

Saúde Mental é definida pela Organização Mundial da Saúde como um estado de absoluto bem-estar, no qual o sujeito reconhece o seu potencial individual, possui capacidade de lidar com as dificuldades próprias do cotidiano, trabalha de forma produtiva e proveitosa e se vê capaz de agregar positivamente a comunidade da qual faz parte (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2015). A compreensão de Saúde Mental também está inscrita enquanto um estado de harmonia consigo mesmo e com os outros, aceitando as exigências inerentes à experiência humana e se vendo capaz de lidar com emoções confortáveis e desconfortáveis. Pode-se afirmar, então, que a saúde mental é componente essencial e indissociável da saúde como um todo, entendida enquanto fundamental para o desenvolvimento do potencial humano, bem como para a qualidade positiva das suas relações sociais (ALBUQUERQUE *et al.*, 2020).

A conjuntura científico-literária nacional e internacional que versa os estudos sobre os processos de saúde e doença mental de uma forma geral tem apontado para índices preocupantes no que tange o sofrimento psíquico e, inclusive, a mortalidade de pessoas com transtornos mentais (CAMPOS *et al.*, 2020). Torna-se então evidente, mais ainda, a necessidade de tratar a saúde mental enquanto um debate de saúde pública atentando-se para as várias nuances deste tema e os contextos específicos nos quais o sofrimento psíquico está inserido, a depender de qual população ou grupo está exposto a condições de prejuízo em saúde mental.

Lobo e Rieth (2021) apontam que o sujeito pode ter sua qualidade de vida fragilizada caso se encontre em condições psicossociais de estresse e tensão contínuas, sobretudo se este sujeito não dispõe de uma rede apoio e/ou um suporte profissional que lhe auxilie a lidar com as exigências e sabores do ambiente em que está inserido. Os autores também citam fatores associados à presença de sintomas psiquiátricos e psicopatologias, tais como: gênero, local de

residência, escolaridade e nível de renda, hábitos de vida, acesso a serviços de saúde e exposição a mídias digitais.

Souza *et al.* (2021) apontam fatores relacionados também a proteção em saúde mental. Em relação a variáveis sociodemográficas, foram apresentados fatores como: residir em ambiente rural, ser aposentado, aumento da idade, ser casado ou residir com o cônjuge, grau de escolaridade maior e não ser profissional da saúde. Também foi percebido que pessoas que estavam empregadas e tinham uma renda fixa confortável apresentaram uma maior sensação de bem-estar e menos risco de sintomas psicopatológicos. Indivíduos que possuíam um apoio social consistente, participavam de atividades sociais em comunidade, estavam inseridas em processos de autocuidado e adotavam comportamentos positivos em relação a saúde apresentam-se menos propensos a prejuízos no campo saúde mental.

2.3 Saúde Mental de estudantes universitários

A literatura sugere que a população universitária está propensa ao desenvolvimento de alguns transtornos mentais, tais como ansiedade, depressão e estresse. Pesquisas indicam que fatores como o curso e a área de conhecimento nos quais o estudante está inscrito são agentes que influenciam recorrentemente na saúde mental desta população, sendo que, estudantes da área da saúde têm apresentado maior prevalência de adoecimento mental (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

Outro fator acadêmico que tem sido associado à saúde mental desse grupo é o período do curso no qual o estudante está matriculado. O período do curso pode ser compreendido em três partes principais: a primeira, na qual o estudante vivência a transição do ensino médio para a graduação; uma fase mediana, na qual se iniciam as atividades práticas do curso; e a parte conclusiva, marcada pelo fim da graduação e o início da inserção do estudante no mercado de trabalho. Cada momento traz consigo demandas diferentes que podem auxiliar na compreensão e no estudo do sofrimento psíquico dos estudantes nos diversos momentos do curso (TRIGUEIRO *et al.*, 2021a).

O ambiente acadêmico, em vários aspectos, demanda do estudante ações e performances que, por vezes, geram uma sobrecarga no mesmo, como por exemplo, o excesso de carga horária de estudo, tanto no próprio campus universitário quanto o estudo que deve ser realizado também no ambiente doméstico; o grau de exigências em relação ao próprio processo formativo que demanda do estudante a participação em atividades, cursos e formações extracurriculares,

tanto a nível de enriquecimento curricular como para cumprir a demanda de horas complementares exigidas na graduação. Essas questões requerem um nível de performance considerável por parte do estudante em relação a adaptação a novos contextos, novas rotinas, regulação de períodos de sono, organização de tempo e estratégia de estudo. Tais demandas costumam despende um nível significativo de energia física e mental e podem se constituir como estressoras (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

3 METODOLOGIA

A pesquisa desenvolvida é de natureza exploratória, buscando uma maior proximidade com a temática em questão, e de caráter quantitativo, quanto a abordagem do problema. Quanto ao tratamento dos dados caracteriza-se enquanto uma pesquisa de levantamento, considerando que este tratamento será de cunho quantitativo e descritivo, buscando identificar o índice de sintomas ansiosos em estudantes universitários homens e mulheres.

O tratamento dos dados foi realizado através de dois procedimentos estatísticos. Um primeiro, descritivo, no qual o panorama dos dados foi apresentado, e um segundo, analítico, onde foi realizado o cruzamento dos dados para assinalar a população.

A análise estatística deste estudo utilizou os dados coletados pelo grupo do Programa de Iniciação Científica e Tecnológica – Saúde Mental em estudantes de graduação do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitária Leão Sampaio, sob o CAAE 08128518.0.0000.5048. Os dados foram coletados a partir de uma pesquisa de campo realizada com os estudantes do curso de Psicologia regularmente matriculados no primeiro semestre letivo do ano de 2019 do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, localizado no município de Juazeiro do Norte, Ceará, entre os meses de fevereiro a março de 2019. Foram abordados estudantes que estavam no início do curso (primeiro e segundo semestres) e no final do curso (nono e décimo semestres). A escolha dessa amostra se deu pela conveniência dos pesquisadores, considerando a disponibilidade dos estudantes e a autorização das coordenações de curso.

Participaram do estudo os estudantes presentes em sala de aula no dia previsto para a aplicação do questionário e que concordaram em participar. Em todas as turmas, a aplicação do instrumento foi realizada em sala. Inicialmente, o pesquisador se apresentou e convidou os estudantes a participarem do estudo, respondendo ao questionário. Os estudantes foram assegurados de que sua participação na pesquisa deveria ser voluntária e que, além da garantia do anonimato, nenhuma pessoa da instituição teria acesso às informações prestadas. Em

seguida, os estudantes receberam um endereço eletrônico para acesso ao questionário e foram instruídos quanto à sua resolução, o mesmo deveria ser respondido individualmente e nenhum item deveria ser deixado em branco. O tempo disponibilizado para resolução do instrumento foi de aproximadamente 30 minutos. A opção de utilização do questionário disponibilizado em meio eletrônico foi baseada na facilidade que este poderia trazer para o desenvolvimento do estudo.

O instrumento de coleta dos dados foi composto por dois elementos: 1) Questionário Socioeconômico e 2) Inventário de Ansiedade de Beck. O questionário socioeconômico tem como objetivo encontrar uma caracterização ampla da amostra abordando características socioeconômicas e demográficas dos participantes, além de fatores relacionados ao percurso acadêmico.

O Inventário de Ansiedade de Beck – BAI e o Inventário de Depressão de Beck – BDI, foram elaborados por Beck e Steer (1990) e no Brasil validados por Cunha (2001). O BAI se apresenta como um instrumento composto por 21 itens que examinam sintomas de ansiedade a partir do autorrelato. Cada item contém uma escala de 4 pontos que representam um escore individual de 0 a 3 pontos cuja somatória identifica a sintomatologia em quatro níveis – mínimo (21-31 pontos), leve (32-40 pontos), moderado (41-51 pontos) e grave (52-84 pontos). Em relação ao BDI, o instrumento possui uma escala composta por 21 itens que medem a intensidade de sintomas de depressão em quatro níveis – mínimo (0-11 pontos), leve (12-19 pontos), moderado (20-35 pontos) e grave (36-63 pontos).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 176 estudantes, sendo que 61,4% (n=108) encontravam-se no início do curso e 38,6% (n=68) aproximavam-se da conclusão da graduação. 22,7% (n=40) eram do gênero masculino e 77,3% (n=136) do gênero feminino. 11,4% (n=20) moravam sozinhos ou com amigos/colegas e 88,6% (n=156) com familiares, e 27,3% (n=48) trabalhavam.

No que tange o consumo de bebidas alcólicas, 14,7% (n=14) informam que fazem uso pelo menos uma vez por semana e 2,3% (n=4) dos entrevistados afirmam fazer uso de cigarro. Em relação a utilização de medicamentos, 30,7% (n=54) informam fazer uso de medicação de forma contínua, os fármacos mais citados foram os anticoncepcionais, bem como a Fluoxetina, Omeprazol e Sertralina. Questionados a respeito das suas atividades no tempo livre, 28,4% (n=50) afirmou que realiza atividades físicas regularmente, e 17,6% (n=31) consideram-se

muito envolvidos com esportes em grupo (futebol, vôlei, basquete, outros). 47,7% (n=84) afirmou ser muito envolvido em atividades religiosas como cultos ou similares, 13,1% (n=23) em atividades artísticas em grupo (grupo musical, coral, artes plásticas, outras) e 17,0% (n=30) em atividades de caridade como trabalho voluntário não-remunerado, em organizações não-governamentais (ONGs), ou outras. Quando as práticas esportivas, religiosas, artísticas e voluntárias foram agrupadas percebeu-se que 37,5% (n=66) dos estudantes não está envolvido em nenhuma atividade, 39,2% (n=69) em apenas uma e 23,3% (n=41) em pelo menos duas atividades.

A coleta de dados realizada por meio do Inventário de Ansiedade de Beck mostrou que, do total de estudantes 30,2% apresentou sintomas mínimos, 24,7% sintomas leves, 19,2% sintomas moderados e 25,6% sintomas graves. Quando os sintomas de ansiedade foram correlacionados com as categorias do questionário sócio econômico, por meio do teste estatístico não paramétrico Qui-quadrado, adotando-se um nível de significância de 5% para o intervalo de confiança de 95%, foram encontrados os percentuais e as associações que podem ser vistos na tabela a seguir:

Tabela 1. Análise dos resultados de ansiedade

BAI		Mínimo	Leve	Moderada	Grave	x2 (p)
Gênero	Feminino	46,7 (n=77)	63,7 (n=86)	71,4 (n=75)	86,4 (n=121)	55,112 (0,000**)
	Masculino	53,3 (n=88)	36,3 (n=49)	28,6 (n=30)	13,6 (n=19)	
Semestre	Final do curso	21,8 (n=36)	27,4 (n=37)	29,5 (n=31)	37,9 (n=53)	9,676 (0,022**)
	Início do curso	78,2 (n=129)	72,6 (n=98)	70,5 (n=74)	62,1 (n=87)	
Cor/etnia	Branco	35,2 (n=58)	36,3 (n=49)	29,5 (n=31)	27,1 (n=38)	3,673 (0,299)
	Não branco	64,8 (n=107)	63,7 (n=86)	70,5 (n=74)	72,9 (n=102)	
Estado civil	Sem relacionamento estável	82,4 (n=136)	85,9 (n=116)	85,7 (n=90)	87,9 (n=123)	1,877 (0,598)
	Relacionamento estável	17,6 (n=29)	14,1 (n=19)	14,3 (n=15)	12,1 (n=17)	
Mora com quem	Sozinho ou com amigos/ colegas	6,1 (n=10)	12,6 (n=17)	14,3 (n=15)	10 (n=14)	5,809 (0,121)
	Com familiares	93,9 (n=155)	87,4 (n=118)	85,7 (n=90)	90 (n=126)	
Trabalho remunerado	Não	67,9 (n=112)	74,1 (n=100)	64,8 (n=68)	65,7 (n=92)	3,129 (0,372)
	Sim	32,1 (n=53)	25,9 (n=35)	35,2 (n=37)	34,3 (n=48)	
Exercício físico	Não pratica regularmente	57,6 (n=95)	68,9 (n=93)	68,6 (n=72)	79,3 (n=111)	16,518 (0,001**)
	Pratica regularmente	42,4 (n=70)	31,1 (n=42)	31,4 (n=33)	20,7 (n=29)	

Consumo de álcool	Menos de 1 vez por semana	68,6 (n=48)	81,2 (n=56)	83,9 (n=47)	77,9 (n=60)	5,076 (0,166)
	Pelo menos 1 vez por semana	31,4 (n=22)	18,8 (n=13)	16,1 (n=9)	22,1 (n=17)	
Consumo de tabaco	Não	98,2 (n=162)	97 (n=131)	98,1 (n=103)	97,9 (n=137)	0,521 (0,914)
	Sim	1,8 (n=3)	3 (n=4)	1,9 (n=2)	2,1 (n=3)	
Uso de medicamento	Não	92,1 (n=152)	82,2 (n=111)	74,3 (n=78)	62,1 (n=87)	42,592 (0,000**)
	Sim	7,9 (n=13)	17,8 (n=24)	25,7 (n=27)	37,9 (n=53)	
Atividade esportiva	Pouco envolvido	58,8 (n=97)	67,4 (n=91)	79 (n=83)	84,3 (n=118)	28,283 (0,000**)
	Muito envolvido	41,2 (n=68)	32,6 (n=44)	21 (n=22)	15,7 (n=22)	
Atividade artística	Pouco envolvido	87,9 (n=145)	85,9 (n=116)	85,7 (n=90)	91,4 (n=128)	2,603 (0,457)
	Muito envolvido	12,1 (n=20)	14,1 (n=19)	14,3 (n=15)	8,6 (n=12)	
Atividade de caridade	Pouco envolvido	87,9 (n=145)	88,9 (n=120)	89,5 (n=94)	87,9 (n=123)	0,245 (0,970)
	Muito envolvido	12,1 (n=20)	11,1 (n=15)	10,5 (n=11)	12,1 (n=17)	
Atividade religiosa	Pouco envolvido	51,5 (n=85)	45,9 (n=62)	48,6 (n=51)	49,3 (n=69)	0,94 (0,816)
	Muito envolvido	48,5 (n=80)	54,1 (n=73)	51,4 (n=54)	50,7 (n=71)	
Envolvimento em atividades	Não envolvido em atividades	29,7 (n=49)	26,7 (n=36)	27,6 (n=29)	35,7 (n=50)	19,023 (0,004**)
	Envolvido em apenas 1 atividade	37 (n=61)	43 (n=58)	53,3 (n=56)	48,6 (n=68)	
	Envolvido em	33,3	30,4	19 (n=20)	15,7	

	pelo menos 2 atividades	(n=55)	(n=41)		(n=22)	
--	----------------------------	--------	--------	--	--------	--

Associação estatisticamente significativa considerando um valor de $p < 0,01$ a partir do teste de qui-quadrado. **Fonte: Dos autores (2020).

Estudantes de ensino superior de diferentes naturalidades e culturas apresentam uma propensão ao desenvolvimento de condições psicopatológicas, considerando a sua exposição aos sucessivos fatores de estresse que estão presentes na rotina acadêmica, tais como condições precárias de estrutura, supervisores pouco assertivos ou impositivos, cobrança para seguimento de prazos sem considerar o tempo subjetivo do estudante, discriminação racial e de gênero e atividade empregatícia associada (SANTOS *et al.*, 2021).

Na presente pesquisa, 34,28% dos indivíduos apresentaram sintomas graves de ansiedade e 21,14% sintomas de grau moderado. Percebeu-se uma correlação significativa entre o sexo, o consumo de medicamentos e o consumo de álcool com índices de ansiedade moderados ou graves.

Esses dados são similares aos de uma pesquisa realizada por Lopes *et al.* (2019), na qual foram analisados 102 estudantes do curso de Psicologia e identificou-se que 27,4% da amostra apresentava sintomas graves de ansiedade. A pesquisa ainda indicou que há uma correlação entre um prejuízo no desempenho acadêmico e níveis mais altos de ansiedade.

Um estudo realizado por Maia e Dias (2020) aponta para uma média de 24,3 nos escores de ansiedade da população participante da pesquisa, sendo a sua incidência maior no sexo feminino, que incluiu uma amostra de 460 estudantes universitários portugueses, homens e mulheres e de cursos variados, porém os mais representados foram Psicologia (25,2%), Ciências da Comunicação (13,8%), Medicina (M= 13,1), Serviço Social (6,7%) e Turismo (7,2%). O estudo sugere também que a pandemia da Covid-19 teve um impacto prejudicial considerável na saúde mental dessa população.

A pesquisa realizada por Santos *et al.* (2021) em uma universidade privada de Brasília, com 521 estudantes universitários de idade mediana de 21 anos, variando de 19 a 23 anos, sendo em sua maioria mulheres, solteiros e exerciam alguma atividade laboral, público semelhante ao desta pesquisa e no qual os dados foram tratados a partir das mesmas referências estatísticas. Os participantes apresentavam maior frequência para os cursos de Direito, Odontologia e Enfermagem. Os resultados do estudo indicaram uma frequência de 96,6% em relação a presença de sintomas ansiosos, variando quanto ao grau da severidade, enquanto que a

população desta pesquisa apresentou uma porcentagem de 30,2% de sintomas depressivos. A pesquisa aqui citada também apresentou maior índice de adoecimento mental nas participantes mulheres da pesquisa.

Teixeira *et al.* (2021) também realizou um estudo exploratório que avaliou o sofrimento psíquico de 656 estudantes brasileiros do curso de Medicina. O estudo utilizou as mesmas variáveis categóricas e adotou o mesmo nível de significância desta pesquisa. As autoras obtiveram como resultado um índice de 62,8%, no que tange o sofrimento psíquico do grupo estudado. O estudo indicou alguns fatores de risco apontados para esta condição que são: ser do sexo feminino, estar nos primeiros anos do curso, ele preocupar-se com o atrasado na graduação, ter um diagnóstico prévio de transtorno mental e apresentar dificuldades de concentração. Nas variáveis concernentes a ambas as pesquisas, o fator de ser do sexo feminino apresentou similaridade, enquanto que o fator de estar no período inicial do curso, apresentou discordância parcial, pois os participantes desta pesquisa que estavam no final do curso também apresentaram índices de ansiedade semelhantes aos participantes de períodos iniciais.

Uma revisão sistemática desenvolvida por Sahão e Kienen (2021) que analisou 23 estudos nacionais e internacionais sobre a saúde mental de estudantes universitários e fatores de adaptação indica que ansiedade, depressão e estresse são os principais sintomas psicopatológicos sofridos por esta população. Foram indicados como fatores facilitadores de adaptação: integração acadêmica, rede de apoio, fornecimento de informações, contato com a profissão e atividades relacionadas ao lazer e a práticas de exercícios físicos. Já enquanto fatores que dificultam o processo de adaptação estão: níveis altos de exigência e performance acadêmicas, saída de casa, falta de rede de apoio e sobrecarga de atividades, este último fator está associado frequentemente ao sexo feminino devido aos vários papéis sociais que culturalmente são atribuídos às mulheres, de acordo com Moreira *et al.* (2020).

Um estudo realizado por Mota *et al.* (2021) que objetivou avaliar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em estudantes de graduação, incluindo um grupo de 275 estudantes, indicou que está população apresentou uma prevalência de TMC de 58,5%. A pesquisa ainda apresentou uma correlação positiva dessa prevalência ao uso de internet.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desta pesquisa apresentaram dados preocupantes acerca do sofrimento psíquico nos estudantes de Psicologia, pois estes apresentam níveis moderados e graves de sintomas ansiosos. Percebeu-se uma correlação positiva entre índices altos de ansiedade e ser do sexo feminino, bem como fazer uso de medicação e consumir álcool ao menos uma vez por semana.

A correlação de ser do sexo feminino pode estar relacionada à sobrecarga de papéis sociais que é culturalmente imposta às mulheres enquanto norma social, tendo que conciliar, muitas vezes, as funções de mãe, dona de casa, esposa, trabalhadora e ainda estudante. Essa soma de papéis pode gerar uma sobrecarga mental, o que pode explicar os altos índices de ansiedade presentes neste grupo.

Considerando os resultados desta pesquisa e das demais pesquisas apresentadas, entende-se esse tema enquanto uma questão de saúde pública que não deve sair da pauta das discussões sociais, devendo também instigar a sociedade em geral a olhar com atenção para este público de modo a auxiliá-lo nos processos de prevenção e promoção da sua saúde. Desta forma, sugere-se que sejam realizados novos estudos, tendo como base pesquisas como esta, que visem identificar ações e práticas para a melhoria da qualidade de vida dessa população. Também é importante que as instituições de ensino superior estejam engajadas em ações que visem melhorar as suas práticas acadêmicas para que as mesmas se tornem mais saudáveis, estando relacionadas, não a sentimentos de pressão e estresse, mas de bem-estar e qualidade de vida.

Por fim, pesquisas como esta podem auxiliar na identificação de fatores biopsicossociais que podem estar desencadeando um aumento dos índices de ansiedade nos estudantes, de modo que, ao passo que se tem conhecimento desses fatores, podem ser pensadas estratégias e políticas que visem dirimir os prejuízos dessa população no que tange aos danos à sua saúde mental.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Carlos *et al.* Fatores de risco para a saúde mental infanto-juvenil: conhecimentos dos agentes educativos. **Acta Paulista de Enfermagem [online]**. v. 33, eAPE20190256, p. 1-9, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0256>. Acesso em 12 nov. 2021.

ARINO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-52, dez. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-

12472018000300005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 28 abr. 2021.
<http://dx.doi.org/10.24879/2018001200300544>

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo *et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília**, v. 29, n. 4, e2020427, set. 2020. Disponível em http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742020000400021&lng=pt&nrm=iso. acessos em 04 out. 2021. Epub 20-Ago-2020. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>.

BECK, Aaron Temkin.; STEER, Robert. **Manual for the Beck anxiety inventory**. San Antonio, TX: Psychological Corporation, 1990.

BLANCO, Marília Bazan; CANTO-DE-SOUZA, Azair Liane Matos do. Ansiedade, memória e o transtorno de estresse pós-traumático. **Rev. CES Psico [online]**, v. 11, n. 2, p. 53-65, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v11n2/2011-3080-cesp-11-02-00053.pdf>. Acesso em 04 out. 2021.

CAMPOS, Rosana Onocko *et al.* Estudos de Saúde Mental publicados nos últimos 25 anos na Revista Ciência & Saúde Coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 25, n. 12, p. 4771-4790, dez. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202512.27932020>. Acesso em 12 nov. 2021.

COSTA, Camilla Oleiro da *et al.* Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]**, v. 68, n. 2, p. 92-100, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/PSrDy4ZFSGDCzNgJfJwVRxz/#>. Acesso em 04 out. 2021. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000232>

CUNHA, Jurema Alcides. **Manual da versão em português das Escalas Beck**. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2001.

FERREIRA, ÁLIDA ROSÁRIA SILVA. A importância da análise descritiva. **Rev. Col. Bras. Cir.**, Rio de Janeiro, v. 47, e20202682, 2020. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-69912020000100753&lng=en&nrm=iso. Acesso em 05 maio 2021. Epub Ago. 12, 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/0100-6991e-20202682>.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 24, n. 4, pp. 1327-1346, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>. Acesso em 20 jun. 2021. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>

LOBO, Larissa Aline Carneiro; RIETH, Carmen Esther. Saúde mental e Covid-19: uma revisão integrativa da literatura. **Saúde em Debate [online]**, v. 45, n. 130, pp. 885-901, jul./set. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104202113024> Acesso em 13 nov. 2021.

LOPES, José Milton *et al.* Ansiedade versus Desempenho Acadêmico: uma análise entre estudantes universitários. **Ciências Biológicas e de Saúde Unit**. Alagoas, v. 5, n. 2, p. 137-150, mai. 2019. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/fitsbiosauade/article/view/6151/3338> Acesso em 15 nov. 2021.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas) [online]**, v. 37,

e200067, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>. Acesso em 15 nov. 2021.

MONTIEL, José Maria *et al.* Caracterização dos sintomas de ansiedade em pacientes com transtorno de pânico. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, São Paulo, v. 34, n. 86, p. 171-185, 2014. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2014000100012&lng=pt&nrm=iso. acessos em 04 out. 2021.

MOREIRA, Lisandra Espíndula *et al.* MULHERES EM TEMPOS DE PANDEMIA: UM ENSAIO TEÓRICO-POLÍTICO SOBRE A CASA E A GUERRA. **Psicologia & Sociedade [online]**, v. 32, e020014, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32240246>. Acesso em 16 nov. 2021.

MOTA, Daniela Cristina Belchior *et al.* Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 26, n. 6, pp. 2159-2170, jun. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.44142020>. Acesso em 15 nov. 2021.

SAHÃO, Fernanda Torres; KIENEN, Nádia. ADAPTAÇÃO E SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA. **Psicologia Escolar e Educacional [online]**, v. 25, e224238, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-35392021224238>. Acesso em 15 nov. 2021.

SANTOS, Larissa Barreto dos *et al.* Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 17, n. 1, p. 92-100, mar. 2021. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762021000100013&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 21 nov. 2021. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.167804>.

SOUZA, Thaís Thaler *et al.* Promoção em saúde mental de adolescentes em países da América Latina: uma revisão integrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 26, n. 07, pp. 2575-2586, jul. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.07242021> Acesso em 13 nov. 2021.

TEIXEIRA, Larissa de Araújo Correia *et al.* Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]**, v. 70, n. 1, p. 21-29, mar. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000315>. Acesso em 04 out. 2021.

TRIGUEIRO, Emilia Suitberta de Oliveira *et al.* Índices de depressão e ansiedade em estudantes de psicologia: um estudo exploratório. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 3, e3310312897, mar., 2021a. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12897> Acesso em 15 nov. 2021.

_____. Saúde mental em estudantes universitários: elementos para o debate. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, Juazeiro do Norte, v. 9, n. 1, p. 871-881, jan. 2021b. Disponível em <https://interfaces.leaosampaio.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/866>. Acesso em 28 abr. 2021. <http://dx.doi.org/10.16891/2317-434X.v9.e1.a2021.pp871-881>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The European Health Report 2015: Targets and beyond: reaching new frontiers in evidence**. Copenhagen, 2015.

