



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA-UnB
FACULDADE DE CEILÂNDIA-FCE
CURSO DE FISIOTERAPIA

NÂNIA ELLEN PESTANA DA SILVA

PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE
ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES DOS CURSOS
DE SAÚDE: CONSEQUÊNCIAS E IMPLICAÇÕES
DURANTE A GRADUAÇÃO

BRASÍLIA
2021

NÂNIA ELLEN PESTANA DA SILVA

PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE
ANSIEDADE ENTRE OS ESTUDANTES DOS
CURSOS DE SAÚDE: CONSEQUÊNCIAS E
IMPLICAÇÕES DURANTE A GRADUAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade de Brasília – UnB – Faculdade
de Ceilândia como requisito parcial para
obtenção do título de bacharel em Fisioterapia.
Orientador (a): Áderson Luiz Costa Junior,
Doutor do Instituto de Psicologia da
Universidade de Brasília

BRASÍLIA
2021

NÂNIA ELLEN PESTANA DA SILVA

PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE
ENTRE ESTUDANTES DOS CURSOS DE SAÚDE:
CONSEQUÊNCIAS E IMPLICAÇÕES DURANTE A
GRADUAÇÃO

Brasília, ___/___/_____

COMISSÃO EXAMINADORA

Dr.^a. Áderson Luiz Costa Junior
Instituto de Psicologia- Campus Darcy Ribeiro - Universidade de Brasília-UnB
Orientador

Dr.^a. Juliana de Faria Fracon e Romão
Faculdade de Fisioterapia-Faculdade de Ceilândia - Universidade de Brasília-
UnB

Dr.^a. Priscila Almeida Andrade
Faculdade de Saúde Coletiva - Faculdade de Ceilândia - Universidade de
Brasília-UnB

Dedicatória

Este trabalho eu dedico primeiramente a Deus, ao meu esforço próprio, aos meus pais, meus amigos e a todas as pessoas tão queridas que acreditaram em mim e no meu potencial me motivando a não desistir.

AGRADECIMENTOS

Eu gostaria de agradecer em prioridade a Deus por ter me dado o dom da vida e de ter me fornecido oportunidades tão boas na trajetória da minha vida, oportunidades de aprendizado e crescimento moral e intelectual, e por nunca ter me abandonado por mais que eu tenha me posto em situações difíceis, por não me deixar desistir e ter fortalecido minha fé e me feito levantar nas vezes que cai, agradeço a Deus por essa etapa concluída e por muitas outras de vitória que virão.

Também gostaria de agradecer a minha mãe, Marinalva Pestana da Silva e ao meu pai, Clésio Dias da Silva que mesmo diante de todas as dificuldades e exigências da vida me proporcionaram uma educação digna e de qualidade, me ensinando que o caminho da educação era o caminho certo a trilhar, e que seu valor e recompensa seria fruto do meu esforço e dedicação. Me ajudando com amor e paciência me proporcionando o suporte que eles poderiam oferecer. Gratidão ao meus pais.

Gostaria de agradecer a todos os meus professores da graduação que me ensinaram o valor do trabalho e da educação em especial aos que acreditaram em mim e me forneceram suporte durante a graduação, com palavras amigas e dedicação, orientando e dando conselhos que levarei para vida. Entre eles gostaria de agradecer ao meu orientador Áderson Luiz Costa Junior que com seu carisma e atenção me cativaram na sua aula de Psicologia da personalidade, e me fez guardar a lembrança que ele seria uma ótima parceria para meu TCC, agradeço pela oportunidade de estar fazendo esse trabalho inspirador que vêm de encontro a realidade de muitos estudantes que cursam a graduação mas infelizmente as vezes são invisibilizados, sendo um trabalho responsável e revelador ,na tentativa de que o que eu estudei e escrevi aqui possa ajudar outros estudantes.

Por fim gostaria de agradecer a todos os meus amigos tão queridos que com um sorriso e palavras amigas sempre me lembraram do quanto sou forte e que posso com esforço conquistar tudo que sempre quis, cada um a sua maneira e com palavras amigas e carinho colaboraram para eu trilhar essa jornada e findar essa etapa tão importante na minha vida. Obrigada em especial a Fernanda Costa, a Isadora Christina, Jéssica Quirino, Yasmin Moura. Obrigada por tudo e por cada coisa, amigos são luzes de amor no nosso caminho, nos dias escuros elas se acendem e assim podemos trilhar o caminho de forma mais segura. Gratidão!

“No tempo de Deus, há sabedoria. No tempo de Deus, há felicidade. No tempo de Deus, há amizade. No tempo de Deus, há amor”. (Do Livro O Tempo de Deus. Cap 5).”

RESUMO

Este trabalho se trata de uma revisão bibliográfica que reuniu 11 estudos entre os anos de 2016 a 2021, com o objetivo de identificar a prevalência dos transtornos de ansiedade em estudantes dos cursos de saúde e assim analisar suas consequências e implicações durante a graduação. Trabalhos esses publicados em bases de dados como Biblioteca Virtual de Saúde BVS, Portal CAPES, Scielo e Pubmed. Foram considerados dois idiomas, inglês e português. Foram discutidos as implicações e consequências da presença de transtornos ansiedade presente em alunos de alguns cursos da área de saúde tanto em universidades públicas e privadas. Foi possível concluir a presença de ansiedade leve a grave na grande maioria dos cursos, e em sua maioria os estudos ressaltam a relevância da atenção a saúde mental desde o ingresso desse estudante como durante toda a graduação, tanto com rede de apoio especializada, atendimento psicológico e psicoterapêutico, como rede de apoio através de serviços ofertados pela própria comunidade acadêmica.

Palavras-chave: ansiedade, transtornos de ansiedade, estudantes, autoconceito, universitários, saúde mental, ensino superior, estudantes de ciências da saúde e automedicação.

ABSTRACT

This work is a literature review that brought together 11 studies between the years 2016 to 2021, with the aim of identifying the prevalence of anxiety disorders in students of health courses and thus analyzing its consequences and implications during graduation. These works are published in databases such as Virtual Health Library BVS, CAPES Portal, Scielo and Pubmed. Two languages were considered, English and Portuguese. The implications and consequences of the presence of anxiety disorders present in students of some courses in the health area in both public and private universities were discussed. It was possible to conclude the presence of mild to severe anxiety in the vast majority of courses, and most studies highlight the relevance of mental health care from the time this student enters and throughout graduation, both with a specialized support network, psychological care and psychotherapeutic, as a support network through services offered by the academic community itself.

Keywords: anxiety, anxiety disorders, students, self-concept, university students, mental health, higher education, health science and self-medication students.

LISTA DE ABREVIATURAS

BAIInventários de Beck para Ansiedade

BDI.....Inventários de Beck para Depressão

DSM-5.....Manual Diagnóstico e Estatístico de

Transtornos Mentais

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. OS TRANSTORNOS DE ANSIEDADE	12
3. JUSTIFICATIVA	13
4. TRANSTORNOS DE ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS.	14
5. OBJETIVOS	16
6. MATERIAIS E MÉTODOS	16
7.RESULTADOS	17
8.DISSCUSSÃO	24
9.CONCLUSÃO.....	27
10.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	28
ANEXOS	30
ANEXO A – Normas da Revista Científica	30

1. INTRODUÇÃO

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), 5ª edição, os transtornos de ansiedade incluem quadros clínicos que compartilham indicadores de medo e apreensão/preocupação excessivos e perturbações comportamentais funcionalmente relacionadas.

O medo é a resposta emocional a uma ameaça iminente real, ou percebida, enquanto a ansiedade é a antecipação (psicofisiológica) de uma ameaça futura. Esses dois estados se sobrepõem, mas, também, se diferenciam, com o medo sendo, com mais frequência, associado a períodos de excitabilidade autonômica aumentada, necessária para luta ou fuga, pensamentos de perigo imediato e comportamentos de esquiva ou fuga. Já a ansiedade está mais associada à tensão muscular e vigilância, em preparação para um perigo futuro e comportamentos de cautela ou esquiva. (American Psychiatric Association, 2013, p. 189)

Os transtornos de ansiedade se diferenciam do medo ou da ansiedade adaptativos, ou relacionados funcionalmente ao estresse, que podem ser considerados típicos. Tendem a ser mais intensos e se mantêm por períodos de tempo avaliados como excessivos ao nível de desenvolvimento do indivíduo. Embora esse critério seja importante como um guia geral, inclui a possibilidade de algum grau de flexibilidade. Como os indivíduos com transtornos de ansiedade, em geral, superestimam o perigo nas situações que temem, ou evitam, a determinação primária do quanto o medo ou a ansiedade são excessivos, ou fora de proporção, deve ser feita pelo clínico, levando em conta fatores contextuais e culturais. (American Psychiatric Association, 2013, p.189)

O DSM-5, enquanto manual diagnóstico e estatístico, é utilizado para definir como deve ser feito o diagnóstico de transtornos mentais e reconhece que a abordagem dimensional de alguns transtornos mentais, bem como os limites entre eles são mais permeáveis do que se percebia em edições anteriores. O transtorno de ansiedade, por exemplo, é considerado uma associação de sentimentos, como o medo, a angústia e a preocupação, podendo ser reflexo de uma desordem cerebral ou de problemas médicos que incluem transtornos psiquiátricos. Mesmo sendo um problema mundial, ainda não há um conceito definido (COSTA et al., 2017) e universalmente aceito.

Quando manifestada por indivíduos diante de situações estressantes, a ansiedade pode ser classificada como um processo benéfico, relacionada ao mecanismo de “luta ou fuga”, ocorrendo quando o sistema nervoso central lança adrenalina e hormônios

corticoides na corrente sanguínea. No entanto, essa sensação, em razão do mesmo mecanismo, pode gerar alterações dos sinais vitais, como aumento da pressão arterial, sudorese, palpitações, calafrios, vômitos, aumento da frequência respiratória e cardíaca (SAMPAIO et al., 2013).

Encarregada por preparar o ser humano para momentos de ameaça e perigo, a ansiedade, juntamente com o medo, abrange fatores cognitivos, comportamentais, afetivos, biológicos e neurológicos, que definem a percepção do sujeito ao meio, ocasionando reflexos específicos a um tipo de ação (CARDOZO et al., 2016). Por se tratar de respostas individuais, que incluem a percepção subjetiva de experiências, a variabilidade de repertórios de comportamentos que poderiam indicar ansiedade, e seus significados, ainda constitui um desafio para os profissionais de saúde.

2. OS TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Uma consulta aos transtornos de ansiedade referidos pelo DSM-5 permite dividi-los em: transtorno de pânico, agorafobia, transtorno de ansiedade generalizada, fobia social, fobias específicas, transtorno de estresse pós-traumático e transtorno obsessivo-compulsivo (GUIMARÃES ET AL 2015, p.117).

O transtorno de pânico se refere à geração de crises inesperadas. o ataque é um surto de medo, ou intenso desconforto intenso, alcançando minutos no qual podem ocorrer alguns sintomas: palpitação, taquicardia, sudorese, coração acelerado, dentre outros. Segundo Marks & Gelder (1966 APUD Levitan ET AL., 2008) existe uma frequente complicação no transtorno do pânico, em que é comum o medo de passar mal nas situações temidas.

O termo “agorafobia”, segundo Levitan e outros autores (2008), significa medo de lugares abertos, medo de sair de casa ou situações onde o socorro não é possível. Indivíduos com agorafobia evitam contextos sociais e podem perder muitas oportunidades sociais, profissionais.

O transtorno de ansiedade generalizada (TAG), segundo Clark e Beck (2012 APUD ENGSTER, 2013), é um estado de ansiedade ampliada que persiste e envolve preocupação crônica, excessiva e evasiva, acompanhando sintomas físicos ou mentais de ansiedade, provocando prejuízos ao funcionamento diário do indivíduo.

As características principais do transtorno de ansiedade generalizada incluem preocupação persistentes e excessivas acerca de vários domínios, incluindo desempenho no trabalho e escolar, que o indivíduo encontra dificuldade em controlar. Além disso,

são experimentados sintomas físicos, incluindo inquietação ou sensação de “nervos à flor da pele”, fadigabilidade, dificuldade de concentração ou “ter brancos”, irritabilidade, tensão muscular, e perturbações do sono. A intensidade, duração ou frequência da ansiedade e preocupação é desproporcional à probabilidade real ou ao impacto do evento antecipado (American Psychiatric Association, 2013,p.223)

A fobia social de acordo é o medo de um indivíduo frente a uma ou mais situações que envolvam a avaliação do mesmo por outras pessoas. Os indivíduos temem aparecer ou agir, percebendo incapacidade para lidar com a situação. Tremores e transtornos de linguagem podem acompanhar o enfrentamento dessas situações.

Fobia específica é um dos transtornos de ansiedade caracterizado pela presença de medo excessivo e sempre relacionado com uma situação ou objeto específico, podendo ser desenvolvida a partir de um evento traumático.

O medo da separação de pessoas amadas após eventos traumáticos é comum. No transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) os sintomas se referem à esquiva das lembranças dos eventos traumáticos.

O transtorno obsessivo-compulsivo é caracterizado pela presença de obsessões/compulsões. Obsessões são eventos mentais como imagens, ideias, impulsos, criadas a partir de qualquer substrato da mente. Compulsões são comportamentos, ou atos repetitivos, executados para diminuir a ansiedade causada pela obsessão ou para evitar a situação (ROSÁRIO-CAMPOS, 2000).

3.JUSTIFICATIVA

Registros de casos de ansiedade patológica vem aumentando, de acordo com estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgadas em 2017, quando 9,3% (18.657.943 indivíduos) das pessoas que viviam no Brasil foram afetadas por algum transtorno de ansiedade. Sendo considerado o mal do último século (XXI), dadas as mudanças significativas ocorridas no âmbito cultural e econômico e as exigências advindas de uma sociedade moderna, tecnológica e competitiva, os transtornos de ansiedade atingem jovens em etapa transitória entre o final da adolescência e o início da vida adulta, caracterizando um período marcado por crises potenciais e mudanças psicossociais importantes (OPAS, 2017) que impactarão os anos subsequentes de vida dessas pessoas.

Dados de pesquisa do Ministério da Saúde, com quase 17.500 participantes, de 18 a 78 anos de idade, divulgados em dezembro de 2020, que investigava a presença de

ansiedade e depressão e o estado de saúde mental na vigência da pandemia pela Covid-19, identificou 74% de prevalência de ansiedade, 26,8% de depressão moderada e 12,3% de depressão grave, além de 34,8% de transtorno de estresse pós-traumático.

A pesquisa ainda apontou que 29,33% dos 2.335 participantes, que foram entrevistados, procuraram ajuda profissional por questões relacionadas à saúde mental, sendo 20% em serviços particulares. Outros 34,2% informaram que não procuraram ajuda, mas que gostariam de ter apoio psicológico, principalmente, para lidar com a ansiedade (78%) e o estresse (51,9%). (Fonte do site do Ministério da Saúde, 2020)

4. TRANSTORNOS DE ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

O estudo do Ministério da Saúde permite apontar que a ansiedade é um processo potencialmente presente na vida das pessoas e que temos indicadores de agravamento no período de pandemia por Covid-19.

Os dados são importantes, ainda, porque permitem sugerir a necessidade de discussão sobre dos transtornos de ansiedade entre estudantes de graduação, mais especificamente, estudantes matriculados em cursos de saúde, de faculdades públicas ou privadas. Uma vez que esses estudantes atuarão em diversos contextos de atenção hospitalar, ambulatorial, ou clínica de modo geral, responsáveis por atenderem pacientes com sintomas de ansiedade, depressão, ou outros distúrbios, como se encontra a saúde mental destes futuros profissionais?

Será que os estudantes, sem acompanhamento profissional, apoio ou rede especializada de ajuda, teriam condições de serem profissionais capacitados e aptos a atender pessoas que se assemelhem a sua condição? Ou, poder-se-ia gerar uma situação gatilho que promoveria o afastamento dos mesmos desses cenários de atendimento? As dificuldades de respostas a estas questões parecem apontar à necessidade de investigações que abordem as relações funcionais entre o estilo de vida, demandas e exigências do dia-a-dia e os transtornos de ansiedade.

Para analisar o estado de saúde mental de estudantes universitários precisamos reconhecer que os efeitos das limitações e exigências da vida universitária se iniciam muito antes do ingresso, de fato, no ensino superior. A partir do ensino médio, por exemplo, os adolescentes se deparam com algumas demandas crescentes: a escolha por

um curso, uma possível carreira profissional, ou uma meta de vida, e a pressão interna e social pelo sucesso e reconhecimento.

As condições a que os estudantes de ensino médio se submetem, para cumprir as exigências de desempenho curricular, também podem requerer recursos (pessoais, sociais, tecnológicos, outros) que ultrapassam os limites do equilíbrio psicológico individual, fazendo com que estressores se acumulem, e acarretando um quadro significativo de estresse. (CARVALHO et al., 2015)

Ademais, a submissão (compulsória) a processos seletivos do ENEM, vestibulares e avaliações seriadas das instituições (IES) desejadas, como, por exemplo, o Programa de Avaliação Seriada (PAS), disponibilizado pela Universidade de Brasília, pode exacerbar, ainda mais, a experiência em situações contínuas de estresse.

Assim, a entrada do estudante no ensino superior é cercada de muito estresse e expectativas nem sempre passíveis de serem atingidas. O ambiente preparatório para o Enem e os vestibulares contam com estressores potencialmente ansiogênicos, permeado por um contexto de competição e incertezas. (BALOGUN et al.,1995). Estima-se que 20% dos universitários, ao redor do mundo, possuem algum transtorno mental, com maior prevalência para a ansiedade. Destes 20%, os dados sugerem que mais de 80% tiveram início antes do ingresso na universidade. Assim, é possível que características específicas do processo seletivo possam contribuir para o desenvolvimento de transtornos mentais. (SCHONHOFEN FL ET AL 2020).

De acordo com Alves (2014), universitários das áreas da saúde estão mais predispostos a manifestar sintomas de ansiedade no decorrer do curso, podendo prejudicar potencialmente seu futuro profissional. Esse público se torna mais vulnerável a desenvolver ansiedade patológica por incontáveis motivos, tais como rompimentos prolongados na vida social, transição da vida escolar para a vida universitária, maior pressão familiar e pessoal, cargas curriculares excessivas e alto custo de manutenção dos cursos (TOTI; BASTOS; RODRIGUES, 2018). Apontamos a necessidade de que esses motivos sejam analisados com maior detalhamento.

Apesar da classe estudantil não ser considerada como trabalhadora formal, as atividades estudantis podem ser entendidas como profissionalizantes, por estarem inseridas numa estrutura organizacional, com obrigatoriedade de desenvolver atividades específicas, como estudar e confrontar-se com aulas práticas, estágios e atividades avaliativas e pelo ambiente acadêmico competitivo, meritocrático, gerador de conflitos e de estresse. (BALOGUN et al.,1995; SCHAUFELI e TARIS,2005; CARLOTTO e

CÂMARA, 2006; CAMPOS e MAROCO, 2012; TOMASCHEWSKI BARLEM et al., 2012).

5.OBJETIVOS

Diante do exposto esse estudo tem por objetivo realizar uma revisão bibliográfica acerca do tema da prevalência de ansiedade e de transtornos de ansiedade entre estudantes universitários dos cursos da área de saúde e suas consequências durante a graduação. Destaque-se o interesse por mapear a ocorrência de processos de sofrimento psíquico e adoecimento mental e seus efeitos, bem como episódios de (auto)medicação ou prescrição de ansiolíticos ou outros psicotrópicos, abandono de cursos, trancamentos, reprovações, busca por tratamentos (psico)terapêutico e/ou médico.

Pretende-se, ainda, discutir o papel da comunidade acadêmica diante de casos/situações de relatos de transtornos de saúde mental que limitam, ou incapacitam, estudantes universitários, a buscarem mais altas realizações pessoais e profissionais.

6.MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica, levando em consideração artigos encontrados em língua portuguesa e língua inglesa. Foram pesquisadas as seguintes bases de dados: Portal de periódicos CAPES, Biblioteca Virtual de Saúde, Scielo e Pubmed, sendo consideradas as palavras-chave: ansiedade, transtornos de ansiedade, estudantes, autoconceito, universitários, saúde mental, ensino superior, estudantes de ciências da saúde e automedicação.

Na revisão foram incluídos como área da saúde os seguintes cursos: fisioterapia, enfermagem, educação física, farmácia, medicina, odontologia, nutrição, saúde coletiva, psicologia, serviço social, terapia ocupacional, biomedicina e ciência e tecnologia de alimentos.

Foram consideradas, ainda, como critérios de inclusão na pesquisa materiais obtidos de monografias, dissertações de dissertação, teses de mestrado, trabalhos apresentados em congressos e artigos científicos publicados em periódicos das referidas bases de dados. A busca identificou e selecionou o total de 11 trabalhos, com anos de publicação entre 2021 e 2016, dentre esses oito artigos publicados nas bases de dados, uma dissertação de mestrado, uma monografia e um trabalho completo publicado em anais de congresso.

7. RESULTADOS

Um estudo transversal, de ALVES JVS e colaboradores (2021), teve por objetivo identificar os fatores associados aos sintomas de transtornos de ansiedade entre estudantes universitários das áreas da saúde, de uma universidade pública do sudeste do Brasil. Seis cursos foram incluídos: ciência e tecnologia de alimentos, educação física, farmácia, medicina, nutrição e serviço social. Os autores disponibilizaram um questionário online com tempo médio de resposta de 10 minutos e o Inventário Beck de ansiedade (BAI).

Os resultados mostraram que, de 2.192 alunos dos cursos considerados, 493 (23,2%) responderam ao questionário. A maioria, 394 estudantes, eram mulheres (79,9%), com idade média de 23,1 anos e 90 participantes (18,6%) tinham, pelo menos, uma condição crônica. Em relação aos cursos, 269 (54,6%) estudavam farmácia, 55 (11,2%) serviço social, 52 (10,5%) medicina, 45 (9,1%) educação física, 40 (8,1%) ciência e tecnologia de alimentos e 32 (6,5%) nutrição. Todos os participantes foram incluídos em fatores de risco para ansiedade, sendo 138 participantes com ansiedade grave (28%), 147 moderada (29,8%), 133 leve (27%) e 75 (15,2%) com ansiedade mínima.

Estudantes de medicina tiveram menor grau de ansiedade em comparação com os matriculados em tecnologia de alimentos e serviço social. O estudo ainda mostrou que 223 estudantes (45,2%) faziam psicoterapia e 101 (20,5%) estavam em acompanhamento psiquiátrico.

O mesmo estudo também apontou que havia uma alta taxa de ideação suicida e de tentativas de suicídios entre alunos universitários. Os autores apontaram diversas situações que poderiam desencadear processo(s) de ansiedade entre os participantes da pesquisa, incluindo o estresse associado à maior competitividade e altas cargas de trabalho, dificuldades de contato interpessoal dos alunos com seus (futuros) pacientes, atividades de lazer limitadas, falta de suporte emocional, contribuindo para altas taxas de transtornos mentais nessa população.

Outro estudo, de delineamento transversal, foi realizado por FERNANDES MA e colaboradores (2018) com como objetivo identificar a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos e suas correlações com características sociodemográficas e ocupacionais entre 205 universitários de enfermagem de uma universidade pública do

Nordeste do Brasil. Os autores aplicaram um questionário sociodemográfico e ocupacional e os Inventários de Beck para Ansiedade (BAI) e Depressão (BDI).

A média de idade foi de 21,8 anos, sendo a maioria do sexo feminino (81,5%), solteiros (91,6%), naturais da capital do estado (70,2%) e vivendo com os pais (73,0%). Entre os participantes, 52,7% cursavam até o segundo ano do curso e 47,3% estavam no terceiro ou quarto anos do curso. Foram 63,9% os que desenvolviam atividades extracurriculares, destacando-se extensão (23,9%), monitoria (10,2%), iniciação científica (7,8%) e estágio (5,9%), com duração média de 12 e máxima de 40 horas semanais. Entre os que exerciam algum trabalho, ou estavam empregados (13,2%), a carga horária semanal média era de 18,6 horas, com mínima de 2 e máxima de 40 horas. Dados sobre a intensidade de ansiedade mostrou 43 alunos (21,0%) com ansiedade moderada e 105 (51,2%) com elevada ansiedade.

Os sintomas mais evidenciados foram: nervosismo (39,2%), sensação de estar assustado (35,6%) e desconforto gástrico/abdominal (35,6%), todos em níveis leves, enquanto no nível moderado, o nervosismo (29,4%) e o medo de que aconteça o pior (29,1%) foram mais frequentes. Os autores destacam que, mesmo que muitas variáveis pudessem contribuir para o surgimento de sintomas ansiosos, os fatores mais comuns envolviam a necessidade de manter o desempenho acadêmico, de lidar com estressores sociais e problemas financeiros e o ajuste inerente à transição do ambiente familiar para o ambiente universitário.

SILVA, ANTÔNIO ET AL, em 2021, avaliaram a percepção da qualidade de vida e prevalência de sintomas de ansiedade entre estudantes de fisioterapia de uma instituição privada do Nordeste. A amostra de 84 alunos, tinha 71,4% de mulheres e média de idade de 22 anos \pm 3,6 anos. Para avaliar a presença de sintomas de ansiedade foram utilizados o BAI e um questionário sociodemográfico que incluía questões sobre o período de curso, horas de estudo, sono e uso de medicações.

Os resultados mostraram que 97,6% dos estudantes referiram sintomas de ansiedade, embora a metade tivesse sintomas leves. Os mais referidos foram: nervosismo, incapacidade de relaxar, palpitação e medo de que aconteça o pior. Ao correlacionar a qualidade de vida com os sintomas de ansiedade, constatou-se que havia uma correlação moderada e inversa ($r_s = -0,055$), ou seja, quanto mais sintomas de ansiedade, menor a qualidade de vida, com significância estatística de $p < 0,0001$. O estudo destacou necessidade de que os estudantes buscassem estratégias que

permitissem o desenvolvimento de autoconhecimento, enfrentamento das dificuldades e fortalecimento individual.

Em um estudo exploratório e descritivo, de LIMA CRUZ et al em 2020, que teve como objetivo investigar os níveis de ansiedade entre universitários de primeiro período de cursos de psicologia, odontologia, nutrição, fisioterapia, farmácia, enfermagem e educação física, de um centro universitário do Nordeste, 199 estudantes responderam um questionário sociodemográfico e a Escala de Ansiedade de Zung. Os dados mostraram que 67,839% (135) eram mulheres. Quanto à idade, 71,3% (142) tinham entre 18 e 20 anos. O nível de ansiedade entre os participantes mostrou escores normais para a maioria (83%/n=165). Porém, o estudo apontou que ser do sexo masculino é um fator de proteção para ansiedade, bem como, ser casado, estar empregado, possuir entre um e três filhos e cursar Farmácia e Enfermagem. Por outro lado, ser divorciado, mudar de cidade para estudar e cursar odontologia e Educação Física (devido os custos mais elevados com materiais e equipamentos), configuraram-se como fatores de risco para ansiedade.

Os autores destacam o aumento da pressão psicológica e intelectual, pela grande abundância de novas informações e experiências em sala de aula e laboratórios, que os estudantes de primeiro período costumam enfrentar (VIANA et al., 2014), como fatores precipitadores de ansiedade. O estudo aponta a importância de uma abordagem multidisciplinar aos estudantes, com ênfase nos cuidados psicológicos para a prevenção de quadros de ansiedade patológica e ajudando os estudantes a lidarem com seus próprios sentimentos.

O trabalho desenvolvido por SILVA, GRANJEIRO et al, em 2021, analisou o perfil de ansiedade e uso de ansiolíticos por estudantes concluintes dos cursos de farmácia, nutrição, enfermagem e educação física, de uma faculdade particular do Nordeste. Na coleta de dados foram utilizados dois questionários, um sociodemográfico e outro de registro de ocorrência de automedicação e o BAI. Entre os 42 estudantes que atendiam aos critérios de inclusão da pesquisa, a prevalência foi de mulheres, com 59,5%. Em relação à faixa etária, 59,9% tinham entre 18 e 25 anos. Dos entrevistados, 45,2% eram do curso de farmácia, 23,8% de nutrição, 21,4% enfermagem e 9,6% de educação física.

Verificou-se que dois de cada três participantes percebiam que se tornaram mais ansiosos no final do percurso acadêmico, quando comparados ao início, o que sugere que a ansiedade poderia ser crescente à medida que o estudante avança em seu curso. Os

dados também mostraram que 27 estudantes (64%) faziam uso da automedicação, sendo 14 mulheres e 13 homens. Em relação à fonte que indicou os medicamentos, 62,6% relatam ser por conta própria, seguidos de 11,8% por farmacêutico, 8,2% por receitas antigas, 5,1% pelos pais ou balconistas, e 2,4% entre amigos, internet e médico(s). Dos estudantes que referiram automedicação por conta própria, 52,4% relataram que se baseiam em costumes, ou pelo fato de que se consultaram uma vez e resolveu o problema, então, poderiam utilizar de forma contínua. Já 38,1% acreditavam ter conhecimentos teóricos para se automedicar, seguidos de 9,5% que utilizam porque todos os familiares também usam.

O estudo concluiu que a automedicação entre os universitários é elevada, principalmente com a classe dos analgésicos, sendo a maior parte dessa prática realizada por conta própria. A expectativa dos autores era que o consumo de medicamentos de forma indiscriminada fosse bem menor, por se tratar de estudantes da área da saúde, porém, os dados sugerem que o conhecimento os induz ao uso mais frequente e nem sempre correto.

A revisão bibliográfica de COSTA VIEIRA et al, de 2017, teve por objetivo avaliar os fatores de predisposição para o desencadeamento do transtorno de ansiedade entre estudantes universitários das áreas de saúde. Os autores buscaram artigos e dissertações, indexados nas bases de dados do Google Acadêmico, Scielo e Lilacs, entre 2013 e 2017, que abordassem o transtorno de ansiedade entre estudantes universitários.

Em relação aos principais dados obtidos, podemos destacar: (a) no que se refere ao uso medicações, o Diazepam foi o medicamento mais utilizado pelos estudantes, com maior prevalência na faixa etária dos 20 anos (14,6%), 16 (12,5%) e 18 anos (12,5%) anos; (b) o BAI mostrou que, dos 308 alunos avaliados, 30% tinham grau mínimo de ansiedade, 34% ansiedade leve, 24% moderada e 12% tinham ansiedade grave; e (c) verificou-se maior prevalência de ansiedade entre as mulheres.

Lantyer et al. (2016) avaliaram a ansiedade e a qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes das áreas da saúde, nos cursos de psicologia, educação física, terapia ocupacional, nutrição, e fisioterapia de uma universidade pública. Dentre os aspectos avaliados os que evidenciaram resultados mais significativos foram mulheres com níveis mais elevados de ansiedade do que os homens, independentemente do curso. Os autores apontam a necessidade do desenvolvimento de programas de intervenção para alunos universitários, incluindo a geração de políticas públicas para a melhoria da qualidade de vida e saúde, além de

projetos sociais que pudessem disponibilizar suporte psicológico aos estudantes universitários.

Outro estudo, de ARRUDA, SPÓSITO e colaboradores, de 2020, teve o objetivo avaliar o grau de ansiedade de estudantes de uma instituição de ensino superior privada da Bahia, usando como método uma pesquisa de corte transversal com abordagem descritiva, quantitativa e observacional em que 366 alunos, do primeiro período, foram selecionados de forma aleatória. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário com questões sociodemográficas- comportamentais e do BAI. O questionário contemplava variáveis como sexo, idade, estado civil, moradia, se possui filhos, curso universitário matriculado e atividade(s) de lazer praticada(s).

A idade dos participantes variava de 18 a 57 anos, sendo a média de 26,8 anos (\pm 7,1 anos). Considerando-se o somatório do escores individuais de cada participante, 228 (62,1%) apresentou algum grau de ansiedade, com maior concentração em ansiedade leve. Dos estudantes que apresentaram algum grau de ansiedade, a maioria eram mulheres (148 - 64,9%), com idade entre 21 e 30 anos (135 - 59,2%), solteiros (118 - 51,8%), que moram com amigos (136 - 59,6%), com filhos (176 - 77,2%) e, realizando apenas uma atividade de lazer (108 - 47,4%).

Após cálculo do coeficiente de correlação de Spearman, observou-se uma associação significativa positiva entre o sexo feminino e níveis mais elevados de ansiedade. Os autores destacam que os sintomas provocados pela ansiedade geram grande impacto sobre o estado de saúde dos alunos, pois, normalmente, só procuram assistência médica quando ocorrem sintomas físicos, e desconhecem que eles podem estar relacionados a algum transtorno mental. Também observam que mais estudos são necessários para obter-se melhor entendimento sobre a ansiedade e suas consequências e que as faculdades devem considerar a implementação de estratégias para cuidar da saúde mental dos seus alunos, de forma a oferecer serviços de atenção, para que esses sejam atendidos tanto em suas necessidades pedagógicas quanto emocionais. Entendem os autores que esta estratégia promoveria uma formação mais humanizada, que beneficia a saúde mental dos universitários, para que estejam tecnicamente e emocionalmente preparados para o mercado de trabalho.

Em outro estudo transversal de MENDES, LEÃO e colaboradores, de 2018, o objetivo foi estimar a prevalência e os fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um Centro Universitário no Nordeste do Brasil. Os autores usaram um questionário e os Inventários de Depressão de Beck (BDI)

e de Ansiedade (BAI). A amostra tinha estudantes maiores de 18 anos, do primeiro período, e regularmente matriculados nos cursos de biomedicina, enfermagem, fisioterapia, medicina e odontologia. No questionário constavam questões relativas a características sociodemográficas (sexo, idade, local de procedência, com quem reside e quantas pessoas residem na casa); sociais (emprego, renda familiar, plano de saúde e religião); e comportamentais (quantidade de sono, atividade física, tempo de lazer, uso de cigarro, ingestão de álcool e nível de satisfação com o curso).

Os resultados mostraram que 579 (89,2%) questionários foram respondidos e apenas 476 (82,7%) foram considerados válidos. Os cursos com maior número proporcional de questionários respondidos foram fisioterapia (103/104; 99,0%); odontologia (214/226; 94,6%); medicina (159/179; 88,8%), biomedicina (59/78; 75,6%) e enfermagem com 44/62; 70,9%). Predominou o sexo feminino com 71,6%; 69,3% dos estudantes tinham menos de 20 anos de idade, e 92,0% eram solteiros. A maior prevalência de ansiedade foi observada para o curso de fisioterapia (52,4%), seguido pela odontologia (38,9%) e a menor para o curso de medicina (25,9%). A maior prevalência de ansiedade foi associada ao sexo feminino (RP = 1,66; $p < 0,001$).

O estudo destaca a importância do acompanhamento psicológico como uma prática a ser estimulada entre os estudantes, o que permitiria uma formação mais humanizada e um melhor atendimento às necessidades pedagógicas e emocionais dos estudantes.

JARDIM, LEAL et al, 2020, em uma pesquisa com objetivo de verificar os níveis de ansiedade, estresse e sintomatologia depressiva entre estudantes dos cursos da área de saúde de uma universidade pública de Pernambuco, comparou os níveis entre estudantes iniciantes e concluintes. O estudo contou com uma amostra de 410 universitários divididos entre ingressantes (N = 233; 56,8%) e concluintes (N = 177; 43,2%), sendo a maioria de mulheres (259; 63,3%), com idade entre 18 e 63 anos (média de 23,59). Em relação aos cursos, a maior parte era do curso de psicologia (N=134; 32,68%), seguida pela medicina (N = 107; 26,10%), enfermagem (N = 87; 21,22%) e farmácia (N = 82; 20%).

Os estudantes responderam os seguintes instrumentos: questionário sociodemográfico, elaborado pelos autores, para rastreamento do perfil social, demográfico e econômico dos participantes; inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE); Escala de Estresse Percebido (EPS-10), Escala Baptista de Depressão (Versão Adulto) -

EBADEP-A, e a *Self Report Questionnaire* (SRQ-20) que avalia o sofrimento mental (transtornos mentais não psicóticos).

Os resultados demonstraram que a maioria dos participantes apresentou sintomatologia moderada de ansiedade. Para a ansiedade estado, 9,2% (N = 36) apresentaram ausência ou sintomatologia leve; 47,4% (N = 186) sintomatologia moderada e 43,4% (N = 170) sintomatologia alta. Para a ansiedade traço, 12,3% (N = 49) apresentaram ausência ou sintomatologia leve; 45,7% (N = 182) sintomatologia moderada e 42% (N = 167) altos índices de sintomatologia. Destaca-se, ainda, que a amostra distribuiu-se de maneira homogênea apenas entre as faixas moderada e alta de ansiedade ($X^2(2) = 103,85$; $p = 0,05$).

Os autores destacam a importância de se discutir o tema de saúde mental entre o público universitário, tanto no sentido de produzir novos conhecimentos, como, também, para servir de subsídio à elaboração de mecanismos de cuidado, como projetos que visem proporcionar melhoria da qualidade de vida dos universitários. O trabalho ressalta o papel das universidades no desenvolvimento de programas que incentivem a promoção da saúde dos estudantes a partir de projetos vivenciados em seus próprios cursos e, ainda, programas específicos para as mulheres, tendo em vista a maior prevalência de ansiedade nesse grupo.

Em uma dissertação de mestrado de LUZ, FABÍOLA, de 2017, que teve como objetivo principal identificar a presença de estresse, sintomas de ansiedade e de depressão entre estudantes universitários das áreas de saúde de uma universidade privada, em São Paulo, foi utilizado um questionário de dados sociodemográficos e a escala EADS-21 que avalia estados emocionais negativos. Foram selecionados 157 estudantes universitários dos cursos de psicologia, farmácia, biomedicina e fisioterapia. Os participantes tinham média de idade de 23,7 anos com 84,4% de mulheres e 91% de estudantes solteiros. Para a variável ansiedade, os dados demonstraram que estudantes de farmácia e fisioterapia apresentaram mais sintomas de ansiedade, com diferenças significativas em relações aos demais cursos avaliados. O estudo destaca que as avaliações de saúde mental são fundamentais para a manutenção do bem estar dos estudantes, enfatizando a necessidade da implementação de ações que auxiliem a promoção da saúde mental e a prevenção de transtornos psicológicos entre estudantes universitários.

Em uma monografia de 2019, de LIMA MOREIRA e XAVIER GOMES, que investigou a prevalência de transtornos de ansiedade social entre estudantes do curso de

saúde coletiva de uma universidade pública do Paraná, foram aplicados dois questionários, um para levantamento de variáveis sociodemográficas e outro para investigação de sintomas de ansiedade social. Dos 72 participantes da pesquisa, 61 (84,72%) eram mulheres e a faixa foi de 18 a 59 anos. Os dados mostraram que a maioria não apresentava sintomas do transtorno de ansiedade social, porém, os autores destacam a necessidade de que os estudantes sejam acompanhados, preventivamente, desde o início da graduação.

8. DISCUSSÃO

A partir da análise dos resultados, é possível perceber que dos 11 estudos citados, nove referem amostras com maior participação e maior prevalência de ansiedade entre estudantes do sexo feminino. Embora um dos estudos desta revisão refira que ser do sexo masculino seria um fator potencial de proteção para a ansiedade, mais estudos e uma maior sistematicidade das relações entre fatores biológicos e culturais devem ser alcançados. Por exemplo, se os desafios do mundo atual demandam a adoção de múltiplos papéis, na jornada cotidiana da mulher, seja como profissional, ou exercendo papel de cuidadora familiar, esses fatores podem ser exponencialmente estressores e geradores de conflitos, promovendo a maior presença de ansiedade nesse público, ainda em fase acadêmica? Se sim, é importante destacar que a universidade, pública ou privada, poderia adotar medidas de maior atenção e cuidado a esse grupo, como espaços qualificados de escuta e redes de apoio social, tal como sugerido em alguns estudos desta revisão. Na perspectiva da promoção de saúde mental, os custos com esses serviços seriam, certamente, muito menores que os benefícios a serem alcançados em médio e longo prazo.

A maior prevalência de ansiedade entre estudantes do sexo feminino foi referida, por exemplo, no estudo que de Carvalho et al. (2015). Os autores explicam que essa maior prevalência poderia ser atribuída à existência de uma sociedade que ainda impõe maiores dificuldades para mulheres adquirirem independência social e financeira, fazendo com que enfrentem mais conflitos que os homens e proporcionando maior probabilidade de transtornos de ansiedade pelo excesso de situações de pressão psicológica.

O presente trabalho também demonstrou que não foi possível correlacionar a maior prevalência de ansiedade em algum curso específico da área de saúde, mas os

estudos apontaram maiores preditores de ansiedade moderada na odontologia, fisioterapia, farmácia, enfermagem e educação física.

Também foi possível inferir que o alto grau de envolvimento com as atividades extracurriculares, de natureza acadêmica, podem ser potenciais geradores de ansiedade, moderada a grave. Tais atividades poderiam incluir extensão, monitoria, iniciação científica e estágios. Embora sejam atividades que ajudem a compor o currículo acadêmico, sendo exigidas para a formação dos estudantes, os estudos apontam que o aumento da carga de trabalho e as exigências de desempenho, poderiam criar uma condição adversa de bem-estar, gerando mais chance de processos de ansiedade se desenvolverem.

Foi possível, também, apontar que a faixa etária dos participantes, na maioria dos estudos ficou entre 18 a 25 anos, sendo classificados como jovens adultos. Estudos recentes com pré-vestibulandos (2020), de Lima Schönhofen et al, que investigou a presença de transtorno de ansiedade generalizada (TAG), demonstrou que essa transição, da adolescência para a vida adulta, requer muitos desafios que começam com o desenvolvimento de habilidades cognitivas e emocionais necessárias para se dedicar à maior carga de estudo, visando o sucesso em processos seletivos de ingresso na universidade e a escolha adequada da carreira profissional, muitas vezes precocemente. O excesso de estresse, nessa fase, pode contribuir como sérios geradores de ansiedade, dando início a transtornos de ansiedade antes da entrada na graduação.

A alta taxa de ideação suicida e tentativa de suicídios entre estudantes universitários também esteve presente nos resultados de um estudo desta revisão. Compreendemos que esse é um assunto delicado, que não é tratado com a devida atenção dentro do ambiente acadêmico, e que pode estar relacionado funcionalmente ao estresse típico de situações de alta competitividade, cargas de trabalho que ultrapassam os recursos pessoais e biológicos de alguns estudantes, dificuldades interpessoais entre estudantes, ou estudantes e usuários do sistema de saúde, atividades de lazer limitadas e falta de suporte emocional e dificuldades financeiras para manter-se no curso e adquirir materiais e equipamentos necessários.

Outra questão que merece nossa atenção se refere à a automedicação de estudantes e ao uso de ansiolíticos, sendo demonstrado, nos estudos desta revisão, que essa população, apesar de ter, muitas vezes, conhecimento qualificado a respeito desse assunto, não reproduz comportamentos de autocuidado e consome indiscriminadamente, por conta própria, com destaque para analgésicos e ansiolíticos.

Dentre os sintomas mais frequentes e relatados dos transtornos de ansiedade, os estudos destacam: nervosismo e medo de que aconteça o pior, sensação de estar assustado, além de desconforto gástrico/abdominal. Fatores esses, se vivenciados de forma contínua e sem a devida atenção, podem ser preditores de atestados médicos e psicológicos, afastamentos das aulas, trancamento de curso, ou até de abandono. Todavia, o presente estudo não foi capaz de predizer com que incidência e intensidade esses sintomas poderiam provocar danos ao desempenho acadêmico. Mais estudos que investiguem variáveis individuais, e grupais, de enfrentamento e resiliência a condições adversas de vida, poderiam ser realizados.

É de extrema relevância destacar, ainda, que dos 11 estudos dessa revisão, oito fizeram referência à importância de dar atenção à saúde mental no ambiente universitário, seja essa busca realizada pelo aluno, com uma rede de apoio especializada, ou ajuda externa à universidade, com atendimento psicológico àqueles que poderiam arcar financeiramente com serviços particulares. Porém, na sua totalidade, os estudos ressaltam que um serviço de saúde mental poderia ofertado pelas universidades com objetivo preventivo, de suporte pedagógico e emocional, desde o ingresso do aluno no mundo acadêmico. O acesso a serviços de saúde mental promoveria uma formação mais humanizada, com impacto positivo no estado de bem-estar dos universitários e maior probabilidade de sucesso no enfrentamento de desafios típicos do ambiente acadêmico e, posteriormente, do mercado de trabalho.

É importante salientar a importância de mais estudos que investiguem essa linha de pesquisa, sobre os efeitos de serviços de saúde mental disponibilizados pelas próprias universidades, visto que essa condição parece representar uma opção disponível a uma pequena parcela de estudantes. Além disso, parte importante dos estudantes, que se utilizam de automedicação quando estão com sintomas físicos e psicológicos, por influência própria ou de terceiros, deixam de lado a atenção e o cuidado à saúde mental tentando apenas bloquear sintomas.

Outra variável que poderia merecer mais estudos é a possível resistência, ou falta de conhecimentos sobre saúde mental, psicoterapia e outros mecanismos de acompanhamento psicológico, que dificultam a busca de ajuda por estudantes universitários.

9.CONCLUSÃO

O presente trabalho foi capaz de evidenciar de forma clara a presença de níveis de ansiedade leve, moderada e grave prevalentes nos estudantes de alguns cursos da saúde, demonstrou também fatores causais e possíveis motivadores, e demonstrou a prevalência da presença de ansiedade no sexo feminino, sendo esse público o mais afetado. Porém esse artigo não conseguiu demonstrar as repercussões diretas na graduação como dificuldades na manutenção do desempenho acadêmico, afastamentos, ou trancamentos por saúde sendo necessários mais estudos empíricos e qualitativos que se aprofundem nesse tema.

Mas foi possível chamar a atenção para a relevância do tema ansiedade e transtornos de ansiedade, para o conhecimento da comunidade acadêmica, de forma que sirva de alerta para o desenvolvimento e implementação de futuras ações que auxiliem esses alunos dentro da academia, nesse processo, e que com essa rede de apoio possa surtir impacto positivo na formação desses estudantes. Promovendo um novo olhar e cuidado na formação desses alunos que serão os futuros profissionais da saúde, que estarão futuramente no mercado de trabalho. E principalmente para o não desenvolvimento de padrões repetidos pelos alunos que promovam o adoecimento psíquico colaborando para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade de forma mais severa e em maior escala.

É importante ressaltar que as universidades, sejam públicas ou privadas, podem e devem assumir esse papel social de colaborar de forma preventiva, educativa e humanizadora, afinal o ambiente acadêmico deve formar cidadãos, futuros profissionais que possam interagir com a sociedade de forma harmônica e integrativa, e promover esse cuidado, com esse olhar para o ser, é sem dúvidas um caminho a ser construído e assumido por todos nós.

10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, J. V. D. S. *et al.* Prevalence and factors associated with anxiety among university students of health sciences in Brazil:: findings and implications. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Ouro Preto, v. 70, n. 2, p. 99-107, 2021.

ARRUDA, E. S. *et al.* Avaliação dos graus de ansiedade em acadêmicos de uma faculdade privada. *SCIENTIA MEDICA*, Porto Alegre, v. 30, n. 1, p. 1-9, 2020.

ASSOCIATION, American Psychiatric. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 1-992.

II CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE, ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS NA ÁREA DA SAÚDE, 2017, Campina Grande.

CRUZ, M. C. N. L. *et al.* Ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde. *Brazilian Journal of health Review*, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 14644-14662, 2020.

FERNANDES, M. A. *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Teresina Piauí, v. 71, n. 5, p. 2298-2304, 2018.

GOVERNO FEDERAL MINISTÉRIO DA SAÚDE. Brasileiros buscaram suporte profissional durante a pandemia. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/brasileiros-buscaram-suporte-profissional-durante-a-pandemia>. Acesso em: 8 ago. 2021

JARDIM, M. G. L; CASTRO, Tathiane Silva; FERREIRA-RODRIGUES, Carla Fernanda. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. *Psicologia USF*, Pernambuco, v. 25, n. 4, p. 645-657, 2020.

LEÃO, A. M. *et al.* Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, Fortaleza, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

LIMA, M.F.E,XAVIER ,G,A,L. Prevalência de transtorno de ansiedade social em estudantes da graduação em saúde coletiva da Universidade Federal do Paraná. Monografia -Universidade Federal do Paraná, Paraná, 2019

LUZ, M, F. Sintomas de stress, ansiedade e depressão em universitários de cursos de saúde. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Saúde. Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2017.

SCHÖNHOFEN, F. D. L. *et al.* Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, RiO Grande do Norte, v. 69, n. 3, p. 179-186, 2020.

SILVA, A. L. F. D. *et al.* Percepção da qualidade de vida e frequência de sintomas de ansiedade em acadêmicos de Fisioterapia. *Revista de Casos e Consultoria*, Teresina Piauí, v. 12, n. 1, p. 1-18, 2021.

SILVA, N. K. G. *et al.* Perfil de ansiedade e automedicação de alunos concluintes de cursos da área da saúde em uma faculdade no alto sertão da Paraíba. *Visão Acadêmica*, Curitiba, v. 22, n. 1, p. 21-32, 2021.

ANEXOS

ANEXO A – Normas da Revista Científica

Revista Escolhida: CADERNOS BRASILEIROS DE SAÚDE MENTAL - BRAZILIAN JOURNAL OF MENTHAL HEALTH

NORMAS

Diretrizes para Autores

CATEGORIAS DE ARTIGOS (SEÇÕES FIXAS)

- Artigos originais: produtos de pesquisa empírica, revisões críticas e sistemáticas, avaliações e análises teórico-metodológicas e contribuições inovadoras para o avanço do conhecimento no campo que não tenham sido apresentados concomitantemente a outro meio de divulgação científica (Entre 10 e 22 laudas. Máximo de 8.000 palavras e 5 ilustrações).
- Ensaio: análises conceituais, avaliações e manifestações sobre temas relativos à área SMAPS em linguagem literária ou artística que tragam novas perspectivas ou interfaces, (8.000 palavras. Máximo 20 laudas).
- Revisões: revisões de literatura – revisões de livros, artigos, teses, etc. (Mínimo 10 laudas. Máximo de 8.000 palavras e 5 ilustrações).
- Relato de experiência profissional ou de serviços: descrições de experiências de campo acadêmicas, técnicas, assistenciais e de extensão (máximo de 8.000 palavras ou 20 laudas, 5 ilustrações).
- Resenhas: Análises críticas de publicações relacionadas ao campo SMAPS. (Entre 10 e 22 laudas. Máximo de 8.000 palavras e 5 ilustrações).
- Fórum: discussões entre diferentes autores articulados entre si, em tema de interesse ou sobre um tema em pauta em um determinado número. (máximo 20 laudas por autor ou total de 8.000 palavras).

- Debate: refere-se a artigo teórico, composto por manuscritos de autores de diferentes instituições, admitindo-se respostas do autor (máximo 4 autores e 4.000 palavras para cada e 5 ilustrações).
- Cartas: Notas curtas, referente a situações emergentes no campo, críticas ou outras manifestações direcionadas à Editoria. (Máximo 05 laudas).
- Experiências vividas - Narrativas em primeira pessoa: Cabem aqui experiências vividas ao longo da vida a partir dos processos adoecimento, cuidado e superação em saúde mental. (Entre 10 e 22 laudas. Máximo de 8.000 palavras e 5 ilustrações).
- Caderno de Arte: Publicações em formato artístico, utilizando recursos poéticos, fotografia e outros materiais visuais. Comentários sobre arte, no que concerne à sua ligação com a saúde mental. (Entre 10 e 22 laudas. Máximo de 6.000 palavras e 8 ilustrações).

NORMAS PARA PUBLICAÇÃO

Adotamos a norma ABNT - NBR 6022/2018 e NBR 6023/2018 para apresentação dos artigos científicos. As normas ABNT para artigo científico podem ser acessadas em [ABNT NBR 6022](#) e para referências estão disponíveis em [ABNT NBR 6023/2018](#)

Os manuscritos devem ser submetidos em arquivo formato “doc” ou “docx”, letra Arial tamanho 12, espaçamento 1,5 entre linhas, com margens de 2,5 cm nas margens superior e inferior e 3.0cm à direita e à esquerda, páginas numeradas no canto inferior direito de cada página. Observação: artigos enviados em outros formatos serão automaticamente rejeitados.

FONTES DE FINANCIAMENTO E CONFLITOS DE INTERESSES:

Os autores devem informar qualquer potencial conflito de interesse, incluindo de natureza política e/ou financeira, associados ou não a patentes ou propriedade, provisão de materiais e/ou insumos e equipamentos utilizados para estudos originais ou para a confecção da pesquisa. Os autores devem declarar fontes de financiamento ou suporte, institucional, público ou privado, bem como fornecedores de materiais ou equipamentos, gratuitos ou com descontos, para a realização da pesquisa. Para estudos realizados sem recursos financeiros institucionais, públicos ou privados, os autores devem declarar que não receberam financiamento para a sua realização.

EXEMPLOS DE CITAÇÕES DE REFERÊNCIAS

a) Livro: FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 15ª ed. São Paulo: Paz e Terra, 2000. p. 36-50.

b) Livro traduzido: ALEXANDER, Franz G.; SELESNICK, Sheldon T. *História da psiquiatria*. Uma avaliação do pensamento e da prática psiquiátrica desde os tempos primitivos até o presente. Trad. Aydano Arruda. São Paulo: IBRASA, 1980.

c) Capítulo em livro: ARAÚJO, Guaracy. Foucault e a prática. In: PASSOS, Izabel Cristina Friche. *Poder, normalização e violência: incursões para a atualidade.*, p. 75-81. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2008 - (Coleção Estudos Foucaultianos).

d) Artigo em periódico: BRANT, Luiz Carlos; MINAYO-GOMEZ, Carlos. Manifestação do sofrimento e Resistência ao adoecimento na gestão do trabalho. *Saúde e Sociedade*, 18 (2): 237-47. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo/Associação Paulista de Saúde Pública, Abr.-Jun. 2009.

e) Dissertações e outros trabalhos de conclusão: ECKERDT, Neusa da Silva. *Sofrimento psíquico da mulher: um estudo com profissionais de saúde do município de Florianópolis*. Dissertação de Mestrado. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, 2009. 70 p.

