



COMPLEXITAS REVISTA DE FILOSOFIA TEMÁTICA - ISSN: 2525-4154  
Ed. 2023, V8, n 01

**MOTIVOS RELACIONADOS À OCORRÊNCIA DE ANSIEDADE EM  
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS**

*Reasons related to the occurrence of anxiety in brazilian university students*  
*Motivos relacionados con la presencia de ansiedad en estudiantes universitarios*  
*brasileños*

42

---

Recebido: 28/08/2023 | Revisado: 30/08/2023 | Aceito: 29/08/2023 | Publicado:  
setembro/2023

Adelma Pimentel Dra. Psicologia Clínica – PUC/SP  
Titular na UFPA/IFCH/PPGP  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0048-4976>  
E-mail: [pimenteladelma@gmail.com](mailto:pimenteladelma@gmail.com)

Andy Regina Conceição da Silva  
Graduanda em Psicologia na UFPA  
Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-3463-8344>  
E-mail: [andyregina15@gmail.com](mailto:andyregina15@gmail.com)

Juliana Cristine de Araújo Soares  
Graduanda em Psicologia na UFPA  
Orcid: 0009-0001-5120-5773  
E-mail: [soarescc13@gmail.com](mailto:soarescc13@gmail.com)

Laíse Rafaelle Tenório  
Graduanda em Psicologia na UFPA  
Orcid: 0009-0005-5620-2052  
E-mail: [laise.fiel@ifch.ufpa.br](mailto:laise.fiel@ifch.ufpa.br)

Lucas Diniz de Diniz  
Graduando em Psicologia na UFPA  
Orcid: <https://orcid.org/0009-0009-2102-8284>  
E-mail: [lucas.diniz@ifch.ufpa.br](mailto:lucas.diniz@ifch.ufpa.br)

Marcos Santana de Oliveira Junior  
Graduanda em Psicologia na UFPA  
Orcid: 0009-0006-4482-4804

**Resumo:** estudo qualitativo exploratório de literatura científica sobre ansiedade em estudantes brasileiros, objetivando identificar fatores relacionados ao desenvolvimento da ansiedade patológica. Os textos foram analisados e agrupados de acordo com análise de conteúdo. Entre os resultados encontramos o enfoque relacional que impacta o self e surge no contexto socioeconômico. Destacamos como agentes que contribuem para a ansiedade: exigência de responsabilidade e autonomia; preocupações com o futuro; não ter tempo para o lazer, ausência de familiares; ser mulher e ser homossexual. Concluímos que o modelo de ensino praticado na universidade causa pressão psicológica pela grande diferença da experiência pedagógica no secundário. Completamos que a Universidade requer promover intervenções que visem o desenvolvimento emocional e cognitivo dos estudantes para que desenvolvam seu método de estudar mais eficiente, lidar melhor com suas dificuldades, e gerar estratégias para lidar com elas, além de organizar o planejamento tempo reservando horas para atividades de lazer e de interação social.

**Palavras-chave:** ansiedade; universidade; estudantes; cuidado.

**Abstract:** exploratory qualitative study of scientific literature on anxiety in Brazilian students, aiming to identify factors related to the development of pathological anxiety. The texts were analyzed and grouped according to content analysis. Among the results we find the relational focus that impacts the self and emerges in the socioeconomic context. We highlight as agents that contribute to anxiety: demand for responsibility and autonomy; worries about the future; not having time for leisure, absence of family members; being a woman and being homosexual. We conclude that the teaching model practiced at the university causes psychological pressure due to the great difference in the pedagogical experience in middle school. Finished that the University needs to promote interventions aimed at the emotional and cognitive development of students so that they develop their method of studying more efficiently, deal better with their difficulties, and generate strategies to deal with them, in addition to organizing time planning by reserving hours for activities leisure and social interaction.

**Keywords:** anxiety; university; students; care.

**Resumen:** estudio cualitativo exploratorio de la literatura científica sobre la ansiedad en estudiantes brasileños, con el objetivo de identificar factores relacionados con el desarrollo de ansiedad patológica. Los textos fueron analizados y agrupados según análisis de contenido. Entre los resultados encontramos el enfoque relacional que impacta en el yo y emerge en el contexto socioeconómico. Destacamos como agentes que contribuyen a la ansiedad: la demanda de responsabilidad y autonomía; preocupaciones por el futuro; falta de tiempo para el ocio, ausencia de familiares; ser mujer y ser homosexual. Concluimos que el modelo de enseñanza practicado en la universidad

provoca presión psicológica debido a la gran diferencia en la experiencia pedagógica en la escuela secundaria. Concluimos que la Universidad necesita promover intervenciones dirigidas al desarrollo emocional y cognitivo de los estudiantes para que desarrollen más eficientemente su método de estudio, afronten mejor sus dificultades y generen estrategias para afrontarlas, además de organizar la planificación del tiempo mediante reservando horas para actividades de ocio e interacción social.

**Palabras clave:** ansiedad; universidad; estudiantes; cuidado.

## Introdução

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) apontam que a quantidade de pessoas em vulnerabilidade emocional tem aumentado em todo o mundo, notadamente em países mais pobres, onde o acesso ao cuidado em saúde mental eficaz e de qualidade é escasso e pouco acessível (OMS, 2022). A organização assinala ainda que, no primeiro ano da Pandemia de COVID-19 os casos de Depressão e Ansiedade aumentaram em 25%, situação extremamente relevante para o Brasil, associado como o país com mais casos de Ansiedade no mundo, com cerca de 18,6 milhões de cidadãos diagnosticados com o transtorno (OMS, 2022).

A ansiedade não necessariamente indica um transtorno por si só, ela é uma resposta natural da pessoa que age para proteger-se de perigos, por meio de estados de alerta e atenção; evitar situações que nos coloquem em risco, geram tensão, medos, inquietação, podendo ultrapassar a fronteira de um comportamento saudável para configurar-se na forma psicopatológica. Nesta conjuntura, a ansiedade conforma-se como um fator adocido na vida da pessoa, implicando em danos à sua vida social, econômica, intelectual e laboral. (DSM-V, 2014).

Com este escopo situamos a importância de realizarmos pesquisas interdisciplinares em saúde mental, bem como de o estado elaborar políticas públicas de prevenção e cuidado baseadas, também na humanização, na clínica ampliada e no território, entre outros aportes. Nossa concepção de saúde e de ansiedade transcende o enfoque biológico, considerando em sua gênese elementos sociais oriundos nos diferentes contextos geográficos ocupados pela população brasileira, sobretudo a economicamente desfavorecida, por ser a mais acometida pela ausência de moradia digna, saneamento, lazer, etc., portanto, o objetivo deste texto é apresentar uma revisão narrativa exploratória sobre ansiedade, apresentando-se produções científicas que retratam a situação de estudantes universitários brasileiros no nível da graduação com relação aos sintomas e índices de ansiedade.

É relevante a composição por focalizar aspectos da vivência de universitários, que, ao adentrar no ensino superior, deparam-se com um mundo acadêmico novo, em que distintas situações os pressionam, devido o modelo de aprendizagem acumulado no ensino secundário. Um impacto no psiquismo dos discentes conexos à conjuntura é precisar se adequar rapidamente, já que, a pedagogia da universidade é baseada em uma forma de ensino, que se caracteriza por uma carga horária maior, muitas informações

sobre modelos de ciência, competição entre colegas, exigência de responsabilidades na vida profissional e pessoal. Outro agente de pressão para estudantes que vivem no interior do estado é o afastamento dos familiares e da sua rede de apoio afetiva. (PAIXÃO et al, 2021).

A escolha do tema da investigação pelos autores congrega a implicação pessoal das e dos pesquisadores em duas circunstâncias: a) integrar o campo de estudos da linha de pesquisa de uma das autoras; b) os demais autores, graduandos em psicologia em uma universidade federal da região Norte, que representam uma parcela da população que se mostra vulnerável ao adoecimento psicológico em todo o mundo. De acordo com Ibrahim et al (2013), os problemas emocionais dos estudantes universitários são ainda maiores do que os da população em geral.

Ao elaborarmos a revisão narrativa de uma produção científica atual acerca dos fatores associados à ansiedade em estudantes universitários, esperamos apresentar visibilidade para a questão, contribuindo à construção de intervenções públicas mais efetivas. Assim, a questão norteadora do levantamento foi: quais fatores estão relacionados ao desenvolvimento da ansiedade patológica em estudantes universitários brasileiros?

## Metodologia

Utilizamos como método a revisão narrativa, uma estratégia de pesquisa qualitativa que possibilita a integração da produção científica de forma ampla, já que pode agregar vários tipos de estudo como pesquisas experimentais e quase-experimentais; o que proporciona a combinação de dados da literatura, garantindo um conhecimento mais profundo do fenômeno estudado (ERCOLE et.al., 2014; SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010). Delimitamos o período de 2015 a 2022 para a busca ativa das fontes secundárias. Os critérios de inclusão foram: selecionar artigos gratuitos, completos, em língua portuguesa, com a temática associada a ansiedade e que utilizaram como amostra estudantes da graduação; os critérios de exclusão foram: artigos pagos, incompletos, em línguas estrangeiras; teses, dissertações, tcc; não envolver participantes universitários como amostra. As bases de dados empregadas foram: Google Acadêmico, Scielo e BVS. Para a busca foram usados os descritores: “ansiedade”, “estudantes”, “estudantes universitários”, “universitários” e “fatores associados”. Ao todo foram selecionados 12 artigos que foram lidos exaustivamente, depois de fichados e analisados utilizando-se uma avaliação crítica dos mesmos e a identificação de categorias sistematizadoras das informações.

Usamos na composição dos resultados o modelo proposto em Bardin (2016), que propõe uma Análise de conteúdo realizada em fases, das quais as fundamentais são: organização da análise, codificação e categorização. Na fase de organização da análise, os pesquisadores avaliaram os achados que mais contribuíram para o estudo da temática ‘fatores associados à ocorrência de ansiedade em estudantes universitários brasileiros’. Por conseguinte, na fase de codificação, foi realizada a leitura dos materiais catalogados para estabelecer unidades que permitissem a descrição das características do conteúdo.

Ao todo, foram enumeradas vinte e três unidades/fatores relacionados à ocorrência de ansiedade.

## Resultados e Discussão

Organizamos os materiais categorizados segundo o agrupamento por enfoque relacional, isto é, se o fator se relaciona ao Self do indivíduo ou ao contexto em que ele está inserido. Dessa forma, demonstramos os achados no quadro a seguir:

**Quadro 1 - Categorias por enfoque relacional**

<b>Relação com o Self</b>	<b>Relação com o Contexto</b>
Ausência de religião	Não ter tempo para o lazer
Idade	Estar em período de provas
Ausência de habilidades sociais	Preocupação com o futuro
Estado civil	Período do curso
Ter sofrido violência psicológica e/ou física na infância	Ter pai falecido
Ter pensamentos suicidas	Morar com os pais
Insatisfação com o curso	Período pandêmico
Não ser heterossexual	Ter baixa renda
Fazer uso de psicotrópicos	TCC
Não fazer atividades físicas	Gênero (Ser mulher)
Usar redes sociais por mais de 3 horas diárias	Procura de ajuda psicológica profissional
Vontade de desistir do curso	

**Fonte: autores. (2022)**

A escolha do enfoque relacional permite a apresentação de alguns fatores relevantes, tais como a importância de considerar tal dimensão no processo de tratamento de pessoas diagnosticadas com ansiedade ou com sintomas que indicam a presença da mesma, bem como subsidiar reflexões do todo e não apenas o profissional de saúde pensar um fator isolado, limitado ao biológico e a medicalização.

Todos os artigos selecionados na literatura referem a ampliação dos problemas emocionais dos estudantes, intrinsecamente ligada a fatores sociais, os quais implicam em dificuldades na vivência universitária, que refere não somente ao “sucesso” acadêmico, mas a todas as atividades e relações que permeiam o período universitário.

Um aspecto destacado foi a incidência do fator “não ter tempo para o lazer”, que reflete nos índices de problemas emocionais. Deste modo, o modelo de pedagogia estimula a massificação do ensino superior, em que a elevação do nível de exigência é um dos fatores que influenciam nas dificuldades na administração do tempo dos universitários. Sobre o gênero, as estudantes foram descritas como sujeitos em sofrimento, coadunado com um percurso histórico das atividades laborais das mulheres relacionado a uma jornada de trabalho dupla ou tripla, devido o cuidado com a manutenção da casa e dos filhos, ainda, no século XXI encontrar-se sob a responsabilidade social que permeia o gênero feminino, no âmbito familiar, quanto no acadêmico. Para Toledo (2005), a gênese da situação social das mulheres advém, da maneira como a sociedade neoliberal representa as mulheres, mantendo a “obrigação” para muitas de conciliar várias condições: a) ser força do trabalho (que enriquece o capital); b) ter uma carreira; c) gerar filhos (mesmo que não queiram são questionadas socialmente); c) manter a estrutura familiar (o que implica em estar submetida a situações de violências intrafamiliar).

Outro indicador presente nos estudos analisados foi a “ausência de religião”; o que gera conflito psíquico para estudantes que são submetidos a pressão social, da sociedade religiosa. Não ter religião pode implicar em perda da rede de apoio em determinadas situações.

Além do desenvolvimento de problemas ansiogênicos, muitas vezes as dificuldades relacionadas às exigências acadêmicas interferem na permanência do curso, no comprometimento com as tarefas de cada atividade curricular, no progresso intelectual e pessoal do universitário e também no incentivo para os estudos e para o desenvolvimento da carreira profissional.

Ao ser introduzido no ensino superior, o estudante irá se deparar com circunstâncias, dificuldades que deverá resolver rotineiramente, relações interpessoais com outros estudantes, professores e gestores, e também o nível de exigência maior e uma possível sobrecarga de tarefas com os quais não estava habituado. Todas as questões descritas recomendam que é necessário à Universidade prover suportes institucionais que proporcionem apoio emocional aos estudantes para orientar a lidar com as demandas que emergiram no contexto universitário. (Kubo & Botomé, 2001; Kienen et al., 2017; Yoshiy & Kienen, 2018).

A Universidade ao promover intervenções que visem o desenvolvimento emocional e cognitivo pode ajudar os estudantes a desenvolver seu método de estudar mais eficiente, e lidar melhor com suas dificuldades, gerar estratégias para lidar com elas, além de organizar o planejamento tempo reservando horas para atividades de lazer e de interação social.

Destacou-se nos textos fatores como baixa renda, elaborar o TCC, idade (quanto mais velho ao concluir o curso, mais dificuldades para entrar no mercado de trabalho),

preocupação com o futuro, período de curso cursado, ausência de habilidades sociais, estado civil, ter pai falecido, morar com os pais, insatisfação com o curso, entre outros. Consideramos que entre os achados identificados não há uma ordem de relevância: maior ou menor entre os mesmos. Todos contribuem para a instalação e manutenção da ansiedade.

### Considerações Finais

O estudo exploratório demonstrou sua relevância e a necessidade em ampliar o volume de materiais no próximo estudo. É importante situar que fatores como o gênero feminino e a ausência de tempo para lazer foram destacadas para compreender a ocorrência de ansiedade. Além disso, evidenciou-se que passar pelo período avaliativo de provas, bem como não ter uma religião, se vinculam ao desenvolvimento de sintomas ansiosos. Por fim, os fatores como a preocupação com o futuro, período do curso e ausência de habilidades sociais também foram encontrados, associando-se com a ansiedade. O conjunto dos identificadores suscita reflexões sobre o contexto universitário e suas demandas relacionadas à saúde mental.

É preciso então que as universidades, em conjunto com a sociedade e os profissionais de saúde, criem estratégias e mecanismos para a prevenção e redução dos índices de ansiedade entre os universitários, ocasionando uma melhora dos efeitos negativos que ela causa nessa população, assim como atuar efetivamente na prevenção dela, evitando o possível desenvolvimento de sintomas ansiosos e proporcionando, mais qualidade de vida para os estudantes.

Ademais, são necessárias intervenções dos gestores das universidades, dos profissionais da área da saúde, focadas nos fatores associados encontrados no estudo, e principalmente na prevenção em saúde mental, garantindo a prática de ações efetivas que promovam integralmente a redução do sofrimento psicológico que os estudantes podem enfrentar no ambiente universitário.

### Referências

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

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. 1ª. ed. São Paulo - SP: Edições 70, 2016. 288 páginas, ISBN 978-85-62938-04-7.

BISINOTO, CYNTHIA; MARINHO-ARAÚJO, C. M. Sucesso acadêmico na educação superior: Contribuições da psicologia escolar. **Revista E-Psi**, v. 4, n. 1, p. 28-46, 2014.

CARDOSO, Mayara Q. et al. **Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina**. *Revista Saúde e Pesquisa*. v. 9, n. 2, pp. 256-262, 2016.

DSM- 5. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ERCOLE, F. F., Melo, L. S. D., & Alcoforado, C. L. G. C. (2014). Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Revista Mineira de Enfermagem**, 18(1), 9-12.

FERNANDES, Márcia A. et al. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 71, pp. 2169-2175. 2018.

IBRAHIM, Ahmed et al. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. **Journal of Psychiatric Research**, Oxford, v. 47, n. 3, pp. 391-400, 2013.

LEÃO, André 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**. v. 42, n. 4, pp. 55-46. 2018.

MAIA, Berta Rodrigues & DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**. Campinas. v. 37, 2020.

MAGALHÃES, B. e SILVA, G. A mulher no trabalho, na família e na universidade. **Revista eletrônica arma da crítica**. Ano 2. Nº 2. Março de 2010.

MEDEIROS, Palloma P; BITTENCOURT, Felipe O. Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. **Revista de Psicologia**, v.10, n. 33, pp. 43-55, 2017.

PAIXÃO, Julya T. et al. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários da área da saúde. **Revista do Conselho Federal de Enfermagem**, v. 12, n. 4, pp. 780-786, 2021.

SAHÃO, Fernanda Torres; KIENEN, Nádia. Adaptação e Saúde Mental do Estudante Universitário: Revisão Sistemática de Literatura. **Psicologia Escolar e Educacional** [online]. 2021, v. 25 [Acessado 29 Setembro 2022]

SILVEIRA, Giovanna E. L. et al. Anxiety and depression symptoms in the academic environment: a cross-sectional study. **Acta Paul Enferm**, v. 35, eAPE00976, Aug. 2022.

SOUZA, M. T. D., SILVA, M. D. D., & CARVALHO, R. D. (2010). **Revisão integrativa: o que é e como fazer**. *Einstein (São Paulo)*, 8, 102-106.



WHO. World Health Organization. **World mental health report: Transforming mental health for all.** Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/978924004933>. Acesso em: 27 de Setembro de 2022.