

**TRANSTORNOS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO  
SISTEMÁTICA NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA DA SAÚDE**

**Rayssa B. Peixoto<sup>1</sup>**

**Renata S. R. Tomaz<sup>2</sup>**

**Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica**

**Nota do Autor**

1. Aluna do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica.
2. Ma. Professora/Orientadora do curso de Psicologia do Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica.

### Resumo

Este trabalho tem como objetivo apresentar de forma recente e abrangente, o conceito dos transtornos de ansiedade aproximando da perspectiva da Psicologia da Saúde e como ela se instaura nesse contexto, apontando definições, implicações, possíveis intervenções e resultados que já foram obtidos e os que podem ser realizados a posteriori. A importância da discussão desse tema se dará ao passo que se percebe grande incidência de distúrbios ansiosos na população e suas implicações biopsicossociais, trazendo a reflexão com base na Psicologia da Saúde. Esta pesquisa trouxe uma perspectiva focal em transtornos de ansiedade, proporcionando a apresentação de teorias a respeito da natureza do tema proposto. Desse modo, tem-se como objetivo identificar os fatores associados à incidência de transtornos de ansiedade na ótica da Psicologia da Saúde e contribuir para o conhecimento contemplando diversos pontos ligados a qualidade de vida dos indivíduos que possuem transtornos ansiosos e como pode ser trabalhada a prevenção da doença e promoção e manutenção da saúde nesse âmbito.

**Palavras- Chave:** transtornos de ansiedade, psicologia da saúde, universitários, qualidade de vida

### **Abstract**

This work aims to present in a recent and comprehensive way, the concept of anxiety disorders approaching the perspective of Health Psychology and how it is established in this context, pointing out definitions, implications, possible interventions and results that have already been obtained and those that can be carried out a posteriori. The importance of discussing this topic will occur while there is a high incidence of anxiety disorders in the population and their biopsychosocial implications, bringing the reflection based on Health Psychology. This research brought a focal perspective on anxiety disorders, providing the presentation of theories about the nature of the proposed theme. Thus, the objective is to identify the factors associated with the incidence of anxiety disorders from the perspective of Health Psychology and contribute to knowledge covering several points related to the quality of life of individuals who have anxiety disorders and how prevention can be worked on. disease and health promotion and maintenance in this area.

**Keyword:** anxiety disorders, health psychology, university students, quality of life

### **Transtornos de Ansiedade: na Perspectiva da Psicologia da Saúde**

Este artigo tem como tema central a ansiedade sobre a perspectiva da Psicologia da Saúde, de acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017) o Brasil é o país mais ansioso do mundo, com percentuais de 9,3% de sua população, Estes são dados alarmantes, visto que os transtornos ansiosos são quadros clínicos que apresentam sintomas primários, ou seja, não advindo de outras condições psiquiátricas, que acarreta interferência na qualidade de vida. Fernandes et al. (2017), consideram em seus estudos que a ansiedade pode gerar problemas e disfuncionalidades em diversos contextos na vida de uma pessoa, como em situações sociais, familiares, interpessoais e profissionais, pode se associar a deficiências financeiras. Por isso, esse trabalho visa responder as seguintes questões:

Existem fatores que se associam com a ocorrência de transtornos ansiosos em universitários? Os transtornos ansiosos podem ser compreendidos como um problema emergente na dimensão saúde e doença do ponto de vista da Psicologia da Saúde?

A práxis na atuação da Psicologia no cenário da saúde se dá a Psicologia da Saúde, que ao decorrer do tempo vem se construindo de acordo com as denominações nos conceitos de saúde e doença. De acordo com os estudos de Baptista e Dias (2012 citado em Freitas & Moretto 2014), no ano de 1948 a concepção de saúde foi mudada e ampliada, passando de ausência de doença para um estado de completo bem-estar biopsicossocial. Ainda sobre os autores, ponderando-se que esse estado de completude seja impossível de ser alcançado, se percebe como doente aquele indivíduo que possui uma ruptura no processo de seu bem-estar. Ainda, observa-se que a saúde não deve ser tomada como ausência de sintomas, na medida em que um indivíduo pode se encontrar enfermo sem demonstrá-los, considerando que o ser humano deve ser avaliado em todos os prismas de sua vida. O novo modo de compreender a saúde surgiu também a partir do maior investimento na assistência à saúde, da menor limitação dos serviços de saúde à comunidade e do aumento da competência crítica nos institutos de saúde.

Desse modo, Ismael (2006) preconiza que a Psicologia tem muito a oferecer na questão da promoção da saúde quando esclarece que

a Psicologia precisa reconhecer seu potencial de contribuição no controle da doença e na promoção da saúde física. A Psicologia é a ciência cujo objeto de estudo inclui a análise, predição e a modificação dos fatores que afetam o comportamento. Dentre as diversas áreas de estudo a Psicologia da Saúde tem sido definida como um agregado de

contribuições específicas das áreas, educacional, científica, profissional e, porque não dizer, institucional. Visa à promoção e à manutenção da saúde física e emocional, a prevenção e o tratamento das doenças e a identificação de correlatos etiológicos e diagnósticos de saúde. Em um sentido mais abrangente pode promover ainda, a análise, formação e melhoria do sistema de saúde (p. 17-18).

Segundo Matarazzo (1980), a Psicologia da Saúde é uma teia de contribuições do cunho educacional, científico e das próprias especificidades da Psicologia, que são utilizadas tanto para a prevenir e tratar doenças, como para promover e manter a saúde, identificar a etiologia e diagnósticos relativos ao contexto saúde e doença e disfunções que se relacionam com o aperfeiçoamento do sistema de saúde e promoção de políticas públicas na esfera da saúde.

Gorayeb (2010) elucida que o trabalho exercido dentro da Psicologia da Saúde não é o mesmo da Psicologia Clínica justaposta a área da saúde. O atendimento aos indivíduos no contexto da Psicologia da Saúde, seja no meio hospitalar, nas unidades básicas de saúde, ambulatórios, e assim por diante, mostram algum problema relacionado à sua saúde física, de diversos arranjos e gravidades, e não precisam ser estritamente ligados ao sofrimento emocional ou apresentados em um distúrbio psicológico. Comumente, se trata de um indivíduo que possui um problema de cunho orgânico ligado ao comportamento ou ao emocional, podendo os problemas orgânicos e/ou aspectos comportamentais ou emocionais serem a causa ou consequência dessa relação.

Mattos (2003 citado em Azevêdo e Crepaldi, 2016), expõe que a Psicologia da Saúde no Brasil está efetivada no princípio da integralidade, com uma conceitualização dinâmica que destaca a interrelação de questões envolvidas no processo de saúde e doença em sua interdisciplinaridade. O intuito crucial da Psicologia da Saúde, segundo Teixeira (2004), é o de compreender as possibilidades, através das intervenções psicológicas, de contribuição para a melhoria do bem-estar dos indivíduos e das comunidades em geral.

Na fala de Spink (2003), a Psicologia da Saúde, nos dias atuais, se encontra ainda em sua primeira fase de desenvolvimento, onde se descobrem vários campos de atuação e de novas esferas de evolução. O autor também diz que, na perspectiva da saúde pública, a Psicologia da Saúde é introduzida através da averiguação de que os fatores do comportamento e da psiquê influenciam no processo de saúde e doença.

A Psicologia da Saúde circunda âmbitos tanto sociais quanto culturais em que a saúde e as doenças ocorrem, visto que os conteúdos e declarações sobre a questão saúde e doença são distintas de acordo com a categoria socioeconômica, gênero, momento histórico e diversidade

cultural (Teixeira, 2004). Acredita-se então que a Psicologia da Saúde deve se concentrar nas causas, nos mediadores e no fruto dos comportamentos do indivíduo e em suas inter-relações, a partir de orientação psicológica e de promoção da saúde (Matos, 2004).

Para Oliveira et al. (2004), as ações devem ser realizadas tal como minimizar fatores de risco para a saúde, como potencializar a prevenção individual e coletiva da doença. Por isso, devem ser trabalhados temas como resiliência, competências pessoais, habilidades interpessoais, exercício da cidadania, com atuações precoces e seletivas, sendo primazia da atuação do psicólogo da saúde.

No estudo de Chaves et al. (2015) observa-se que diferentes estratégias podem ser utilizadas como fontes de apoio para os estudantes ou serem incorporadas ao tratamento de ansiedade, como por exemplo, o envolvimento com atividades recreativas, o aconselhamento individual, sugerindo também, atividades baseadas na religião ou espiritualidade singular do indivíduo.

Segundo Sobrosa, Zappe, Patias, Fiorin e Dias (2014), o trabalho do psicólogo da saúde é multi e interdisciplinar, busca desfazer a concepção cartesiana de corpo-mente, busca tornar os indivíduos mais autônomos, capazes e responsáveis pela sua própria saúde, propiciando a promoção e manutenção da saúde e também na prevenção e combate à doença. Nessa perspectiva, os autores ainda sugerem propostas de trabalho grupal com e na comunidade, com autogestão e exercício total da cidadania, podem ser o ponto crucial do trabalho exercido no campo da Psicologia da Saúde (Sobrosa et al., 2014).

Deste modo, a Psicologia da Saúde não considera que saúde é ausência de doença, assim como segundo Cardozo, Gomes, Fan e Soratto (2016) a ansiedade é encarregada de preparar o indivíduo para momentos de ameaça e situações de risco, ou seja, sentir certo grau de ansiedade pode ser um fator protetivo. Ao mesmo tempo com o medo, eles abrangem fatores de caráter cognitivo, comportamental, afetivos, fisiológico e neurológico que articulam a percepção do indivíduo ao ambiente, acarretando respostas específicas e conduzindo a algum tipo de ação. Porém, ansiedade em excesso pode se configurar como um transtorno de ansiedade, tal como o medo demasiado, se manifestando de maneiras diferentes em cada transtorno, configurando em comportamentos disfuncionais.

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5 (APA, 2014) salienta que os transtornos de ansiedade compreendem transtornos que compartilham

características de medo, ansiedade excessiva e perturbações comportamentais associados. O medo é a resposta emocional a ameaça imediata real ou percebida, enquanto ansiedade é a antecipação de ameaça futura.

Novamente com a fala de Gorayeb (2010), é enfatizada a saúde pública, dentro do contexto em que a Psicologia da Saúde abrange, e também evidencia a importância da promoção da saúde, que não é realizada apenas no meio hospitalar e ambulatorial, mas que pode ser feita em diversos outros contextos, tais como locais de trabalho, lares, escolas, Núcleos de Saúde da Família ou conjuntos habitacionais. Essas são ações que um psicólogo da saúde, sozinho ou com a cooperação de outros profissionais da saúde, executa para melhorar a qualidade de vida não só de uma parcela da população que se encontra saudável, mas pode também melhorar sua condição de existência. O autor ainda ressalta que por ora, é pequena a produção nessa área no Brasil, apesar de ser muito importante, não só pela prevenção de doenças, promoção de qualidade de vida, mas também por levar a uma redução drástica de custos pecuniários no sistema de saúde.

Em relação aos estudos de Marchi, Bárbaro, Miasso e Tirapelli (2013), o meio universitário é transpassado de episódios desgastantes que podem influenciar ou suscitar a evolução da ansiedade, em virtude que o cotidiano viabiliza uma vida sedentária, que se dá como um fator de risco. Nesse âmbito, a percepção da saúde mental dos estudantes universitários se encontra frágil, é indispensável compreender os coeficientes responsáveis por fomentar a ansiedade, com a finalidade de prover mais qualidade na formação dos futuros profissionais.

Os transtornos de ansiedade têm aumentado visivelmente, segundo estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), a ansiedade é o mal do último século, principalmente a relevantes transformações ocorridas no âmbito cultural e econômico, seguido por imposições de uma sociedade moderna tecnológica e cada vez mais competitiva, principalmente entre os jovens que estão em uma fase de transição entre o final da adolescência e o início da vida adulta, que é marcado por mudanças psicossociais importantes das quais o estudante tem que lidar com diversos desafios. Também segundo Costa, Sousa, Formiga e Bezerra (2017), a passagem para a vida acadêmica que os jovens enfrentam e a cobrança excessiva, geram uma série de sintomas e incômodos para esses estudantes, podendo dificultar a realização das suas atividades do cotidiano.

Segundo Costa et al. (2017), a ansiedade é uma complexa mistura de sentimentos, medo, apreensão e preocupação, que pode existir como uma desordem cerebral ou estar ligado a outros problemas médicos incluindo transtornos psiquiátricos. Apesar de ser um problema universal vivenciado por todo indivíduo, imensas vezes ao longo da vida ainda não possui uma definição certa. Desta maneira, fica evidente que a ansiedade pode acometer as pessoas em diversos momentos de suas vidas, assim como não apresenta diferença significativa entre homens e mulheres. Mas é possível identificar que alguns passos em nossas vidas geram sobrecarga, como a entrada e permanência em uma faculdade, seja pela sobrecarga de atividades curriculares e extra curriculares, ou pelo estresse da escolha profissional e da expectativa que familiares depositam, entre outros.

De acordo com a pesquisa realizada por Medeiros e Bittencourt (2017) foi posto em evidência à prevalência da ansiedade em universitários, num nível bastante alto, em especial as do sexo feminino que tiveram maior destaque em relação às do sexo masculino. Um provável fator que comprova esse fato se dá pelo que se vive em uma sociedade onde a mulher ainda tem que vencer maiores obstáculos para ingressar em uma carreira em que consiga maior independência social e econômica, enfrentando mais conflitos que os homens e por isso tendem a reagir com maior grau de ansiedade em condições de pressão psicológica.

Para Lantyer et al. (2016) a ansiedade experimentada em determinados níveis, é propulsora do desempenho, porém quando em intensidade excessiva deixa de ser um fator de proteção e passa a prejudicar o indivíduo e sua qualidade de vida. Também em seus estudos, foi evidenciado que a intervenção psicológica com ações de prevenção e promoção da saúde reduziu significativamente a ansiedade e, a saúde mental dos participantes. Estes dados reafirmam a importância do desenvolvimento de programas de intervenção psicoterápica na universidade.

Pela fala de Braga et al. (2010), também é considerado que a ansiedade normal se manifesta posta a respostas adaptativas do organismo, sendo o que impulsiona o desempenho e se caracteriza como sendo patológica quando a intensidade ou frequência não equivalem aos motivos que a provocam, ou se não há motivo aparente. E Andrade e Gorestein (1998) dizem que a começar do momento em que a ansiedade desencadeia sofrimento e danos em relação ao comportamento de fuga e esquiva de episódios importantes da vida acadêmica, social e profissional do indivíduo a patologia é definida.



Ferreira et al. (2009) relata em seus estudos que no ingresso em uma instituição de ensino superior, comumente, é um período de transformações maturacionais diversas na vida dessas pessoas, que advêm da passagem da adolescência para a fase adulta, fazendo com que os jovens tenham mais contato com período de crises, pela adaptação quase que obrigatória neste novo papel social. Para Sgariboldi, Puggina e Silva (2011) o contexto acadêmico, os estudantes são sujeitos ao estresse em grande potencial, em razão de longos períodos de estudo e cobranças, tanto pessoais como de professores e familiares.

Poucos estudos abordam a ansiedade em universitários ou como ela está presente na busca profissional, alguns estudiosos como Levitan et al. (2011), trazem dados relevantes em seus estudos, por conta da baixa procura por tratamento decorrente de diagnósticos advindos de Transtornos de Ansiedade, se perdem oportunidades de desenvolvimento na vida pessoal e profissional, ampliando a autoavaliação negativa e se afastando de exercer o seu papel dentro da sociedade. Deste modo, o autor afirma a grande importância dos profissionais da saúde em encaminhar e/ou orientar essas pessoas para o tratamento mais adequado, e que o adoecimento pode impactar na vida funcional das pessoas.

Nesta perspectiva, a partir da análise e discussão teórica, este estudo tem como objetivo identificar fatores associados à ocorrência de ansiedade em universitários e compreender se, a partir do ponto de vista da Psicologia da Saúde, os transtornos ansiosos são um problema emergente na dimensão saúde e doença a partir de uma revisão sistemática da literatura. Assim como orientar pesquisas futuras sobre essa temática, que se faz relevante devido aos altos índices de ansiedade patológica no mundo, principalmente no Brasil (OMS, 2017).

## Método

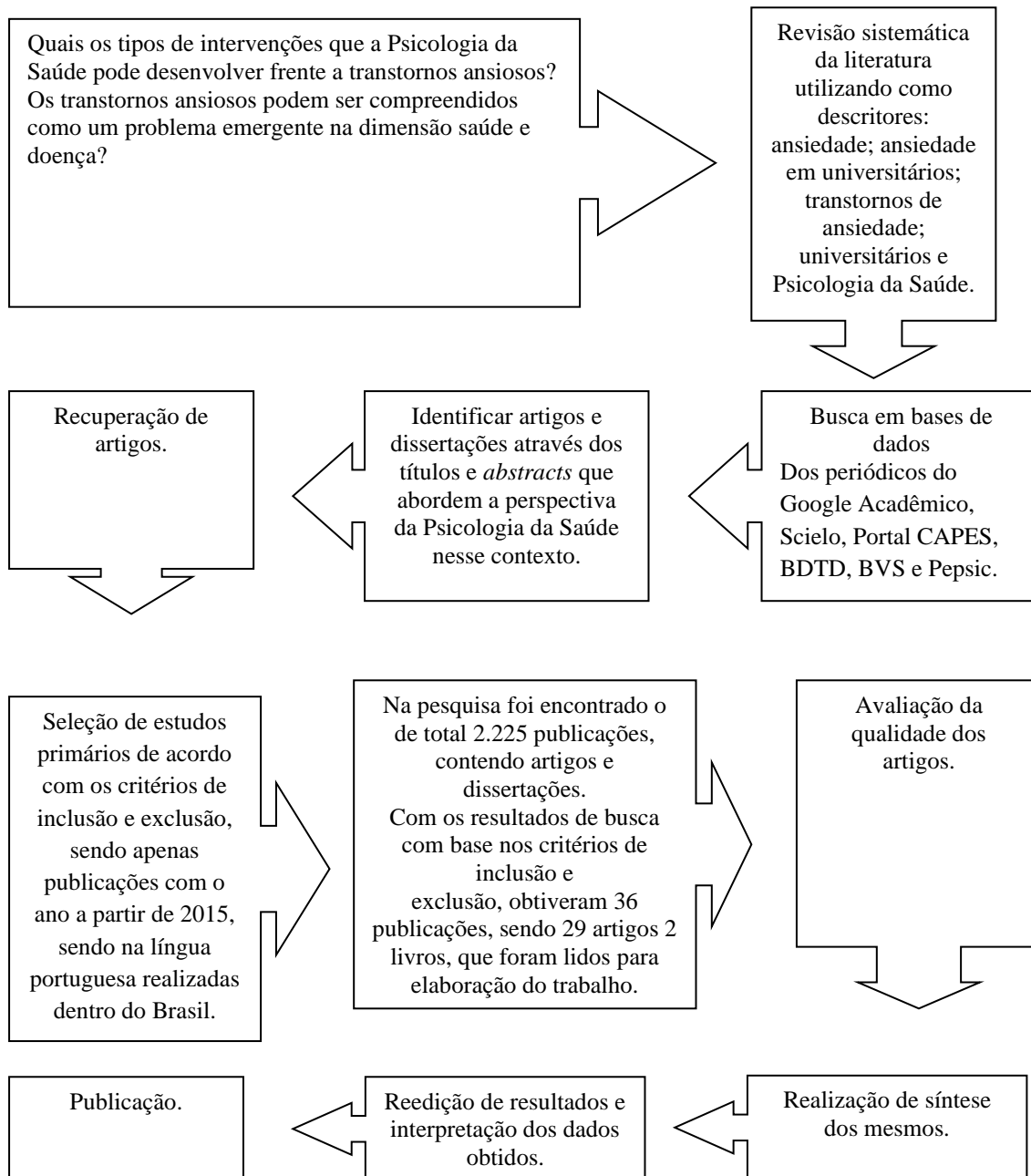
Para alcançar o objetivo desta pesquisa, foi realizada uma revisão sistemática na literatura para a contribuição de estudos e orientação para pesquisas futuras sobre essa temática. Segundo Linde e Willich (2003) a revisão sistemática é um tipo de pesquisa que utiliza como fonte de dados a literatura disponível sobre um tema determinado. Esse modelo de investigação oferece um resumo das evidências relativas a uma estratégia de intervenção específica, frente à aplicação de procedimentos diretos e um modelo de busca sistematizada, com avaliação crítica e síntese da informação escolhida. Ela também é singularmente importante para compor as informações de uma teia de estudos produzidos separadamente sobre alguma terapêutica/intervenção específica, que podem apresentar resultados idênticos e/ou conflitantes, tal como indicar temas que carecem de evidência, contribuindo na orientação de futuras investigações.

De acordo com Cook, Mulrow e Haynes (1997), esse mecanismo envolve a utilização de estratégias científicas, a fim de limitar vieses, reúne, avalia criticamente e sintetiza todos os estudos relevantes referentes a pergunta clínica específica; para mais, promove a atualização dos profissionais de saúde dentro do amplo conhecimento e colabora na explicação das diferenças entre estudos com a mesma demanda clínica. Conforme Cordeiro, Oliveira, Rentería e Guimarães (2007), uma revisão sistemática de qualidade é baseada na formulação apropriada de uma pergunta, pois define quais serão as estratégias adotadas para identificar os estudos que serão incluídos e quais serão os dados que necessitam ser coletados de cada estudo.

Para este estudo foram selecionados artigos e dissertações disponíveis nas bases de dados dos periódicos do Google Acadêmico, Scielo, Portal CAPES, BDTD, BVS e Pepsic que abordaram os transtornos de ansiedade e a perspectiva da Psicologia da Saúde nesse contexto.

Foram utilizados como descritores os termos “ansiedade”, “transtornos de ansiedade”, “universitários”, “ansiedade em universitários” e “Psicologia da Saúde”, pois com esses termos foi possível compreender acerca da prevalência de transtornos de ansiedade em universitários e de como é abordada pela Psicologia da Saúde. Na pesquisa foi encontrado o de total 2.225 publicações, contendo artigos e dissertações. Com os resultados de busca com base nos critérios de inclusão e exclusão, obtiveram 36 publicações, sendo 29 artigos 2 livros, que foram lidos para elaboração do trabalho. Como critérios de exclusão, foram definidos artigos anteriores a

2006 e trabalhos que abordavam populações diferentes fora do Brasil. Na inclusão, são eles: ano de publicação, (artigos publicados entre 2006 e 2020) e idioma de publicação português.



A seguir, representa-se o quadro de artigos encontrados e que cumpriram os critérios de inclusão e exclusão e que foram usados neste trabalho.

<b>QUADRO DE ARTIGOS ENCONTRADOS</b>			
<b>Autor</b>	<b>Ano</b>	<b>Título</b>	<b>Título do Periódico</b>
Andrade, L. H. S. G. e Gorestein, C.	1998	Aspéctos gerais das escalas de avaliação de ansiedade.	Revista Psiquiatria Clínica
Azevêdo, A. V. S. e Crepaldi, M. A.	2016	Psicologia em um hospital geral: aspectos históricos, conceituais e práticos.	Estudos de Psicologia
Braga, J. E. F., Pordeus, L. C., Silva, A. T. M. C., Pimenta, F. C. F., Diniz, M. F. F. M. & Almeida, R. N.	2010	Ansiedade patológica: bases neurais e avanços na abordagem psicofarmacológica.	Revista Brasileira de Ciências da Saúde
Cardozo, M. Q., Gomes, K. M., Fan, L. G. & Soratto, M. T.	2016	Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina.	Revista Saúde e Pesquisa
Chaves, Erika de Cássia Lopes, Iunes, Denise Hollanda, Moura, Caroline de Castro, Carvalho, Leonardo César, Silva, Andréia Maria	2015	Ansiedade e espiritualidade em universitários: um estudo transversal.	Revista Brasileira de Enfermagem

e Carvalho, Emília Campos de			
Cordeiro, A. M., Oliveira, G. M., Rentería, J. M., & Guimarães, C. A.	2007	Revisão sistemática: uma revisão narrativa.	Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões
Costa, K. M. V., Sousa, K. R. S., Formiga, P. A. & Bezerra, E. B. N.	2017	Ansiedade em universitários na área da saúde.	Revista Conbrasis
Feitosa, Helvécio Neves, Ricou, Miguel, Rego, Sérgio, & Nunes, Rui Nunes.	2011	A saúde mental das crianças e dos adolescentes: considerações epidemiológicas, assistenciais e bioéticas.	Revista Bioética
Fernandes, Márcia Astrês, Ribeiro, Hellany Karolliny Pinho, Santos, José Diego Marques, Monteiro, Claudete Ferreira de Souza, Costa, Rosana dos Santos, & Soares, Ricardo Felipe Silva	2018	Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores.	Revista Brasileira de Enfermagem
Ferreira, C. L., Almondes, K. M., Braga, L. P., Mata,	2009	Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e	Ciência & Saúde Coletiva

Á. N. S., Lemos, C. A., & Maia, E. M. C.		estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico.	
Freitas, C. R., & Moretto, C. C.	2014	Psicologia da saúde: o acolhimento humanizado na sala de observação de uma unidade pré-hospitalar.	Revista da SPAGESP
Gorayeb, R.	2010	Psicologia da saúde no Brasil.	Psicologia: Teoria e Pesquisa
Germain, F., & Marcotte, D.	2016	Sintomas de depressão e ansiedade na transição do ensino secundário ao ensino médio: evolução e fatores influentes.	Adolescência e Saúde
Grolli, Verônica, Wagner, Marcia Fortes, & Dalbosco, Simone Nenê Portela	2017	Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio.	Revista de Psicologia da IMED
Lantyer, A. S., Varanda, C. C., Souza, F. G., Padovani, R. C. & Viana, M. B.	2016	Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção.	Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva

<p>Levitan, M. N., Chagas, M. H. N., Crippa, J. A. S., Manfro, G. G., Hetem, L. A. B., Andrada, N. C., Salum, G. A., Isolan, L., Ferrari, M. C. F., &amp; Nardi, A. E.</p>	<p>2011</p>	<p>Diretrizes da Associação Médica Brasileira para o tratamento do transtorno de ansiedade social.</p>	<p>Brazilian Journal of Psychiatry</p>
<p>Maltoni, Juliana, Palma, Priscila de Camargo e Neufeld, Carmen Beatriz.</p>	<p>2019</p>	<p>Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros.</p>	<p>Revista Psico de Porto Alegre</p>
<p>Marchi, K. C., Bárbaro, A. M., Miasso, A. I., &amp; Tirapelli, C. R.</p>	<p>2013</p>	<p>Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública.</p>	<p>Revista Eletrônica de Enfermagem</p>
<p>Matarazzo, J D.</p>	<p>1980</p>	<p>Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new Health Psychology.</p>	<p>American Psychologist</p>
<p>Matos, M. G.</p>	<p>2004</p>	<p>Psicologia da Saúde, saúde pública e saúde internacional.</p>	<p>Análise Psicológica</p>
<p>Medeiros, P. P.; Bittencourt, F. O.</p>	<p>2017</p>	<p>Fatores Associados à Ansiedade em</p>	<p>Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia</p>

		Estudantes de uma Faculdade Particular.	
Oliveira, I. F., Dantas, C. M. B., Costa, A. L. F., Silva, F. L., Alverga, A. R., Carvalho, D. B., & Yamamoto, O. H.	2004	O psicólogo nas unidades básicas de saúde: formação acadêmica e prática profissional.	Interações
Serra, Rosana Denobile, Dinato, Sandra Lopes Mattos & Caseiro, Marcos Montani.	2015	Prevalência de sintomas depressivos e de ansiedade em estudantes de medicina da cidade de Santos.	Jornal Brasileiro de Psiquiatria
Sgariboldi, A. R., Puggina, A. C. G., & Silva, M. J. P.	2011	Análise da percepção dos professores em relação aos sentimentos dos alunos em sala de aula.	Revista da Escola de Enfermagem da USP
Sobrosa, G. M. R., Zappe, J. G., Patias, N. D., Fiorin, P. C. & Dias, A. C. G.	2014	O Desenvolvimento da Psicologia da Saúde a Partir da Construção da Saúde Pública no Brasil.	Revista de Psicologia da IMED
Soares, Adriana Benevides e Martins, Janaína Siqueira Rodrigues	2010	Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular.	Paidéia



Teixeira, J. A. C.	2004	Psicologia da Saúde.	Análise Psicológica
Tabalipa, Fábio de Oliveira, Souza, Mariana Fuganti, Pfüetzenreuter, Gláucia, Lima, Vinícius Carriero, Traebert, Eliane e Traebert, Jefferson.	2015	Prevalência de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina.	Revista Brasileira de Educação Médica
Vizzotto, Marília Martins, Jesus, Saul Neves de, & Martins, Alda Calé.	2017	Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários.	Revista Psicologia e Saúde

Quadro 1: Publicações incluídas na revisão.

## **Resultados**

### **Ansiedade e Psicologia da Saúde**

Dos estudos encontrados, ansiedade é um sentimento que está ligado a antecipação do perigo iminente ou futuro. Sendo traduzido em uma reação emocional de luta e fuga, podendo levar a comportamentos de evitação APA (2014). Essa patologia influencia no funcionamento de todo o corpo, podendo desencadear outras doenças e prejudicar a saúde dos indivíduos. Clark e Beck (2012 como citado em Grolli, Wagner e Dalbosco, 2017) as emoções tais como medo e ansiedade se dão como normais e importantes para a sobrevivência humana, mas se forem de forma intensa, podem ser manifestadas de modo disfuncional, podendo dificultar as tarefas desempenhadas no dia a dia por um indivíduo por diferentes maneiras, podendo se configurar e ser identificado como problema de saúde mental passível de tratamento. Ainda, Grolli et al. (2017), a saúde mental do adolescente abrange uma relevância importante para a Psicologia, sendo um período propenso a sintomas ansiosos e depressivos através da vulnerabilidade emocional do indivíduo durante esse processo, podendo ocorrer sintomas relacionados a ansiedade e depressão.

Foram encontrados nos estudos de Soares e Martins (2010) que a ansiedade se dá por um fenômeno que se associa a alguns fatores biopsicossociais, podendo afetar de diferentes maneiras cada indivíduo. Desta maneira, se podem encontrar diferenças nos sintomas de acordo com o gênero ou a faixa etária. A partir disso, podemos citar a investigação realizada por Germain e Marcotte (2016), feita com alunos do ensino médio no qual foram identificados sintomas depressivos e ansiosos ao longo desse período escolar de três anos, onde aponta que as meninas apresentam mais desses sintomas do que os meninos, e também uma percepção menos positiva em relação às redes de apoio e identidade vocacional menos delineada.

### **Ansiedade em Acadêmicos Universitários**

Em artigos que abordam sobre a ansiedade em universitários, encontra-se a depressão e ansiedade como algo que afeta a vida profissional e pessoal dos estudantes, citando déficits em relacionamentos interpessoais, uso excessivo de drogas, mal desempenho acadêmico, perda significativa da empatia e diminuição da saúde física e mental (Tabalipa et al., 2015).

Em relação ao trabalho realizado por Serra, Dinato e Caseiro (2015) é destacada a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em estudantes de Medicina sendo

eventualmente ligada a fatores estressantes intrínseco à formação do estudante universitário, relacionada a características psicodinâmicas. Os autores debatem que a rotina e os conteúdos administrados pelo curso de medicina pode gerar ansiedade, estresse, depressão o que corrobora com o objetivo deste estudo.

No que diz respeito aos estudos realizados por Germain e Mascotte (2016), sintomas ansiosos e depressivos em estudantes do ensino médio mostram maior prevalência no sexo feminino. Podendo ser um fator que confirme a presença desses sintomas na vida universitária, como já citado na pesquisa realizada por Chaves et al. (2015), mostrou diferenças significativas em relação aos níveis de ansiedade, sendo que o sexo feminino apresenta maiores números quanto ao sexo masculino. Fonseca e Perrin; Petersen (2011;2011 como citado em Grolli, Wagner & Dalbosco 2017) apontam que sintomas ansiosos provenientes da adolescência de um indivíduo, dentre eles os transtornos ansiosos, podem se associar a outras psicopatologias na vida adulta, inclusive no período dedicado ao estudo universitário.

Segundo o Institute of Medicine and National Research Council (2015 como citado no estudo de Maltoni, Palma e Neufeld 2019), as situações advindas da vida adulta interferem, a curto e longo prazo, em todo o percurso de inserção do indivíduo na sociedade como contribuinte na economia. Ainda sobre as mesmas autoras, encontram-se apontamentos que confirmam a ideia anterior, no que diz respeito às perdas causadas pelo sofrimento psíquico e transtornos associados que podem causar impactos tanto no meio acadêmico quanto na vida social desses indivíduos. Fica evidente que a pressão para ocupar um lugar no mercado de trabalho e obter retorno financeiro são eventos que influenciam no desenvolvimento de ansiedade, não podendo afirmar que são causadores, porém podem desencadear sintomas de ansiogênicos.

Apoiando-se na pesquisa feita por Vizzotto, Jesus e Martins (2017), os universitários do sexo masculino apresentam mais indicativos depressores do que do sexo feminino e referente a *stress* e ansiedade, não houveram diferenças significativas. Os autores também destacam que estudantes que continuavam na casa de seus pais durante os estudos, geriram melhor o tempo, levavam uma melhor saúde física, menores índices de ansiedade e mantinham relações sociais razoáveis em detrimento a estudantes que moravam sozinhos, com amigos ou em moradias compartilhadas por universitários.

### Considerações Finais

Esse artigo se propôs a contribuir para os estudos associados a aspectos ansiosos em estudantes universitários. Os estudos utilizados concedem a construção de hipóteses que se fazem reais na vida de um estudante universitário, com um resultado significativo em sintomas ansiosos e até depressivos.

De acordo com os resultados obtidos, se faz importante à atenção a saúde mental do universitário, sendo um momento propenso a sintomas ansiosos. Dessa forma, é indispensável à criação de intervenções para a prevenção de doenças e promoção de saúde no ambiente estudantil, a partir da investigação de fatores desencadeantes, contribuindo para que o indivíduo se insira na vida adulta com mais qualidade de vida.

Outra forma a ser trabalhada pode ser a criação de espaços de fala em que o estudante possa ser amparado por um profissional da Psicologia, mesmo dentro do ambiente universitário. Priorizando situações que preconizem maior atenção e realizando o encaminhamento para setores responsáveis para o cuidado desses estudantes, se necessário.

Uma provável limitação na construção desse artigo pôde ter sido a escassez de estudos relacionados puramente a sintomas ansiosos em estudante universitários, a maioria dos estudos aborda universitários do curso de medicina. Propõe-se o seguimento no estudo de uma porção de amostragem mais abrangente nas novas pesquisas a serem realizadas e ações a serem realizadas nesta área, devolvendo um trabalho com coleta de dados concentradas nomeio acadêmico, contanto que colabore com estudos relacionados ao tema.

## Referências

- American Psychiatric Association: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais- DSM-5 (5.ed.). Porto Alegre: Artmed, 2014.
- Andrade, L. H. S. G. e Gorestein, C. (1998). Aspéctos gerais das escalas de avaliação de ansiedade. *RevPsiqClin*; v25(6):93-100.
- Azevêdo, A. V. S. e Crepaldi, M. A. (2016). Psicologia em um hospital geral: aspectos históricos, conceituais e práticos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 33 (4), 573-585. Recuperado em 05 de dezembro de 2019 de, <https://dx.doi.org/10.1590/1982-02752016000400002>
- Braga, J. E. F., Pordeus, L. C., Silva, A. T. M. C., Pimenta, F. C. F., Diniz, M. F. F. M. & Almeida, R. N. (2010). Ansiedade patológica: bades neurais e avanços na abordagem psicofarmacológica. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*; v14(2):93-100. Recuperado em 4 de dezembro de 2019 de, <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/article/view/8207/5320>.
- Cardozo, M. Q., Gomes, K. M., Fan, L. G. & Soratto, M. T. (2016) Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina. *Revista Saúde e Pesquisa*, v. 9, n. 2, maio/ago. Maringá-PR. Recuperado em 7 de novembro de 2019, de <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/02/832019/6.pdf>.
- Chaves, Erika de Cássia Lopes, Iunes, Denise Hollanda, Moura, Caroline de Castro, Carvalho, Leonardo César, Silva, Andréia Maria e Carvalho, Emília Campos de. (2015). Ansiedade e espiritualidade em universitários: um estudo transversal. *Revista Brasileira de Enfermagem* , 68 (3), 504-509. Recuperado em 01 de novembro de 2019 de, <https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>
- Cordeiro, A. M., Oliveira, G. M., Rentería, J. M., & Guimarães, C. A. (2007). Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões*, 34(6), 428-431. Recuperado em 09 de dezembro de 2019 de, <https://dx.doi.org/10.1590/S0100-69912007000600012>.
- Cook D.J., Mulrow C. D. e Haynes R.B.(1997). Systematic reviews: synthesis of best evidence for clinical decisions. *Annals of Internal Medicine*; v1 126(1):376-80.
- Costa, K. M. V., Sousa, K. R. S., Formiga, P. A. & Bezerra, E. B. N. (2017). Ansiedade em universitários na área da saúde. Editora Realize, *Revista Conbrasis* (2017). Recuperado em 15 de novembro de 2019, de [http://editorarealize.com.br/revistas/conbrasis/trabalhos/TRABALHO\\_EV071\\_MD1\\_SA13\\_ID592\\_14052017235618.pdf](http://editorarealize.com.br/revistas/conbrasis/trabalhos/TRABALHO_EV071_MD1_SA13_ID592_14052017235618.pdf).
- Feitosa, Helvécio Neves, Ricou, Miguel, Rego, Sérgio, & Nunes, Rui Nunes. (2011). A saúde mental das crianças e dos adolescentes: considerações epidemiológicas, assistenciais e bioéticas. *Revista Bioética*, 19, 259-275. Recuperado em 19 de maio de 2020 de, [file:///C:/Users/pc/Downloads/521-1915-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/pc/Downloads/521-1915-1-PB%20(1).pdf).
- Fernandes, Márcia Astrês, Ribeiro, Hellany Karolliny Pinho, Santos, José Diego Marques, Monteiro, Claudete Ferreira de Souza, Costa, Rosana dos Santos, & Soares, Ricardo Felipe Silva. (2018). Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de

- afastamento de trabalhadores. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(Suppl. 5), 2213-2220. Recuperado em 19 de maio de 2020, de <https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0953>
- Ferreira, C. L., Almondes, K. M., Braga, L. P., Mata, Á. N. S., Lemos, C. A., & Maia, E. M. C. (2009). Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14(3), 973-981. Recuperado em 05 de dezembro de 2019 de, <https://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232009000300033>
- Freitas, C. R., & Moretto, C. C. (2014). Psicologia da saúde: o acolhimento humanizado na sala de observação de uma unidade pré-hospitalar. *Revista da SPAGESP*, 15(2), 77-93. Recuperado em 22 de novembro de 2019, de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702014000200007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702014000200007&lng=pt&tlng=pt).
- Gorayeb, R. (2010). Psicologia da saúde no Brasil. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26 (spe), 115-122. Recuperado em 18 de novembro de 2019, de <https://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722010000500010>
- Germain, F., & Marcotte, D. (2016). Sintomas de depressão e ansiedade na transição do ensino secundário ao ensino médio: evolução e fatores influentes. *Adolescência e Saúde*, 13, 19-28. Recuperado em 26 de março de 2020 de, <https://s3-sa-east-1.amazonaws.com/publisher.gn1.com.br/adolescenciaesaude.com/pdf/v13n1a03.pdf>.
- Grolli, Verônica, Wagner, Marcia Fortes, & Dalbosco, Simone Nenê Portela. (2017). Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. *Revista de Psicologia da IMED*, 9(1), 87-103. <https://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2017.v9i1.2123>
- Ismael, S. C. (Org.) (2006). A prática psicológica e sua interface com as doenças. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Lantyer, A. S., Varanda, C. C., Souza, F. G., Padovani, R. C. & Viana, M. B. (2016). Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2). São Paulo – SP. Recuperado em 01 de dezembro de 2019 de, <file:///C:/Users/pc/Downloads/880-Texto%20do%20artigo-3534-1-10-20161124.pdf>.
- Levitan, M. N., Chagas, M. H. N., Crippa, J. A. S., Manfro, G. G., Hetem, L. A. B., Andrada, N. C., Salum, G. A., Isolan, L., Ferrari, M. C. F., & Nardi, A. E. (2011). Diretrizes da Associação Médica Brasileira para o tratamento do transtorno de ansiedade social. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 33(3), 292-302. Recuperado em 05 de novembro de 2019 de, <https://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462011000300014>
- Linde K. e Willich S.N. (2003) How objective are systematic reviews? Differences between reviews on complementary medicine. *Journal of the Royal Society of Medicine*; vl 96:17-22. Recuperado em 09 de dezembro de 2019 de, <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/014107680309600105>.
- Maltoni, Juliana, Palma, Priscila de Camargo e Neufeld, Carmen Beatriz. (2019). Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. *Revista Psico de Porto Alegre*,

2019;50(1):e29213. Recuperado em 20 de maio de 2020 de, <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2019.1.29213>.

- Marchi, K. C., Bárbaro, A. M., Miasso, A. I., & Tirapelli, C. R. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública (2013). *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 15(3), 729- 37. Ribeirão Preto. Recuperado em 21 de novembro de 2019 de, <https://www.fen.ufg.br/revista/v15/n3/pdf/v15n3a15.pdf>.
- Matarazzo, J D. (1980). Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new Health Psychology. *American Psychologist*, 35(9): 807-817.
- Matos, M. G. (2004). Psicologia da Saúde, saúde pública e saúde internacional. *Análise Psicológica*, 22(3), 449-462. Recuperado em 09 de dezembro de 2019, de [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312004000300003&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312004000300003&lng=pt&tlng=pt).
- Medeiros, P. P.; Bittencourt, F. O. Fatores Associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. (2017). Id on Line *Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, vol.10, n.33, p.43-55. ISSN:1981-1179. Recuperado em 31 de novembro de 2019 de, <file:///C:/Users/pc/Downloads/594-1852-1-PB.pdf>.
- Oliveira, I. F., Dantas, C. M. B., Costa, A. L. F., Silva, F. L., Alverga, A. R., Carvalho, D. B., & Yamamoto, O. H. (2004). O psicólogo nas unidades básicas de saúde: formação acadêmica e prática profissional. *Interações*, IX (17), 71-89. Recuperado em 08 de dezembro de 2019 de, [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-29072004000100005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-29072004000100005).
- Organização Mundial da Saúde. OMS. Recuperado em 22 de novembro de 2019, de <https://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/>.
- Serra, Rosana Denobile, Dinato, Sandra Lopes Mattos e & Caseiro, Marcos Montani. (2015). Prevalência de sintomas depressivos e de ansiedade em estudantes de medicina da cidade de Santos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 64 (3), 213-220. Recuperado em 15 de maio de 2020, de <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000081>.
- Sgariboldi, A. R., Puggina, A. C. G., & Silva, M. J. P. (2011). Análise da percepção dos professores em relação aos sentimentos dos alunos em sala de aula. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 45(5), 1206-1212. Recuperado em 03 de dezembro de 2019 de, <https://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000500025>.
- Sobrosa, G. M. R., Zappe, J. G., Patias, N. D., Fiorin, P. C. & Dias, A. C. G. (2014). O Desenvolvimento da Psicologia da Saúde a Partir da Construção da Saúde Pública no Brasil. *Revista de Psicologia da IMED*; v. 6, n. 1, p. 4-9. ISSN 2175-5027. Recuperado em 07 de dezembro de 2019 de, <file:///C:/Users/pc/Downloads/Dialnet-TheDevelopmentOfHealthPsychologyFromTheConstructio-5154967.pdf>.

- Soares, Adriana Benevides e Martins, Janaína Siqueira Rodrigues. (2010). Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 20 (45), 57-62. <https://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2010000100008>. Recuperado em 15 de Abril de 2020 de, <https://www.scielo.br/pdf/paideia/v20n45/a08v20n45.pdf>.
- Spink, M. J. P. (2003). *Psicologia Social e Saúde: práticas, saberes e sentidos*. Petrópolis - RJ: Vozes.
- Teixeira, J. A. C. (2004). *Psicologia da Saúde. Análise Psicológica*, 22 (3), 441-448. Recuperado em 09 de dezembro de 2019, de [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312004000300002&lng=en&tlng=en](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312004000300002&lng=en&tlng=en).
- Tabalipa, Fábio de Oliveira, Souza, Mariana Fuganti, Pfützenreuter, Gláucia, Lima, Vinícius Carriero, Traebert, Eliane e Traebert, Jefferson. (2015). Prevalência de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39 (3), 388-394. Recuperado em 8 de março de 2020, de <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n3e02662014>
- Vizzotto, Marília Martins, Jesus, Saul Neves de, & Martins, Alda Calé. (2017). Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, 9(1), 59-73. Recuperado em 21 de maio de 2020 de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2177-093X2017000100004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2177-093X2017000100004&lng=pt&nrm=iso).