

## PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS NOS PRIMEIROS E ÚLTIMOS ANOS DA GRADUAÇÃO DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE UMA IES DA CIDADE DE TERESINA-PI

Alan pereira da Silva<sup>1</sup>, David Craveiro Lopes<sup>1</sup>, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho<sup>2</sup>

### RESUMO

**Introdução:** Com o ingresso na universidade os acadêmicos se deparam com várias exigências repletas de situações desgastantes como: excesso de atividades, falta de tempo, apreensão com o mercado de trabalho e excesso de informação são fatores cruciais para o desenvolvimento do transtorno. **Objetivo:** Verificar a prevalência dos transtornos de ansiedade em estudantes universitários dos primeiros e últimos anos da graduação do curso de Educação Física de uma IES da cidade de Teresina-PI. **Materiais e Métodos:** A amostra foi composta por 140 sujeitos sendo 70 do sexo feminino e masculino ingressante e 70 do sexo feminino e masculino concluintes. O instrumento utilizado para coleta de dados foi o inventário de ansiedade de Beck (BDI). A análise dos dados foi executada por meios dos softwares Perfect Statistics Professionally Presented (PSPP) e o R (versão 3.6.1). **Resultados:** No geral houve prevalência de ansiedade grave (65%). Tanto as mulheres quanto os homens apresentaram níveis de ansiedade grave (81.3%) e (48.57%), no sexo feminino tanto as ingressantes quanto as concluintes estão com perfis graves (71.14%) e (85.71%) respectivamente, porém, no sexo masculino os ingressantes estão moderadamente ansiosos (65.71%), enquanto, os concluintes estão gravemente ansiosos (68.57%). **Conclusão:** Houve prevalência de ansiedade em níveis graves tanto nas ingressantes quanto nas concluintes, porém no masculino somente os concluintes estavam gravemente ansiosos.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Educação Física. Universitários.

1 - Bacharel em Educação Física, Teresina, Piauí, Brasil.

2 - Doutora em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília-UCB; professora do Centro Universitário Santo Agostinho-UNIFSA, Teresina, Piauí, Brasil.

### ABSTRACT

Prevalence of anxiety disorders in university students in the first and last years of the undergraduate physical education course of a HEI in the city of Teresina-PI

**Introduction:** Upon entering university, students are faced with several demanding requirements full of exhausting situations such as: excess of activities, lack of time, apprehension about the job market and excess of information become crucial factors for the development of the disorder. **Objective:** To verify the prevalence of anxiety disorders in university students in the first and last years of the undergraduate course of Physical Education at a HEI in the city of Teresina-PI. **Materials and Methods:** The sample consisted of 140 subjects, 70 of whom were female and male freshmen and 70 were female and male graduates. The instrument used for data collection was the Beck Anxiety Inventory (BDI). Data analysis was performed using the Perfect Statistics Professionally Presented (PSPP) and R (version 3.6.1) software. **Results:** Overall, there was a prevalence of severe anxiety (65%). Both women and men showed levels of severe anxiety (81.3%) and (48.57%), in females both freshmen and graduates have severe profiles (71.14%) and (85.71%) respectively, however, in males freshmen are moderately anxious (65.71%), while graduates are severely anxious (68.57%). **Conclusion:** There was a prevalence of anxiety at severe levels in both freshmen and graduates, but in the male only the graduates were severely anxious.

**Key words:** Anxiety. Physical Education. University.

E-mail dos autores:  
alan201626@outlook.com  
craveirolopes.dl@gmail.com  
leyla.regis@hotmail.com

Endereço para correspondência  
Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho  
leyla.regis@hotmail.com

## INTRODUÇÃO

A ansiedade atinge mais de 300 milhões de pessoas em todo o mundo, no Brasil a prevalência é de aproximadamente 18,6 milhões de indivíduos e têm aumentado consideravelmente em 9,3% da população brasileira, considerado um dos maiores índices entre todos os países do mundo (WHO, 2017), com relação à prevalência entre estudantes universitários segundo Pinnoti (2023) em uma pesquisa global realizada pela Chegg.org dois em cada três estudantes universitários brasileiros (65.0%), afirmaram sentir ansiedade diariamente, geralmente com sintomas que consequentemente afetam a saúde desses indivíduos em diferentes aspectos, corroborando com a quebra de uma vida saudável e harmônica, circunstâncias essas que podem estar associadas a diferentes fatores como: a passagem da fase de adolescência para adulto jovem, no qual se encontra a concretização das responsabilidades sociais, aumento significativo das pressões psicossociais, que podem resultar e ou agravar esse transtorno (Brito e colaboradores, 2019).

Soares e colaboradores (2006) destacam ainda que após o ingresso dos estudantes no meio universitário, ocorrem mudanças no estilo de vida incluindo o sedentarismo, tornando este grupo mais vulnerável a comportamentos que colocam em risco sua saúde de um modo geral.

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2005) a ansiedade ocorre principalmente entre os jovens que estão em fase de transição do final da adolescência e início da vida adulta, posto que, é uma fase marcada por mudanças psicossociais importantes, onde os estudantes têm que lidar com vários desafios e geralmente vem acompanhada por sintomas de ordem fisiológica, psicológica e social.

Quanto aos sintomas físicos ou fisiológicos, desse transtorno, estes se manifestam por tensão muscular, fadiga, dores no corpo, tremores, cansaço, sensação de falta de ar, arritmias, sudoreses, mãos frias, boca seca, tontura, diarreia, náuseas, desconforto abdominal e ondas de calor, enquanto que, os sintomas psicológicos estão a sensação de angústia, medo e insegurança, principalmente quando submetidos a uma situação de stress como: avaliações e ou apresentações de trabalhos, exposição em público que se

manifesta por períodos de crise de pânico e estresse pós-traumático as vezes manifesta-se em isolamento social, alertando que, essa condição em níveis muito alto pode resultar até em casos de depressão (Carvalho e colaboradores, 2015).

Para Lantyer e colaboradores (2016), a ansiedade advém em momentos de atribulações e em ocasiões que apresentam agonias ou inquietações proporcionadas pelo seu estado, por sua tendência, pré-disposição ou situação e em alguns casos, principalmente em níveis graves, pode até interferir e ou afetar negativamente a saúde e a qualidade de vida dos indivíduos.

Em se tratando de ansiedade em universitários, segundo Cardozo e colaboradores (2016) muitos são os fatores relacionados a este grupo, a exemplo, para o aluno ingressante a incerteza e/ou medo de cumprir as avaliações sejam práticas e ou teóricas, aulas prolongadas, excesso de trabalhos, tudo isso torna os jovens bastantes vulneráveis devido às mudanças que ocorrem no início da fase adulta, quando estes acadêmicos começam nesse “novo mundo” a exercer responsabilidades exaustivas como: estudar, cumprir horários, disciplinas complicadas, cobrança dos professores, dificuldades nas atividades educacionais e às vezes angústia por notas baixas todas essas exigências na qual não estão habituados geram predisposição para a aquisição da ansiedade (Carvalho e colaboradores (2015).

Nesta perspectiva, as mudanças tanto fisiológicas quanto psicológicas da fase jovem para adulta, principalmente no aluno ingressante os tornam mais vulneráveis, uma vez que, frustrações como: medo de ingressar na faculdade, de não conseguir seus objetivos ocasionam sintomas psicológicos negativos e consequente ansiedade, posto que, os alunos são guiados a realizarem muitas atividades que quando, não são devidamente organizadas e ajustadas pelos mesmos, podem sobrecarregá-los gerando angústia, preocupação, medo, stress despertando sintomas emocionais negativos podendo ocasionar o transtorno (Costa e Oliveira, 2015).

Ainda com relação aos alunos iniciantes, Costa e Oliveira (2015) destacam que os estes tendem a serem menos ansiosos quando comparados aos alunos concluintes, tendo em vista que ao ingressarem no ensino superior trazem um sentimento de conquista, superação e vitória, enquanto que, o aluno

concluente é marcado pelas tensões e dúvidas decorrentes de questionamentos pessoais sobre as preparações profissionais e científicas recebidas ao longo da jornada, deparando-se com grandes incertezas e inseguranças associadas ao futuro principalmente do seu ingresso no mercado de trabalho.

Costa e Oliveira (2015) reforçam ainda que, com relação aos alunos concluintes, a falta de tempo para descansar e privação do sono devido à sobrecarga das atividades extracurriculares (estágios) e obstáculos relativos ao trabalho de conclusão de curso (TCC), excesso de informações, medo da reprovação e algumas inquietações dentre elas: Como vou fazer para ter uma renda? Ou como vou conseguir um emprego? Todas essas inquietações suscitam sentimentos de medo e incertezas que resultam em graves transtornos de ansiedade especialmente neste grupo.

A propósito, Marchi e colaboradores (2013) abordam outro fator associado para a vulnerabilidade do transtorno que são as constantes modificações ocorridas no âmbito cultural e econômico, seguido por imposições de uma sociedade avançada tecnologicamente e cada vez mais competitiva, principalmente entre os jovens que estão em uma fase marcada por mudanças bio-psico-sociais, portanto, essa diversidade de mudanças e tarefas são fatores determinantes para o desenvolvimento desse quadro.

Resumidamente, a ansiedade influencia negativamente na qualidade de vida dos estudantes e está intensamente vinculada ao desempenho no processo de formação e na realização das atividades acadêmicas (Bampi e colaboradores, 2013), desta forma, se faz necessário ressaltar que, a saúde mental dos universitários não afeta somente a eles, mas toda a sociedade em geral, pois seu estado emocional traz impactos sociais na relação com seus pares, uma vez que, normalmente os acadêmicos não possuem formação e nem informação adequada a respeito de saúde mental e acaba por se exporem a situações desagradáveis e irritantes, o que pode levá-los ao adoecimento físico e mental (Vasconcelos e colaboradores, 2015).

Diante do exposto surgem as seguintes problemáticas: Há prevalência de ansiedade em estudantes universitários dos primeiros e últimos anos da graduação do curso de educação física? A cobrança e a busca por resultados são fatores que podem desencadear

níveis de ansiedade diferenciados entre esses acadêmicos?

A escolha desta proposta de estudo deu-se pela relevância em compreender os sintomas da ansiedade destes acadêmicos que suportam pressões diárias na sua jornada acadêmica, objetiva-se atingir de forma positiva este público-alvo como prevenção e consequente benefícios para a sua saúde, principalmente para os acadêmicos de educação física que estão diretamente inseridos no contexto da promoção da saúde e qualidade vida.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo é verificar a prevalência de ansiedade em estudantes de educação física dos primeiros e últimos anos da graduação do curso de educação física de uma IES da cidade de Teresina/PI.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo foi realizado a partir de uma análise quantitativa descritiva. Os dados foram coletados em uma IES da cidade de Teresina-PI, respeitando os horários da jornada acadêmica dos respectivos universitários.

A amostra foi composta por 140 sujeitos sendo 70 do sexo feminino e masculino ingressante e 70 do sexo feminino e masculino concluintes, todos escolhidos por conveniência, todos universitários desta IES e do Curso de educação Física

Inicialmente os sujeitos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE, para assegurar-lhes que os dados seriam sigilosos, quanto aos critérios de inclusão foram exigidos: assinar o Termo de consentimento esclarecido livre e esclarecido - TCLE; estarem regularmente matriculados na instituição de ensino; ser acadêmico de Educação Física; ter entre 18 e 40 anos de idade; ser estudante do Bacharelado em Educação Física ingressante (1º e 2º período) e ou concluente (7º e 8º período) todos independente da raça e classe social.

Foram excluídos, todos e quaisquer sujeitos que não assinaram o TCLE - Termo Livre de Consentimento Esclarecido, que não estavam devidamente matriculados na instituição de ensino, não ser acadêmico de Educação Física; não está na faixa etária entre 18 e 40 anos de idade; não ser estudante do Bacharelado em Educação Física ingressante (1º e 2º período) e ou concluintes (7º e 8º período);

Os questionários foram entregues na própria sala de aula individualmente para garantir a privacidade e o sigilo das informações fornecidas e recolhidas após a conclusão. Os dados foram coletados com agendamento prévio levando em consideração os critérios de inclusão.

O instrumento utilizado na pesquisa foi o inventário de ansiedade de Beck (BDI), com

tradução e adaptação brasileira de Cunha (2001), instrumento esse que mensura e classifica a intensidade da ansiedade.

Os participantes marcaram as alternativas que lhe foram oferecidas no instrumento que é composto por 21 itens, com alternativas de respostas variando de absolutamente não, levemente, moderadamente e gravemente.

**Quadro 1** - Classificação dos níveis de ansiedade conforme o Inventário de Ansiedade de Beck (BDI).

Níveis de ansiedade	Pontos
Ansiedade mínima	(0-7)
Ansiedade leve	(8-15)
Ansiedade moderada	(16-25)
Ansiedade grave	(26-63)

Fonte: Cunha (2001). Obs.: Mensurados de acordo com a pontuação presente em cada resposta do instrumento.

Para a execução da análise estatística dos dados coletados, foram utilizados os softwares gratuitos PSPP e o R (versão 3.6.1). A análise descritiva dos dados foi realizada por meio de média, desvio padrão, máximo e mínimo das variáveis: idade, estatura, massa corporal e IMC.

Utilizou-se o teste estatístico de Fisher (Teste F) e o Teste Qui-quadrado que são testes que tem como objetivo descobrir se existe uma associação entre variáveis qualitativas, ou seja, teste que tem como objetivo comparar 02 grupos de duas amostras independentes.

Foi utilizado para verificar a associação dos acadêmicos concluinte e ingressantes do sexo feminino e masculino e o nível de ansiedade com as seguintes hipóteses. H0(hipótese nula); não existe associação entre os grupos (\*p-valor maior ou igual a 0,05);

H1(hipótese alternativa): existe associação entre os grupos (\*p-valor menor que 0,05).

Este estudo foi executado foi encaminhado ao Comitê de Ética, via Plataforma Brasil, em atendimento a resolução do CNS 486/12 e foi aprovado pelo comitê de ética da Universidade Católica de Brasília, com o CAAE: 96216318.1.0000.5602 e Parecer nº 3.099.282.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 140 sujeitos sendo 70 do sexo feminino e masculino ingressante e 70 do sexo feminino e masculino concluintes, todos escolhidos por conveniência, todos acadêmicos do curso de Educação Física, com média de idade de  $22,52 \pm 5,82$  escolhidos por conveniência do curso de Educação Física de uma IES da cidade de Teresina-PI.

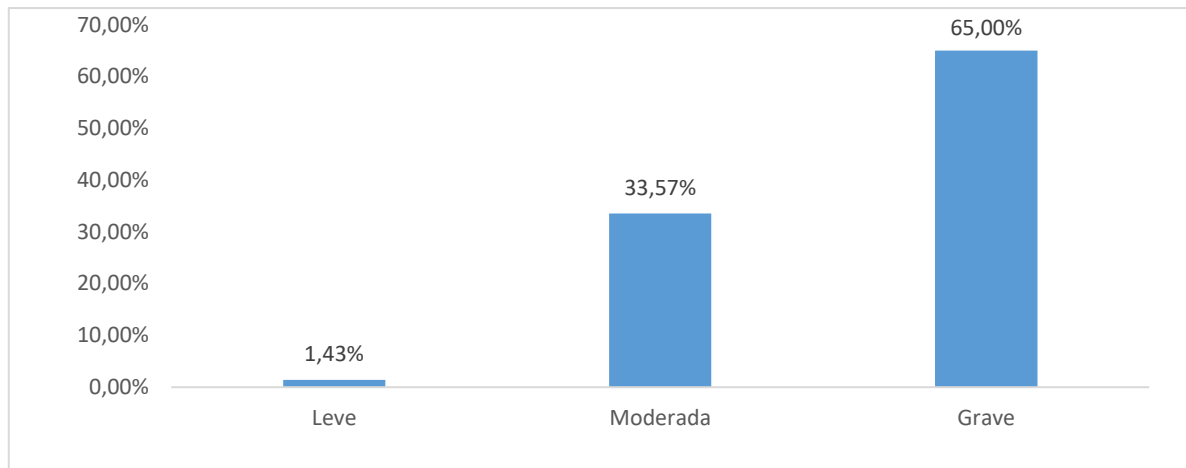
**Tabela 1** - Características antropométricas em valores médios, desvio padrão, mínimo e máximo da amostra.

Variáveis	Amostra (n = 140)
Idade	22,52±5,82
Peso	68,58±15,35
Estatura	1,69±0,09
IMC	23,95±4,03

n: nº participantes; Kg: quilograma; metro; IMC: Índice de Massa Corpórea.

Os resultados acima sugerem que os acadêmicos do curso de Educação Física de um modo geral estão com quadro de ansiedade

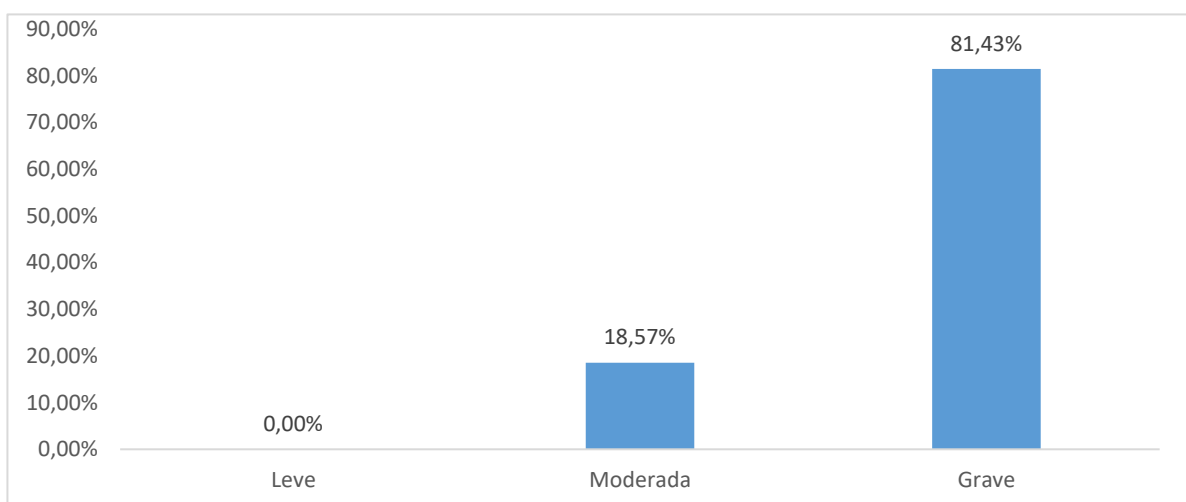
leve (1.43%), moderada (33.57%) e grave (65.0%).



**Figura 1** - Representação dos resultados da ansiedade dos acadêmicos no geral.

Corroborando com o estudo acima Silveira e colaboradores (2022) por meio do seu estudo transversal com base populacional de uma universidade pública a prevalência de sintomas de ansiedade também foi grave com (62.0%), no estudo de Barros (2017) os resultados apontam a gravidade dos sintomas de ansiedade nos participantes da pesquisa,

com prevalência de sintomas graves (66.0%), corroborando com os dados acima, na pesquisa de Azevedo e colaboradores (2020) sobre prevalência de ansiedade e depressão em estudantes universitários da área de saúde os resultados também resultaram em níveis graves de ansiedade (45.0%) do total de 288 alunos.



**Figura 2** - Representação dos resultados da ansiedade das acadêmicas do sexo feminino.

Os resultados acima implicam que as acadêmicas do sexo feminino de um modo geral estão com quadro prevalente de ansiedade grave. Sendo leve (0.00%); moderada (18.57%) e grave (81.43%), assim como na pesquisa de Santos, Feitosa e Sousa-Carvalho (2021), com estudantes de educação

física e utilizando instrumento similar o sexo feminino apresentou nível considerado grave de ansiedade (32.7%), confirmando que a prevalência dos níveis grave esteve mais associada ao sexo feminino.

De acordo com a pesquisa efetuada por Medeiros e Bittencourt (2017) foi constatada a

prevalência da ansiedade em acadêmicos, em um nível bastante severo, especialmente entre os indivíduos do sexo feminino que teve destaque superior em relação às do sexo masculino, confirmando a tendência que aparece em vários estudos citados nessa pesquisa.

Em uma pesquisa realizada por Maso e Feitosa (2013) com 110 estudantes universitários de universidades particulares, observaram que a maioria dos participantes do sexo feminino (68%) estavam gravemente ansiosas, entretanto na pesquisa de Silva, Almeida e Sousa-Carvalho (2020) comparando acadêmicas do curso de educação física e demais áreas da saúde essas manifestaram níveis de ansiedade medianos (81.0%), utilizando instrumento similar Brito e colaboradores (2019) com estudantes de farmácia também foram encontrados prevalência com nível de ansiedade grave e associação com o sexo feminino ( $p=0,02$ ).

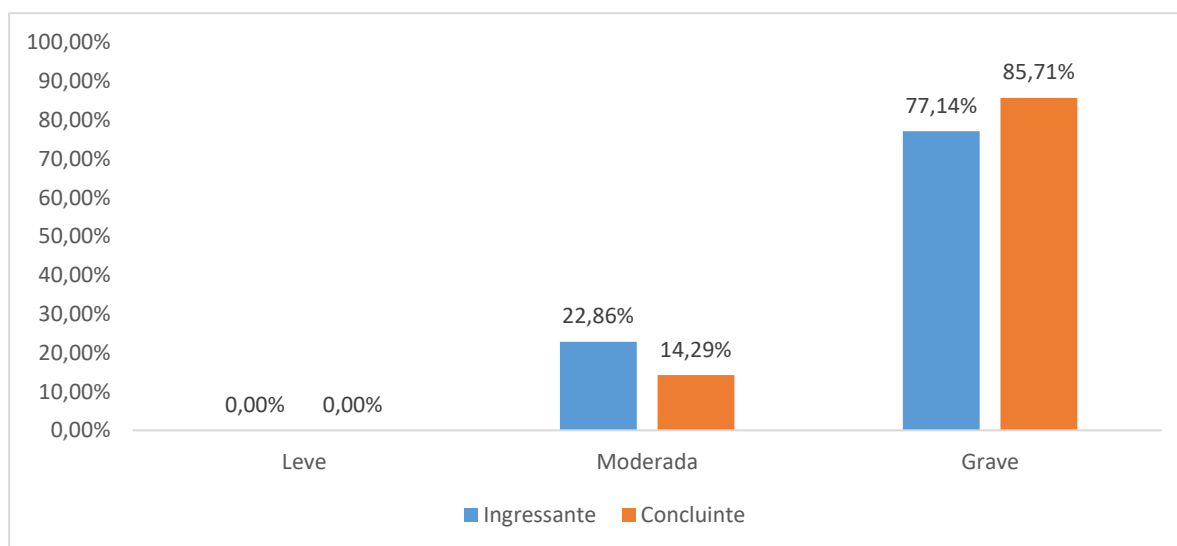
Um dos fatores prováveis desse destaque do sexo feminino nas pesquisas se dá pela característica de uma sociedade em que a mulher ainda tem que vencer maiores empecilhos para ingressar em uma profissão que lhe permita uma superioridade de independência social e econômica, vivenciando e desafiando mais conflitos quando comparadas aos indivíduos do sexo masculino

esse contexto as coloca em situação de vulnerabilidade (Carvalho e colaboradores, 2015).

Reforçando ainda essa discussão quanto à vulnerabilidade das mulheres a esse transtorno se ratifica devido à situação social em que se encontram como: o rebote dos salários, baixa-escolaridade, diferenças sociais, assédios morais e sexuais que sofrem diariamente, além da demanda de tarefas exercidas no cotidiano (Silva e colaboradores, 2020; Soares e Sousa-Carvalho, 2023).

O estudo de Lantyer e colaboradores (2016) também destaca esta vertente quando obteve resultados prevalentes de ansiedade em mulheres em relação aos homens. Este estudo considerou que a diferença entre os gêneros é presente quando o assunto é ansiedade, e que cada vez mais o sexo feminino tem sido susceptível à ocorrência da ansiedade.

A adoção de um estilo de vida ativo pode amenizar o quadro, porém, nesta questão as mulheres também tendem a serem mais sedentárias segundo Dantas e Sousa-Carvalho (2023) ao relacionar a prática de exercício Físico entre sexo, os dados apontaram associação estatisticamente significativa ( $p \geq 0,05$ ) entre sexo e prática de exercício físico, identificando uma relação de ( $p < 0,002$ ), confirmando assim o sedentarismo feminino.



**Figura 3** - Representação dos resultados das acadêmicas do sexo feminino ingressantes e concluintes.



Na representação dos resultados acima em relação aos níveis de ansiedade das acadêmicas ingressantes essas manifestam perfil ansioso leve (0.00%), moderada (22.86%) e grave (77.14%), enquanto, nas acadêmicas concluintes leve (0.00%), moderada (14.29%) e grave (85.71%), resultando em acadêmicas concluintes gravemente mais ansiosas em relação às ingressantes.

Os dados de Silva e colaboradores (2021) em relação aos alunos concluintes (71.4%) afirmaram que se tornaram mais ansiosos no final da jornada acadêmica, quando comparadas ao início, o que se percebe é que o semestre cursado é um fator relevante no entendimento da evolução da ansiedade em universitários, tanto que em relação ao sexo nas mulheres a prevalência é nítida com (64.0%).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2017) o sexo feminino segue evidenciando uma maior predisposição ao transtorno com aproximadamente 4,6% em relação a 2,6% quando comparado ao sexo oposto.

As acadêmicas que se encontram ainda na graduação apresentam uma maior vulnerabilidade ao transtorno de ansiedade, que podem estar ligados a vários fatores como: alterações do sistema endócrino que ocorrem no período pré-menstrual, estresse, desigualdade de gênero entre outras situações biológicas e sociais (Senicato, Azevedo e Barros, 2018).

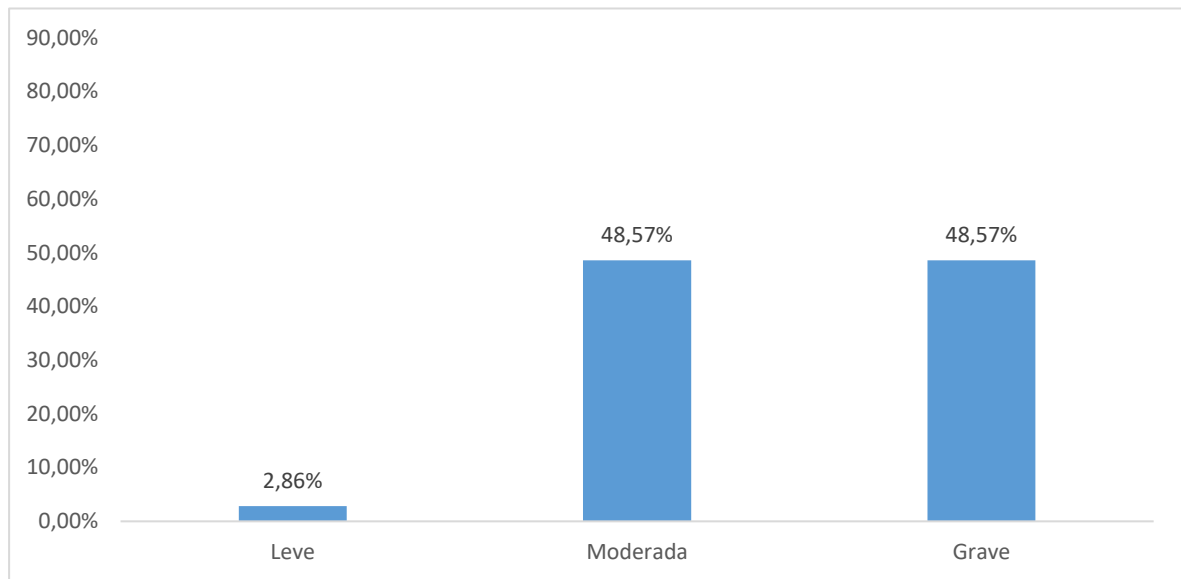
Carvalho e colaboradores (2015) com instrumento similar encontraram escores de ansiedade prevalentes nos alunos concluintes do sexo feminino matriculados no

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde ( $p < 0,05$ ). Os resultados indicam que os universitários concluintes apresentam níveis mais graves de ansiedade quando comparados aos ingressantes.

Silva e colaboradores (2021) confirmam que 71.4% dos universitários afirmaram ser mais ansiosos no fim do curso, desse modo foi possível perceber que o semestre cursado é um fator relevante no entendimento da evolução da ansiedade em universitários, no estudo de Serra, Donato e Caseiro (2015) quanto às mulheres 64% comprovaram estar mais ansiosas quando comparadas ao sexo masculino, as maiores taxas foram encontradas no 5º ano (40,7%) para depressão e no 2º ano para ansiedade (28,8%).

Ao avaliar os ingressantes dos cursos da área de saúde como: Psicologia, Educação Física, Terapia Ocupacional, Nutrição e Fisioterapia de uma universidade pública, Lantyer e colaboradores (2016) evidenciaram que entre os aspectos avaliados, como ansiedade e qualidade de vida, dentre esses estudantes, os resultados mais significativos foram para as estudantes do sexo feminino que apresentaram níveis mais elevados de ansiedade quando comparados aos estudantes do sexo masculino independente do curso.

De acordo com Santos (2014) os estudantes especialmente dos cursos da área da saúde são mais estressantes devido às exigências feitas ao longo da formação, as atividades e avaliações, aumento da pressão psicológica, tensão, cansaço mental e expectativas com o mercado de trabalho.



**Figura 4** - Representação dos resultados da ansiedade dos acadêmicos geral do sexo masculino.

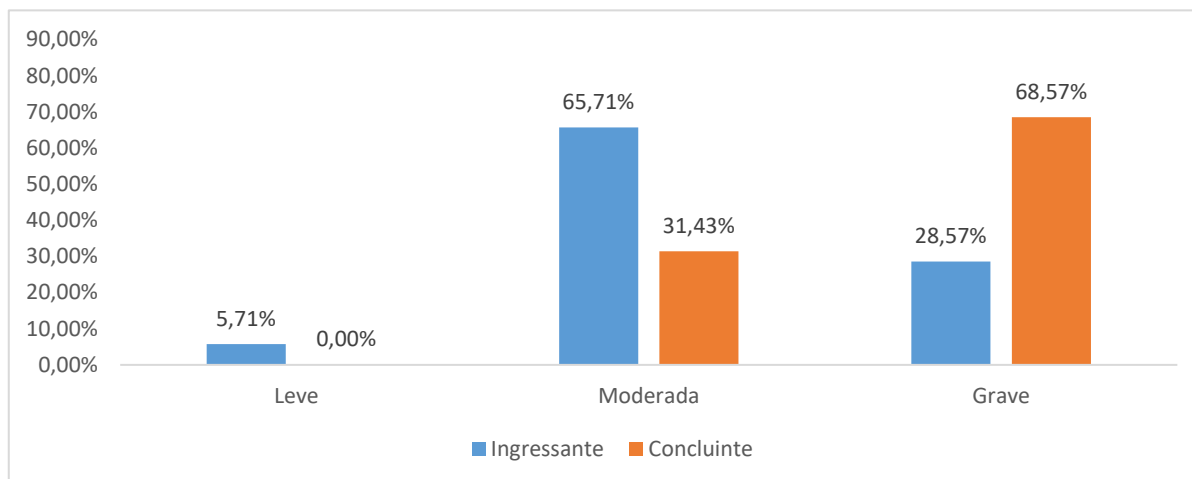
Os resultados acima aludem que os acadêmicos do sexo masculino estão com perfil ansioso leve (2.86%) moderado e grave (48.57%), portanto, os universitários do sexo masculino encontram-se moderadamente e gravemente ansiosos de forma equilibrada.

Os discentes masculinos são menos ansiosos em relação ao feminino, dados que se traduzem na pesquisa efetivada com estudantes de Educação Física por Santos, Feitosa e Sousa-Carvalho (2021) esses apresentaram níveis graves de ansiedade, sendo que o sexo masculino resultou em (30.3%) e sexo feminino (32.7%), merece menção também a pesquisa efetivada por Bernadelli e colaboradores (2022) onde os

dados apontam as mulheres com (53.0%) e homens (35.0%).

Reafirmando o que já foi dito antes na concepção de Souza e Silva (2024) a diferença na prevalência de ansiedade entre homens e mulheres vai além da condição hormonal e pode ser influenciada por uma combinação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais, entretanto, as mulheres tendem a procurar mais ajuda e são mais predispostas em aceitar os tratamentos psicoterapêuticos, enquanto que, os homens são mais negacionistas e irregulares na busca do tratamento devido às questões de gênero existentes na sociedade, que preconizam a independência e autossuficiência masculina, padrões sociais associados à masculinidade.





**Figura 5** - Representação dos resultados das acadêmicas do sexo masculinos ingressantes e concluintes.

Os resultados aqui classificam os acadêmicos ingressantes com quadro de ansiedade leve (5.71%), moderada (65.71%) e grave (28.57%), enquanto, os acadêmicos concluintes encontram-se leve (00.0%), moderada (31.43%) e grave (68.57%). Os concluintes estão gravemente mais ansiosos quando comparados aos ingressantes.

No estudo de Lucio e colaboradores (2019) com instrumento similar em estudantes ingressante e concluintes, em relação aos níveis de ansiedade no grupo de ingressante, pode-se observar que a maioria apresentou ansiedade mínima (46%) e moderada (65.0%), enquanto os concluintes manifestaram ansiedade, leve (57,9%) e severa (66.7%), portanto, desta forma, os concluintes demonstraram prevalência de ansiedade considerada severa.

Segundo Carvalho e colaboradores (2015) os dados encontrados pode estar associados ao fato de que os alunos concluintes especialmente da área da saúde, estejam mais vulneráveis a um número superior de estímulos que levam ao estresse, moldando assim, a ansiedade, resultando o impacto da vida universitária, além disto, também se trata de um público que está próximo de ingressar no mercado de trabalho e que se questiona pela da baixa experiência dentre outros fatores já mencionados ao longo deste constructo.

Silva e colaboradores (2021) perceberam que há associação da ansiedade com o semestre cursado, posto que, as

cobranças no último semestres são maiores, desse modo os universitários ficam mais inquietados, estressados e ansiosos com as incertezas e o de um futuro que estar por vir.

De acordo Brandtner e Bardagi (2010) grande parte dos estudantes do ensino superior apresenta algum fator para o transtorno de ansiedade durante seu tempo na vida universitária, sendo assim é importante compreender como os acadêmicos estão encarando os impasses na universidade e os decorrentes dos abalos em distúrbios de ansiedade (Teixeira e colaboradores, 2008).

Sabe-se que o ser humano precisa de incentivos internos e/ou externos para cumprir suas responsabilidades cotidianas, ou seja, estar em condições para se manter sempre sobre alerta vigilância de si mesmo (Lacerda, 2015).

Diante do desfecho aqui evidenciado entende-se que este estudo corrobora com estudos já existentes, evidenciando dados, que mesmo sem equiparar a estatística averiguada, sugere que a ansiedade é presente na vida dos estudantes universitários.

## CONCLUSÃO

O estudo sugere que no geral houve prevalência de ansiedade grave, tanto as mulheres quanto os homens apresentaram níveis de ansiedade grave, no sexo feminino tanto as ingressantes quanto as concluintes estão com perfis graves, porém, no sexo masculino os ingressantes estão

moderadamente ansiosos, enquanto que, os concluintes estão gravemente mais ansiosos, os respectivos resultados contribuem para aquisição de novos conhecimentos existentes na área onde os dados corroboraram com alguns estudos encontrados e se contrapõem em relação a outros.

Os acadêmicos estão extremamente suscetíveis ao desenvolvimento de transtorno de ansiedade, devido ao sofrimento causado pelo processo de integração do sujeito com o ambiente universitário, portanto, os sintomas de ansiedade dos estudantes são compostos de apreensão, angústia e medo, neste sentido, a ansiedade pode interferir de maneira direta e indireta na saúde mental dos estudantes onde a criação de estratégias para lidar com esse transtorno é indispensável para melhorar a qualidade de vida destes acadêmicos.

O acompanhamento psicológico é necessário para esses acadêmicos indiferente do nível de ansiedade em que se encontram, a atenção dos pais, amigos e dos professores se torna essencial por estarem mais próximos, assim como, são necessárias a intervenção farmacológica e a mudança no estilo de vida pode ser crucial no auxílio e na prevenção deste transtorno.

E para finalizar, verificou-se que o estudo teve algumas limitações como: a dificuldade de localizar estudos especificamente voltados para os estudantes de educação física, que admitisse comparar estes dados com mais precisão, não obstante, alerta-se para o fato de dar continuidade a essa temática com novas pesquisas abordando diferentes variáveis como: idade, sexo, classe social com o intuito de desmistificar a multidimensionalidade que gira em volta desse transtorno, assim como verificar de forma mais detalhada os principais fatores associados para o desdobramento desse quadro

## REFERÊNCIAS

- 1-Azevedo, L.G.; Silva, D.C.; Correa, A.A.M.; Camargos, G.L. Prevalência de ansiedade e depressão, nível de atividade física e qualidade de vida em estudantes universitários da área de saúde. *Revista Científica UNIFAGOC - Caderno Multidisciplinar*. Vol.1. Num.22. 2020. p.30-38.
- 2-Bampi, L.N.S.; Baraldi, S.; Guilhem, D.; Pompeu, R.B.; Campos, A.C.O. Percepção sobre qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. Vol.34. Num.2. 2013. p. 125-132.
- 3-Barros, R.F.O. Ansiedade e depressão em universitários estudantes de educação física da Universidade Federal de Santa Catarina. TCC. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis. 2017.
- 4-Brandtner, M.; Bardagi, M. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia*. Vol.2. Num.2. 2009. p.81-91.
- 5-Brito, L.S.; Almeida, D.S.S.G.; Amorim, M. L.S., Zaranza, L.; Toledo, J.O. Nível de ansiedade e fatores associados: estudantes de farmácia de uma faculdade privada. *Revista Científica Sena Aires*. Vol.8. Num.2. 2019. p.170-178
- 6-Cardozo, M.Q.; Gomes, K.M.; Fan, L.G.; Soratto, M.T. Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina. *Revista saúde e pesquisa*. Vol.9. Num.2. 2016. p.251-62.
- 7-Carvalho, E.A.; Bertolini, S.M.M.G.; Milani, R.G.; Martins, M.C. Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. *Revista Ciência e cuidados da Saúde*. Vol.14. Num.3. 2015. p.1290-1298.
- 8-Costa, V.C.A.; Oliveira, A.O. Estudo comparativo dos indicadores de sintomas de estresse e ansiedade entre estudantes entrantes e concluintes do curso de psicologia. *Anais simpac*. Vol. 4. Num. 1. 2015. p.1-10.
- 9-Cunha, J. A. Escalas Beck. São Paulo: Casa do psicólogo. 2001.
- 10-Dantas, R.S.; Sousa-Carvalho, L.R.M. Estilo de vida ativo e prevalência de ansiedade em estudantes universitários do curso de Educação Física. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. São Paulo. Vol.17. Num.110. 2023. p.307-316.
- 11-Lacerda, A.N. Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários. TCC. Universidade de Brasília. Brasília. 2015.

- 12-Lantyer, A.D.S.; Varanda, C.C.; Souza, F.G.D.; Padovani, R.D.C.; Viana, M.D.B. Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*. Vol.18. Num.2. 2016. p.4-19.
- 13-Lucio, S.S.R.; Medeiros, L.G.S.; Barros, D.R.; Ferreira, O.D.L.; Rivera G.A.G. Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. *Temas em saúde*. Vol.1. Num.1. 2019. p.260 -74.
- 14-Marchi, K.C.; Bárbaro, A.M.; Miaso, A.I.; Tirapelli, C.R. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. Vol.15. Num.3. 2013. p.731- 739.
- 15-Maso, M.D.; Feitosa, F.B. Um estudo comparativo entre dados sociodemográficos e neuroticismo. *Estudos e Pesquisa em Psicologia*. Vol.13. Num.3. 2013. p.1182-97.
- 16-Medeiros, P.P.; Bittencourt, F.O. Fatores associados à ansiedade em estudantes de uma faculdade particular. *Revista multidisciplinar e de psicologia*. Vol.10. Num.33. 2017. p.43-55.
- 17-Organização Pan-Americana da Saúde-OPAS. Saúde mental dos adolescentes. 2005. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>. Acesso em: 26/03/2025
- 18-Pinnoti, F. Dois em cada três universitários sofrem com ansiedade no Brasil. 2023. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/dois-em-cada-tres-universitarios-sofrem-com-ansiedade-no-brasil-diz-pesquisa/>. Acesso em: 26/03/2025
- 19-Santos, R.B.; Feitosa, G.V.S.; Sousa-Carvalho, L.R.M. Perfil dos transtornos de ansiedade e fatores associados em universitários de um centro universitário de Teresina, Piauí. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*. Vol.10. Num.6. 2021. p.1-9.
- 20-Santos, R.M.D. Perfil de ansiedade em estudantes universitários de cursos da área da saúde. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande. 2014.
- 21-Senicato, C.; Azevedo, R.S.; Barros, M.B.A. Transtorno mental comum em mulheres adultas: identificando os segmentos mais vulneráveis. *Ciência & saúde coletiva*. Vol.23. Num.8.2018. p.2543-2554.
- 22-Serra, R.D.; Donato, S.L.M.; Caseiro, M.M. Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol.64. Num. 3. 2015. p. 213-20.
- 23-Silva, I.S.; Almeida, I.R.; Sousa-Carvalho, L.R.M. Estudo comparativo dos transtornos de ansiedade e fatores associados em acadêmicas do curso de educação física e demais áreas da saúde. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. São Paulo. Vol.14. Num. 92. 2020. p. 665-672.
- 24-Silva, J.M.S.; Cardozo, V.C.; Abreu, K.E.; Silva, L.S. A feminização do cuidado e a sobrecarga da mulher-mãe na pandemia. *Revista Feminismos*. Vol. 8. Num.3. 2020. p.149-165.
- 25-Silva, N.K.G.; Sousa, V.A.; Sousa, F.D.A.; Silva, T.T.D.; Sousa, L.P.; Marques, A.E.F. Perfil de ansiedade e automedicação de alunos concluintes de cursos da área de saúde em uma faculdade no alto sertão da Paraíba. *Visão Acadêmica*. Vol.22. Num.1. 2021. p.20-34.
- 26-Silveira, G.E.; Viana, L.G.; Sena, M.M.; Alencar, M.M.; Soares, P.R.; Aquino, P.S. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. *Acta Paul Enfermagem*. Vol.36. Num.1. 2022. p-1-10.
- 27-Soares, A.P.; Almeida, L.S.; Guisande, M.A. Modelo multidimensional de ajustamento de jovens ao contexto universitário (MMAU): estudo com estudantes de ciências e tecnologias versus ciências sociais e humanas. *Análise Psicológica* Vol.24. Num.1. 2006. p.15-28.
- 28-Soares, L.N.S.; Sousa-Carvalho, L.R.M. Análise da relação entre o estilo de vida ativo e prevalência dos transtornos de depressão em mulheres jovens. *RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar*. Vol.4. Num.11. 2023. p.1-18

29-Souza, T.P.; Silva, A. Segredo? Por que homens sofrem menos com ansiedade e depressão? 2024. Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/materias/materia-24157>. Acesso em: 04/04/2025

30-Teixeira, M.A.P.; Dias, A.C.G.; Wottrich, S.H.; Oliveira, A. M. Adaptação à universidade em jovens calouros. Psicologia Escola e Educação. Vol.12. Num.1. 2008. p.185-202.

31-Vasconcelos, T.C.; Dias, B.R.T.; Andrade, L. R.; Melo, G.F.; Barbosa, L.; Souza, E. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. Revista Brasileira de Educação Médica. Vol. 39. Num.1. 2015. p.135-142.

32-WHO. World Health Organization. Depression and other common mental disorders: global health estimates. Genebra. 2017.

Recebido para publicação em 10/04/2025

Aceito em 12/06/2025