

AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE ANSIEDADE DOS ESTUDANTES DA UFRRJ

Evaluation of anxiety levels of UFRRJ students

Évaluation des niveaux d'anxiété des étudiants de l'UFRRJ

Evaluación de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la UFRRJ

Azarias Machado de Andrade¹©

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Departamento de Produtos Florestais, Seropédica, RJ, Brasil²

Emmy Uehara Pires³©

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Departamento de Psicologia, Seropédica, RJ, Brasil

Resumo

Os objetivos deste estudo foram avaliar os níveis e identificar os possíveis geradores de ansiedade em universitários da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ) no período letivo. Utilizou-se um questionário estruturado e os Inventários Beck de Ansiedade (BAI) e da Ansiedade Traço-Estado (IDATE). Efetuou-se a análise de variância, análises de frequências e comparações de variáveis (teste de Qui-Quadrado). De um total de 533 estudantes entrevistados, as três situações mais citadas como possíveis desencadeadoras da ansiedade, foram: provas e seminários (98 citações); expectativa para/ao terminar o curso (87 citações); e, estar diante de muitas tarefas (50 citações). As mulheres demonstraram maior interesse em submeter-se a um acompanhamento psicológico do que os homens (72,1% e 58,5%, respectivamente) e apresentaram, também, níveis mais elevados de ansiedade BAI - Grave (30,3% e 16,5%, respectivamente) e Ansiedade Traço - Alta Sintomatologia (47,4% e 35,0%, respectivamente).

Palavras-chave: Ensino superior; Fatores ansiogênicos; BAI; IDATE.

Abstract

The objectives of this study were to evaluate the levels and to identify the possible generators of anxiety in university students from the Federal Rural University of Rio de Janeiro (UFRRJ) in the semester. A structured questionnaire was used and, as instruments for assessing anxiety levels, the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Trait-State Anxiety Inventory (IDATE) were used. The analysis of variance, frequency analyzes and comparisons of variables were performed (Chi-Square test). From a total of 533 students interviewed, the three most cited situations as possible triggers of anxiety were: tests and seminars (98 citations); Expectation for / at the end of the course (87 citations); and, being faced with many tasks (50 citations). Women were more interested in undergoing psychological counseling than men (72.1% and 58.5%, respectively). Women, when compared with men, had higher levels of BAI - Serious anxiety (30.3% and 16.5%, respectively); and, Anxiety Trait - High Symptomatology (47.4% and 35.0%, respectively).

Keywords: Higher education; Anxiogenic factors; BAI; IDATE.

Résumé

Les objectifs de cette étude étaient d'évaluer les niveaux et d'identifier les générateurs d'anxiété possibles chez les étudiants universitaires de l'Université Rurale Fédérale de Rio de Janeiro (UFRRJ) pendant la période universitaire. Un questionnaire structuré et des inventaires d'anxiété de Beck (BAI) et des inventaires d'anxiété de

¹ azariasmachado@bol.com.br

² Rodovia BR 465, Km 7 (Antiga Estrada Rio-São Paulo), CEP 23897-000.

³ emmy.uehara@gmail.com

caractère d'État (STAI) ont été utilisés. L'analyse de la variance, l'analyse de la fréquence et la comparaison des variables (test du chi carré) ont été effectuées. Sur un total de 533 étudiants interrogés, les trois situations les plus citées comme déclencheurs possibles de l'anxiété étaient: des tests et des séminaires (98 citations); attente pour / à la fin du cours (87 citations); et être confronté à de nombreuses tâches (50 citations). Les femmes étaient plus intéressées par le conseil psychologique que les hommes (72,1% et 58,5%, respectivement) et présentaient également des niveaux d'anxiété plus élevés. BAI - Grave (30,3% et 16%), 5%, respectivement) et Anxiété Trait - Symptomatologie Élevée (47,4% et 35,0%, respectivement).

Mots-clés: Enseignement supérieur; Facteurs anxiogènes; BAI; IDATE.

Resumen

Los objetivos de este estudio fueron evaluar los niveles e identificar los posibles generadores de ansiedad en universitarios de la Universidad Federal Rural de Río de Janeiro (UFRRJ) en el período lectivo. Se utilizó un cuestionario estructurado y, como instrumentos de evaluación de los niveles de ansiedad, el Inventario Beck de Ansiedad (BAI) y el Inventario de la Ansiedad Traza-Estado (IDATE). Se realizó el análisis de varianza, análisis de frecuencias y comparaciones de variables (prueba de Qui-Cuadrado). De un total de 533 estudiantes entrevistados, las tres situaciones más citadas como posibles desencadenantes de la ansiedad, fueron: pruebas y seminarios (98 citas); expectativa para / al terminar el curso (87 citas); y, estar delante de muchas tareas (50 citas). Las mujeres demostraron mayor interés en someterse a un acompañamiento psicológico que los hombres (72,1% y 58,5%, respectivamente) y, también, presentaron niveles más altos de ansiedad BAI - Serio (30,3% y 16,5%, respectivamente) y Ansiedad Traza - Alta Sintomatología (47,4% y 35,0%, respectivamente).

Palabras clave: Enseñanza superior; Factores ansiogénicos; BAI; IDATE.

Introdução

A palavra ansiedade é derivada de uma palavra alemã, cuja raiz “angh” significa estreitamento, aperto ou constrição. Na Grécia, o seu termo representativo “anshein” significa estrangular ou sufocar e, no latim, os seus equivalentes seriam “angustus” - desconforto, “angor” - falta de ar e opressão e “angere” - constrição, sufocação e pânico (Paes, 2009; Guimarães, Silva Neto, Vilar, Almeida, Albuquerque, & Fermoseli, 2015). Tais definições sugerem situações de sofrimento, acarretadas por agentes estressores biográficos, como a morte súbita ou o acidente de um ente querido; traumáticos, como o abuso sexual infantil; crônicos, como o excesso de trabalho e o divórcio; e, quotidianos, a exemplo do tráfego lento, das provas escolares e da preocupação com as dívidas (Cerchiari, Caetano, & Faccenda, 2005; Karino & Laros, 2014). Biaggio e Natalício (2003) e Alves Gama, Moura, Araújo e Teixeira Silva (2008) mencionam que existem dois conceitos distintos de ansiedade: 1) a ansiedade-traço, que se refere a uma disposição pessoal, relativamente estável, a responder com ansiedade a situações estressantes e uma tendência a perceber um maior número de situações como ameaçadoras; e, 2) a ansiedade-estado, referente a um estado emocional transitório, caracterizado por sentimentos subjetivos de tensão que podem variar em intensidade ao longo do tempo.

A ansiedade é uma emoção que pode ser caracterizada por um desconforto derivado de uma antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho. Difere de medo, considerado

quando existe um estímulo desencadeador externo que provoca o comportamento de fuga e evitação, enquanto que ansiedade é um estado emocional aversivo sem desencadeadores específicos (Guimarães et al., 2015). Silva Santos (2016) acrescenta que a ansiedade tem o propósito de proteger os seres humanos dos perigos que ameaçam a sua existência ou os seus valores. Quando mantida em níveis suportáveis, a ansiedade é importante para a sobrevivência e para o desenvolvimento, uma vez que atua como um estímulo para a consciência, vigilância e ação. Os transtornos de ansiedade são representados por sensações desagradáveis excessivas e persistentes, diante de uma ou mais situações sociais ou de desempenho, nas quais o indivíduo pode sentir-se envergonhado ou embaraçado. Além disso, o sujeito pode apresentar o receio de ser observado; julgado ou humilhado por outras pessoas; parecer ridículo; dizer tolices; interagir com estranhos ou pessoas do sexo oposto; ser o centro das atenções; comer, beber ou escrever em público; falar ao telefone e usar banheiros públicos; etc. Quando não podem ser evitadas, tais situações, às vezes, vêm acompanhadas por sintomas como palpitação, sufoco, rubor, tremor, diarreia, tensão muscular e sudorese.

No cenário atual, o estilo de vida das pessoas é caracterizado por muitas exigências, um dia a dia corrido e várias tarefas sendo executadas ao mesmo tempo. As respostas físicas e mentais aos estímulos externos variam entre os indivíduos, uma vez que as estratégias de enfrentamento (coping) adotadas podem ser diferentes. Contudo, muitas vezes, os esforços cognitivos e comportamentais não são eficazes para lidar com certas situações e o indivíduo é compelido à ansiedade que, dependendo do grau ou da frequência, pode se tornar patológica. Segundo Karino e Laros (2014), a ansiedade em níveis muito altos, ou quando apresentada em conjunto com a timidez ou depressão, impede que a pessoa desenvolva o seu pleno potencial intelectual, interferindo negativamente nos meios educacional e social. Neste caso, o indivíduo fica sem saber como se portar na escola, em ocasiões sociais ou no trabalho, o que pode levar a uma baixa na autoestima e ao medo de errar, sem ao menos ter tentado realizar as tarefas.

Os ambientes pré-universitário e universitário estão entre os mais estressores e potenciais indutores de ansiedade (Almondes & Araújo, 2003; Alves Gama et al., 2008; Binelli, Ortiz, Muñoz, Gelabert, Ferraz, Filho, Crippa, Nardi, Subirà, & Martín-Santos, 2012; Jatobá & Bastos, 2007; Osse & Costa, 2011). Ao ingressarem na universidade, os estudantes são submetidos a uma grande carga de estresse, devido a longas horas de estudo e cobranças de professores e familiares. Além disso, as transformações maturacionais (fisiológicas, neurológicas e psicológicas), decorrentes da passagem da adolescência para a fase adulta, levam os mesmos a vivenciarem um período de relativa crise, por exigir a adaptação a um novo papel social, o de adulto jovem. A própria transição do ambiente familiar para o universitário,

normalmente, é vivenciada pelo jovem de uma maneira ambígua: de um lado as enormes expectativas sobre a conquista da autonomia com a conclusão do ensino superior e de outro, os sentimentos de ansiedade frente aos desafios dessa transição (Cervinski & Enricone, 2012; Ferreira da Silva & Emanuel Pereira, 2009; Hutz & Bardagir, 2006; Lira Ferreira, Almondes, Braga, Mata, Lemos, & Maia, 2009; Lopes & Rezende, 2013; Matos, Carvalho, Costa, Gomes, & Santos, 2010; Maura Pereira & Moura Lourenço, 2012; Melo Cruz, Romão Pinto, Almeida, & Aleluia, 2010; Oliveira & Duarte, 2004; Rodrigues & Pelisoli, 2008). Ainda em relação ao contexto universitário, percebe-se, por parte de tais autores, a tendência para considerar as pressões de uma sociedade moderna, tecnológica e competitiva como fatores de grande importância no desenvolvimento da ansiedade. Também afirmam que, ao longo do percurso acadêmico, o estudante universitário é confrontado com obstáculos e situações geradoras de pressão psicológica e ansiedade. Lira Ferreira et al. (2009) mencionam que, no momento de traçar as estratégias que possibilitem a superação destes obstáculos, alguns universitários experienciam mais ansiedade do que outros, em função da própria tendência de encarar os desafios como agentes ansiogênicos. Por outro lado, Melo Cruz et al. (2010) salientam que, para os estudos de ansiedade nos estudantes de ensino superior, é essencial que se considere todo o envolvimento cultural, étnico e social da pessoa, para avaliar os mecanismos de adaptação, de forma a concluir se o comportamento demonstrado é inadequado, aceitável ou apropriado. Todavia, os pesquisadores são unânimes ao afirmar que os fatores ansiogênicos podem interferir negativamente sobre alguns aspectos cognitivos, como o processo de aprendizagem, a redução de atenção e da concentração, diminuindo, assim, a aquisição de habilidades.

Este trabalho de pesquisa objetivou avaliar os níveis de ansiedade de estudantes de cursos de graduação da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), durante o semestre letivo, utilizando-se como instrumentos o Inventário Beck de Ansiedade (BAI) e o Inventário da Ansiedade Traço-Estado (IDATE). Mais especificamente, buscou identificar os possíveis fatores causadores de ansiedade nos estudantes de cursos de graduação da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ).

Materiais e métodos

Esta pesquisa abordou o tema ansiedade considerando, principalmente, que o ambiente humano pode ser classificado sob várias vertentes. Japiassu (1979) e Farias et al. (2010), por exemplo, mencionam que o habitat humano se divide em dois ambientes: interno e externo. O

interno caracteriza-se pelo líquido intersticial, onde as células estão em estreito contato e o externo é composto pela família, comunidade e sociedade, que resultam nas relações sociais, econômicas e psicológicas. Como as interações entre os citados ambientes podem gerar variadas reações, positivas ou negativas, neste trabalho foram buscadas, especificamente, as associações entre a ansiedade de universitários com o seu cotidiano. Isto, porque o dia a dia universitário, normalmente, é caracterizado por momentos de dificuldades, incluindo as relacionais, econômicas e acadêmicas (provas, cobranças, avaliações, perdas, reprovações, apresentações, convivência, etc.), com elevado potencial para afetar a saúde mental dos estudantes.

Participantes

A pesquisa foi realizada de março a maio de 2017 e, de forma voluntária, participaram 533 estudantes universitários da UFRRJ, brasileiros, na faixa etária dos 17 aos 50 anos ($M = 22,3$; $DP = 4,28$). Os estudantes pertenciam a 31 cursos de graduação, distribuídos por oito Grandes Áreas do Conhecimento (CAPES). A pesquisa foi analisada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRRJ/COMEP e recebeu parecer favorável. Todos os participantes receberam um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), onde foram inteirados sobre a pesquisa e convidados a participar da mesma.

Procedimentos

Em atenção às formalidades que a situação exige, os docentes que se encontravam ministrando as suas aulas foram solicitados a disporem de alguns minutos das suas atividades já programadas para a realização da pesquisa em pauta. Após algumas explicações sobre os objetivos do trabalho aos presentes, procedeu-se a leitura pausada e a discussão dos itens apresentados no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Tais iniciativas colaboraram para o estabelecimento de um vínculo de confiança com os estudantes que se dispuseram a participar da pesquisa e que assinaram o referido Termo. Após o cumprimento dos requisitos éticos, foram dadas as instruções para o preenchimento dos instrumentos. Durante a aplicação dos instrumentos, a sequência de preenchimento dos documentos recomendada aos participantes da pesquisa foi a seguinte: 1º) Assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; 2º) Responder ao Questionário Estruturado; 3º) Responder ao BAI; 4º) Responder ao IDATE-TRAÇO; e, 5º) Responder ao IDATE-ESTADO.

Instrumentos

Para se organizar a coleta e evitar o possível esquecimento da aquisição de informações importantes acerca do participante, foi utilizado um Questionário Estruturado, abordando informações sócio-demográficas, acadêmicas e psicossociais dos estudantes. Além de abordar variáveis como sexo, idade, condição de alojado/não alojado, curso de graduação, semestre no curso e origem geográfica, no questionário também foram incluídas perguntas, como: 1ª) “Você já se sentiu ansioso(a) diante de uma situação cotidiana?”; 2ª) Se a resposta anterior foi afirmativa: “Em qual momento você se sentiu ansioso(a)?”; 3ª) “Nesse momento da vida você está passando por alguma situação geradora de ansiedade?” 4ª) Se a resposta anterior foi afirmativa: “Poderia descrever a referida situação?”. Para a manutenção do anonimato, o referido questionário foi repassado aos participantes, juntamente com os demais documentos, dentro de um envelope lacrado.

Outro instrumento utilizado foi o Inventário Beck de Ansiedade (BAI), indicado para sujeitos na faixa etária entre 17 e 80 anos. Para Karino & Laros (2014), a resposta ansiosa depende da percepção da situação como sendo desafiadora e muitos autores conceituam a ansiedade focando, predominantemente, no aspecto cognitivo, que é representado pela “preocupação”. Dentro deste contexto, citam que nas abordagens clínicas o Inventário Beck de Ansiedade, juntamente com a Escala de Ansiedade de Hamilton, são os instrumentos mais utilizados. Gandini et al. (2007), por sua vez, relatam que estudos têm demonstrado a eficácia do Inventário Beck de Ansiedade na avaliação dos níveis de depressão de adolescentes, pânico em universitários e transtornos depressivos maior em pacientes psiquiátricos. O BAI é uma escala de autorrelato que mede a intensidade dos sintomas da ansiedade. Durante o seu processo de criação (Beck et al., 1988) e mesmo durante a sua adaptação e validação para o Brasil (Cunha, 2001), os testes de fidedignidade (confiabilidade) demonstraram excelente replicabilidade e consistência dos escores. A sua validade também se mostrou satisfatória ao serem consideradas as relações observadas entre os escores e os atributos reais que o teste estava mensurando. O BAI é constituído por 21 itens, que são afirmações descritivas de sintomas de ansiedade. Tais afirmações deverão ser consideradas pelo participante do estudo em relação a si mesmo, utilizando uma escala Likert de quatro pontos. As opções de respostas se correlacionam aos seguintes níveis crescentes de gravidade: 0 = Absolutamente não; 1 = Levemente: não me incomodou muito; 2 = Moderadamente: foi muito desagradável, mas pude suportar; e, 3 = Gravemente: dificilmente pude suportar. O escore total (0 a 63 pontos) representa a soma dos escores dos itens e permite a classificação em níveis de intensidade da

ansiedade. Os escores para o estabelecimento dos níveis de intensidade da ansiedade do BAI, de acordo com as normas brasileiras, são os seguintes: Mínimo = 0 a 7; Leve = 8 a 15; Moderado = 16 a 25; e, Grave = 26 a 63.

Além do BAI, utilizou-se o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), composto de duas escalas distintas de autorrelatório, para medir dois conceitos distintos de ansiedade: traço de ansiedade (A-traço) e estado de ansiedade (A-estado). Apesar de originalmente desenvolvido como um instrumento de pesquisa para investigar fenômenos da ansiedade em “adultos típicos” (sem perturbações de ordem psiquiátricas), o IDATE também mostrou ser de grande utilidade para medir ansiedade em estudantes, e em pacientes neuropsiquiátricos, cirúrgicos e de clínica médica (Biaggio & Natalício, 2003). No que se refere ao “Traço”, o IDATE apresenta vinte afirmações e quatro níveis possíveis de resposta. Os vinte itens referem-se a diferenças na tendência de reagir diante das situações apresentadas, numa escala crescente de intensidade (1 a 4 pontos). Para facilitar o seu entendimento, Lira Ferreira et al. (2009), referem-se à ansiedade-traço como um conjunto de características que cada indivíduo traz consigo, que resulta numa maior ou menor disposição de considerar as situações como ansiogênicas. Em relação ao “Estado”, o IDATE também apresenta vinte afirmações e quatro níveis possíveis de resposta. Os participantes, nesse caso, devem indicar como geralmente se sentem em um determinado momento, numa escala crescente de intensidade (1 a 4 pontos). De acordo com Lira Ferreira et al. (2009), a ansiedade-estado está relacionada a um momento ou situação particular, causando um estado emocional transitório. Segundo Agostini, Sakae e Feldens (2011), no caso do IDATE, devem ser considerados os seguintes pontos de corte: até 32 = sem sintomatologia ou ansiedade leve; de 33 a 49 = média sintomatologia; e, acima de 49 = alta sintomatologia.

Portanto, no decorrer da presente pesquisa, tendo por base as ponderações de Karino & Laros (2014), o BAI permitirá uma reflexão mais abrangente sobre os aspectos cognitivos da ansiedade, sobretudo em relação à dimensão “preocupação” dos participantes. O Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), por sua vez, é o instrumento que permitirá as interpretações no contexto da “autoavaliação” dos mesmos.

Análise dos dados

Uma vez definidos os instrumentos, bem como os parâmetros e dimensões à serem mensurados, os dados foram analisados no programa IBM SPSS (Versão 20.0, 2011), fazendo-se uso dos artifícios estatísticos disponíveis. Para os dados sociodemográficos (idade, sexo,

estado civil, procedência regional, grande área referente ao curso do estudante) e resultados dos instrumentos, utilizaram-se análises estatísticas descritivas através de médias, desvios-padrão e análises de frequências. Já as comparações entre os dados obtidos deste estudo foram feitas utilizando-se o Teste de Qui-Quadrado.

Resultados e discussão

Dos 533 participantes do estudo, 333 (62,5%) eram do sexo feminino e, 200 (37,5%), do sexo masculino. Estudantes com idades variando de 17 a 25 anos, em número de 450, correspondiam a, aproximadamente, 84,3 % dos participantes. Os outros 83 participantes (15,7%) encontravam-se distribuídos, em frequências variáveis, com tendência decrescente, por idades que variavam de 26 a 50 anos. No geral, a média das idades dos participantes foi de 22,3 anos (DP = 4,28). Quinhentos e quinze estudantes eram solteiros (96,6%) e, dentre os 18 estudantes restantes, 2,6% (14) se declararam casados, 0,6% divorciados/separados (3) e 0,2% (1) mencionou que convivia em união estável. Em relação à procedência, os participantes eram originários das cinco regiões do Brasil, sendo 511 da Região Sudeste (95,9%), dois da Região Sul (0,4%), oito da Região Nordeste (1,5%), sete da Região Norte (1,3%) e cinco da Região Centro-Oeste (0,9%). Dos 533 participantes da pesquisa, somente 75 (14,1%) optaram por residir nos Alojamentos Universitários.

Neste estudo, a maior representação feminina em relação à masculina não foi por acaso. Dados governamentais (IBGE, 2014; MEC, 2016; MEC, 2017), referentes ao Plano Nacional de Qualificação, do Ministério do Trabalho e Previdência Social, apontam para o fato de que as mulheres são maioria em universidades e cursos de qualificação. Segundo tais pesquisas, a representatividade feminina nas salas de aula cresce em todos os níveis estudantis. Em 2013, por exemplo, as mulheres já representavam 60% dos estudantes matriculados no ensino superior.

Outra constatação, também, de suma importância para a presente pesquisa, é o baixo percentual de estudantes casados (2,6%) ou, em união estável (0,2%). Pesquisas do IBGE (2013) indicam que os brasileiros estão casando cada vez mais tarde, sendo que a idade média dos solteiros, na data do casamento, é de 30 anos para os homens e de 27 anos para as mulheres. Em uma das suas publicações, o Jornal Zero Hora (ZH, 2017) menciona que, no Brasil, as percentagens de homens e mulheres que se casam após os 50 anos têm aumentado: para as mulheres, em 2003 = 7,1% e, em 2013 = 13,3%; para os homens, em 2003 = 10,4% e, em 2013 = 19,4%.

Os números também indicam que a UFRRJ, após as mudanças possibilitadas pelo REUNI, que visou a expansão do acesso ao ensino superior e, a consolidação do recrutamento de novos estudantes com base no ENEM, passou a receber mais estudantes das suas circunvizinhanças. Estudantes do Nordeste e do Norte que, outrora, representavam uma grande massa pensante da Instituição, devem ter se deslocado para outras regiões, uma vez que, na amostra pesquisada, se apresentaram em baixos números (1,5% e 1,3%, respectivamente). Essa configuração distributiva parece resultante dos novos meios de seleção dos universitários que, indiretamente, privilegiam os candidatos regionais, ou seja, aqueles que residem mais próximos à instituição de ensino. Isto se deve, provavelmente, à possibilidade de “ir e vir” dos estudantes oriundos de municípios próximos à UFRRJ que, com uma maior frequência (diariamente, ou aos finais de semana), retornam à casa dos seus pais. Na UFRRJ, os estudantes que fazem uso da moradia estudantil representam, em média, 15% dos seus alunos regularmente matriculados. Na presente pesquisa, os participantes alojados, em número de 75, representavam 14,1% da amostra total. Percebe-se, portanto, que a representatividade desse segmento estudantil foi atendida, mostrando-se satisfatória. Com respeito à questão de residir na moradia estudantil, Melo Cruz et al. (2010) comentam que isto resulta em certa tranquilidade para o estudante. Morar numa casa alugada, com a obrigação do pagamento mensal de um aluguel, acaba se tornando um fator de ordem emocional, com capacidade para elevar os níveis de ansiedade.

Das respostas dos participantes à arguição “Você já se sentiu ansioso(a) diante de uma situação cotidiana?”, correlacionadas ao sexo e à condição de alojado/não alojado, pode-se observar que as três situações que resultaram numa maior carga de ansiedade, em ordem decrescente, foram: os momentos que antecederam as provas e seminários, a percepção de um grande volume de tarefas para ser resolvido e a expectativa provocada por aguardar algo ou alguém. O Teste de Qui-Quadrado detectou diferenças significativas entre os níveis que as situações do dia-a-dia afetam os indivíduos de ambos os sexos ($\chi^2 = 54,5$; $gl = 37$; $p < 0,03$). Os estudantes do sexo masculino demonstraram uma maior ansiedade antes das provas e seminários e diante das experiências de se aguardar, por exemplo, a chegada de uma pessoa ou, até mesmo, de uma encomenda e, de ter que tomar uma decisão. As estudantes, por sua vez, demonstraram relações bem mais complexas no que tange à ansiedade. Sentem-se mais ansiosas do que os representantes do sexo masculino, por exemplo, “diante de muitas tarefas”, “em todos, ou, quase todos os momentos da vida”, “nos relacionamentos sociais em que devem manter a calma”, e, em outras situações.

No caso dos estudantes alojados ou não-alojados ($\chi^2 = 56,7$; $gl = 37$; $p < 0,02$), os primeiros demonstram preocupação, significativamente maior, “diante de muitas tarefas”, em

“todos, ou, quase todos os momentos”, por “diversos motivos”, além de uma maior preocupação com as “questões familiares”. Os não-alojados, por sua vez, ficam mais ansiosos diante das provas e seminários, das avaliações e testes diversos e, da necessidade de manter a calma nos relacionamentos sociais.

Das respostas mais observadas à arguição “Nesse momento da vida, você está passando por alguma situação geradora de ansiedade?”, correlacionadas ao sexo e à condição de alojado/não alojado, destacaram-se: a “expectativa para terminar e/ou ao terminar o curso de graduação” (sem diferença significativa entre os sexos), com 87 respondentes (16,3% da amostra total); ansiedade na “véspera de provas”, com 40 respondentes (7,5% da amostra total); e, vivenciando problemas com o “sistema universitário”, com 37 respondentes (6,9% da amostra total).

No que se refere às comparações entre os sexos, após a utilização do Teste de Qui-Quadrado ($\chi^2 = 53,4$; gl = 34; $p < 0,01$), foi possível perceber que os participantes do sexo masculino preocupam-se, significativamente mais, com as questões financeiras (4,5%), com o término de um relacionamento (4,0%) e, aguardando algo e/ou alguém (2,5%). As representantes do sexo feminino, por sua vez, são, significativamente, mais afetadas pelo “sistema universitário” (9,0%), aproximação das provas (8,1%), acúmulo das tarefas (7,5%), preocupação com a família (4,8%) e, pela vivência de um relacionamento (3,0%).

Em relação aos estudantes alojados e não-alojados, tendo por base os resultados do Teste de Qui-Quadrado ($\chi^2 = 63,9$; gl = 34; $p < 0,001$), de forma significativa, os primeiros demonstram maior preocupação com as “expectativas para terminar e/ou ao terminar o curso de graduação” (29,3%) e, com o “término de um relacionamento” (8,0%), o que é de se esperar, em se tratando de indivíduos em condições de semi-clausura. Os não-alojados, por sua vez, mostram-se mais ansiosos nas vésperas das provas (8,3%), diante do “sistema universitário” (7,6%), devido às questões financeiras (2,8%) e, aguardando algo e/ou alguém (2,4%), dentre outras situações.

Ao serem argüidos se sentiam necessidade de receber atenção psicológica, os participantes da pesquisa, majoritariamente, responderam que sim (67,0%). Diante dos resultados, foi possível perceber que, dentro das Grandes Áreas do Conhecimento, os estudantes das Ciências Agrárias demonstraram maior interesse em receber atenção psicológica. Isto se deve, possivelmente, às grandes demandas apresentadas pelos cursos de Zootecnia (86,7%), Engenharia Agrícola (83,3%) e da Medicina Veterinária (75,0%). Após a utilização do Teste de Qui-Quadrado ($\chi^2 = 29,3$; gl = 3; $p < 0,000$), foi possível constatar que as mulheres se

mostraram, significativamente, mais interessadas em receber atenção psicológica do que os homens (72,1% e 58,5%, respectivamente).

A Tabela 1 apresenta a distribuição numérica e percentual dos participantes da pesquisa, em função dos níveis de ansiedade e do sexo, a partir da aplicação do BAI.

Tabela 01: Distribuição numérica e percentual dos participantes da pesquisa, em função dos níveis de ansiedade e do sexo, a partir da aplicação do BAI.

Nível	Sexo		Total
	Masculino	Feminino	
Mínimo (0 a 7)	58* (29,0%)	48 (14,4%)	106 (19,9%)
Leve (8 a 15)	69* (34,5%)	99 (29,8%)	168 (31,5%)
Moderado (16 a 25)	40 (20,0%)	85* (25,5%)	125 (23,5%)
Grave (26 a 63)	33 (16,5%)	101* (30,3%)	134 (25,1%)
Total	200 (100%)	333 (100,0%)	533 (100,0%)

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

*Significativo, ao nível de 95% de probabilidade, pelo Teste de Qui-Quadrado.

Conforme se constata na Tabela acima, os quatro níveis de ansiedade se apresentaram em valores percentuais que variaram de 14,4% a 34,5%. Quando os níveis de ansiedade foram correlacionados ao sexo, por meio do Teste de Qui-Quadrado, foram verificadas diferenças significativas ($\chi^2 = 2,54$; $gl = 3$; $p < 0,000$), indicando que as mulheres são, significativamente, mais acometidas pela ansiedade do que os homens. Considerando-se que, para o sexo masculino, 63,5% dos participantes apresentaram níveis mínimo e leve de ansiedade, somente 36,5% corresponderam aos níveis moderado e grave. Os dois níveis superiores (moderado e grave), por sua vez, foram alavancados pelos significativos índices correspondentes, observados para o sexo feminino. Isto denota a possibilidade de que as mulheres, quando comparadas com os homens, podem apresentar sintomas mais graves de ansiedade, corroborando com os resultados encontrados por Melo Cruz et al. (2010) e Rodrigues e Pelisoli (2008). Os escores médios do BAI, relativos aos níveis de ansiedade dos representantes dos cursos de graduação da UFRRJ, variaram de mínimo a grave. De um total de 31 cursos de graduação avaliados, 2 (dois) se enquadraram no nível mínimo de ansiedade, 11 (onze) no nível leve, 17 (dezessete) no nível moderado e 1 (um) no nível grave. O escore médio do BAI, para os 31 cursos, ou seja, para os 533 participantes da pesquisa, foi de 17,75 (DP = 11,51),

denotando que, no geral, a ansiedade média dos estudantes da UFRRJ manteve-se no nível moderado (escore de 16 a 25).

Entre os sintomas que compõem o Inventário Beck de Ansiedade (BAI), os cinco mais referenciados e valorizados pelos participantes da pesquisa, em ordem decrescente de frequência, foram: Nervoso (Média = 2,73 e Desvio Padrão = 0,92); Medo que aconteça o pior (M = 2,65 e DP = 1,03); Incapaz de relaxar (M = 2,63 e DP = 0,97); Palpitação ou aceleração do coração (M = 2,18 e DP = 0,98); Medo de perder o controle (M = 2,09 e DP = 1,08). Como pode ser observado, o fato de estar “Nervoso” prevaleceu como o sintoma mais importante, com a pontuação média de 2,73 (0,92). É válido ressaltar que, no BAI, a pontuação equivalente a 3 (três) representa o nível mais grave de ansiedade, cujos sintomas são difíceis de suportar.

A Tabela 2 apresenta a distribuição numérica dos participantes da pesquisa, em função dos níveis de ansiedade-traço e do sexo, a partir da aplicação do IDATE-TRAÇO.

Tabela 02 Distribuição numérica dos participantes da pesquisa, em função dos níveis de ansiedade-traço e do sexo, a partir da aplicação do IDATE-TRAÇO.

Sexo	Média Sintomatologia (33 a 49)	Alta Sintomatologia (50 a 80)	Total
Masculino	130* (65,0%)	70 (35,0)	200 (100,0%)
Feminino	175 (52,6%)	158* (47,4%)	333 (100,0%)
Total	305 (57,2%)	228 (42,8%)	533 (100,0%)

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

*Significativo, ao nível de 95% de probabilidade, pelo Teste de Qui-Quadrado.

Não foi detectado nenhum indivíduo com escore dentro do intervalo de 20 a 32, classificado como “Sem Sintomatologia” de ansiedade-traço. A partir da utilização do Teste de Qui-Quadrado ($\chi^2 = 7,9$; gl = 1; $p < 0,005$), foi possível perceber, em valores estatisticamente significativos, que os representantes do sexo masculino apresentaram o menor nível sintomatológico de ansiedade (Média Sintomatologia), quando comparados com as representantes do sexo feminino (Alta Sintomatologia). Este resultado corrobora com os observados por Melo Cruz et al. (2010) e Rodrigues e Pelisoli (2008). Face ao exposto e, dentro do presente contexto, os participantes do sexo feminino (estudantes universitárias da UFRRJ), possivelmente, sejam os que manifestam a maior probabilidade de exibir traços de ansiedade.

Entre os sintomas de cunho negativo que são apresentados pelo IDATE-TRAÇO, os cinco mais referenciados e valorizados pelos participantes da pesquisa, em ordem decrescente de frequência, foram: Fico tenso e perturbado quando penso nos meus problemas do momento

(M = 2,78 e DP = 0,97); Deixo-me afetar muito pelas coisas (M = 2,75 e DP = 1,02); Às vezes, ideias sem importância entram na minha cabeça e me preocupam (M = 2,66 e EP = 1,04); Preocupo-me demais com coisas sem importância (M = 2,60 e DP = 1,02); Canso-me facilmente (M = 2,58 e DP = 0,93). Como pode ser observado, o fato de “Ficar tenso e perturbado quando penso nos meus problemas do momento” prevaleceu como o sintoma mais importante, com a pontuação média de 2,78 (0,97). É válido ressaltar que, na escala utilizada pelo IDATE-TRAÇO, a maior pontuação equivale a 4 (quatro), que expressa a situação em que os sintomas se manifestam “quase sempre”.

A Tabela 3 apresenta a distribuição numérica dos participantes da pesquisa, em função dos níveis de ansiedade-estado e do sexo, a partir da aplicação do IDATE-ESTADO.

Tabela 03: Distribuição numérica dos participantes da pesquisa, em função dos níveis de ansiedade-estado e do sexo, a partir da aplicação do IDATE-ESTADO.

Nível de Ansiedade	Masculino	Feminino	Total
Sem Sintomatologia (20 a 32)	4 (2,0%)	10 ^{ns} (3,0%)	14 (2,6%)
Média Sintomatologia (33 a 49)	165 ^{ns} (82,5%)	271 (81,4%)	436 (81,8%)
Alta Sintomatologia (50 a 80)	31 (15,5%)	52 ^{ns} (15,6%)	83 (15,6%)
Total	200 (37,5%)	333 (62,5%)	533 (100,0%)

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

ns: Não significativo, ao nível de 95% de probabilidade, pelo teste de Qui-Quadrado.

Utilizando-se o Teste de Qui-Quadrado, foi possível perceber que, nesse caso, não houve diferença significativa entre os níveis de ansiedade-estado dos participantes, em função do sexo. Pode-se inferir, portanto, que o enfrentamento das situações ansiogênicas, consideradas passageiras, ocorreu de forma igualitária para homens e mulheres. Isto, independentemente, do fato deste ou daquele apresentar “traços” de ansiedade atrelados à sua personalidade.

Entre os sintomas de cunho negativo que são apresentados pelo IDATE-ESTADO, os cinco mais referenciados e valorizados pelos participantes da pesquisa, em ordem decrescente de frequência, foram: Sinto-me ansioso (M = 2,65 e DP = 0,96); Estou preocupado (M = 2,60 e DP = 0,94); Estou preocupado com possíveis infortúnios (M = 2,45 e DP = 0,95); Estou tenso (M = 2,32 e DP = 0,89); Sinto-me nervoso (M = 2,32 e DP = 0,91). É válido ressaltar que, na

escala utilizada pelo IDATE-ESTADO, a maior pontuação equivale a 4 (quatro), que expressa a situação em que os sintomas se manifestam “Muitíssimo”.

Em um estudo conduzido por Rodrigues e Pelisoli (2008), foi mencionada a importância da maior compreensão do meio acadêmico e do cotidiano de um universitário. Tais conhecimentos poderão auxiliar psicólogos, psiquiatras e outros profissionais, para atuarem com maior segurança e eficácia, contribuindo de forma mais evidente em relação aos jovens e aos seus familiares. A adoção do Questionário Estruturado foi primordial para o norteamento da pesquisa. Ao se ter acesso às questões que, possivelmente, conduzirão os estudantes em direção à ansiedade, mecanismos de prevenção mais eficientes poderão ser desencadeados. Desta forma, uma rede de informações poderá ser gerada antes, durante e, principalmente, após a aplicação dos instrumentos validados. Sem a inclusão do Questionário Estruturado, dificilmente se chegaria à constatação, por exemplo, de que o estudante sente-se ansioso por “achar que o tempo não será suficiente para executar as suas tarefas” ou, devido à “Expectativa para / ao terminar o curso”. A propósito, Melo Cruz et al. (2010) constataram que existe uma correlação altamente significativa entre as expectativas do estudante universitário para terminar o curso e/ou ao terminar o curso de graduação e a ansiedade. Mais improvável, ainda, concluir que “aguardar algo e/ou alguém” seja motivo suficiente para levar um indivíduo a um grave nível de ansiedade. Também, há necessidade de alguma reflexão, ao se constatar que, alguns estudantes, devido ao que quer que seja, percebem na “escolha da roupa que irá vestir”, no “penteadado que irá adotar”, na “constatação de que irá ganhar um vídeo-game”, ou “numa situação relacionada ao seu ídolo”, fortes motivos para ingressar num sério processo em direção à ansiedade. Em relação a estes casos, especificamente, uma hipótese a ser refletida é sobre a compreensão (ou falta dela), destes estudantes sobre o que é ansiedade.

Ao serem questionados sobre a percepção de que alguma interpelação deixou de ser feita, um número considerável de participantes (12,0%) deixou a sua contribuição à pesquisa. Nessa oportunidade, também, foi possível perceber certa angústia que aflige aos estudantes, refletida nas carências apontadas, tais como: faltou “falar sobre depressão”, “falar sobre suicídio”, “abordar o uso de medicamentos, além de drogas lícitas e ilícitas, para amenizar os efeitos da ansiedade”, “falar sobre a forte pressão que os estudantes sofrem para concluir, rapidamente, o curso de graduação”, dentre outras.

A sobreposição das informações, principalmente, depois da aplicação dos instrumentos, favoreceu o entendimento do quão difícil é, para o estudante universitário contemporâneo, suportar as crises de ansiedade. Pelas falas e pelos fatos, quase sempre, pode-se chegar à seguinte situação: um jovem adulto desorientado; recém desmembrado da casa dos pais; num

estalar de dedos, desaparecem os familiares e os amigos; com poucos recursos financeiros; e, sem a mínima experiência para o que a vida requer. Um sujeito que despenca dentro de um sistema burocrático, que lhe exige muito além do que as condições oferecidas permitem; e, cercado por outros indivíduos igualmente perdidos. Pinho (2016) comenta que, em função das políticas públicas, os alunos ingressam cada vez mais jovens no ensino superior. São cobrados pela definição da sua futura profissão, mudam seus papéis, sonhos, idealizações e, perdem o contato com a família, amigos e relacionamentos afetivos. Algumas instituições de ensino superior já perceberam isto e demonstram certa preocupação com os aspectos psicológicos dos seus discentes, procurando direcionar a atenção para esta causa. Lira Ferreira et al. (2009) ressaltam que, ao ingressarem na faculdade, os estudantes são submetidos a uma grande carga de estresse, devido a longos períodos de estudo, além das cobranças dos professores e familiares. Nestas circunstâncias que, na verdade, representa a passagem de uma fase de desenvolvimento para outra, pode ocorrer o agravamento do seu estado de ansiedade.

Na UFRRJ, participantes de quase todos os cursos demonstraram interesse em receber atenção psicológica. Entretanto, os cursos que demonstraram maior interesse neste sentido foram os vinculados às Ciências Agrárias. As altas demandas apresentadas pela Zootecnia (86,7%), Engenharia Agrícola e Ambiental (83,3%) e Medicina Veterinária (75,0%), podem ter alavancado esse interesse. Normalmente, os estudantes associam as grandes exigências do “sistema universitário” e, as dificuldades no meio familiar e no âmbito financeiro, à sua necessidade de ser amparado psicologicamente. Pereira, Schmitt, Buchalla, Reis e Aldrighi (2009), ressaltam que as dificuldades financeiras e o nível sócio-econômico, realmente, representam fatores determinantes e potenciais geradores de ansiedade. Altas demandas por atenção psicológica podem surgir, por exemplo, das dificuldades para acompanhar o ritmo de uma disciplina; para suportar as elevadas exigências de um determinado professor; e, para cicatrizar as feridas provocadas pelo término de um relacionamento amoroso. Surgem, também, para amenizar a dor da perda de um ente querido; e, para ajudar na aceitação de um tumor maligno, detectado no próprio corpo ou, no de um familiar amado. Em quaisquer circunstâncias, Pinho (2016) cita que, proporcionalmente, as estudantes procuram duas vezes mais ajuda psicológica do que os estudantes. Isto se deve, possivelmente, à maior facilidade de comunicação e menor resistência em pedir apoio das mulheres.

No presente estudo, os resultados demonstraram que os universitários mostram-se menos ansiosos do que as universitárias. Enquanto os homens se notabilizaram pelos níveis mínimo (BAI), leve (BAI) e, quando muito, médio (IDATE-TRAÇO) de ansiedade, as mulheres se destacaram nos níveis moderado (BAI), grave (BAI) e alto (IDATE-TRAÇO).

Parece que as mulheres, conforme enunciado por Melo Cruz et al. (2010), manifestam índices mais elevados de ansiedade social, apresentando, principalmente, ansiedade-traço significativamente superior. Segundo os mesmos autores, ao se tratar da ansiedade-estado, as mulheres, também, apresentam escores significativamente maiores do que os homens, fato não confirmado na presente pesquisa. Carvalho, Farah e Galdeano (2004) salientam que a ansiedade-estado, quando evidenciada, não deve ser ignorada, pois pode prejudicar o desempenho do estudante universitário e, interferir negativamente em termos emocionais. Nesse caso, o papel do professor, observando e orientando o aluno, é primordial.

Tendo por base os níveis de ansiedade estimados pelo BAI, os estudantes da UFRRJ vêm manifestando um nível moderado de ansiedade. Isto, obviamente, expressa a necessidade de uma atenção psicológica. Stallard (2010) afirma que os estudantes ansiosos tendem a subestimar a sua própria competência e habilidades, o que resulta em decréscimos significativos na produção acadêmica. De acordo com Carvalho et al. (2004), a ansiedade, até certo ponto, é benéfica para os estudantes universitários, pois funciona como mola propulsora, estimulando e motivando. Porém, deve ser mantida em níveis adequados, não podendo ser ignorada.

Para Rezende et al. (2008), os jovens universitários, em geral, são mais susceptíveis a alterações emocionais, devido à própria condição social a que estão expostos. Interessante é que já se sentem maduros biologicamente para serem socialmente adultos, mas, comportam-se como adolescentes, uma vez que devem cumprir um longo ritual de iniciação, até serem liberados para os papéis a que estão destinados (Rezende, Abrão, Coelho & Passos, 2008).

Considerações finais

Deve-se frisar que a ansiedade é um sentimento frequente, que faz parte das emoções sentidas pelos jovens universitários. O jovem adulto universitário, notadamente, está envolvido em um intenso processo de desenvolvimento psicossocial. Assim sendo, encontra-se mais susceptível a situações de mal-estar e a desencadear emoções como a ansiedade. Além disso, no ambiente universitário, situações como as provas, apresentação de seminários, relacionamentos compulsórios, dentre outras, podem funcionar como agentes provocadores de ansiedade.

Numa próxima empreitada, em continuidade à presente pesquisa, talvez fosse interessante incluir no Questionário Estruturado uma pergunta, como: “Na condição de estudante universitário, para além das provas e seminários, o que mais lhe incomoda e deixa

ansioso?” Isto poderia evitar, em parte, a tendência natural dos estudantes de se reportarem à questão das cobranças pontuais e das apresentações públicas.

Em função dos testemunhos dos estudantes, percebe-se que os elevados níveis de ansiedade que, em alguns casos, se manifestam “o tempo todo”, prejudicam sobremaneira o rendimento do universitário. Muitas vezes, em função de uma ansiedade sem controle, provas deixam de ser realizadas e tarefas acadêmicas deixam de ser cumpridas. Isto, certamente, dependendo da frequência em que ocorre, pode resultar em prejuízos que transcendem a individualidade, atingindo a Instituição como um todo.

Situações altamente relevantes são citadas pelos estudantes como possíveis desencadeadoras de ansiedade. Dentre estas encontram-se, além das provas e seminários, as seguintes: “Expectativa para / ao terminar o curso”, “Por achar que o tempo não será suficiente para executar as tarefas”, “Nos relacionamentos sociais, em que devo manter a calma”, “Antes de entrevistas”, “Por questões relacionadas à família”, “Muitas tarefas acumuladas”, “Professores muito rigorosos”, e outras. Por outro lado, situações sem muita relevância ou incomuns, pelo menos, para a maioria da população universitária, também são relacionadas como provocadoras de ansiedade. Dentre estas, podem ser mencionadas: “Esperando por algo e/ou alguém”, “Ter que viver”, “Por ter tomado uma decisão errada”, “Por uma situação relacionada ao meu ídolo”, “Por medo de cobras”, “Por medo de abelhas”, “Pensando numa situação traumática e/ou na morte”, “Antes das aulas”, “Vontade de comprar alguma coisa”, “Quando estou fazendo algo e percebo que as pessoas estão torcendo por mim”, “Quando perco algum objeto”, “Quando descobri que iria ganhar um Play 2”, “Quando percebo que as pessoas estão olhando para mim”, e outras. Valer mencionar que, mesmo diante da evidente deficiência no contexto da segurança pública, com muitos casos de violência chegando ao conhecimento da sociedade, poucas foram as citações nesta direção.

Seis participantes da pesquisa (1,1%) se manifestaram propensos a “trocar de curso”. Atestaram que, têm dúvidas de estar no curso certo e, que isto é motivo mais do que suficiente para gerar ansiedade. Porém, alguns esbarram na vontade dos pais, e essa ansiedade tende a aumentar. Assim sendo, há de considerar a possibilidade da atenção psicológica antes mesmo do ingresso na universidade. É importante que as Escolas de 2º grau sejam orientadas e incentivadas a aplicar testes vocacionais, para que os seus alunos possam optar por cursos com os quais, realmente, apresentam afinidade. Caso contrário, corre-se o risco de envolvimento com uma formação acadêmica, cujo potencial para levar à ansiedade é maior do que para gerar satisfação.

No presente trabalho de pesquisa, um número significativo de estudantes (67,0%) demonstrou interesse em submeter-se a um acompanhamento psicológico. Se forem incluídos os estudantes que “às vezes” têm interesse (0,6%) e os que já estão sob atenção psicológica (7,3%), ter-se-á um contingente de 74,9% de voluntários. Isto, por si só, justifica um movimento interno, bem organizado, no sentido da unificação dos setores já existentes e, busca pela complementação dos recursos humanos, físicos e financeiros, para possibilitar o atendimento de todos os interessados. Na UFRRJ, é urgente e, plenamente justificável, a criação de um setor para o atendimento psicológico, exclusivamente, das mulheres que apresentaram, em média, níveis mais elevados de ansiedade do que os homens (BAI - Grave = 30,7% e 16,5%, respectivamente; e, IDATE-TRAÇO - Alta Sintomatologia = 47,4% e 35,0%, respectivamente).



REFERÊNCIAS

- Agostini, P., Sakae, T. M., & Feldens, V. P. (2011). Prevalência de sintomas ansiosos em pacientes em consultório de anestesia de Tubarão. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, 40(1), 52-56.
- Almondes, K. M., & Araújo, J. F. (2003). Padrão do ciclo sono-vigília e sua relação com a ansiedade em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 8(1), 37-43.
- Alves Gama, M. M., Moura, G. S., Araújo, R. F., & Teixeira Silva, F. (2008). Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Rev. de Psiquiatria do RS*, 30(1), 19-24.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety. Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-897.
- Biaggio, A. M. B., & Natalício, L. (2003). *IDATE: Inventário de Ansiedade Traço-Estado*. Manual. CEPA.
- Binelli, C., Ortiz, A., Muñoz, A., Gelabert, E., Ferraz, L., Filho, A. S., Crippa, J. A. S., Nardi, A. E., Subirà, S., & Martín-Santos, R. (2012). Eventos negativos na infância e ansiedade social em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 34(1), 569-580.
- Carvalho, R. de, Farah, O. G. D., & Galdeano, L. E. Níveis de ansiedade de alunos de graduação em enfermagem frente à primeira instrumentação cirúrgica. (2004). *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 12(6), 918-923.
- Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., & Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 10(3), 413-420.
- Cervinski, L. F., & Enricone, J. R. B. (2012). Percepção de calouros universitários sobre o processo de adaptação ao sair da casa dos pais para estudar. *Perspectiva*, 36(136), 101-110.
- Cunha, J. A. (2001). *Manual da versão em português das Escalas Beck*. Manual. Casa do Psicólogo.
- Farias, S. M. C., Vieira, T. A., Pereira, M. O., & Oliveira, M. A. F. (2010). Análise epistemológica da depressão e a ocorrência do processo na vida do enfermeiro. *Revista Enfermagem*, 4(2), 882-888.
- Ferreira da Silva, J., & Emanuel Pereira, M. (2009). Ameaça dos estereótipos no desempenho intelectual de estudantes universitários cotistas. In: Lordêlo, J. A. C., & Dazzani, M. V. (Orgs.) *Avaliação Educacional: desatando e reatando os nós (online)*. EDUFBA.
- Guimarães, A. M. V., Silva Neto, A. C., Vilar, A. T. S., Almeida, B. G. C., Albuquerque, C. M. F., & Feroseli, A. F. O. (2015). Transtornos de ansiedade: um estudo de prevalência sobre as fobias específicas e a importância da ajuda psicológica. *Ciências Biológicas e da Saúde*, 3(1), 115-128.
- Hutz, C. S., & Bardagir, M. P. (2006). Indecisão profissional, ansiedade e depressão na adolescência: a influência dos estilos parentais. *Psico-USF*, 11(1), 65-73.

- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2013). *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio: Idade média dos solteiros, na data do casamento* (Portal Brasil). <http://www.brasil.gov.br>
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2014). *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio: Mulheres na universidade* (Portal Brasil). <http://www.brasil.gov.br>
- Japiassu, H. F. *Introdução ao pensamento epistemológico - Epistemologia Crítica* (1979). 3 ed. Francisco Alves Editora, p. 135-158.
- Jatobá, J. D. V. N., & Bastos, O. (2007). Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 56(3), 171-179.
- Karino, C. A., & Laros, J. A. (2014). Ansiedade em situações de prova: evidências de validade de duas escalas. *Psico-USF*, 19(1), 23-36.
- Lira Ferreira, C., Almondes, K. M., Braga, L. P., Mata, A. 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 e Saúde Coletiva*, 14(3).
- Lopes, A. P., & Rezende, M. M. (2013). Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em adolescentes. *Estudos de Psicologia*, 30(1), 49-56.
- Matos, A. M., Carvalho, R. C., Costa, M. C. O., Gomes, K. E. P. S., & Santos, L. M. (2010). Consumo freqüente de bebidas alcoólicas por adolescentes escolares: estudo de fatores associados. *Revista Brasileira Epidemiol.*, 13(2), 302-313.
- Maura Pereira, S., & Moura Lourenço, L. (2012). O estudo bibliométrico do transtorno de ansiedade social em universitários. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 64(1), 47-63.
- MEC - Ministério da Educação e Cultura. (2017). *Cresce a presença feminina em todos os níveis de ensino* (Portal Brasil). <http://www.mec.gov.br>
- MEC - Ministério da Educação e Cultura. (2016). *Mulheres são maioria em universidades e cursos de qualificação* (Portal Brasil). <http://www.mec.gov.br>
- Melo Cruz, C. M. V., Romão Pinto, J., Almeida, M., & Aleluia, S. (2010). *Ansiedade nos estudantes do ensino superior: um estudo do 4º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem da Escola Superior de Saúde de Viseu*. *Revista Millenium*, 38. <http://hdl.handle.net/10400.19/305>
- Oliveira, M. A., & Duarte, A. M. M. (2004). Controle de respostas de ansiedade em universitários em situações de exposições orais. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 6(2), 183-200.
- Osse, C. M. C., & Costa, I. I. (2011). Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estudos de Psicologia*, 28(1), 115-122.
- Paes, F. A. A. (2009). *Metrologia e Psicometria: avaliação das Escalas de Hamilton e Beck para depressão e ansiedade*. [Dissertação de Mestrado]. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

- Pereira, W. M. P., Schmitt, A. C. B., Buchalla, C. M., Reis, A. O. A., & Aldrighi, J. M. (2009). Ansiedade no climatério: prevalência e fatores associados. *Rev. Bras. Crescimento e Desenvolvimento Humano*, 19(1), 89-97.
- Pinho, R. (2016). Caracterização da clientela de um programa de atendimento psicológico a estudantes universitários. *Psicologia, Conocimiento y Sociedad*, 6(1), 114-130.
- Rezende, C. H. A., Abrão, C. B., Coelho, E. P., & Passos, L. B. S. (2008). Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 32(3), 315-323.
- Rodrigues, D. G., & Pelisoli, C. (2008). Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. *Rev. Psiq. Clín.*, 35(5), 171-177.
- Silva Santos, S. J. (2016). A ansiedade e o estresse dos alunos universitários. *Psicopedagogia On Line*, Portal da Educação e Saúde. http://www.psicopedagogia.com.br/new1_artigo.asp?entrID=1910
- Stallard, P. (2010). *Ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens*. Artmed.
- ZH - Zero Hora. (2017). *Vida e Estilo - Brasileiros estão casando cada vez mais tarde*. <http://www.zerohora.com.br>

