

## A ansiedade em discentes no ensino superior: o papel da Psicologia no acolhimento e cuidado em saúde

### Anxiety in Higher Education Students: The Role of Psychology in Support and Healthcare

DOI 10.5281/zenodo.12741225

Charles Magalhães de Araújo<sup>1</sup>

46

**Resumo:** O presente estudo buscou refletir sobre os níveis de ansiedade entre estudantes do ensino superior. Efetuando uma pesquisa tendo como objetivo investigar o transtorno de ansiedade em estudantes universitários. O estudo foi realizado por meio de revisão bibliográfica sendo realizado busca de artigos das bases de dados de em Ciências da Saúde sendo consultadas bases de dados: (LILACS), Pub Med, Scientific ectronic Library Online (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVSBIREME). Para reflexão e elaboração dos dados foram utilizadas três passos: pré-análises, leitura exploratória de todos os artigos encontrados, inquirição de todo o material alcançado, consignação da importância, dedução, explicações das informações. Espera-se que com essa investigação possamos demonstrar o nível de ansiedade e stress que sempre acomete os acadêmicos, bem como a importância do psicólogo no atendimento aos estudantes universitários com o propósito de colaborar para que surjam mais produções sobre o tema na área acadêmica.

**Palavras-chave:** Ansiedade, Estudantes Universitário, Estresse

**Abstract:** The present study sought to reflect on the levels of anxiety among higher education students. Conducting a research with the aim of Investigating anxiety disorder in college students. The study was carried out by means of a bibliographic review, with a search for articles in the Health Sciences databases, and databases were consulted: (LILACS), Pub Med, Scientific ectronic Library Online (SCIELO), Virtual Health Library (BVSBIREME). For reflection and elaboration of the data, three steps were used: pre-analysis, exploratory reading of all the articles found, inquiry of all the material obtained, assignment of importance, deduction, explanations of the information. It is hoped that with this investigation we can demonstrate the level of anxiety and stress that always affect academics, as well as the importance of the psychologist in attending to university students in order to collaborate so that more productions on the subject in the academic area arise.

<sup>1</sup> Mestre em Ciências Sociais pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU) e graduado em Psicologia pela Sociedade de Ensino Superior de Patos de Minas (SESPA). Docente da Faculdade Cidade de Coromandel nos cursos de Psicologia e Medicina Veterinária, Psicólogo na Secretaria de Justiça e Segurança Pública (SEJUSP/MG) – Presídio Sargento Jorge. E-mail: charles.de.araujo@gmail.com

Recebido em: 19/04/2024

Aprovado em: 14/07/2024

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*



**Keywords:** Anxiety, University Students, Stress

## 1 INTRODUÇÃO

O período da universidade estabelece uma fase da vida em que a maior parte dos estudantes é adolescente ou um adulto jovem, o que sugere que eles representam uma população em que as concepções de vida são solidificadas, a idade na qual são vislumbradas, das as novas perspectivas são assumidas encargos sociais e acréscimo das pressões psicossociais, que podem ter como resultado maior fragilidade estando mais susceptíveis a distúrbios psicossociais, tais como a ansiedade.

Todas as pessoas sentem ansiedade em certo estágio de sua vida, isso é assinalado por uma impressão de inquietação longa, desagradável, que se exprime pela inaptidão de permanecer assentado ou de pé por um período e frequentemente seguido de sinais vegetativos, como dor de cabeça, sudorese, taquicardia, compressão no peito, mal-estar, dor de estômago e perturbação. Numa condição ambulatorial normal, é um sintoma que requer alerta sobre uma ameaça iminente e comporta que o indivíduo assuma medidas para suportar esse perigo.

No presente estágio da vida moderna, a coletividade adota uma realidade comum a todos. Há uma modificação nos costumes de viver que ser positiva ou impresumível. Ocorrem constantes variações no dia a dia: na vida social e econômica, emocional, cultural e política, e tais circunstâncias geram ansiedade, depressão, enfermidades psicossomáticas, estresse, falhas no conhecimento e no rendimento escolar (CARDOSO *et al.*, 2016).

A ansiedade é um experimento humano geral, causada pela presença do receio, conflito, inquietação, perturbação e desastre transitório. Transtorno de ansiedade é distinguido por um anseio impetuoso genérico, estresse, fraquezas, síndrome do pânico, e transtornos múltiplos. Assim, acontece tanto pela resposta orgânica natural, quanto pelas enfermidades autoimunes, do mesmo modo como maus funcionamentos gastrintestinais, asma, moléstias da artéria coronária. (SILVA *et al.*, 2012).

Conforme Rodrigues *et al*, 2019, os principais acontecimentos de transtornos mentais, acontece na formação acadêmica, quando os estudantes apresentam idades entre 18 e 25 anos, uma vez esta etapa é assinalada por múltiplos desafios. E entre estes desafios é a passagem do ensino médio para o ensino superior. Nesta fase, a consternação na vida acadêmica, ocasiona situações que proporcionam o aparecimento do estresse, que dá origem inquietações e problemas no

aprendizado, que na maioria das vezes comprometem o desempenho acadêmico. (CARDOZO *et al.*, 2016).

Nesse contexto, a atmosfera universitária motiva um panorama desgastante que pode ocasionar transtornos apreensivos nos estudantes. Assim sendo, este estudo apresentou como problemática: Como se dá o aparecimento e quais as causas de ansiedade em estudantes do Curso Superior? Tendo como objetivo investigar o transtorno de ansiedade em estudantes universitários, definir o que é transtorno de ansiedade, analisar os fatores que ocasionam desencadeamento do transtorno de ansiedade em estudantes do ensino superior e enfatizar o papel do psicólogo no atendimento desses estudantes.

Assim, o trabalho é relevante, pois é importante averiguar os fatores de risco que colaboram para o desenvolvimento da ansiedade, nesta população. A compreensão de tais fatores poderá colaborar com atuações educacionais, tendo em vista diminuir a incidência de ansiedade entre os alunos.

## 2 UM RESGATE HISTÓRICO DA SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE DO ENSINO SUPERIOR

Saúde mental, para Braga *et al.* (2017), se refere ao comedimento emocional em meio as precisões e as reivindicações ou experiências exteriores do sujeito. Diz respeito à disposição de conduzir a própria vida e seus anseios em meio a as variadas circunstâncias, na procura de viver em um procedimento harmônico em relação a tudo o que precisa fazer no seu dia a dia, sem abandonar aquilo que gosta.

A apreensão em relação à saúde mental do universitário começou nos Estados Unidos, por volta do século XX, ocasião em que foi detectado nesse grupo enfrentamento de instabilidades psicológicas, sendo a universidade na qual estão cursando responsável por ajudá-los nesse processo, através de adequado subsídio psicológico e, se necessário psiquiátrico (CERCHIARI *et al.*, 2005).

No Brasil, a ação de precaução à saúde mental dos estudantes ocorreu em 1957, por meio da concepção do Primeiro Serviço de Higiene Mental e Psicologia criado na Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Pernambuco, com a intenção de proporcionar amparo psiquiátrico e psicológico universitários, destinado primeiramente, aos alunos do curso de Medicina. As primeiras divulgações brasileiras em relação a essa área, estas foram constatadas

a partir dos resultados obtidos por Pacheco *et al.* (2017) em estudos que realizara com acadêmicos do 4º ano do curso de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

Vários estudos têm desvendado elevada prevalência de transtornos mentais entre universitários, quando confrontados à população como um todo. Os primeiros acontecimentos de transtornos mentais aparecem no princípio da idade adulta, ocasião que na maioria das vezes coincide com o começo da vida acadêmica, nos períodos entre 18 e 25 anos. O ingresso à universidade acarreta grandes transformações à vida do estudante. A saída do ensino médio e ingresso no ensino superior põe o estudante ante numerosos desafios. (PADOVANI *et al.*, 2014).

Padovani *et al.* (2014) destaca ainda a acuidade de aprofundar os estudos sobre a vulnerabilidade e comodidade psicológica dessa população, por motivo dos sinais e presságios apontadores de stress, *burnout*, angústia e esmorecimento que foram deparados nesse grupo. Os autores ponderaram que desde a entrada na instituição, o aluno necessita de recursos intelectuais e emotivos complicados para conviver com as questões do novo ambiente, ainda precisa de uma organização social de base que o ajude nesse enfrentamento.

De acordo com Decreto nº 7.234 de 19 de julho de 2010 em seu art. 2º a Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) opera com os desígnios de democratizar as qualidades de continuação dos jovens no Ensino Superior quer seja público, federal ou privado; diminuir as consequências das disparidades sociais e regionais na conservação e término da Educação Superior; diminuir as percentagens de retenção e abandono; e, colaborar para a elevação da inclusão social em função da educação (BRASIL, 2010). Assim, a (PNAES) institui a fundamental ferramenta de gestão das demandas vinculadas à cautela psicossocial dos universitários.

### **3 A ANSIEDADE E OS FATORES DE ADOECIMENTO RELACIONADOS AO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO**

A ansiedade pode ser conceituada como sendo resposta do organismo indispensável para encarar circunstâncias que põem o sujeito em ameaça e na maioria das vezes está coligada ao receio, se assinalando por crise e desconforto perante alguma coisa estranha ou ignorada (GOMES *et al.*, 2013).

De acordo com Gomes *et al.*, (2016) para caracterizá-la, é de suma importância destacar que todos os pessoa podem ter ansiedade em alguma ocasião da vida, o que a distingue como

patológica é o excesso ou desconformidade ao estímulo oferecido ou, além disso, um grande nível de desarmonia em analogia ao que realmente se acredita que sejam capazes pessoas de uma determinada idade, sendo deliberada como um situação emocional com elementos biopsicossociais que comprometem o indivíduo no decorrer de seu desenvolvimento. .

Revelada pelos sujeitos ante ocasiões estressantes, a ansiedade pode ser considerada como alguma coisa favorável quando pautada ao mecanismo de combate ou escapula, acontecendo quando o sistema nervoso central difunde “[...] adrenalina e hormônios corticoides na corrente sanguínea[...]”(SAMPAIO *et al.*, 2013, p. 556)”; entretanto, essa impressão, por causa deste mesmo mecanismo, pode ainda, originar inquietações nos sinais fundamentais á vida, como acréscimo da pressão arterial, sudorese, pulsações, calafrios, náusea, aumento da periodicidade respiratória e cardíaca.

Conforme Galvão (2013), os transtornos mentais têm se tornando dificuldades comuns em relação à saúde em todo o mundo, uma vez que cooperam de modo ressaltante para a carga das enfermidades, tanto pela constância que sucedem os indícios, quanto pelo nível em que implicam na capacidade operacional dos indivíduos e a sua condição de vida.

Vasconcelos *et al.* (2015) comentam que estima-se que de 15% a 25% dos educandos universitários apresentam um certo tipo de transtorno psiquiátrico enquanto que para Cardozo *et al.*, (2016), na busca a sua formação universitária sendo que aproximadamente de 15 a 29% podem deparar com transtorno de ansiedade no período de sua formação acadêmica

Dalgalorrondo (2008) explica que o transtorno de ansiedade generalizada distingue-se pelo aparecimento de sintomas nervosos exagerados, por muitos dos dias, ou por um período aproximado de seis meses, período este em que a pessoa se apresenta acabrunhada, tensa, inquietada, apreensiva ou chateada. Geralmente as síndromes de ansiedade são classificadas primeiramente em dois grandes grupos: períodos em que há constância e permanência da ansiedade (genérica, patente e flutuante) e outros períodos em que existem crises de ansiedade bruscas, repentinas e mais ou menos acentuadas.

O fato de ingressar no Ensino Superior como aludem Bolsoni *et al.*,(2014), pode representar para o educando, mais do que a procura por uma habilitação profissional, o ingresso em um mundo de pendências e responsabilidades, que em muitos casos assinalam o início de uma vida adulta. Para diversos, expressa ficar distante de sua cidade de procedência e meio familiar para conseguir uma graduação, acomodar-se a uma ocasião que estabelece requisições pedagógicas não vividas na

etapa que antecede ao curso superior, a precisão de constituir vínculos sociais, em meio a outros tumultos individuais e grupais que são intrínsecos à dinâmica desse ambiente: a universidade.

Além do mais, como uma instituição inserida em uma realidade social e política da nação, a universidade está inteiramente conectada as demandas culturais, econômicas, e ambientais do meio social e, assim, inconstâncias nessa estrutura, pode comprometer de maneira significativa o estudante universitário. Dúvidas a respeito do mercado de trabalho, interrogações sobre a carreira escolhida, acréscimo de disparidades sociais são um pouco dos fatores que podem atingir de forma negativa a saúde mental do universitário (ACCORSI, 2015).

Segundo o que destaca Bolsoni et al., (2014), os problemas encontrados em estudantes universitários, no campo das habilidades sociais, abrangeram a demonstração de anseios positivos e negativos, pontos de vista, granjear e enunciar apreciações e estabelecer entendimento. O treinamento de capacidades sociais com os estudantes que apresentam sintomas depressivos é benéfico, desde que com eles sejam trabalhados procedimentos com legítimas perspectivas de suscitar apoio positivo e, como decorrência, sentimentos também positivos.

Ainda reportando às ideias de Bolsoni *et al.*, (2014), o conjunto de habilidades sociais tem repercussão sobre a depressão e, interferências que possam gerir um trabalho adequado são de muita importância, especialmente, pelos danos que uma depressão pode acarretar na vida do universitário. Um profissional que apresenta baixa capacidade social ou entendimento inconveniente pode proporcionar insucesso na vida profissional

Para Cerchiari et al. (2005) existe uma elevada incidência (25%) de indícios mentais de segundo grau acometendo os estudantes acadêmicos assim, eles observam a precisão de projetos e atuações que tenham em vista o bem-estar e a agenciamento de saúde mental para essa população.

Continuando no campo das síndromes mentais, Neves *et al.*,(2007) procuraram averiguar o acontecimento de transtornos mentais auto mencionados em alunos universitários da Unicamp, analisando os fatores populacionais e psicossociais abarcados. Os resultados evidenciaram prevalência de 58% de certo transtorno mental, consistindo em 69% em mulheres e 45% em homens. Deste modo, a maior incidência ocorre no gênero feminino que também apresentou maiores pontuações para o alargamento de transtorno mental. Os autores analisaram que a equipe feminina prestava mais lamentações de ansiedade, maiores problemas psicossociais e usavam mais os benefícios de ajuda à saúde mental.

## 4 OS FATORES PROTETIVOS NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA

O acesso a uma instituição de Ensino Superior é assinalado pela perspectiva e modificações que demandam adequações a uma realidade diferente, intervindo no desenvolvimento individual, intelectual, ocupacional, humano e social de todos os estudantes. Essa nova realidade pode provocar angústia e estresse de modo a interferir em todo o seu desenvolvimento acadêmico (SCHLEICH, 2006), tendo a possibilidade de estabelecer um tempo de fragilidade e ocasionar consequências para o crescimento psicológico dos acadêmicos (PEREIRA *et al.*, 2008).

Outra ocasião de grande perturbação é a época do final de curso quando o universitário estará ante de novas atividades que demandarão atenção como os relatórios de estágio, o trabalho de conclusão de curso e, com o final ainda tem a saída do ensino superior a admissão no mercado de trabalho (SCHLEICH, 2006).

A bibliografia assinala que diversos fatores tais como o apoio emocional prestado pela da família, o progresso das interações sociais com colegas e docentes, o alargamento de táticas para um bom proveito escolar, o aumento de capacidades, entre outros, colabora para a integração e continuação do acadêmico na instituição. A carência de tais fatores de assistência pode cooperar para o avanço e desenvolvimento de diagnósticos de ansiedade e estresse em meio aos alunos universitários. (TEIXEIRA, *et al.*, 2017).

A categoria científica tem se comprometido em averiguar questões pautadas à utilização de medicamentos psicoativos norteadas a diversas situações do contexto. Nesse significado, Horta *et al.*, (2012) pesquisaram a ligação entre a ingestão de substâncias psicoativas e o prevaecimento de Distúrbios Psiquiátricos Menores (DPM) em elementos do grupo universitário tanto em estudantes, como em docentes e funcionários. Os dados encontrados indicaram que a classe de estudantes apresenta uma maior preponderância de DPM, especialmente em meio aos que são mais jovens, e isto, sob a ótica dos diferentes autores, pode conceber sinais de consternação psíquico por causa de tumultos experimentados no tempo de passagem da adolescência para a idade adulta que, beneficiariam, até mesmo, a ingestão de substâncias químicas psicoativas.

Uma vez que o período de acesso em uma universidade é analisado como uma etapa de transformações e adequações que podem acontecer de modo mais ou menos conturbado, a procura por produtos químicos psicoativos pode ocorrer como um modo de lenitivo instantâneo

dos conflitos. Não obstante, ao contrário, o seu resultado no Sistema Nervoso Central possa ocasionar agravos psíquicos, aparentes rotineiramente no formato de uma depressão, Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) ou ainda como transtorno de impulsos, lamentações comportamentais e indícios psicóticos (HORTA; *et al.*, 2012).

Conforme Vasconcelos (2015), atuações preventivas voltadas para esse grupo necessitam ser privilegiadas como meio de tornar mínimos os prejuízos psicossociais a universitários originados pelo uso indevido das substâncias químicas psicoativas. Do mesmo modo, é importante que sejam desenvolvidas ações que fortaleçam os expedientes de controle dos tumultos emocionais e que sejam competentes para promover a saúde e o bem-estar do ambiente acadêmico compõem um meio significativo de se trabalhar a assistência devida à saúde mental. Autores como Silva *et al.*, (2014) assinalam que a presença de uma assistência psicológica destinada aos acadêmicos, que desempenhe atuações preventivas, e um trabalho direcionado para oferecer conhecimentos a respeito dos indícios e terapêutica poderia beneficiar a procura por ajuda.

Recomendam ainda que nos períodos derradeiros da graduação há uma grande dificuldade dos acadêmicos em contrabalançar as celeridades pessoais e as acadêmicas, resultando em uma redução do grau de agilidade física (NAF), por causa do acréscimo das horas destinadas à vida acadêmica.

Os exercícios físicos podem produzir um resultado protetor aos sinais da ansiedade. Uma vez que a sua prática apropriada e adequada poderá interferir em uma melhor condição do repouso, ou seja do sono, e promover melhoras nos desempenhos cognitivo, no humor, na autoestima e também no condicionamento corporal, apresentando como resultado efeitos que resguardam o organismo contra uma inquietude na saúde mental e também física, que poderiam implicar no desenvolvimento de um transtorno menor comum (TMC). (Silva *et al.*, 2014).

Polisseni *et al.*, (2014) asseguram que o exercício regular de atividade física intervém positivamente no equilíbrio dos graus de ansiedade, atuando diretamente no comportamento fisiológico do sujeito, tendo em vista que ao término de uma atividade física, existe um conforto das tensões e uma impressão de lassidão que gera, naturalmente, vai revelando no corpo a necessidade de reabilitação e repouso, essa sensação é o que diminui bastante a situação de ansiedade, se ressaltando que o exercício físico incita a produção do hormônio chamado endorfina, este, associado a sensação de deleite e de bem-estar, efeitos estes que se combatem a ansiedade.

Segundo Jarrete (2011) a prática de exercícios físicos tem uma potente atuação contra a depressão, sendo muito eficiente de conforme o período do programa e a magnitude da atividade, desde uma simples caminhada ou da prática esportiva, promove melhoria na saúde mental, por causa das adequações biológicas em decorrência da atividade física, que suavizam a ansiedade e também o estresse. Deste modo, por causa da vulnerabilidade constatada nesse grupo, torna-se fundamental que sejam organizadas estratégias de intercessão e precaução direcionadas a programas de atividade física e costumes benéficos, para que resultados positivos e fatores de elevação da saúde mental possam estimular os recursos individuais dos discípulos universitários.

Souza, *et al.*, (2010), ao abordar o assunto relativo aos fatores de proteção e de risco a saúde do acadêmico procuraram pesquisar a ligação entre apoio familiar, saúde mental e conduta de risco. Os referidos autores ponderaram que as relações de afabilidade ofertadas pelos familiares fazem o estudante apresentar sentimentos de afeto, segurança e cuidado que beneficiam a percepção de integração a respeito de sua vida. O apoio seria competente para tornar mínimo a consternação, ou seja, a impressão de bem-estar procedente dessas ligações aprimoraria a integração do indivíduo a situações novas, bem como atenuaria os prejuízos que tal fato poderia causar a saúde psicológica devido ao contato com ambientes estressores.

A pendência por lugares que permitam descanso e relax no espaço da própria instituição segundo Polisseni et al.,(2014) aumenta a compreensão de instituição de ensino superior como recinto para finalidade, exclusivamente, acadêmica. A instituição também pode ser um ambiente de encontros, trocas, descanso, lazer, crescimento individual e profissional, bem como recinto que favorece o aperfeiçoamento do resultado acadêmico por harmonizar a recuperação do conforto psicológico do educando. De maneira que, descobrir aspectos de prioridades ambientais e concepções pautadas à habilidade de restaurar tais ambientes, possibilita que propostas de aprimoramentos possam ser efetivados.

## **5 O PSICÓLOGO NO ENSINO SUPERIOR: CUIDADO A SAÚDE MENTAL DOS ACADÊMICOS**

### **5.1 Funções e papéis do Psicólogo Escolar e Educacional nas Instituições de Ensino Superior**

Psicólogo Educacional é um termo que advém de Psicologia Educacional, que é analisada como uma área da psicologia. De acordo com Antunes (2008) O psicólogo que atua nesta área se ocupa das reflexões e produção de conhecimentos sobre a ligação entre a educação

e psicologia. Já o vocábulo Psicólogo Escolar é proveniente da Psicologia Escolar, que se aplica ao Profissional que atende aos estudantes em situações educativas diversas como afirma Barbosa *et al.* (2012)

A ausência de formação adequada para psicólogos que almejam operar no campo universitário gera uma ponderação a respeito da qualificação do profissional que atua junto aos estudantes de curso superior. De acordo com Sampaio (2010) com frequência o psicólogo é convocado a atender quando surge alguma dificuldade que já foi detectada; porém, nem relação aos universitários, é imprescindível que o auxílio psicológico seja compreensivo e implantada em diferentes situações da vida acadêmica e social de modo a auxiliar os estudantes a arquitetarem um procedimento educacional de qualidade superior.

Silva *et al* (2014) comenta que para isso, é indispensável que o Psicólogo Escolar e Educacional se preocupe menos com a solução de problemas dos estudantes e foque mais em não consentir que estes se alojem. Portanto, é um profissional que atua para contribuir com a instituição no sentido de refletir e praticar ações que tornem mínimos os empecilhos que se entropõem em meio aos estudantes e o conhecimento, permitindo o crescimento do pensamento crítico e beneficiando procedimentos de humanização.

Sampaio (2010) comenta que para o psicólogo que atende em IES é importante que amplie alguma junção e manejo entre os educadores e gestores. Observa ainda que muitas vezes o profissional ignora a articulação entre as esferas que se ocupam pelas deliberações políticas da IES, embora haja relação entre ele e o campo da educação superior. Comumente o profissional psicólogo fica ausente das discussões que abrangem a relação entre a sociedade e a Instituição, as quais permitem a concepção de atuações inovadoras no espaço acadêmico.

O psicólogo que atende em uma de acordo com Souza (2009) necessita compreender a Psicologia aplicada à educação como sendo um aspecto desta área do conhecimento como um campo de estudos, cuja atuação tem por objetivo é direcionar a ação do psicólogo na busca de compreender o acontecimento educacional como resultado das relações que se constituem dentro das instituições de ensino superior.

De acordo com a tradição, as atividades que desenvolvidas pelo psicólogo na IES são: o acompanhamento particular, a efetivação de orientações externas e internas e a realização de orientações grupais, sendo que na maioria das vezes voltadas para os discentes, segundo Serpa (2001). Destacam, Neves *et al.* (2007) que para a concretização de orientações dos estudantes de ensino superior, é indispensável que as Clínicas-Escola de psicologia e os demais atendimentos de saúde sejam aparelhados para saber lidar com dificuldades psicológicas

arroladas ao contexto universitário, vez que os universitários podem mostrar questões de atendimento distintos de outros grupos, pois, alcançam a vida adulta, geralmente na época de ingresso na universidade, cujas mudanças que ocorrem em sua vida provoquem o surgimento de transtornos mentais .

De acordo com Carneiro *et al.* (2012) os universitários propendem a apresentarem perturbações que são não psicóticas, ou seja, pequenas inquietações mentais, as quais abrangem sinais apreensivos, depressivos e somáticos. Por esta razão, é necessário que os Psicólogos, tanto Escolares como Educacionais se atentem com a ligação de atuações do plano da desenvolvimento profissional com as Clínicas-Escola para o acolhimento de reclamações educacionais, bem como entre os psicólogos que operam no campo da educacional com os que se atuam na área da saúde, expandindo o entendimento do processo formal e sua seriedade na constituição dos sujeitos.

Bisinoto *et al* (2011) comentam que o trabalho dos profissionais psicólogos das IES pode ainda abranger a avaliação da institucional, dos docentes e o aprimoramento da prática docente através do programa e incremento de procedimentos diferenciados. Assim sendo, o psicólogo tem possibilidade de seguir as práticas educativas utilizadas pelos professores e o aproveitamento dos estudantes, a fim de aconselhar opções ou arquitetar em conjunto programas renovadores de ensino, que ajudem os educadores a aprimorar suas habilidades profissionais e beneficiar o aprendizado dos alunos. Deste modo, privilegia-se uma ação menos ligada a uma aparência individualista de atenção ao universitário e mais conectada a um entendimento sistemático do procedimento de ensino e às experiências acadêmicas do ensino superior.

No âmbito da instituição, segundo Marinho *et al.*(2011, p.122), o psicólogo pode operar na educação superior: “(1) na gestão de políticas, programas e processos educacionais das IES, (2) na elaboração de propostas pedagógicas e no funcionamento de cursos e (3) no auxílio psicológico a estudantes.”

Ainda reportando Marinho *et al.*(2011) o autor explica que a primeira proposição, crê-se que o referido profissional pode auxiliar atuações voltadas para a gestão institucional, seguir o processo de auto avaliação da instituição, colaborar para a adaptação de novos cooperadores e assistir a acepção e reestruturação dos perfis docentes e técnicos. Na segunda, almeja-se que o psicólogo defenda o alargamento de capacidades discentes e siga o procedimento de ensino-aprendizagem. Já em relação à terceira dimensão, sugere-se que o psicólogo atue junto aos

universitários. Isso é admissível por meio do agenciamento de táticas de desenvolvimento acadêmico e social dos universitários.

Bisimoto *et. al.* (2011) explica que a expectativa é de que a percepção de consultório dos psicólogos que atuam em IES não seja volvida para os acolhimentos clínicos particulares, mas para ações que velem a necessidade destes e/ou que aspirem à promoção da saúde. Do mesmo modo, o modelo clínico, o qual se recomenda que seja seguido pelos Psicólogos em IES, diz respeito ao espaço de escutar mesmo o que não foi dito não dito, independentemente do lugar em que ocorra, seja no campo particular ou público, em uma analogia à didática, coletiva ou grupal.

## 5.2 Atendimentos psicológicos aos estudantes universitários

A melhoria psicossocial dos estudantes demanda a ação de psicólogos no campo da educação superior, pois este profissional pode cooperar para a precaução e solução de dificuldades presentes no dia-a-dia acadêmico (Bisimoto *et al.*, 2011). A carência de psicólogos que realizem programas de apoio ao universitário colabora para a continuação de uma porção de problemas comumente encarada por universitários, tais como estudos anteriores insuficientes ou inadequada, deficiência de aptidões de leitura, grafia e estudo e dúvida na tomada de decisões.

Os psicólogos, em sua atuação nas IES podem auxiliar na qualificação dos procedimentos de ensino-aprendizagem e a assimilação do conhecimento científico por parte dos alunos (SAMPAIO *et. al.*, 2013). Além do mais, os psicólogos que atuam no ensino superior podem colaborar para solução de situações de ordem pessoal, que, muitas vezes, aparecem em consequência do acesso ao ensino superior e acabam por influenciar a vida acadêmica.

Repetidamente, os serviços de acolhimento psicológico aos alunos das IES têm os objetivos de atender aos problemas vividos pelos universitários, amparar o crescimento acadêmico e promover a ampliação do desenvolvimento global dos alunos. Ao adotar como embasamento esses desígnios, algumas atividades são programadas para atender as pendências dos discentes. Entre elas, pode-se mencionar os atendimentos psicológicos, pedagógicos e psicopedagógicos, a ajuda ao método de ensino-aprendizagem e o subsídio na condução da carreira, orientação profissional, orientando também as pessoas portadoras de deficiências, acolhendo os calouros e egressos (VASCONCELOS *et al.*, 2011).

Como evidencia Horta *et al.* (2010), nota-se que a ingerência psicológica em aconselhamento em relação à escolha de curso ao com universitárias do ensino superior auxilia

os indivíduos a encontrarem às respostas para as diferentes interrogações que se surgem ao longo de seus trajetos de vida. Isso é presumível a partir do aprofundamento ao autoconhecimento e ao autodesenvolvimento, além de influir na antevisão de panoramas de vida face às transformações que acontecem e que se refletem nos distintos papéis desempenhados pelos estudantes.

## 5 CONCLUSÃO

A ansiedade pode ser interpretada como um anseio de perturbação perante de algo diferente, sendo importante, também, para o amparo do indivíduo em presença de ocasiões de ameaça. Ultimamente, os graus de ansiedade vêm aumentando e muitas vezes se convertendo em patologias.

Fica claro que o princípio da graduação é um período novo e que em muitos casos podem deixar o acadêmico apreensivo, ante isso, vários estudos que foram pesquisados evidenciaram níveis habituais de ansiedade e até, ansiedade leve.

Neste aspecto, nota-se a seriedade de uma conduta pluridisciplinar para estes acadêmicos, com evidência nos cuidados psicológicos, considerando a importância do papel do psicólogo para a atenção em relação a quadros que configuram ansiedade patológica, auxiliando os estudantes a conviver com seus sentimentos.

Finalmente, foi possível concluir que o presente trabalho foi de grande importância para alargar as informações a respeito da ansiedade e sua presença na vida dos acadêmicos.

Deste modo, considera-se que novas pesquisas sobre o tema sejam realizadas nesta linha de pesquisa, a fim de confirmar a acuidade de um acompanhamento psicológico para precaver ou minimizar e ao mesmo tempo tratar os transtornos de ansiedade presentes na vida dos estudantes do ensino superior.

## REFERÊNCIAS

ACCORSI, M. **Atenção psicossocial no ambiente universitário: um estudo sobre a realidade dos estudantes de graduação da Universidade Federal de Santa Catarina.** Dissertação (Mestrado em Saúde Mental e Atenção Psicossocial). Florianópolis. Universidade Federal de Santa Catarina,. - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina, 2015. Disponível em: Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/158800>>. Acesso em 12 fev . 2021.

BOLSONI-SILVA, A; GUERRA, B. **O impacto da depressão para as interações sociais de universitários**. Estudos e pesquisas em psicologia. Vol.14, n.2, p. 429-452. Rio de Janeiro, 2014. .

BRAGA, A; OLIVEIRA, A; RIBAS, B; CORTEZ, E; MATTOS, M; MARINHO, T; CAVALCANTI, T. & DUTRA, V. **Promoção à saúde dos estudantes universitários**. Rev.Pró-universus. Vol.8, n.1, p. 48-54. Rio de Janeiro, 2017;

BRASIL. Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010. **Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil – PNAES**. Diário Oficial da União, 20 jul. 2010.

CARDOZO, M. Q. et al. Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 9, n. 2, p. 251-262, maio/ago. 2016.

CERCHIARI, E; CAETANO, D. & FACCENDA, O. **Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública**. Psicologia: ciência e profissão. Vol.25, n.2, p. 252-265,2005.

DALGALARROTO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/psicopatologia/wiki/index.php?title=Refer%C3%AAsAncias>> acesso em 21 fev 2021

GALVÃO, A. E. O. Ansiedade. **Revista Cadernos de Estudos e Pesquisas do Sertão**, Quixadá, v.1, n.1, jul. -dez. 2013.

GOMES, Eduardo Tavares et al. Ansiedade e medo em enfermagem médico-cirúrgica. **Rev.Enfermagem Brasil**, 2013. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/289672906\\_Ansiedade\\_e\\_medo\\_em\\_enfermagem\\_medico-cirurgica](https://www.researchgate.net/publication/289672906_Ansiedade_e_medo_em_enfermagem_medico-cirurgica)>. Acesso em: 16jan. 2021

GOMES, Gabriela Lisieux Lima; FERNANDES, Maria das Graças Melo; NOBREGA, Maria Miriam Lima da. Ansiedade da hospitalização em crianças: análise conceitual. **Rev. Bras. Enferm**, Brasília, v. 69, n. 5, p. 940-945, out. 2016. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672016000500940&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000500940&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 19 jan. 2021..

HORTA, R; HORTA, B. & HORTA, C. **Uso de drogas e sofrimento psíquico numa universidade do sul do Brasil**. Psicologia em Revista. Vol.18, n.2, p. 264-276. Florianópolis, 2012;

JARRETE, A. P. **Nível de atividade física e composição corporal dos funcionários administrativos da Universidade Estadual Paulista – Unesp – Rio Claro**. 2011. 43 f. TCC(Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2011. Disponível em : [https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119475/jarrete\\_ap\\_tcc\\_rcla.pdf?sequence=1](https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119475/jarrete_ap_tcc_rcla.pdf?sequence=1) Acesso em 27 fev. 2021

PEREIRA, D. S.; SOUZA, R. S. D.; BUAIZ, V.; SIQUEIRA, M. M. D. Uso de substâncias psicoativas entre universitários de medicina da Universidade Federal do Espírito Santo. **J. bras. psiquiatria**, 2008; 57(3), 188-195

POLISSENI, M. L. C; RIBEIRO, L. C. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 20, 2014. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. *Rev Bras Med Esporte* [online]. 2014, vol.20, n.5, pp.340-344. ISSN 1517-8692. <https://doi.org/10.1590/1517-86922014200502114>. Acesso em 21 de fev 2021.

SCHLEICH, A. L. R.. **Integração na educação superior e satisfação acadêmica de estudantes ingressantes e concluintes**. Dissertação de Mestrado. Campinas:Universidade Estadual de Campinas. 2006, [pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=2186244&pid=S2177-2061201000020000800012&lng=PT](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2186244&pid=S2177-2061201000020000800012&lng=PT). Acesso em 01 mar.2021

SILVA, A; CALVACANTE-NETO, J. **Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum entre estudantes universitários**. Motricidade. Vol.10, n.1, p. 49-59. Maceió, 2014; Disponível [pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=4224758&pid=S1806-6976202000010000900018&lng=PT](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=4224758&pid=S1806-6976202000010000900018&lng=PT) Acesso em 24 fev 2021

SOUZA, M; BAPTISTA, A. & BAPTISTA, M. **Relação entre suporte familiar, saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários**. Acta Colombiana de Psicologia. Vol.13, n.1, p. 142-154. São Paulo, 2010.

VASCONCELOS, T. C. et. al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista brasileira de educação médica**. 39 (1): 135 –142; 2015

VASCONCELOS, T. C. et. al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista brasileira de educação médica**. 39 (1): 135 –142; 2015 JARRETE, A. P. **Nível de atividade física e composição corporal dos funcionários administrativos da Universidade Estadual Paulista – Unesp – Rio Claro**. 2011. 43 f. TCC(Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2011. Disponível em : [https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119475/jarrete\\_ap\\_tcc\\_rela.pdf?sequence=1](https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119475/jarrete_ap_tcc_rela.pdf?sequence=1) Acesso em 27 fev. 2021

PACHECO E SILVA, A. C.; LIPSZIC, S.L. Estudantes de Medicina de hoje. São Paulo, Universidade de São Paulo, 1962,

PADOVANI, R; Neufeld, C; MaltonI, J; Barbosa, L; Souza, W; Cavalcanti,H & Lameu, J. **Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário**.Rev. Brasileira de Terapias Cognitivas. Vol.10, n.1. Rio de Janeiro, 2014). Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso) Aceso em 24 fev 2021

SAMPAIO, Carlos Eduardo Peres et al. Fatores determinantes da ansiedade e mecanismos decoping em procedimentos cirúrgicos gerais. **Rev. Pesq. Cuid. Fundam.**, v. 5, n. 4, p. 547-

555, 2013. Disponível em:  
[https://www.academia.edu/22594705/Fatores\\_Determinantes\\_Da\\_Ansiedade\\_e\\_Mec](https://www.academia.edu/22594705/Fatores_Determinantes_Da_Ansiedade_e_Mec): Acesso em 27 fev 2021

VASCONCELOS, T. C. et. al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista brasileira de educação médica**. 39 (1): 135 –142; 2015 Disponível em, [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022015000100135](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022015000100135) acesso em 24 de fev 2021