

**FACULDADE CIDADE DE COROMANDEL
CURSO DE PSICOLOGIA**

JÉSSICA CRISTINA DIAS DOS SANTOS

**ANSIEDADE EM ESTUDANTES DO CURSO SUPERIOR: a importância do
psicólogo no atendimento a esses acadêmicos**

COROMANDEL - MG

2021

JÉSSICA CRISTINA DIAS DOS SANTOS

ANSIEDADE EM ESTUDANTES DO CURSO SUPERIOR: a importância do psicólogo no atendimento a esses acadêmicos

Artigo apresentado à Faculdade Cidade de Coromandel, como requisito parcial para a conclusão do Curso de Psicologia.

Orientador: Prof. Me. Charles Magalhães de Araújo.

COROMANDEL - MG

2021

FACULDADE CIDADE DE COROMANDEL
JÉSSICA CRISTINA DIAS DOS SANTOS

**ANSIEDADE EM ESTUDANTES DO CURSO SUPERIOR: a importância do
psicólogo no atendimento a esses acadêmicos**

Artigo aprovado em ____ de _____ de 2021 pela comissão
examinadora constituída pelos professores:

Orientador:

Prof. Me. Charles Magalhães de Araújo
Faculdade Cidade de Coromandel

Examinadora:

Prof.^a Esp.
Faculdade Cidade de Coromandel

Examinadora:

Prof.^a

ANSIEDADE EM ESTUDANTES DO CURSO SUPERIOR: a importância do psicólogo no atendimento a esses acadêmicos

Jéssica Cristina Dias dos Santos *

Prof. Me. Charles Magalhães de Araújo **

RESUMO

O presente estudo buscou refletir sobre os níveis de ansiedade entre estudantes do ensino superior através de pesquisas bibliográficas sobre o tema. O estudo foi realizado por meio de revisão bibliográfica com busca de artigos nas bases de dados de Ciências da Saúde, como na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), na Pub Med, na *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e na Biblioteca Virtual em Saúde (BVSBIREME). Para reflexão e elaboração dos dados foram utilizados os seguintes passos: pré-análises, leitura exploratória de todos os artigos encontrados, inquirição de todo o material alcançado, consignação da importância e relevância de cada leitura, dedução e explicações das informações. Espera-se que com essa investigação possa ser demonstrado o nível de ansiedade e estresse que sempre acomete os acadêmicos; ressaltar a importância do psicólogo no atendimento aos estudantes universitários e despertar a curiosidade e a necessidade de mais produções sobre tal temática na área acadêmica em questão.

Palavras-chave: Ansiedade. Estudantes Universitário. Estresse.

ABSTRACT

The present study looked for reflecting on the levels of anxiety among higher education students through a bibliographical research on the matter. The study was carried out through a literature review with search in the Health Sciences databases, such as the Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS), the Pub Med, the Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and in the Virtual Health Library (VHL). For reflection and data elaboration the following steps were used: pre-analysis, exploratory reading of all the articles found, inquiry of all the material obtained, assignment of the importance and relevance of each reading, deduction and explanations of the information. It is expected that this investigation might demonstrate the level of anxiety and stress that always affects college students; to emphasize the importance of the psychologist's assistance to the university students and arouse curiosity and the need for more productions on this subject in regards to the academic environment.

Keywords: Anxiety. University Students. Stress.

1 INTRODUÇÃO

O período da universidade é vivenciado por estudantes jovens e adultos, sujeitos que têm concepções de vida solidificadas, novos planos vislumbrados, novas perspectivas assumidas relacionadas a encargos sociais. Tais fatores geram acréscimo das pressões psicossociais, que podem ter como resultado maior fragilidade e maior susceptibilidade a distúrbios psicossociais, como a ansiedade.

Todas as pessoas sentem ansiedade em determinados momentos da vida, sendo essa sensação assinalada por uma impressão de inquietação longa, desagradável, que se exprime pela inaptidão de permanecer assentado ou de pé. É frequentemente seguida 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 também uma realidade comum a todos. Há uma modificação nos costumes de vida, quer seja positiva, quer seja impresumível. Diariamente, ocorrem constantes variações na vida social, econômica, emocional, cultural e política; gerando ansiedade, depressão, enfermidades psicossomáticas, estresse, falhas no conhecimento e no rendimento escolar (CARDOZO et al., 2016).

A ansiedade é um experimento humano geralmente causado pela presença do receio, do conflito, da inquietação, da perturbação e do desastre transitório. O transtorno de ansiedade é distinguido por um anseio impetuoso genérico, pelo estresse, pelas fraquezas, pela síndrome do pânico, e por transtornos múltiplos. Assim, ela pode acontecer tanto pela resposta orgânica natural, quanto pelas enfermidades autoimunes; assim como os maus funcionamentos gastrintestinais, a asma, as moléstias da artéria coronária (SILVA; CALVACANTE-NETO, 2014).

Conforme Rodrigues et al. (2019), os principais acontecimentos de transtornos mentais acontecem durante a formação acadêmica, quando os estudantes apresentam idades entre 18 e 25 anos, uma vez essa etapa é assinalada por múltiplos desafios, como a passagem do Ensino Médio para o Ensino Superior. Nessa fase, a consternação na vida acadêmica ocasiona situações que proporcionam o aparecimento

do estresse, dando origem a inquietações e a problemas no aprendizado, comprometendo o desempenho estudantil (CARDOZO et al., 2016).

Nesse contexto, é mostrado que a atmosfera universitária motiva um panorama desgastante que pode ocasionar transtornos apreensivos nos estudantes. Assim, o presente estudo apresentou como problemática o seguinte questionamento: Como se dá o aparecimento e quais são as causas da ansiedade em estudantes de Curso Superior?

Tem-se como principal objetivo investigar o transtorno de ansiedade em estudantes universitários, definindo do que se trata, analisar os fatores que ocasionam o desencadeamento do transtorno de ansiedade em estudantes do ensino superior e enfatizar o papel do psicólogo no atendimento desses estudantes.

O objetivo do trabalho é relevante, pois ele averigua os fatores de risco que colaboram para o desenvolvimento da ansiedade na população na fase mencionada. 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 SAUDE MENTAL DO ESTUDANTE DO ENSINO SUPERIOR

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

A apreensão em relação à saúde mental do universitário começou nos Estados Unidos, por volta do século XX, ocasião em que fora detectada nesse grupo o enfrentamento de instabilidades psicológicas. Nesse caso, a própria universidade era a responsável por ajudar os alunos nesse processo, através de adequado subsídio psicológico e, se necessário, psiquiátrico (CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 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 pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Pernambuco. O

principal objetivo era proporcionar amparo psiquiátrico e psicológico aos universitários, destinando-se primeiramente, aos alunos do curso de Medicina. As primeiras divulgações brasileiras em relação a essa área foram constatadas a partir dos resultados obtidos por Pacheco e Lipszic (2017) em pesquisas que realizara com acadêmicos do 4º ano do curso de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

Vários estudos têm demonstrado elevada prevalência de transtornos mentais entre universitários, principalmente quando comparados à população como um todo. Os primeiros acontecimentos de transtornos mentais aparecem no princípio da idade adulta, período em que há o início da vida acadêmica, com idade comum entre 18 e 25 anos. O ingresso à universidade acarreta grandes transformações na vida do estudante, uma vez que conflita a saída do Ensino Médio com o ingresso ao Ensino Superior, colocando o estudante diante de numerosos desafios (PADOVANI et al., 2014).

Padovani et al. (2014) destacam ainda a acuidade de aprofundar os estudos sobre a vulnerabilidade psicológica dessa população, compreendendo e pontuando os motivos dos sinais e presságios apontadores de estresse, Burnout, angústia e esmorecimento, que foram consideravelmente deparados nesse grupo. Os autores ponderaram que desde a entrada na instituição, o aluno necessita de recursos intelectuais e emotivos para saber conviver com as questões do novo ambiente, além de uma organização que o ajude nesse enfrentamento.

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

2.2 A ansiedade e os fatores de adoecimento relacionados ao ambiente universitário

A ansiedade pode ser conceituada como uma resposta do organismo indispensável para encarar circunstâncias que põem o sujeito em ameaça. Na maioria das vezes está coligada ao receio, se assinalando por crise e desconforto perante algum fato estranho ou ignorado (GOMES et al., 2013).

De acordo com Gomes, Fernandes e Nobrega et al. (2016), para caracterizá-la é de suma importância destacar que todas as pessoas podem ter ansiedade em alguma ocasião da vida, mas o que a distingue de uma patologia é o excesso ou a desconformidade quanto ao estímulo oferecido.

Vivenciada pelos sujeitos antes de ocasiões estressantes, a ansiedade pode ser considerada como algo favorável quando pautada no mecanismo de combate ou escapula. Acontece quando o sistema nervoso central difunde “[...] adrenalina e hormônios corticoides na corrente sanguínea [...] (SAMPAIO et al., 2013, p. 556)”; entretanto, em razão desse mesmo mecanismo, tal impressão pode ainda originar inquietações nos sinais fundamentais à vida, como acréscimo da pressão arterial, sudorese, pulsações, calafrios, náusea, aumento da periodicidade respiratória e cardíaca.

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

Vasconcelos et al. (2015) comentam que estima-se que 15% a 25% dos educandos universitários apresentam um certo tipo de transtorno psiquiátrico, enquanto para Cardozo et al. (2016), na busca pela formação universitária, aproximadamente 15% a 29% de estudantes podem se deparar com o transtorno de ansiedade.

Dalgalorrondo (2008) explica que o transtorno de ansiedade generalizada caracteriza-se pelo aparecimento de sintomas nervosos exagerados, que prevaleçam por muitos dias ou por um período aproximado de seis meses, no qual a pessoa se apresenta acabrunhada, tensa, inquieta, apreensiva e/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 existam crises de ansiedade bruscas, repentinas e mais ou menos acentuadas.

O fato de ingressar no Ensino Superior, como aludem Bolsoni-Silva e Gerra (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. Dentre os desafios dessa nova fase, estão a distância da cidade natal e do meio familiar, a acomodação à uma ocasião que estabelece requisições pedagógicas não vividas na etapa que antecede o curso superior, a necessidade de construir vínculos sociais e outros tumultos, individuais e grupais, intrínsecos à dinâmica de uma universidade.

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

Segundo Bolsoni-Silva e Gerra (2014), os problemas encontrados em universitários, no campo das habilidades sociais, abrangem demonstração de anseios positivos e negativos, pontos de vista, apreciações e estabelecimento do entendimento. O treinamento de capacidades sociais com os estudantes que apresentam sintomas depressivos é benéfico, desde que sejam trabalhados, com eles, procedimentos com legítimas perspectivas de suscitar apoio e, com isso, sentimentos positivos. Os autores também afirmam que o conjunto de habilidades sociais tem repercussão sobre a depressão e que as interferências que geram um trabalho adequado são de muita importância, especialmente, para a recuperação dos danos que uma depressão pode acarretar na vida do universitário. Um profissional que apresenta baixa capacidade social ou entendimento inconveniente pode ter insucesso em sua carreira profissional.

Para Cerchiari, Caetano e Faccenda (2005) existe uma elevada incidência - de 25% - de indícios mentais de segundo grau acometendo os estudantes

acadêmicos. Assim, eles observam a precisam de projetos e atuações que tenham como objetivo o bem-estar e o agenciamento de saúde mental para essa população.

Ainda no campo das síndromes mentais, Neves e Dalgalarrodo (2007) procuraram averiguar o acontecimento de transtornos mentais citados e apresentados em alunos da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), analisando os fatores populacionais e psicossociais abarcados. Os resultados evidenciaram prevalência de 58% de certo transtorno mental, estando presente em 69% das mulheres e em 45% dos homens. Desse 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 assistência à saúde mental.

3 OS FATORES PROTETIVOS NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA

O acesso a uma instituição de Ensino Superior é assinalado pela perspectiva e pelas modificações que demandam adequações a uma realidade diferente, intervindo no desenvolvimento individual, intelectual, ocupacional, humano e social de todos os estudantes. Por ser uma realidade nova, pode provocar angústia e estresse de modo a interferir em todo o desenvolvimento acadêmico (SCHLEICH, 2006). É um período que acarreta certa fragilidade e ocasiona conseqüências para a saúde psicológica dos acadêmicos (PEREIRA et al., 2008).

Outra ocasião de grande perturbação é o período final da graduação, quando o universitário se vê exposto à novas atividades que demandarão sua atenção. Dentre elas, tem-se os relatórios de estágio, o trabalho de conclusão de curso (TCC), a saída do ensino superior e 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, colaboram para a integração e a continuação do acadêmico na instituição. Da mesma forma, 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 norteadas a esse contexto, pautadas na utilização de medicamentos psicoativos. Nesse sentido, Horta e colaboradores (2012) pesquisaram a ligação entre a ingestão dessas substâncias e o prevaecimento de Distúrbios Psiquiátricos Menores (DPM) em elementos do grupo universitário, como estudantes, docentes e funcionários. Os dados encontrados indicaram que a classe de estudantes, especialmente os mais jovens, apresentou uma maior preponderância de DPM, o que pode conceber, sob a ótica dos diferentes autores, sinais de consternação psíquica. Essa seria resultado 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 a uma universidade é tido como uma etapa de transformações e adequações muitas vezes conturbadas, a procura por produtos químicos psicoativos se torna um modo de lenitivo instantâneo dos conflitos. Porém, o resultado dessa medicação no Sistema Nervoso Central pode ocasionar agravos psíquicos, que aparecem, rotineiramente, no formato de uma depressão, Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) ou ainda como transtorno de impulsos, lamentações comportamentais e indícios psicóticos (HORTA; HORTA; HORTA, 2012).

Conforme exposto por Vasconcelos et al. (2015), o uso indevido das substâncias psicoativas originam prejuízos psicossociais em universitários. Por isso, o autor afirma que atuações preventivas voltadas para esse grupo necessitam ser privilegiadas. 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.

Autores como Silva e Calvacante-Neto (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. Comentam, ainda, que nos períodos derradeiros da graduação há uma grande dificuldade, por parte dos universitários, em mediar os contratempos pessoais e

acadêmicos, resultando na redução do nível de atividade física (NAF), em decorrência do acréscimo das horas destinadas à vida estudantil.

Falando sobre o NAF, os exercícios físicos podem resultar em um resultado protetor dos sinais da ansiedade. Um treinamento seguro e apropriado ocasiona uma melhor condição de repouso, bem como promove o desempenho cognitivo. O humor, a autoestima e o condicionamento físico também são aperfeiçoados, apresentando como resultado, efeitos que resguardam o organismo de intranquilidades na saúde física e mental, que, quando afetadas, implicam no desenvolvimento de um transtorno menor comum (TMC) (SILVA; CALVACANTE-NETO, 2014).

Polissen e Ribeiro (2014) asseguram que a atividade física regular intervém positivamente no equilíbrio dos graus de ansiedade, atuando diretamente no comportamento fisiológico do sujeito. Os autores explicam que, ao término de uma atividade física, existe um conforto das tensões e uma impressão de lassidão que gera, naturalmente, a necessidade de reabilitação e de repouso. Destaca-se, também, a produção do hormônio endorfina, incitada durante a prática de exercício físico, responsável pela sensação de deleite e de bem-estar, efeitos que combatem a ansiedade.

Segundo Jarrete (2011) a prática de exercícios físicos tem uma potente atuação contra a depressão, sendo muito eficiente conforme o período de realização e a magnitude da atividade. Uma simples caminhada ou uma prática esportiva intensa, promovem melhoria na saúde mental, já que as adequações biológicas, decorrentes da atividade física, suavizam a ansiedade e também o estresse. Deste modo, a vulnerabilidade constatada em acadêmicos, torna fundamental a organização de estratégias de inclusão de programas de atividade física e costumes benéficos, para que resultados positivos e fatores de elevação da saúde mental possam estimular os recursos individuais dos universitários.

Souza, Baptista e Baptista (2010), ao abordar o assunto relativo aos fatores de proteção e de risco à 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, sensação de segurança e de cuidado, que beneficiam a percepção de integração em sua vida. O apoio é válido para tornar mínima a consternação, ou seja, a impressão de bem-estar procedente dessas

ligações aprimora a integração do indivíduo a novas situações, bem como atenua os prejuízos que tal fato pode causar à saúde psicológica quando em contato com ambientes estressores.

A presença de lugares que permitam descanso e relaxamento no espaço das instituições de ensino, segundo Polisseni e Ribeiro (2014), desconstrói a ideia de que universidades são feitas somente para fins, exclusivamente, acadêmicos. A instituição também pode ser um ambiente de encontros, de trocas, de descanso, de lazer, e inegavelmente, de crescimento individual e profissional. Ela deve ser reconhecida como um recinto que favorece o aperfeiçoamento do resultado acadêmico, por harmonizar a recuperação do conforto psicológico do educando. Descobrir aspectos de prioridades ambientais e concepções pautadas à habilidade de restaurar tais ambientes possibilita que propostas de aprimoramentos possam ser efetivados.

3.1 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 nessa área se ocupa das reflexões e da produção de conhecimentos sobre a ligação entre a educação e a 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 cursos superiores. De acordo com Sampaio (2013), o psicólogo é convocado, com frequência, a atender quando surge alguma dificuldade que já foi detectada; porém, em relação aos universitários é imprescindível que o auxílio psicológico seja compreendido e implantado em diferentes situações da vida acadêmica e social, de modo a auxiliar os estudantes a arquitetarem um procedimento educacional superior de qualidade.

Silva e Alvacante-Neto (2014) comentam 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 esses 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 ser importante para o psicólogo que atende em IES, que amplie a 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 da área da Psicologia fica ausente nas 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 Instituição de Ensino Superior, de acordo com Souza, Baptista e Baptista (2010), necessita compreender a Psicologia aplicada à educação como sendo em um aspecto dessa área do conhecimento, como um campo de estudos cuja atuação tem por objetivo direcionar a ação do psicólogo na busca pela compreensão dos acontecimentos educacionais, como resultado das relações que se constituem dentro de tal espaço.

De acordo com a tradição, as atividades desenvolvidas pelos psicólogos na IES são: acompanhamento particular, efetivação de orientações externas e internas, realização de orientações grupais, entre outras. Na maioria das vezes, essas atividades são integralmente voltadas para os discentes, segundo Serpa e Santos (2001).

Neves e Dalgarrondo (2007) destacam que para a concretização da orientação dos estudantes de Ensino Superior, é indispensável que as Clínicas-Escola de Psicologia e os demais atendimentos de saúde sejam capacitados para saber lidar com dificuldades psicológicas associadas ao contexto universitário. Sabe-se que os universitários podem mostrar questões no atendimento bem distintas de outros grupos, uma vez que ao alcançarem a vida adulta, bem no período de ingresso na universidade, passam por mudanças extremamente relevantes, o que provoca o surgimento dos transtornos mentais.

De acordo com Carneiro et al. (2012), os universitários propendem a apresentar perturbações que são não psicóticas, ou seja, pequenas inquietações mentais, que abrangem sinais apreensivos, depressivos e somáticos. Por essa

razão, é necessário que os Psicólogos, tanto os Escolares, quanto os Educacionais se atentem à ligação de atuações no plano de desenvolvimento profissional com as clínicas-escola para o acolhimento das reclamações educacionais. Além disso, a relação entre os psicólogos que operam no campo da educação com os que atuam na área da saúde, também pode contribuir para a expansão do entendimento do processo formal e da sua seriedade na constituição dos sujeitos.

Bisinoto e Marinho-Araujo (2011) comentam que o trabalho dos psicólogos das IES pode ser abordado também na Avaliação Institucional, assim como os docentes, a fim de aprimorarem as práticas através dos resultados da pesquisa e como 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 sobre opções ou arquitetar em conjunto programas renovadores de ensino, que possam ajudar os educadores a aprimorar suas habilidades profissionais e beneficiar o aprendizado dos alunos. Desse 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 Bisinoto e Marinho-Araújo (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.” O autor explica com a primeira proposição que o profissional da Psicologia pode atuar em questões voltadas para a gestão institucional, como o processo de avaliação da instituição, colaborando para a adaptação de novos cooperadores e assistindo a acepção e reestruturação dos perfis docentes e técnicos. Já na segunda proposição, 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 se torna plausível através do agenciamento de táticas de desenvolvimento acadêmico e social dos universitários.

Bisinoto e Marinho-Araújo (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, que é recomendado a ser seguido pelos Psicólogos em IES, diz respeito ao espaço de

ouvir até mesmo o que não foi dito, independentemente do lugar em que ocorra, seja no campo particular ou público, em um formato didático, coletivo ou grupal.

3.2 Atendimentos psicológicos aos estudantes universitários

A melhoria psicossocial dos estudantes demanda a ação de psicólogos no campo da educação superior, pois esse pode cooperar para a precaução e a solução de dificuldades presentes no dia-a-dia acadêmico (BISINOTO; MARINHO-ARAÚJO, 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 inadequados; deficiência de aptidões de leitura e de grafia; dificuldade e insegurança na tomada de decisões.

Os psicólogos, em sua atuação nas IES podem auxiliar na qualificação dos procedimentos de ensino-aprendizagem e na assimilação do conhecimento científico por parte dos alunos (SAMPAIO et al., 2013). Além disso, os profissionais da área que atuam no Ensino Superior podem colaborar para a solução de situações de ordem pessoal, que muitas vezes aparecem associados às vivências do meio acadêmico e acabam refletindo em ambos aspectos.

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, podem ser mencionados os atendimentos psicológicos, pedagógicos e psicopedagógicos como ajuda ao método de ensino-aprendizagem e como subsídio na condução da carreira, na orientação profissional, no acolhimento de calouros e egressos e no acolhimento de pessoas portadoras de deficiências (VASCONCELOS et al., 2011).

Como evidencia Horta e colaboradores (2010), a inferência psicológica através do aconselhamento em relação à escolha de curso, auxilia os universitários e os indivíduos em geral a encontrarem as 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 do autodesenvolvimento, influenciando 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 algo diferente, sendo importante também para o amparo do indivíduo mediante a presença de ocasiões de ameaça. Ultimamente, os graus de ansiedade vêm aumentando e muitas vezes se convertendo em patologias.

É fato que o período da graduação é marcado por novidades e mudanças que podem deixar o acadêmico apreensivo e nervoso. Dessa forma, vários estudos já evidenciaram níveis habituais de ansiedade e até de ansiedade leve nesse período da formação.

Nota-se então a seriedade de uma conduta pluridisciplinar para esses acadêmicos com evidência nos cuidados psicológicos. Considera-se a importância do papel do psicólogo na atenção em relação a quadros que configuram a ansiedade patológica, auxiliando os estudantes a conviverem melhor com os seus sentimentos.

Conclui-se que o presente trabalho foi de grande importância por ampliar as informações a respeito da ansiedade e da sua presença na vida dos estudantes universitários.

Pontua-se a necessidade e relevância de novas pesquisas sobre o tema e sobre a linha de pesquisa abordados a fim de confirmar a urgência e acuidade de um acompanhamento psicológico para precaver, minimizar e 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**. 2015. 118f. Dissertação (Mestrado em Saúde Mental e Atenção Psicossocial) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2015.

ANTUNES, M. A. M. Psicologia Escolar e Educacional: história, compromissos e perspectivas. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 12, n. 2, p. 469-475, 2008.

BARBOSA, R. M.; MARINHO-ARAÚJO, C. M. Psicologia escolar no Brasil: considerações e reflexões históricas. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 27, p. 393-402, 2010.

BISINOTO, C.; MARINHO-ARAÚJO, C. Psicologia Escolar na Educação Superior: panorama da atuação no Brasil. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 67, n. 2, p. 33-46, 2015.

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

BRAGA, A. et al. Promoção à saúde dos estudantes universitários. **Rev. Pró-universus**, v.8, n.1, p. 48-54, 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**, Brasília, 20 jul. 2010. Seção 1, p. 5.

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**, v.25, n.2, p. 252-265, 2005.

DALGALARROTO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

GALVÃO, A. E. O. Ansiedade. **Revista Cadernos de Estudos e Pesquisas do Sertão**, v.1, n.1, p.105-111, 2013.

GOMES, E. T. et al. Ansiedade e medo em enfermagem médico-cirúrgica. **Rev Enf Brasil**, v. 13, n. 1, p. 49-54, 2014.

GOMES, G. L. L.; FERNANDES, M. das G. M.; NOBREGA, M. M. L. da. Ansiedade da hospitalização em crianças: análise conceitual. **Rev. Bras. Enferm**, v. 69, n. 5, p. 940-945, 2016.

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

JARRETE, A. P. **Nível de atividade física e composição corporal dos funcionários administrativos da Universidade Estadual Paulista**. 2011. 43 f. TCC (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro, 2011.

NEVES, M. C. C.; DALGALARRONDO, P. Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 56, n.1, p. 237-244, 2007.

PACHECO E SILVA, A. C.; LIPSZIC, S. L. **Estudantes de Medicina de hoje**. São Paulo: Edigraf Ltda, 1962.

PADOVANI, R. et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Rev. Brasileira de Terapias Cognitivas**, v.10, n.1, p.2-10, 2014.

PEREIRA, D. S. et al. Uso de substâncias psicoativas entre universitários de medicina da Universidade Federal do Espírito Santo. **J. bras. psiquiatria**, v.57, n.3, p.188-195, 2008.

POLISSENI, M. L. C.; RIBEIRO, L. C. Exercício físico como fator de proteção para a saúdeem servidores públicos. **Rev Bras Med Esporte**, v.20, n.5, p.340-344, 2014.

SAMPAIO, C. E. P. 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.

SCHLEICH, A. L. R. **Integração na educação superior e satisfação acadêmica de estudantes ingressantes e concluintes**. 2006. 183f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

SERPA, M. N. F.; SANTOS, A. A. A.dos. Atuação no ensino superior: um novo campo para o psicólogo escolar. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 5, n.1, p. 27-35, 2001.

SILVA, A.; CALVACANTE-NETO, J. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum entre estudantes universitários. **Motricidade**, v.10, n.1, p. 49-59, 2014.

SOUZA, M.; BAPTISTA, A.; BAPTISTA, M. Relação entre suporte familiar, saúdemental e comportamentos de risco em estudantes universitários. **Acta Colombiana de Psicologia**. v.13, n.1, p. 142-154, 2010.

VASCONCELOS, T. C. et. al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista brasileira de educação médica**, v.39, n.1, p. 135 -142, 2015.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pela proteção, pela saúde e pela capacidade a mim garantidas durante a minha formação;

Agradeço aos meus pais pelo apoio e pelo amor incondicional que sempre me ofereceram;

Agradeço ao meu orientador pela paciência, pela partilha e por cada ensinamento compartilhado;

Agradeço a todos que direta ou indiretamente contribuíram para a realização do meu sonho. Sei que não conseguiria passar por esse caminho sozinha, por isso meus agradecimentos são hoje, uma expressão da minha felicidade e gratidão!