

## Revisão Sistemática da Literatura sobre Ansiedade em Estudantes do Ensino Superior

Systematic Literature Review on Anxiety in Higher Education Students

**Adriana Benevides Soares\***

Universidade Salgado de Oliveira e Universidade do Estado do Rio de Janeiro

**Marcia Cristina Lauria de Moraes Monteiro / Zeimara de Almeida Santos**

Universidade Salgado de Oliveira

---

**Resumo:** No Ensino Superior as rotinas estressantes muitas vezes contribuem para o desenvolvimento de transtorno de ansiedade ou para agravamento de quadros pré-existent. Esse estudo teve como objetivo realizar uma revisão sistemática da literatura em periódicos nacionais de 2005 a 2019 sobre transtorno de ansiedade em estudantes universitários. Os artigos foram pesquisados nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, SciELO, LILACS e Pepsic. Utilizou-se o critério de inclusão apenas de periódicos com a temática ansiedade em universitários e a partir da análise dos resumos foram obtidos 37 artigos. Desta forma, foram excluídos os artigos que não se adequavam ao critério adotado. Os resultados conduziram a estudos de caracterização (13), intervenção (13), prevalência (5), relato de experiência (2) e construção de instrumento (1). As publicações sobre caracterização e intervenção foram as que apresentaram maior incidência pelo fato de determinar e ter ferramentas e mesmo estratégias para melhor intervir no próprio contexto estudantil. O estudo vem a contribuir com a prática de novas pesquisas sobre o tema e amplia o conhecimento sobre os fatores que implicam nos transtornos de ansiedade em estudantes do Ensino Superior. Uma das limitações do estudo foi não ter incluído outras fontes de dados como livros, dissertações e teses.

**Palavras-chave:** estudante universitário; transtorno de ansiedade; revisão sistemática

**Abstract:** In Higher Education, stressful routines often contribute to the development of anxiety disorder or getting worse pre-existing conditions. This study aimed to conduct a systematic review of the literature in national journals from 2005 to 2019 on anxiety disorder in university students. The articles were searched in the following databases: Google Scholar, SciELO, LILACS and Pepsic. The inclusion criterion was used only for journals with the theme anxiety in university students and from the analysis of abstracts 37 articles were obtained. Thus, articles that did not fit the adopted criterion were excluded. The results led to characterization studies (13), intervention (13), prevalence (5), experience report (2) and instrument construction (1). The publications on characterization and intervention were those with the highest incidence due to the fact of determining and having tools and even strategies to better intervene in the student context itself. The study contributes to the practice of new research on the topic and expands knowledge about the factors that imply anxiety disorders in higher education students. One of the limitations of the study was that it did not include other data sources such as books, dissertations and theses.

**Keywords:** university student; anxiety disorder; systematic review

## **Introdução**

O ingresso na universidade é caracterizado por processos complexos de transição e adaptação, o que envolve uma diversidade de novas situações a serem vivenciadas tanto a nível pessoal (organização e planejamento das tarefas), acadêmico (cumprimento de cronogramas, maior distanciamento entre aluno e professor) e social (construir novas amizades, lidar com pessoal de apoio e gestores), como pelos aspectos mais amplos e inerentes as mudanças comuns a esta etapa do desenvolvimento, considerando que muitos universitários estão iniciando a vida adulta (Almeida, Soares, & Ferreira, 2000). Ademais, muitos estudantes trazem as experiências de escolaridade anterior, na qual tem-se a figura do professor como único responsável pelo aprendizado, assim como a ideia da sequência de aulas e provas ao final de cada conteúdo ensinado. Na universidade, o processo de ensino e aprendizagem faz com que o aluno se depare com atividades como seminários, pesquisas e muitas vezes, em um ritmo totalmente diferente do que estava habituado (Soares, Lima, Santos, & Silva).

Administrar os desafios e exigências pertinentes à educação superior pode ser uma tarefa percebida como estressora independente do período ou ano da graduação (Brandtner & Bardagi, 2009; Ferreira, da Silva, & Costa, 2019). Para muitos estudantes, as atribuições da vida acadêmica podem ser caracterizadas por fatores considerados de risco para instauração ou agravamento de questões vinculadas a saúde mental. Segundo Fernandes et al. (2018), dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) sinalizam a prevalência mundial do transtorno de ansiedade (TA) em 3,6% na população. No continente americano esse transtorno alcança 5,6% da população e o Brasil aparece com 9,3%, possuindo o maior número de casos de ansiedade entre os países do mundo. Entre os jovens de 18 a 24 anos há maior prevalência, uma vez que a adultez emergente é caracterizada por ser um período de exploração ocupacional e relacional, com a conclusão da escolaridade Básica, o ingresso no Ensino Superior, a entrada no mercado de trabalho, a construção de relacionamentos, aspectos que exigirão do jovem

responsabilidade e autonomia para gerenciar as novas experiências (Maltoni, Malton, & Neufeld, 2019).

Outrossim, as políticas públicas de acesso ao Ensino Superior nos últimos 15 anos realçaram o interesse de profissionais da área da saúde mental, assim como gestores e docentes sobre o sofrimento psíquico que acomete o universitário e que reflete nas relações interpessoais e nas futuras metas profissionais (Leão, Gomes, Ferreira, & Cavalcanti, 2018). Desta forma, o período de publicações entre 2005 a 2019 abordado neste estudo expressa o aumento da população estudantil na educação superior, além da literatura apontar que os transtornos de ansiedade têm apresentado alta prevalência neste público e do efeito no desempenho acadêmico e no bem-estar emocional (Leão et al., 2018). Pinto, de Melo e Ferreira (2018) destacam a relevância dos estudos para a discussão e avaliação prévia dos transtornos de ansiedade, possibilitando minimizar o fracasso acadêmico, como também reduzir outros comportamentos de risco para a saúde, como o fumo, bebidas alcoólicas e distúrbios alimentares.

Por ansiedade compreende-se um estado emocional complexo, uma resposta fisiológica (prolongada) a estímulos externos e às situações vivenciadas muitas vezes desencadeadas por um medo inicial o qual a pessoa acredita que não pode controlar ou prever eventos futuros potencialmente aversivos (Clark & Beck, 2014; Pitta, 2011). Os autores acrescentam que a ansiedade pode se tornar patológica, caracterizando-se por sintomas tais como inquietação, dificuldade de concentração, distúrbios do sono, fadiga entre outros.

Em estudantes universitários, os transtornos mentais são problemas em ascensão e inquietam tanto pela prevalência como pelos efeitos prejudiciais à saúde (Fernandes, Vieira, Silva, Avelino, & Santos, 2018; Fernani, et al., 2017; Rodrigues, Rocha, Araripe, Rocha, Sanders, & Kubrusly, 2019). Dentre os transtornos mentais, a ansiedade é de alta prevalência entre os estudantes universitários. Talvez, pelos elevados níveis de pressão inerentes às atividades acadêmicas, somados à pressão no ambiente familiar, bem como

ao estresse implicado na tentativa de conciliar estudos e trabalho. Diante da magnitude desta problemática, a literatura nacional apresenta publicações sobre transtorno de ansiedade de caracterização (dos Santos Júnior, Rachkorskyv, Ronzoni, Dogra, & Dalgalarrodo, 2016; Ferreira, da Silva, & Costa, 2019; Motta, Soares, & Belmonte, 2019), de construção de instrumento (Vasconcellos, dos Santos, Morais, Ferraz, de Freitas, & Silveira, 2016), de intervenção (Angélico, Bauth, & Andrade, 2018; de Souza, Rotella, de Oliveira Brito, & Darwich, 2018; Dotta, Queluz, & de Souza, 2018; Ferreira, Oliveira, & Vandenberghe, 2014; Magri & Coelho, 2019) de prevalência (Maltoni et al., 2019; Moutinho et al., 2017) e de relato de experiência (Dias, dos Santos, de Oliveira, & Herdina, 2017; Ramos, Jardim, Gomes, & Lucas, 2018).

Ramos, Kuster, Ramallete e Nascimento (2019) avaliaram o estresse e a ansiedade de universitários antes e após a participação em oficinas de controle de ansiedade e de enfrentamento do estresse. Participaram 11 estudantes ao longo de oito sessões de duas horas. Foi utilizado o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos e o Inventário de Ansiedade de Beck. Os resultados evidenciaram que 90,9% dos participantes apresentaram estresse na primeira avaliação, percentual reduzido para 72,7% na segunda. A amostra apresentou 72,75% de ansiedade na primeira como na segunda avaliação. As oficinas possibilitaram o desenvolvimento do autoconhecimento e do autocontrole, bem como o apoio social percebido pelos participantes. Os autores discutem as implicações dos resultados obtidos para a oferta de intervenções voltadas para o manejo e autorregulação das emoções em universitários.

Em estudo de Pinto, Cavestro e Ferreira (2018) os autores investigaram a prevalência do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). Contaram com a participação de 289 estudantes de Medicina de uma instituição de Ensino Superior mineira. O estudo utilizou a escala Hospital Anxiety and Depression. Os resultados apontaram que alunos do sexto ano são os que apresentavam maiores sintomas de ansiedade, com 50% de prevalência. Na comparação entre sexos, as estudantes

apresentaram maior ansiedade, obtendo uma prevalência de 32,7%. No geral, a prevalência para TAG foi de 27,7% e os autores ressaltam que se trata de uma patologia mais prevalente em determinadas populações.

Por revisão sistemática de literatura entende-se uma forma de estudo secundário que utiliza uma metodologia específica para identificar, analisar e interpretar as evidências disponíveis a respeito de um tema (Camilo & Garrido, 2019). Os autores acrescentam que se trata de um tipo de estudo retrospectivo e secundário, já que é conduzida após a publicação de muitos estudos sobre um tema e que utiliza métodos explícitos e sistematizados de busca, apreciação crítica e síntese da informação selecionada.

Em termos de revisão sistemática da literatura nacional sobre ansiedade em universitários, Silva, Panosso e Donadon (2018) investigaram os fatores de risco associados à ansiedade e as intervenções para o enfrentamento em estudantes do Ensino Superior. Os critérios de inclusão foram fator de risco e intervenção, permanecendo 14 estudos. Os resultados identificaram três linhas de pesquisa. A primeira buscou conhecer os fatores de risco para o desenvolvimento da ansiedade em universitários (Burnout, afastamento da família, carga de trabalho acadêmico, competitividade, perfeccionismo). A segunda situou a ansiedade como fator de risco para outros problemas (dependência do álcool e outras drogas, somatizações) e terceira evidenciou a oferta de atendimentos à saúde mental dos alunos por meio de atendimentos em grupo e remotos, considerando, segundo os autores, que estas alternativas são de baixo custo e oneram menos as universidades que sofrem com a escassez de recursos. Os autores ressaltam a importância de atendimentos em saúde mental para os estudantes no intuito de prevenir a ansiedade e outros transtornos decorrentes, além de promover o desempenho acadêmico.

No estudo de Brito e Ferreira (2019), as autoras realizaram uma revisão sistemática da literatura sobre os fatores que desencadeiam a depressão e a ansiedade

em universitários. Os critérios de inclusão do estudo foram artigos disponíveis na íntegra, publicados no idioma português e inglês no período de 2005 a 2019, permanecendo cinco estudos. Os resultados alcançados apontaram que os universitários vivenciam uma série de mudanças e adaptações que muitas vezes são representadas como estressantes. Ademais, o estresse associado as questões pessoais são decorrentes do ambiente de aprendizagem como da vulnerabilidade psicológica, já que à transição da adolescência para a idade adulta, bem como as mudanças socioeconômicas e crescente competição acadêmica concorrem para os quadros de ansiedade. As autoras ressaltam que os aspectos psicológicos são determinantes para o desempenho acadêmico e que as instituições de educação superior deveriam investir em um ambiente facilitador para a aprendizagem. Tendo em vista a literatura apresentada, este estudo teve como objetivo realizar uma revisão sistemática da literatura em periódicos nacionais no mesmo período sobre transtorno de ansiedade em estudantes universitários brasileiros.

## **Método**

O tipo de delineamento metodológico utilizado nesse estudo foi constituído por meio da revisão sistemática da literatura, pois reúne estudos primários e sintetiza rigorosa e amplamente todas as pesquisas disponíveis sobre um tópico particular. A revisão sistemática é uma forma de síntese das informações disponíveis em dado momento, sobre um problema específico, de forma objetiva e reproduzível, por meio de método científico. Ela tem como princípios gerais a exaustão na busca dos estudos analisados, a seleção justificada dos estudos por critérios de inclusão e exclusão explícitos e a avaliação da qualidade metodológica. Nesse sentido, ferramentas têm sido desenvolvidas para auxiliar na verificação dos critérios mínimos de qualidade das revisões de literatura, antes, durante e após publicação. Uma delas é o Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses, bastante conhecida como

PRISMA (Galvão et al., 2015; Moher, Liberati, Tetzlaff, & Altman, 2009). O PRISMA consiste em um conjunto mínimo de itens baseados em evidência para reportar revisões sistemáticas e meta-análises. Por meio de uma lista de itens ou etapas e de um diagrama de fluxo o PRISMA permite a condução da análise e a condução da revisão sistemática da literatura. As etapas incluem: título, resumo, introdução, métodos, resultados e discussão.

Os artigos foram pesquisados nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, SciELO, LILACS e Pepsic no período de 2005 a 2019, permitindo compilar e filtrar os dados de acordo com o critério metodológico do modelo PRISMA (Galvão et al., 2015; Moher et al., 2009). Foram utilizadas para busca separadamente as palavras chave, segundo DSM-V, os seguintes descritores: Agorafobia, Mutismo Seletivo, Transtorno de ansiedade, Transtorno de Pânico, Ansiedade, Fobia. A partir da análise dos resumos, foram selecionadas as publicações que tinham como participantes o público universitário. Foram encontrados 98 artigos sem eliminação de repetições, em seguida foram eliminados os artigos encontrados em mais de uma base de dados (N=26), tendo permanecido 72. Na sequência, optou-se em realizar um novo filtro e trabalhar apenas com a temática ansiedade em universitários, uma vez que não foram encontrados artigos dos transtornos específicos de ansiedade. A partir da análise dos resumos, foram descartados 35 artigos que eram Teses, Dissertações e Trabalhos de Conclusão de Curso. A resposta às seguintes perguntas facilitou a seleção ou exclusão dos achados: 1. O artigo é destinado a estudantes universitários? 2. O resultado final teve por requisito integrar apenas os estudos que mantinham a especificidade temática da revisão? . Foram selecionados então, os manuscritos que abordassem o assunto de interesse, pois correspondiam aos critérios estabelecidos para inclusão. Finalmente, 37 artigos relacionados ao transtorno de ansiedade foram categorizados.

## Resultados

A Figura 1 apresenta o fluxo de seleção das publicações.

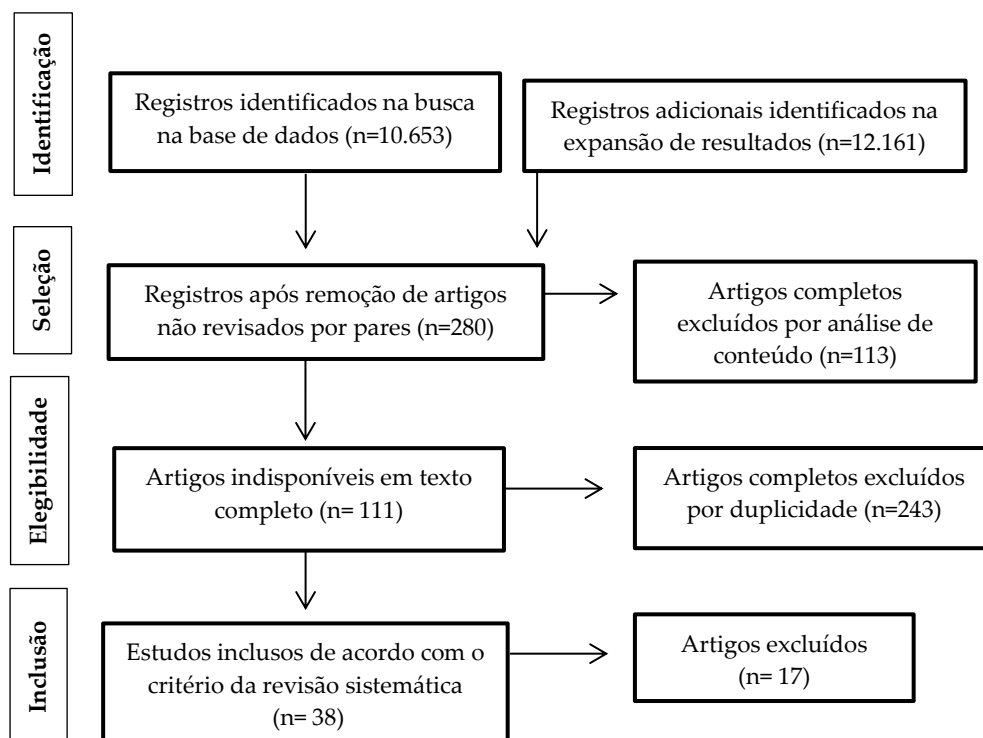


Figura 1. Processo de seleção dos estudos (diagrama de fluxo).

A Tabela 1 apresenta os artigos que, após a aplicação dos critérios de permanência, constituíram a amostra do estudo. Foram encontradas publicações abrangendo estudos de caracterização, de intervenção, de prevalência, relato de experiência e de construção de instrumento.



**Tabela 1**

Relação de estudos de caracterização, de intervenção, de prevalência, relato de experiência e de construção de instrumento

Caracterização (13)	Intervenção (13)	Prevalência (5)	Relato de experiência (2)	Construção de instrumento (4)
Angélico, A. P., Crippa, J. A. S., & Loureiro, S. R. (2012). Utilização do Inventário de Habilidades Sociais no diagnóstico do Transtorno de Ansiedade Social. <i>Psicologia: Reflexão e Crítica</i> , 25(3), 467-476.	Angélico, A. P., Bauth, M. F., & Andrade, A. K. (2018). Estudo Experimental do falar em público com e sem plateia em universitários. <i>Psico-USF</i> , 23(2), 347-359.	Andrade, M. L., Silveira, K. M. D. A. S., Júnior, E. L. D. S., Neto, P. M. F., & Pimentel, D. (2019). Fobia Social em Estudantes de Medicina Submetidos ao Método de Ensino-Aprendizagem Baseada em Problemas no Estado de Sergipe. <i>Revista Debates em Psiquiatria</i> , 3(4), 16-24.	Dias, A. C. G., dos Santos, A. S., de Oliveira, C. T., & Herdina, M. G. (2017). Oficinas de apresentação oral de trabalhos científicos com estudantes universitários. <i>Barbarói</i> , (49), 286-300.	D'El Rey, G. J. F., Lacava, J. P. L., & Cardoso, R. (2007). Consistência interna da versão em português do Mini-Inventário de Fobia Social (Mini-SPIN). <i>Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)</i> , 34(6), 266-269.
Bolsoni-Silva, A. T., & Loureiro, S. R. (2014). The role of social skills in social anxiety of university students. <i>Paidéia</i> , 24(58), 223-232.	da Rocha, J. F., Bolsoni-Silva, A. T., & Verdu, A. C. M. A. (2012). O uso do treino de habilidades sociais em pessoas com fobia social na terapia comportamental. <i>Perspectivas em Análise do Comportamento</i> , 3(1), 38-56.	Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. D. G. (2018). Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. <i>Revista Brasileira de Educação Médica</i> , 42(4), 55-65.	Ramos, F. P., Jardim, A. P., Gomes, A. C. P., & Lucas, J. N. (2018). Desafios na trajetória acadêmica e apoio psicológico ao estudante universitário: contribuições de dois Projetos de Extensão. <i>Revista Guará</i> , 6(9), 57 - 66.	Picon, P., Gauer, G. J. C., Fachel, J. M., & Manfro, G. G. (2005). Desenvolvimento da versão em português do Social Phobia and Anxiety Inventory (SPAI). <i>Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul</i> , 27(1), 40-50.
Cecconello, W. W., Batistella, F., Wahl, S. D. Z., & Wagner, M. F. (2013). Evaluation of depressive and social phobia symptoms in undergraduate students. <i>Aletheia</i> , (42), 71-81.	de Souza, I. T. S., Rotella, J. O., de Oliveira Brito, L., & Darwich, R. A. (2018). O Papel da Família na Manutenção de Respostas de Ansiedade. <i>Revista Movendo Ideias</i> , 20(2), 28-37.	Maltoni, J., de Camargo Palma, P., & Neufeld, C. B. (2019). Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. <i>Psico</i> , 50(1), 29213.		Picon, P., Gauer, G. J., Hirakata, V. N., Haggström, L. M., Beidel, D. C., Turner, S. M., & Manfro, G. G. (2005). Reliability of the Social Phobia and Anxiety Inventory (SPAI) Portuguese version in a heterogeneous sample of Brazilian university students. <i>Brazilian Journal of Psychiatry</i> , 27(2), 124-130.
dos Santos Júnior, J. A., Lima, D. V. B., Tenório, S. B., Lopes, A. P., & de Oliveira Feroseli, A. F. (2016). Relação entre Traços de Personalidade e Ansiedade em Estudantes Universitários. <i>Interfaces Científicas-Saúde e Ambiente</i> , 4(3), 51-62.	Ferreira, V. S., Oliveira, M. A., & Vandenberghe, L. (2014). Short and long term effects of a social skills development group for university students. <i>Psicologia: Teoria e Pesquisa</i> , 30(1), 73-81.	Moutinho, I. L. D, Maddalena, N. D. C. P., Roland, R. K., Lucchetti, A. L. G., Tibiriçá,		Vasconcellos, S. J. L., dos Santos, B. S., Morais, L. Q.,
dos Santos Júnior, A., Rachkorskyv, L. L., Ronzoni, P., Dogra, N., & Dalgalarrodo, P. (2016). Experiências percebidas de discriminação e saúde mental:	Magri, M. R., & Coelho, C. (2019). Comparação dos efeitos do treinamento de habilidades sociais e da terapia analítica funcional nas habilidades sociais de um paciente			

- Resultados em estudantes universitários brasileiros. *Serviço Social e Saúde*, 15(2), 273-298.
- Fernani, D. C. G. L., Cortez, G. M., Santos, I. A., Pacagnelli, F. L., Massetti, T., Silva, T. D. D., Papa, D. C. R., Moraes, I. A. P., Monteiro, C. B. M., & Prado, M. T. A. (2017). Perfil antropométrico, nível de atividade física, grau de ansiedade e postura em estudantes universitários. *Fisioterapia e Pesquisa*, 24(2), 191-197.
- Ferreira, B. C., da Silva, S. M., & Costa, B. V. (2019). Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. *Linkscienceplace- Interdisciplinary Scientific Journal*, 6(5), 330-353.
- Figueredo, L. Z. P., & Barbosa, R. V. (2008). Fobia social em estudantes universitários. *ConScientiae Saúde*, 7(1), 109-115.
- Medeiros, P. P., & Bittencourt, F. O. (2017). Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. *Id on Line* com fobia social. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 21(1), 24-42.
- Dotta, C. C., Queluz, F. N., & de Souza, V. N. (2018) Avaliação de uma intervenção no treino assertivo e resolução de problemas em universitários. *Mudanças-Psicologia da Saúde*, 26(2), 51-60.
- Nobile, G. F. G., Garcia, V. A., & Silva, A. T. B. (2017). Análise sequencial dos comportamentos do terapeuta em psicoterapia com universitários com transtorno de ansiedade social. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 8(1), 16-31.
- Penido, M. A., Giglio, C., Lessa, L., Carvalho, M. R., Souza, W., & Rangé, B. (2014). O uso do teatro do oprimido no tratamento em grupo para transtorno de ansiedade social. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 29-37.
- Perandré, Y. H. T., & Haydu, V. B. (2018). Um programa de intervenção para transtorno de ansiedade social com o uso da realidade virtual. *Trends in Psychology*, 26(2), 851-866.
- SHC, Ezequiel, O. D. S. & Lucchetti, G. (2017). Depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina: uma comparação transversal entre estudantes de diferentes semestres. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 63 (1), 21-28
- Pinto, N. A. J., de Melo Cavestro, J., & Ferreira, W. (2018). Prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes de Medicina. *Revista Interdisciplinar Ciências Médicas*, 2(2), 36-43.
- Ferraz, R. C., de Freitas, P. O., & Silveira, J. F. (2016). Evidências de validade de uma escala para ansiedade em situações de mentira. *Avaliação Psicológica*, 15(3), 383-390.

- Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, 10(33), 42-55.
- Motta, I. C. D. M., Soares, R. D. C. M., & Belmonte, T. D. S. A. (2019). Uma Investigação sobre Disfunções Familiares em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1), 47-56.
- Rodrigues, M. D. D. S., Rocha, P. B. D. C., Araripe, P. F., Rocha, H. A. L., Sanders, L. L. O., & Kubrusly, M. (2019). Transtorno de Ansiedade Social no Contexto da Aprendizagem Baseada em Problemas. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1), 65-71.
- Serinolli, M. I., Oliva, M. D. P. M., & El-Mafarjeh, E. (2015). Antecedente de ansiedade, síndrome do pânico ou depressão e análise do impacto na qualidade de vida em estudantes de Medicina. *Revista de Gestão em Sistemas de Saúde*, 4(2), 113-126.
- Wagner, M. F., Wahl, S. D. Z., & Ceconello, W. W. (2014). Sintomas de fobia social no ensino superior: uma amostra de população feminina. *Mudanças-Psicologia da Saúde*, 22(2), 49-54.
- Ramos, F. P., Kuster, N. S., Ramalhete, J. N. L., & do Nascimento, C. P. (2019). Oficina de Controle de Ansiedade e Enfrentamento do Estresse com Universitários. *PSI UNISC*, 3(1), 121-140.
- Santana, S. D. M., Silva, N. G. D., Gonçalves, D. M., & Melo, M. C. M. D. (2014). Intervenções em grupo na perspectiva cognitivo-comportamental: Experiências no contexto da clínica-escola. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 47-53.
- Silberfarb, S., Simião, B. G., Moschetti, A. C., & Barbosa, M. E. (2019). Protocolo de Terapia Cognitivo-Comportamental em grupo para o medo de falar em público no contexto de um serviço-escola de Psicologia. *Boletim Entre SIS*, 4(2), 48-61.
- Wagner, M. F., Pereira, A. S., & Oliveira, M. S. (2014). Intervención sobre las dimensiones de la ansiedad social por medio de un programa de entrenamiento em habilidades sociales. *Psicología Comportamental/ Psicología Conductual*, 22(3), 423-440.

## Discussão

A ansiedade faz parte dos sentimentos normais de uma pessoa, tornando-se patológica quando não é proporcional à situação que a desencadeou ou quando não existe um objeto específico ao qual se direcione. O presente estudo apontou uma preponderância de pesquisas de caracterização de ansiedade em universitários, seguido de estudos de intervenção, prevalência, relato de experiência e construção de instrumentos. Em termos de caracterização, é relevante ressaltar que os primeiros episódios de transtornos mentais surgem no início da vida adulta e geralmente no início da formação acadêmica (Rodrigues et al., 2019). Assim, conhecer e caracterizar os fatores relacionados ao transtorno de ansiedade podem conduzir a ações de prevenção ou mesmo de intervenção.

Rodrigues et al. (2019) destacam que a educação superior promove grandes mudanças à vida do estudante e que a transição do Ensino Médio para o Ensino Superior coloca o jovem estudante diante de inúmeros desafios. Tais desafios podem se fazer presentes em qualquer etapa de ensino, seja início, meio ou fim do curso, podendo destacar fatores como excesso de tarefas, falta de motivação, identificação com a carreira escolhida e dificuldades nas relações interpessoais com colegas e professores (Ferreira et al., 2019; Soares et al., 2019).

A presença de ansiedade em estudantes é frequente pelo fato das inúmeras situações que envolvem processos de adaptação (novo ritmo de estudo, morar afastado dos familiares, controle das despesas) e mediante as dificuldades, episódios de ansiedade podem se manifestar por ser um problema de saúde mental mais recorrente entre os universitários (Fernani et al., 2017; Ferreira et al., 2019). Assim, conhecer e caracterizar os fatores relacionados ao transtorno de ansiedade podem conduzir a ações de prevenção ou mesmo de intervenção em situações de maior vulnerabilidade dos alunos. Os estudos de caracterização evidenciaram de forma geral associação entre Habilidades Sociais e ansiedade (Bolsoni-Silva & Loureiro, 2014). Tal fato se deve ao baixo repertório das competências sociais dos estudantes, muitas vezes inseridos no

---

primeiro período (Rodrigues et al., 2019), do sexo feminino (Medeiros & Bittencourt, 2017), em uso de substâncias (dos Santos Júnior, Rachkorskyv, Ronzoni, Dogra, & Dalgalarondo, 2016). Outro dado foi que o traço de personalidade (neuroticismo) possivelmente predispõe o universitário a apresentar níveis elevados de ansiedade (dos Santos Júnior, Lima, Tenório, Lopes, & de Oliveira Fermoseli, 2016).

Os estudos de intervenção apresentaram o segundo maior número de publicações. Apesar desse volume de publicação, a literatura aponta que artigos sobre ansiedade não envolvem intervenções para os participantes e limitam-se a levantamento de dados quantitativos amplamente difundido na literatura, que descreve que os universitários apresentam níveis elevados de ansiedade, quando em período de intensa demanda acadêmica, responsável pelo aparecimento de sintomas ansiogênicos (Dotta et al., 2018; Angélico et al., 2018). Assim, compreender as principais dificuldades vivenciadas pelos estudantes, sobretudo para prevenir situações que podem contribuir para o adoecimento ou para o agravamento de quadros pré-existentes, devem impulsionar estudos e publicações sobre programas de intervenção que possam oferecer suporte aos estudantes mediante oferta de serviços psicológicos, diminuindo fatores de risco para o adoecimento e contribuindo para sua saúde mental (Dotta et al., 2018). De forma geral, os resultados evidenciaram lacunas no conhecimento a serem investigadas no que diz respeito a realização de intervenções que pudessem contemplar questões de idealização profissional presente em todos os cursos universitários, mostrando que há lacunas neste campo, que envolvem desde o projeto político institucional até políticas públicas para o público universitário. Portanto, torna-se relevante a realização de estudos que descrevam efeitos de intervenções com o objetivo de promover habilidades importantes não só para o contexto acadêmico, mas também para vida profissional. Na sequência, os estudos sobre prevalência foram identificados com maior recorrência no período. Tal incidência pode estar associada a faixa etária comumente dos universitários (18 a 24 anos), que nessa etapa estão vivenciando a adultez emergente. Conforme aponta

a literatura, esses estudantes apresentam maior predomínio de riscos de problemas de saúde, com taxas maiores de estresse psicológico grave, ideações suicidas e transtornos de ansiedade (Maltoni et al., 2019; Pinto et al., 2018). Ademais, o TAG associado ao estresse é uma patologia bastante prevalente na população universitária, em especial nos estudantes de Medicina. Além disso, a prevalência de ansiedade esteve mais associada ao sexo feminino e entre os estudantes que apresentaram relacionamento insatisfatório com familiares.

O ingresso na Universidade envolve inúmeras vivências que contribuem para o processo de desenvolvimento, mas que podem ser de difícil manejo para muitos estudantes. Situações como se inserir em um novo contexto iniciando e mantendo novos relacionamentos, desenvolver habilidades (no âmbito pessoal e profissional) que permitam um bom desempenho acadêmico, gerir as diversas atividades e componentes curriculares são alguns exemplos. A transição para a vida universitária e as dificuldades podem se acumular, fazendo com que muitos acadêmicos desenvolvam problemas psicológicos ou gerando o agravamento de quadros pré-existentes (Ramos et al., 2018).

Estudos que abordem relatos de experiências contribuem com propostas de intervenção psicológica que auxiliam o universitário em sua transição para o Ensino Superior, promovendo o desenvolvimento de recursos internos e externos facilitadores do desempenho acadêmico, promovendo a adaptação ao novo contexto e minimizando a probabilidade de surgimento de quadros de adoecimento psicológico (Dias et al., 2017; Ramos et al., 2018). Assim, o investimento em estudos sobre relato de experiência abordando o transtorno de ansiedade deveria ser de relevância para os pesquisadores pelas possibilidades de contribuições alcançadas. Entretanto, apenas dois estudos foram encontrados no período o que reflete uma lacuna na produção científica.

Outra lacuna encontrada refere-se aos estudos sobre instrumentos que mensurem e avaliem os transtornos de ansiedade em estudantes universitários. O número reduzido de publicações encontradas sobre o tema pode estar relacionado a

busca de aprimoramento técnico-científico nos processos de avaliação psicológica. As vantagens para adaptação de instrumentos em detrimento da construção, como a economia de tempo e de recursos financeiros, a possibilidade de comparação de estudos entre grupos de várias culturas e diferentes linguagens e o alcance na equidade de avaliação, em termos de métodos e de comparabilidade entre os escores podem ser indicadores da preferência pela adaptação de instrumentos (de Sousa et al., 2013). Os autores acrescentam que na realidade nacional, a maior parte dos instrumentos utilizados na área clínica e de pesquisa em Psicologia é procedente de outras culturas, despontando a adaptação de instrumentos avaliativos em detrimento da construção. Os transtornos de ansiedade interferem significativamente na vida do indivíduo, comprometendo as atividades cotidianas, os relacionamentos sociais e outros contextos da vida. Além disso, os transtornos apresentam baixos índices de remissão espontânea e tendem a se cronificarem ou mesmo se desdobrarem em outros transtornos psiquiátricos quando não tratados (de Sousa et al., 2013). Assim, quanto mais precocemente ocorrer a avaliação e o tratamento, melhores os prognósticos e menores os prejuízos para o indivíduo. Nesse sentido, cabe destacar que com o objetivo de garantir uma fonte segura e cientificamente embasada para aplicação em pesquisa e prática clínica uma nova edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais da Associação Psiquiátrica Americana (DSM-5, 2013) foi reformulada no capítulo Ansiedade. A publicação é o resultado de um processo de doze anos de estudos, revisões e pesquisas de campo realizados por centenas de profissionais divididos em diferentes grupos de trabalho.

Sendo assim, é de relevância tanto na esfera clínica como acadêmica instrumentos com evidências de validade que forneçam um aparato padronizado e seguro para a obtenção de indicadores para a avaliação de um construto, traço latente ou processo mental subjacente. Instrumentos adequados para a avaliação da ansiedade garantem

dados confiáveis e consistentes para aqueles envolvidos com a pesquisa e o tratamento dos transtornos de ansiedade.

### **Considerações finais**

O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão sistemática das publicações em periódicos nacionais no período de 2005 a 2019 sobre transtorno de ansiedade em estudantes universitários brasileiros. A ansiedade é considerada como um sentimento normal, podendo se tornar patológica quando desproporcional à situação que a suscitou ou na ausência de um objeto específico que possa ocasionar.

O estudo apresentou contribuições sobre o processo de desenvolvimento e produção de literatura por meio da análise sistemática de 37 artigos relacionados ao transtorno de ansiedade em estudantes universitários indexados nas bases de dados: Google Acadêmico, SciELO, LILACS e Pepsic no período de 2005 a 2019. O desenho do estudo conduziu ao predomínio de estudos de caracterização, de intervenção, de prevalência, de relato de experiência e de construção de instrumento. Assim, os estudos de caracterização e intervenção foram os com maior incidência pela questão de se identificar os transtornos de ansiedade na população universitária e ter ferramentas e estratégias para melhor intervir no próprio contexto estudantil, já que a saúde mental dos discentes pode afetar o desempenho acadêmico e a própria permanência na graduação. Sabe-se que os desafios da vida acadêmica podem ser de difícil manejo para muitos alunos, agravando quadros pré-existentes.

Uma limitação do estudo está relacionada ao fato das fontes terem sido analisadas apenas em artigos publicados em revistas científicas, o que permitiu um panorama limitado do tema, indicando a possibilidade de uma revisão mais abrangente em estudo futuro que envolva pesquisa em livros, capítulos de livros, dissertações e Teses. Almeja-se a que este estudo, ao apresentar uma revisão sistemática sobre transtorno de ansiedade em estudantes universitários brasileiros, auxilie a prática de



novas pesquisas, que podem, inclusive, aplicar este conteúdo empiricamente. Dessa forma, alargando o conhecimento sobre os fatores que implicam nos quadros patológicos de ansiedade em estudantes do Ensino Superior.

## Referências

- Almeida, L. S., Soares, A. P., & Ferreira, J. A. (2000). Transição para o Ensino Superior: Apresentação de Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA). In Veiga, M. A. & Magalhães, J. (Orgs.), J. R. Dias: *Homenagem* (pp. 711-731). Braga: Universidade do Minho.
- Andrade, M. L., Silveira, K. M. D. A. S., Júnior, E. L. D. S., Neto, P. M. F., & Pimentel, D. (2019). Fobia Social em Estudantes de Medicina Submetidos ao Método de Ensino-Aprendizagem Baseada em Problemas no Estado de Sergipe. *Revista Debates em Psiquiatria*, 3(4), 16- 24. doi 10.25118/2236-918X-9-2-2
- Angélico, A. P., Bauth, M. F., & Andrade, A. K. (2018). Estudo Experimental do falar em público com e sem plateia em universitários. *Psico-USF*, 23(2), 347-359. doi: 10.1590/1413-82712018230213
- Angélico, A. P., Crippa, J. A. S., & Loureiro, S. R. (2012). Utilização do Inventário de Habilidades Sociais no diagnóstico do Transtorno de Ansiedade Social. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25(3), 467-476. doi: 10.1590/s0102-79722012000300006
- Bolsoni-Silva, A. T., & Loureiro, S. R. (2014). The role of social skills in social anxiety of university students. *Paidéia*, 24(58), 223-232. doi:10.1590/1982-43272458201410
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009). Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2 (2), 81-91.
- Camilo, C., & Garrido, M. V. (2019). A revisão sistemática de literatura em psicologia: Desafios e orientações. *Análise Psicológica*, 4(XXXVII), 535-552. doi: 10.14417/ap.1546
- Cecconello, W. W., Batistella, F., Wahl, S. D. Z., & Wagner, M. F. (2013). Evaluation of depressive and social phobia symptoms in undergraduate students. *Aletheia*, (42), 71-81.
- Clark, D. A., & Beck, A.T. (2014). *Vencendo a ansiedade e a preocupação com a Terapia Cognitivo-Comportamental*. Porto Alegre: Artmed.
- da Rocha, J. F., Bolsoni-Silva, A. T., & Verdu, A. C. M. A. (2012). O uso do treino de habilidades sociais em pessoas com fobia social na terapia comportamental. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 3(1), 38-56. doi: 10.18761/perspectivas.v3i1.81
- D'El Rey, G. J. F., Lacava, J. P. L., & Cardoso, R. (2007) Consistência interna da versão em português do Mini-Inventário de Fobia Social (Mini-SPIN). *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 34(6), 266-269. doi: 10.1590/s1413-81232009000500009

- de Sousa, D. A., Moreno, A. L., Gauer, G., Manfro, G. G., & Koller, S. H. (2013). Revisão sistemática de instrumentos para avaliação de ansiedade na população brasileira. *Avaliação Psicológica*, 12(3), 397-410.
- de Souza, I. T. S., Rotella, J. O., de Oliveira Brito, L., & Darwich, R. A. (2018). O Papel da Família na Manutenção de Respostas de Ansiedade. *Revista Movendo Ideias*, 20(2), 28-37.
- Dias, A. C. G., dos Santos, A. S., de Oliveira, C. T., & Herdina, M. G. (2017). Oficinas de apresentação oral de trabalhos científicos com estudantes universitários. *Barbarói*, 49, 286-300. doi 10.17058/barbaroi.v0i49.4801
- dos Santos Júnior, A., Rachkorskyv, L. L., Ronzoni, P., Dogra, N., & Dalgarrondo, P. (2016). Experiências percebidas de discriminação e saúde mental: Resultados em estudantes universitários brasileiros. *Serviço Social e Saúde*, 15(2), 273-298. doi: 10.20396/sss.v15i2.8648121
- dos Santos Júnior, J. A., Lima, D. V. B., Tenório, S. B., Lopes, A. P., & de Oliveira F. A. F. (2016). Relação entre Traços de Personalidade e Ansiedade em Estudantes Universitários. *Interfaces Científicas-Saúde e Ambiente*, 4(3), 51-62. doi: 10.17564/2316-3798.2016v4n3p51-62
- Dotta, C. C., Queluz, F. N, & de Souza, V. N. (2018) Avaliação de uma intervenção no treino assertivo e resolução de problemas em universitários. *Mudanças-Psicologia da Saúde*, 26(2), 51-60.
- Fernandes, M. A., Ribeiro, H. K. P., Santos, J. D. M., Monteiro, C. F. S., Costa, R. S., & Soares, R. F. S. (2018). Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(5), 2344-2351. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0953
- Fernandes, M. A., Vieira, F. E. R., Silva, J. S., Avelino, F. V. S. D., & Santos, J. D. M. (2018). Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(5), 2169-2175. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0752
- Fernani, D. C. G. L., Cortez, G. M., Santos, I. A., Pacagnelli, F. L., Massetti, T., Silva, T. D. D., Papa, D. C. R., Moraes, I. A. P., Monteiro, C. B. M., & Prado, M. T. A (2017). Perfil antropométrico, nível de atividade física, grau de ansiedade e postura em estudantes universitários. *Fisioterapia e Pesquisa*, 24(2), 191-197. doi 10.1590/1809-2950/17160324022017
- Ferreira, B. C., da Silva, S. M., & Costa, B. V. (2019). Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. *Linkscienceplace-Interdisciplinary Scientific Journal*, 6(5), 330-353. doi 10.17115/2358-8411/v6n5a23
- Ferreira, V. S., Oliveira, M. A., & Vandenberghe, L. (2014). Short and long term effects of a social skills development group for university students. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 30(1), 73-81. doi 10.1590/S0102-37722014000100009

- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. D. G. (2018). Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65. doi: 10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092
- Magri, M. R., & Coelho, C. (2019). Comparação dos efeitos do treinamento de habilidades sociais e da terapia analítica funcional nas habilidades sociais de um paciente com fobia social. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 21(1), 24-42. doi: 10.31505/rbtcc.v21i1.1144
- Maltoni, J., de Camargo Palma, P., & Neufeldd, C. B. (2019). Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. *Psico*, 50(1), 1-10. doi: /10.15448/1980-8623.2019.1.29213
- Medeiros, P. P., & Bittencourt, F. O. (2017). Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. *Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, 10(33), 42-55. doi: d10.1 doi:4295/idonline.v10i33.594
- Motta, I. C. D. M., Soares, R. D. C. M., & Belmonte, T. D. S. A. (2019). Uma Investigação sobre Disfunções Familiares em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1), 47-56. doi: 10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180276
- Moutinho, I. L. D., Maddalena, N. D. C. P., Roland, R. K., Lucchetti, A. L. G., Tibiriçá, SHC, Ezequiel, O. D. S. & Lucchetti, G. (2017). Depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina: uma comparação transversal entre estudantes de diferentes semestres. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 63(1), 21-28
- Nobile, G. F. G., Garcia, V. A., & Silva, A. T. B. (2017). Análise sequencial dos comportamentos do terapeuta em psicoterapia com universitários com transtorno de ansiedade social. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 8(1), 16-31. doi 10.18761/pac.2016.030
- Perandré, Y. H. T., & Haydu, V. B. (2018). Um programa de intervenção para transtorno de ansiedade social com o uso da realidade virtual. *Trends in Psychology*, 26(2), 851-866. doi: 10.18761/pac.2016.030
- Picon, P., Gauer, G. J. C., Fachel, J. M., & Manfro, G. G. (2005). Desenvolvimento da versão em português do Social Phobia and Anxiety Inventory (SPAI). *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 27(1), 40-50. doi: 10.1590/s0101-81082005000100005
- Picon, P., Gauer, G. J., Hirakata, V. N., Haggsträm, L. M., Beidel, D. C., Turner, S. M., & Manfro, G. G. (2005). Reliability of the Social Phobia and Anxiety Inventory (SPAI) Portuguese version in a heterogeneous sample of Brazilian university students. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 27(2), 124-130. doi: 10.1590/s1516-44462005000200010
- Penido, M. A., Giglio, C., Lessa, L., Carvalho, M. R., Souza, W., & Rangé, B. (2014). O uso do teatro do oprimido no tratamento em grupo para transtorno de ansiedade social. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 29-37. doi 10.5935/1808-5687.20140005

- Pinto, N. A. J., de Melo C., J., & Ferreira, W. (2018). Prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes de Medicina. *Revista Interdisciplinar Ciências Médicas*, 2(2), 36-43.
- Pitta, J. C. N. (2011). Como Diagnosticar e Tratar Transtornos de Ansiedade. *Revista Brasileira de Medicina*, 68(12), 6-13.
- Ramos, F. P., Jardim, A. P., Gomes, A. C. P., & Lucas, J. N. (2018). Desafios na trajetória acadêmica e apoio psicológico ao estudante universitário: contribuições de dois Projetos de Extensão. *Revista Guará*, 6(9), 57 - 66. doi: 10.30712/guara.v6i9.15783
- Ramos, F. P., Kuster, N. S., Ramalheite, J. N. L., & do Nascimento, C. P. (2019). Oficina de Controle de Ansiedade e Enfrentamento do Estresse com Universitários. *PSI UNISC*, 3(1), 121-140. doi: 10.17058/psiunisc.v3i1.12621
- Rodrigues, M. D. D. S., Rocha, P. B. D. C., Araripe, P. F., Rocha, H. A. L., Sanders, L. L. O., & Kubrusly, M. (2019). Transtorno de Ansiedade Social no Contexto da Aprendizagem Baseada em Problemas. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1), 65-71. doi: 10.1590/1981-52712015v43n1rb20180110
- Santana, S. D. M., Silva, N. G. D., Gonçalves, D. M., & Melo, M. C. M. D. (2014). Intervenções em grupo na perspectiva cognitivo-comportamental: Experiências no contexto da clínica-escola. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 47-53. doi 10.5935/1808-5687.20140007
- Serinolli, M. I., Oliva, M. D. P. M., & El-Mafarjeh, E. (2015). Antecedente de ansiedade, síndrome do pânico ou depressão e análise do impacto na qualidade de vida em estudantes de Medicina. *Revista de Gestão em Sistemas de Saúde*, 4(2), 113-126. doi: 10.5585/rgss.v4i2.205
- Silberfarb, S., Simião, B. G., Moschetti, A. C., & Barbosa, M. E. (2019). Protocolo de Terapia Cognitivo-Comportamental em grupo para o medo de falar em público no contexto de um serviço-escola de Psicologia. *Boletim Entre SIS*, 4(2), 48-61.
- Silva, D. R., Panosso, I. R., & Donadon, M. F. (2018). Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura. *Psicologia - Saberes e Práticas*, 2(1), 1-10.
- Soares, A. B., Lima, C. A., Santos, G. G. B., & Silva, I. R. (2020). Diferenças de adaptação acadêmica entre estudantes do curso de psicologia. *Psicologia em Pesquisa*, 13, 93-118. doi: 10.34019/1982-1247.2019.v13.27231
- Vasconcellos, S. J. L., dos Santos, B. S., Morais, L. Q., Ferraz, R. C., de Freitas, P. O., & Silveira, J. F. (2016). Evidências de validade de uma escala para ansiedade em situações de mentira. *Avaliação Psicológica*, 15(3), 383-390. doi: 10.15689/ap.2016.1503.11
- Wagner, M. F., Pereira, A. S., & Oliveira, M. S. (2014). Intervención sobre las dimensiones de la ansiedad social por medio de un programa de entrenamiento em habilidades sociales. *Psicologia Comportamental/Psicología Conductual*, 22(3), 423-440.

Wagner, M. F., Wahl, S. D. Z., & Cecconello, W. W. (2014). Sintomas de fobia social no ensino superior: uma amostra de população feminina. *Mudanças-Psicologia da Saúde*, 22(2), 49-54. doi: 10.15603/2176-1019/mud.v22n2p49-54

Submetido em: 23.09.2020

Aceito em: 07.01.2021