



**SOCIEDADE EDUCACIONAL MATO VERDE LTDA**  
**FACULDADE FAVENORTE DE PORTEIRINHA - FAVEPORT**  
**CURSO BACHAREL EM PSICOLOGIA**

**BRUNO GABRIEL DOS SANTOS MOURA**  
**KAREN MARIANA COSTA SILVA**

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE UMA**  
**INSTITUIÇÃO PRIVADA**

**Porteirinha/MG**

**2024**



BRUNO GABRIEL DOS SANTOS MOURA

KAREN MARIANA COSTA SILVA

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE UMA  
INSTITUIÇÃO PRIVADA**

Artigo Científico apresentado ao curso de Graduação em Psicologia da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT, mantida pela Sociedade Educacional Mato Verde Ltda., como requisito parcial para obtenção de título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Esp. Talita Vieira Cunha

Coorientadora: Prof<sup>ª</sup>. Ma. Fernanda Muniz Vieira

Porteirinha/MG

2024



**Bruno Gabriel dos Santos Moura  
Karen Mariana Costa Silva**

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE  
UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA**

Artigo científico apresentado ao curso de Graduação em Psicologia da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT, mantida pela Sociedade Educacional Mato Verde Ltda, como requisito parcial para obtenção de título de Bacharel em Psicologia.

Aprovado em 19/06/24

**Banca Examinadora**

Getúlio Teixeira de Freitas

Prof. Esp. Getúlio Teixeira de Freitas  
Convidado - Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Cleyton Araújo Mendes

Prof. Esp. Cleyton Araújo Mendes  
Convidado - Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Juliana Tolentino Drumond

Profª. Esp. Juliana Tolentino Drumond  
Convidada - Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Gabrielle Ferreira Silva Lopes

Profª. Esp. Gabrielle Ferreira Silva Lopes  
Coordenadora do Curso de Psicologia - Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Talita Vieira Cunha

Profª. Esp. Talita Vieira Cunha  
Orientadora - Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Fernanda Muniz Vieira

Profª. Ma. Fernanda Muniz Vieira  
Coorientadora - Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

## **LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS**

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa.

FAVEPORT - Faculdade Favenorte de Porteirinha.

IDATE - Inventário de Ansiedade Traço-Estado.

NAPP - Núcleo de Apoio Psicopedagógico.

OMS - Organização Mundial da Saúde.

SPSS - *Software Statistical Packages for Science*.

TAG - Transtorno de Ansiedade Generalizada.

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

UENP - Universidade Estadual do Norte do Paraná.

UNIMONTES - Universidade Estadual de Montes Claros.

# **PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA**

**Bruno Gabriel Dos Santos Moura<sup>1</sup>; Karen Mariana Costa Silva<sup>1</sup>; Fernanda Muniz Vieira<sup>2</sup>; Talita Vieira Cunha<sup>2</sup>.**

## **Resumo**

O aumento da prevalência de sintomas ansiosos entre universitários impacta negativamente sua saúde mental e desempenho acadêmico. A transição para a vida universitária e os desafios acadêmicos são fatores que contribuem significativamente para esses sintomas. Compreender essa prevalência é essencial para implementar medidas de apoio e conscientização. Diante disso, o objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de sintomas de ansiedade em estudantes universitários e identificar possíveis fatores de risco associados. Realizou-se um estudo quantitativo, transversal e descritivo com universitários dos cursos de Psicologia e Fisioterapia da Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT. A coleta de dados foi realizada por meio de questionários abrangentes, que incluíam a avaliação dos sintomas ansiosos através do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), o perfil sociodemográfico e econômico dos estudantes, fatores de risco associados, desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções ou programas de prevenção voltados à redução da ansiedade. Os dados foram analisados usando o SPSS versão 25.0. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), sob o número 6.832.568. A pesquisa realizada revelou que muitos estudantes dos cursos de Fisioterapia e Psicologia enfrentam altos níveis de ansiedade, impactando negativamente seu bem-estar e desempenho acadêmico. A ansiedade entre esses alunos é influenciada por pressões acadêmicas, competição, altas expectativas e incertezas sobre o futuro. Apesar de adotarem algumas estratégias de enfrentamento, a procura por ajuda profissional é baixa, indicando a necessidade de maior conscientização e redução do estigma sobre a saúde mental. Embora a instituição ofereça serviços de apoio psicológico, a adesão ainda é limitada, destacando a importância de promover e expandir esses serviços. A pesquisa sublinha a urgência de uma abordagem abrangente para tratar a ansiedade, envolvendo toda a comunidade acadêmica na criação de um ambiente mais saudável e acolhedor.

**Palavras-chave:** Ansiedade; Saúde Mental; Universitários.

## **Abstract**

The increased prevalence of anxious symptoms among university students negatively impacts their mental health and academic performance. The transition to university life and academic challenges are factors that significantly contribute to these symptoms. Understanding this prevalence is essential to implement support and awareness measures. Therefore, the objective of this study was to evaluate the prevalence of anxiety symptoms in university students and identify possible associated risk factors. A quantitative, cross-sectional and descriptive study was carried out with university students studying Psychology and Physiotherapy at Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT. Data collection was carried out through

---

<sup>1</sup>Graduandos em Psicologia da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT. E-mail: brunogabriel3285@gmail.com; karenmariana080200@gmail.com.

<sup>2</sup>Docentes da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT. E-mail: fe1995muniz@hotmail.com; psicologatalitavieira@gmail.com.

comprehensive questionnaires, which included the assessment of anxious symptoms using the State-Trait Anxiety Inventory (STAI), the sociodemographic and economic profile of students, associated risk factors, academic performance and the effectiveness of interventions or prevention programs aimed at reducing anxiety. Data were analyzed using SPSS version 25.0. The study was approved by the Research Ethics Committee of the State University of Montes Claros (UNIMONTES), under number 6,832,568. The research carried out revealed that many students on Physiotherapy and Psychology courses face high levels of anxiety, negatively impacting their well-being and academic performance. Anxiety among these students is influenced by academic pressures, competition, high expectations and uncertainty about the future. Despite adopting some coping strategies, the demand for professional help is low, indicating the need for greater awareness and reduction of stigma about mental health. Although the institution offers psychological support services, adherence is still limited, highlighting the importance of promoting and expanding these services. The research highlights the urgency of a comprehensive approach to treating anxiety, involving the entire academic community in creating a healthier and more welcoming environment.

**Keywords:** Anxiety; Mental health; College students.

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	8
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	10
4 CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS .....	20
APÊNDICES .....	23
APÊNDICE A - Termo de Consentimento Livre e Informado para Realização de Pesquisa (TCI).....	23
APÊNDICE B - Termo De Consentimento Livre E Esclarecido Para Participação Em Pesquisa (TCLE) .....	26
APÊNDICE C – Questionário elaborado pelos pesquisadores .....	29
APÊNDICE D – Declaração de Inexistência de Plágio .....	32
APÊNDICE E - Declaração de Revisão Ortográfica.....	33
APÊNDICE F - Termo de Cessão de Direitos Autorais e Autorização para Publicação .....	34
ANEXOS .....	36
ANEXO A – Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) .....	36
ANEXO B - Parecer consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) .....	38

## 1 INTRODUÇÃO

Os transtornos de ansiedade têm se tornado uma preocupação crescente na sociedade contemporânea, afetando indivíduos de diferentes faixas etárias e contextos (Silva *et al.*, 2021). No contexto universitário, especificamente, a prevalência desses transtornos tem despertado a atenção de pesquisadores e profissionais da área da saúde mental (Costa *et al.*, 2019). Isso se deve ao fato de que a vida acadêmica é marcada por uma série de desafios e pressões, que podem contribuir para o surgimento e agravamento dos transtornos de ansiedade entre os estudantes (Bernadelli *et al.*, 2022).

A ansiedade é uma resposta natural do organismo a situações de estresse, sendo considerada uma emoção adaptativa (Bernadelli *et al.*, 2022). No entanto, quando essa ansiedade se torna excessiva, persistente e interfere nas atividades diárias, pode ser indicativo de um transtorno de ansiedade (Lenhardtk; Calvetti, 2017). Entre os transtornos mais comuns estão o Transtorno de Ansiedade Generalizada - TAG, o transtorno do pânico e a fobia social (Müller *et al.*, 2015).

Um estudo conduzido na Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP) em 2018, envolvendo 451 alunos dos cursos de Ciências Econômicas, Administração e Ciências Contábeis, revelou que 53% das mulheres e 35% dos homens da amostra manifestaram provável ansiedade, totalizando 45% do grupo pesquisado. Esses sintomas ansiosos tiveram impactos adversos em sua saúde mental, bem-estar e desempenho acadêmico (Bernadelli *et al.*, 2022).

A pressão por um desempenho acadêmico excepcional, intensificada pela crescente competição entre os colegas, a desafiadora transição para a vida adulta e a sobrecarga de responsabilidades acadêmicas e pessoais são apenas alguns dos fatores complexos que podem contribuir para o surgimento e agravamento desse transtorno nesse público (Ariño; Bardagi, 2018).

Diante desse cenário, é fundamental compreender a prevalência dos transtornos de ansiedade em universitários, a fim de identificar a extensão do problema e desenvolver estratégias de prevenção, intervenção e suporte adequadas (Bernadelli *et al.*, 2022). Além disso, é importante promover a conscientização sobre a importância da saúde mental no ambiente universitário.

Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo avaliar a prevalência dos sintomas de ansiedade em universitários, buscando enriquecer o acervo do conhecimento científico acerca da prevalência desses sintomas em estudantes universitários e os possíveis fatores de risco associados, com o intuito de fornecer informações que possam ser aproveitados na



promoção da saúde mental e do bem-estar dos alunos, bem como no aprimoramento da formação de profissionais da saúde mental, capacitando-os para uma atuação mais eficaz nesta esfera.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo quantitativo, de caráter transversal e descritivo, foi conduzido na Faculdade Favenorte de Porteirinha (FAVEPORT), localizada em Porteirinha-MG. A pesquisa teve como população-alvo acadêmicos dos cursos de Psicologia e Fisioterapia da FAVEPORT. A seleção dos participantes foi feita por conveniência, com base nos seguintes critérios de inclusão: idade igual ou superior a 18 anos, matrícula nos cursos de Psicologia ou Fisioterapia da FAVEPORT, e disposição para participar voluntariamente. O critério de exclusão foi a falta de resposta aos questionários.

Inicialmente, foi solicitada e obtida a autorização da FAVEPORT para a realização do estudo, formalizada através de uma carta de apresentação do projeto. Após a autorização, os pesquisadores agendaram reuniões com os estudantes para explicar os objetivos da pesquisa, apresentar a proposta e convidá-los a participar voluntariamente. Os estudantes interessados em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, garantindo sua participação informada e voluntária no estudo.

Após a obtenção do consentimento, procedeu-se à coleta de dados por meio de questionários abrangendo diversos aspectos. Os questionários foram projetados para avaliar o traço e o estado dos sintomas ansiosos, o perfil sociodemográfico e econômico dos universitários, fatores de risco associados, desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções ou programas de prevenção destinados à redução da ansiedade.

O Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) de Spielberger *et al.* (1971), traduzido por Biaggio e Natalício (1979), foi utilizado para identificar o traço e o estado dos sintomas de ansiedade. O IDATE possui duas escalas distintas, uma para traço-ansiedade e outra estado-ansiedade, e cada uma dessas escalas é constituída por 20 questões. As possibilidades de respostas variam de 1 a 4, sendo: 1 = quase nunca; 2 = às vezes; 3 = frequentemente; e 4 = quase sempre. Para cada uma das escalas o sujeito foi instruído a ler cada um dos itens e assinalar a resposta que melhor corresponde ao estado dele. A somatória dos valores obtidos em cada resposta (escore final) varia de 20 a 80 pontos e corresponde ao nível de ansiedade, sendo que de 20 a 40 pontos equivalem a baixo nível de ansiedade; 41 a 60 pontos, a médio nível de ansiedade; e 60 a 80 pontos, a alto nível de ansiedade.

Para as variáveis sociodemográficas e econômicas foram coletados dados dos estudantes referentes à idade, gênero, raça, escolaridade, religião, estado conjugal, ocupação e renda. Em relação aos fatores de risco associados à ansiedade, registraram-se informações sobre pressão acadêmica, transição para a vida universitária, questões financeiras, ambiente social, predisposição genética e histórico familiar, eventos traumáticos passados, condições de saúde física e mental, consumo de substâncias, presença ou ausência de apoio social, metas pessoais e profissionais, além do uso de tecnologia e interações em redes sociais.

No que concerne à influência da ansiedade no desempenho acadêmico, os participantes foram questionados sobre sua percepção de como os transtornos de ansiedade afetam seu desempenho acadêmico e as situações específicas em que experimentam ansiedade relacionada ao desempenho acadêmico. Para identificar a participação e eficácia das intervenções ou programas destinados à redução da ansiedade, investigou-se quais intervenções e programas os participantes frequentaram, bem como a eficácia e a percepção deles em relação a essas intervenções.

Os questionários foram aplicados individualmente em um ambiente acolhedor e reservado dentro das instalações da faculdade, garantindo a privacidade e o anonimato dos participantes. Esse cuidadoso processo foi supervisionado por uma psicóloga qualificada, que também atuou como coordenadora da pesquisa. A presença da psicóloga foi crucial para assegurar a condução adequada do estudo e proteger os direitos e o bem-estar dos participantes.

Além disso, a psicóloga esteve disponível para oferecer apoio emocional durante a coleta de dados e discutir a possibilidade de encaminhamento para serviços especializados, se necessário. Qualquer acompanhamento subsequente foi realizado com total confidencialidade, em conformidade com as diretrizes éticas e legais, visando proteger a segurança e o bem-estar dos participantes durante e após sua participação na pesquisa.

Para a análise de dados, foi utilizado o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) for Windows versão 25.0. Foi realizada uma análise descritiva exploratória dos dados, as variáveis categóricas foram expressas como frequência absoluta, e as porcentagens e as variáveis contínuas foram analisadas com média e desvio padrão, a depender da natureza da variável.

Os sujeitos participantes do estudo concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, apresentado antes das questões do questionário, contendo o objetivo do estudo, procedimento de avaliação, caráter de voluntariedade da participação do sujeito e isenção de responsabilidade por parte do avaliador. O estudo foi desenvolvido respeitando criteriosamente

os aspectos éticos envolvendo seres humanos, como aponta a Resolução 466/2012. O projeto desta pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES, e aprovado sob o número 6.832.568.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo incluiu 95 estudantes da Faculdade Favenorte de Porteirinha (FAVEPORT), que estavam matriculados nos cursos de Fisioterapia (62,1%) e Psicologia (37,9%). A distribuição por períodos acadêmicos foi a seguinte: 12,6% no primeiro período, 18,9% no terceiro, 15,8% no quinto, 29,5% no sétimo e 23,2% no nono período. Predominantemente, os participantes eram do sexo feminino (80,9%), com uma média de idade de 23,21 anos e um desvio padrão de 5,70 anos. Em relação à autodeclaração étnico-racial, a maioria dos estudantes se identificou como pardos (47,4%), a maioria relatou ter a religião católica (68,4%), e predominância no estado conjugal de solteiro (88,3%). Sobre a ocupação e condições econômicas, 78,5% dos estudantes afirmaram estar empregados, sendo que 44,4% deles tinham uma renda mensal igual a um salário mínimo, e 40,0% recebendo menos que isso (ver Tabela 1).

**Tabela 1:** Características sociodemográficas e econômicas dos acadêmicos da FAVEPORT de Porteirinha-MG, 2024.

Variáveis		n	%
<b>Características sociodemográficas e econômicas</b>			
Sexo	Feminino	76	80,9
	Masculino	18	19,1
Raça	Preta	15	15,8
	Parda	45	47,4
	Amarela	6	6,3
	Branca	29	30,5
Curso	Fisioterapia	59	62,1
	Psicologia	36	37,9
Período	1º	12	12,6
	3º	18	18,9
	5º	15	15,8
	7º	28	29,5
	9º	22	23,2
Religião	Católico	65	68,4
	Evangélico	23	24,2
	Espírita	2	2,1
	Outras	5	5,3
Estado conjugal	Solteiro	83	88,3
	Casado	7	7,4

	Divorciado	2	2,1
	Viúvo	2	2,1
Trabalha	Trabalha	73	78,5
	Não trabalha	20	21,5
Renda	Menos que um salário mínimo	36	40,0
	Um salário mínimo	40	44,4
	Dois salários mínimos	9	10,0
	Mais de três salários mínimos	5	5,6

**Legenda:** n: número de voluntários; %: porcentagem.

**Fonte:** Autoria própria (2024).

Ao indagar os acadêmicos sobre o diagnóstico de transtorno de ansiedade, constatou-se que 30,1% afirmaram possuir diagnóstico profissional para o transtorno, havendo uma prevalência de histórico familiar do mesmo, relatada por 44,1%. No que diz respeito à autopercepção do nível de ansiedade, 94,7% dos acadêmicos indicaram algum grau de ansiedade, distribuído entre leve (33,7%), moderado (41,1%), alto (14,6%) e muito alto (5,3%) (Tabela 2).

**Tabela 2:** Questionário de avaliação de ansiedade: diagnóstico, autopercepção, histórico familiar, sintomas e frequência, nos acadêmicos da FAVEPORT de Porteirinha-MG, 2024.

Variáveis		n	%
<b>Diagnóstico, autopercepção, histórico familiar</b>			
Diagnóstico de transtorno de ansiedade	Sim	28	30,1
	Não	65	69,9
Autopercepção nível de ansiedade	Nenhum	5	5,3
	Leve	32	33,7
	Moderado	39	41,1
	Alto	14	14,6
	Muito Alto	5	5,3
Histórico familiar de transtorno de ansiedade	Sim	41	44,1
	Não	33	35,5
	Não tenho certeza	19	20,4
<b>Sintomas ansiosos</b>			
Preocupação excessiva	Sim	62	65,3
	Não	33	34,7
Inquietação ou agitação	Sim	48	50,5
	Não	47	49,5
Dificuldade de relaxar	Sim	50	52,6
	Não	45	47,4
Irritabilidade	Sim	42	44,2
	Não	53	55,8
	Sim	56	58,9

Dificuldade de concentração	Não	39	41,1
Tensão Muscular	Sim	37	38,9
	Não	58	61,1
Insônia ou problemas de sono	Sim	30	31,6
	Não	65	68,4
Frequência sintomas de ansiedade	Raramente	13	13,8
	Algumas vezes	43	45,7
	Frequentemente	28	29,8
	Muito frequentemente	9	9,6
	Sempre	1	1,1

**Legenda:** n: número de voluntários; %: porcentagem.

**Fonte:** Autoria própria (2024).

A prevalência de ansiedade entre os estudantes universitários é alarmante. O estudo de Souza *et al.* (2022), realizado com 994 graduandos, apoia nossos achados ao revelar que 30,9% dos participantes apresentaram sintomas de ansiedade. Em média, um em cada três estudantes sofre de sintomas severos de ansiedade generalizada, uma prevalência três vezes maior que a da população geral (9,3%) (WHO, 2017). Uma metanálise recente também encontrou uma prevalência de 37,75% de ansiedade entre graduandos no Brasil (Demenech *et al.*, 2021). Esses dados sublinham a seriedade da ansiedade na comunidade acadêmica e suas implicações para a saúde mental e o bem-estar dos estudantes (Souza *et al.*, 2022).

Os transtornos de ansiedade são uma das principais causas de incapacidade no mundo, impactando negativamente os pacientes, o sistema de saúde e o mercado de trabalho. No ambiente universitário, que é caracterizado por muitas incertezas, os problemas emocionais dos estudantes são ainda mais acentuados do que na população geral. Muitos universitários experimentam sintomas de ansiedade devido a fatores como a discrepância entre expectativas e realidade no início dos estudos e as dificuldades enfrentadas ao transitar para o mercado de trabalho no último ano do curso (Bernadelli *et al.*, 2022).

A etiologia dos transtornos de ansiedade resulta de uma combinação de fatores hereditários e ambientais, com a importância relativa desses fatores variando entre os indivíduos afetados. Eventos vitais estressantes frequentemente desencadeiam esses transtornos (Castillo *et al.*, 2000). Além disso, muitos acadêmicos relataram um histórico familiar de transtorno de ansiedade, sugerindo uma possível influência genética ou ambiental na manifestação desse transtorno na população estudada.

Quanto aos sintomas ansiosos relatados pelos acadêmicos, os mais comuns foram preocupação excessiva (65,3%), dificuldade de concentração (58,9%), dificuldade de relaxar (52,6%), inquietação ou agitação (50,5%), irritabilidade (44,2%), tensão muscular (38,9%) e

insônia ou problemas de sono (31,6%), com maior frequência em 40,5% dos acadêmicos e ocasionalmente em 45,7% (Tabela 2).

De acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria (2008), a ansiedade se manifesta de forma contínua e persistente, com sintomas principais como preocupação excessiva e constante, inquietude, cansaço, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular e insônia. Os sintomas relatados em nosso estudo são consistentes com essa descrição, indicando que os acadêmicos estão enfrentando níveis elevados de ansiedade que impactam seu bem-estar diário.

Além disso, Silva e Costa (2015) destacam que a saúde dos acadêmicos, especialmente a saúde mental, é vulnerável. Silva e Cavalcante Neto (2014) observam que acadêmicos brasileiros, principalmente da área da saúde, apresentam uma variação de 18,5% a 44,9% de Transtornos Mentais Comuns, caracterizados por sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento e dificuldade de concentração. Este estudo reflete esses dados, mostrando uma prevalência significativa de sintomas de ansiedade e dificuldades associadas.

Graner e Cerqueira (2019) apontam que, embora esses sintomas não sejam considerados transtornos psiquiátricos, eles afetam negativamente a vida dos acadêmicos, resultando em prejuízos como evasão escolar, abandono de emprego e abuso de substâncias (Chaves *et al.*, 2015; Silva *et al.*, 2021). Os dados deste estudo indicam que muitos acadêmicos estão enfrentando sintomas que podem levar a essas consequências negativas, destacando a necessidade de intervenções eficazes para apoiar a saúde mental dos estudantes.

Os dados referentes à classificação do traço de ansiedade mostraram que 77,9% dos acadêmicos apresentaram nível moderado de ansiedade, 5,3% alto nível de ansiedade e 16,8% baixo nível de ansiedade. Com relação ao estado de ansiedade, 66,3% dos acadêmicos apresentaram nível de ansiedade moderado, 1,1% elevado e 32,6% baixo (Tabela 3).

**Tabela 3:** Classificação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) dos acadêmicos da FAVEPORT de Porteirinha-MG, 2024.

IDATE		n	%
Traço de Ansiedade	Baixo nível de ansiedade	16	16,8
	Médio nível de ansiedade	74	77,9
	Alto nível de ansiedade	5	5,3
Estado de Ansiedade	Baixo nível de ansiedade	31	32,6
	Médio nível de ansiedade	63	66,3
	Alto nível de ansiedade	1	1,1

**Legenda:** n: número de voluntários; %: porcentagem.  
**Fonte:** Autoria própria (2024).

O estudo de Lantyer *et al.* (2016), realizado com 170 estudantes ingressantes dos cursos de Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Educação Física, Nutrição e Psicologia em um campus de uma universidade pública no estado de São Paulo, corrobora esta pesquisa, demonstrando que a população estudada apresentou níveis medianos de ansiedade estado e traço. De maneira semelhante, o estudo de Coelho *et al.* (2010), conduzido com universitários de uma instituição privada na região do Grande ABC, São Paulo, com 36 mulheres e 13 homens, média de idade de 25,2 anos ( $\pm 5,0$ ), também identificou níveis moderados de ansiedade traço e estado. Além disso, Chaves *et al.* (2015) investigaram a ansiedade em 609 estudantes universitários, encontrando que 91,5% apresentaram níveis moderados e altos de ansiedade-traço e 92,9% os mesmos níveis de ansiedade-estado.

Diferentes circunstâncias acadêmicas podem influenciar as condições de estado e traço de ansiedade dos estudantes. O estado de ansiedade está associado a situações específicas que o estudante enfrenta, como a entrada na universidade e os desafios diários do ambiente acadêmico, resultando em um estado emocional temporário. Em contraste, o traço de ansiedade está relacionado a características individuais e à maneira como cada estudante lida com diversos eventos (Ferreira *et al.*, 2014; Chaves *et al.*, 2015).

Os resultados deste estudo mostram que, embora uma proporção significativa de acadêmicos apresente níveis moderados de ansiedade tanto no traço quanto no estado, há uma diferença perceptível entre esses dois aspectos. Enquanto 77,9% dos acadêmicos apresentam níveis moderados de ansiedade no traço, uma proporção ligeiramente menor, 66,3%, apresenta níveis moderados no estado. Isso sugere que, embora a ansiedade seja uma característica estável para muitos acadêmicos, ela pode flutuar em resposta a situações específicas, reforçando a necessidade de abordar a ansiedade de maneira contextual e individualizada, considerando tanto as características pessoais dos estudantes quanto as situações específicas que eles enfrentam no ambiente acadêmico. Na pesquisa sobre como a ansiedade afeta o desempenho acadêmico, observou-se que 74,7% dos estudantes relataram que os sintomas de ansiedade impactam negativamente sua performance. Entre os principais desencadeadores de ansiedade relacionados aos estudos estão a carga horária extensa (58,2%), prazos apertados (27,5%), expectativas elevadas dos professores (7,7%) e competição entre colegas (6,6%). Além disso, a pressão para alcançar metas acadêmicas e profissionais foi identificada como um fator moderado (46,3%) e significativo (31,6%) na elevação dos níveis de ansiedade (Tabela 4).

Em situações específicas de desempenho acadêmico, a ansiedade é mais pronunciada antes de exames ou avaliações importantes (69,5%), antes e durante apresentações ou

seminários (67,4%), ao enfrentar novos desafios acadêmicos (34,7%) e em momentos que requerem interação com colegas e professores (10,5%) (Tabela 4).

**Tabela 4:** Influência da ansiedade no desempenho acadêmico e fatores associados. Porteirinha-MG, 2024.

<b>Variáveis</b>		<b>n</b>	<b>%</b>
Sintomas de ansiedade afeta o desempenho acadêmico	Sim	71	74,7
	Não	12	12,6
	Não tenho certeza	12	12,6
Fatores que desencadeiam sintomas ansiosos em relação aos estudos	Carga horária grande	53	58,2
	Competição entre colegas	6	6,6
	Prazos apertados	25	27,5
	Expectativas elevadas dos professores	7	7,7
Pressão em atingir metas acadêmicas e profissionais têm relação nos níveis de ansiedade	Nenhuma	5	5,3
	Pouca	16	16,8
	Moderada	44	46,3
	Muita	30	31,6
<b>Situações específicas para o desempenho acadêmico em que a ansiedade é mais pronunciada</b>			
Antes de exames ou avaliações importantes	Sim	66	69,5
	Não	29	30,5
Antes e durante apresentações ou seminários	Sim	64	67,4
	Não	31	32,6
Interações com professores ou colegas	Sim	10	10,5
	Não	85	89,5
Novos Desafios acadêmicos	Sim	33	34,7
	Não	62	65,3

**Legenda:** n: número de voluntários; %: porcentagem.

**Fonte:** Autoria própria (2024).

Esses resultados são consistentes com a literatura existente. Lopes *et al.* (2019) destacam que a ansiedade é uma emoção comum que pode causar reações físicas, comportamentais e cognitivas, resultando tanto em adaptação ao meio quanto em desconfortos, como a desistência de apresentar um seminário devido à pressão e expectativa.

No ambiente acadêmico, a ansiedade é frequentemente desencadeada por estímulos prejudiciais como mudanças, estresses e inseguranças, que resultam em perda de produtividade, redução do nível de concentração e memória, dificultando os resultados acadêmicos (Reis; Miranda; Freitas, 2017). Ant3nio (2023) ressalta que a pressão por resultados, a sobrecarga de trabalhos e a apreens3o em processos avaliativos s3o fatores que aumentam a preval3ncia de



sintomas ansiosos, especialmente em cursos da área da saúde. Além disso, fatores sociais e comportamentais, como a competitividade entre colegas, também contribuem para o desenvolvimento da ansiedade no ambiente universitário. Lima (2020) observa que essa competitividade pode provocar frustrações, desânimo e diminuição do interesse acadêmico, afetando a saúde mental dos estudantes.

Não se pode atribuir o desenvolvimento da ansiedade apenas a fatores inatos. Lisboa *et al.* (2022) afirmam que fatores sociais e culturais, como estigmas de cobranças e medo do futuro, são igualmente importantes. A vida acadêmica envolve múltiplos desafios, incluindo a mudança de cidade natal, a necessidade de trabalhar para financiar os estudos, carga horária excessiva, medo de apresentações públicas, pressão pessoal e familiar, e incertezas pós-graduação, todos contribuindo para o adoecimento do estudante.

Os desafios enfrentados pelos acadêmicos, especialmente em cursos da área da saúde, aumentam a vulnerabilidade ao desenvolvimento de ansiedade. Paixão *et al.* (2021) enfatizam que a rotina exaustiva, a sobrecarga e a dificuldade de conciliar vida pessoal e acadêmica, levam à insatisfação com o desempenho acadêmico e ao aumento da ansiedade.

Os dados e estudos citados mostram que a ansiedade dos acadêmicos é influenciada por múltiplos fatores, tanto individuais quanto contextuais. Isso reforça a necessidade de uma abordagem abrangente para mitigar os efeitos da ansiedade, considerando a complexidade das demandas acadêmicas e a importância de apoio psicológico adequado para esses estudantes. Entretanto, apenas 34,0% dos estudantes buscaram algum tipo de suporte ou tratamento para lidar com a ansiedade. Este dado é preocupante, pois indica que uma significativa parcela dos estudantes não está acessando as ferramentas e recursos disponíveis para o gerenciamento da ansiedade, o que pode agravar os sintomas e impactar negativamente o desempenho acadêmico e o bem-estar geral.

Entre as estratégias utilizadas para gerenciar a ansiedade, 51,6% praticam atividade física, 48,4% procuram apoio emocional com amigos ou familiares, 12,6% realizam meditação ou técnicas de relaxamento, e outros 12,6% participam de grupos de apoio. No entanto, apenas 16,8% buscam ajuda profissional (psicólogo, psiquiatra, etc.) (Tabela 5).

**Tabela 5:** Intervenções ou programas de prevenção voltados para redução dos sintomas de ansiedade pelos acadêmicos e desenvolvidos pela FAVEPORT de Porteirinha-MG, 2024.

Variáveis		n	%
Busca algum tipo de suporte ou tratamento para lidar com a ansiedade	Sim	32	34,0
	Não	62	66,0

### Estratégias utilizadas para gerenciar a ansiedade

Prática de exercícios físicos	Sim	49	51,6
	Não	46	48,4
Meditação ou técnicas de relaxamento	Sim	12	12,6
	Não	83	87,4
Procura de apoio emocional com amigos ou familiares	Sim	46	48,4
	Não	49	51,6
Participação em grupos de apoio	Sim	12	12,6
	Não	83	87,4
Busca de ajuda profissional (psicólogo, psiquiatra, etc.)	Sim	16	16,8
	Não	79	83,2

### Intervenções ou programas de prevenção voltados para redução dos sintomas de ansiedade desenvolvidos pela FAVEPORT

Procurou algum serviço de apoio psicológico oferecido pela FAVEPORT	Sim	22	23,4
	Não	72	76,6
Participou de algum dos seguintes programas ou intervenções oferecidos pela FAVEPORT para a redução da ansiedade?	NAPP com acompanhamento psicológico individual	15	15,8
	Palestras ou workshops focados na gestão da ansiedade	5	5,2
	Eventos ou seminários que abordaram temas relacionados à saúde mental e bem-estar	9	9,5
	Não participei de nenhuma intervenção ou programa de prevenção	42	44,2
	Não estou ciente de tais programas ou intervenções	24	25,3
Eficácia das intervenções em relação à redução da sua ansiedade	Muito eficaz	6	10,2
	Eficaz	12	20,3
	Neutra	18	30,5
	Não tenho certeza	23	39,0

**Legenda:** n: número de voluntários; %: porcentagem.

**Fonte:** Autoria própria (2024).

Essas estratégias refletem a busca por abordagens de enfrentamento que são acessíveis, familiarmente aceitas e potencialmente eficazes para reduzir os sintomas de ansiedade. A atividade física ajuda a liberar endorfinas, melhorar o humor e proporcionar um alívio natural da tensão (Mello *et al.*, 2005). O suporte social é essencial para enfrentar situações estressantes, pois compartilhar sentimentos e preocupações pode aliviar a carga emocional e fornecer uma rede de apoio crucial (Juliano; Yunes, 2014). A meditação e as técnicas de relaxamento têm demonstrado eficácia na redução da ansiedade, melhorando a regulação emocional e

promovendo o bem-estar mental (Menezes; Dell’aglio, 2009). No entanto, apenas 16,8% buscam ajuda profissional, como psicólogos ou psiquiatras. Este baixo percentual pode ser atribuído a vários fatores, incluindo estigma associado à saúde mental, falta de conhecimento sobre a disponibilidade de serviços, ou barreiras financeiras (Prado; Bressan, 2016). A literatura enfatiza que o acompanhamento profissional é fundamental para tratar sintomas mais severos de ansiedade e desenvolver estratégias eficazes de enfrentamento (Morero; Bragagnollo; Santos, 2018).

Em relação aos serviços de apoio psicológico oferecidos pela FAVEPORT, 23,4% dos estudantes já procuraram, sendo 15,8% no NAPP com acompanhamento psicológico individual, 9,5% através de eventos ou seminários sobre saúde mental e bem-estar, e 5,2% em palestras ou workshops focados na gestão da ansiedade. No entanto, 44,2% dos estudantes não participaram de nenhuma intervenção ou programa de prevenção, e 25,3% não estão cientes da existência desses programas ou intervenções (Tabela 5).

Esses dados refletem uma necessidade premente de cuidado e intervenção para garantir o bem-estar e o acolhimento dos acadêmicos durante seus anos de graduação. Como destacado por Magalhães e Costa (2013), existe uma necessidade de reestruturação do ensino, pois muitas instituições priorizam apenas a educação formal, negligenciando fatores que desencadeiam reações psicossomáticas nos estudantes. Estes, ao ingressarem nas instituições, enfrentam novas situações repletas de cobranças e estímulos estressantes que podem gerar ansiedade. É essencial adotar medidas que promovam a autorregulação emocional e a aprendizagem dos acadêmicos.

Ramos *et al.* (2018) afirmam que intervenções ou oficinas de enfrentamento no ambiente universitário ainda são raras, mas quando realizadas, trazem benefícios significativos. Elas valorizam as demandas dos universitários, contribuem para o desenvolvimento de habilidades pessoais e reduzem o estresse, evitando danos à saúde mental.

A criação de ferramentas para o desenvolvimento individual e coletivo dos estudantes deve envolver tanto educadores quanto acadêmicos. É necessário desenvolver uma escuta ativa e fortalecer a percepção das fragilidades, desafios, anseios e necessidades institucionais. Isso garantiria uma rede sólida de apoio ao desenvolvimento acadêmico e ao bem-estar mental.

Portanto, estes resultados e a literatura sugerem a importância de ampliar e divulgar os serviços de apoio psicológico nas universidades. Isso não apenas ajudaria a mitigar os efeitos negativos da ansiedade, mas também promoveria um ambiente acadêmico mais saudável e produtivo. A colaboração entre educadores, administradores e estudantes é crucial para desenvolver e implementar estratégias eficazes de suporte psicológico, assegurando que todos

os alunos tenham acesso às ferramentas necessárias para gerenciar o estresse e a ansiedade associados à vida acadêmica.

#### **4 CONCLUSÃO**

A pesquisa realizada na Faculdade Favenorte de Porteirinha (FAVEPORT) revelou dados preocupantes sobre a prevalência de ansiedade entre os estudantes universitários, especificamente nos cursos de Fisioterapia e Psicologia. Os resultados indicam que uma parcela significativa dos acadêmicos enfrenta níveis elevados de ansiedade, com sintomas que afetam negativamente tanto o seu bem-estar quanto o desempenho acadêmico.

A ansiedade é uma questão complexa influenciada por uma interação de fatores individuais e contextuais, incluindo pressões acadêmicas, competição entre colegas, expectativas elevadas e incertezas sobre o futuro. Esses desafios, especialmente acentuados em cursos da área da saúde, aumentam a vulnerabilidade dos estudantes ao desenvolvimento de sintomas ansiosos.

Embora existam estratégias de enfrentamento adotadas pelos estudantes, como atividade física, apoio emocional e técnicas de relaxamento, a busca por ajuda profissional ainda é baixa. Isso sugere a necessidade de uma maior conscientização sobre os recursos disponíveis e a redução do estigma em torno da saúde mental.

Os serviços de apoio psicológico oferecidos pela instituição são uma medida importante, porém, a adesão ainda é limitada. É crucial que a universidade promova e amplie esses serviços, além de desenvolverem intervenções e programas de prevenção que atendam às necessidades dos estudantes.

Em suma, a pesquisa destaca a urgência de uma abordagem abrangente para lidar com a ansiedade entre os estudantes universitários, envolvendo educadores, administradores e estudantes na criação de um ambiente acadêmico mais saudável e acolhedor. A colaboração e o investimento em recursos de apoio psicológico são fundamentais para garantir uma melhor qualidade de vida e um melhor desempenho dos estudantes.

Em última análise, esta pesquisa busca destacar a necessidade de uma mudança cultural e estrutural dentro da universidade, onde a saúde mental seja prioritária e os estudantes se sintam apoiados e capacitados para buscar ajuda quando necessário.

## REFERÊNCIAS

ANTÔNIO, Lúcia Cesária Miguel. **Transtorno de ansiedade no Ensino Superior**. TCC (Graduação) - Curso de Sociologia, Instituto de Humanidades, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-brasileira, Redenção-Ceará, 2023.

ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Revista psicologia em pesquisa**, v. 3, 2018.

BERNARDELLI, Luan Vinicius *et al.* A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. Avaliação: **Revista da Avaliação da Educação Superior** (Campinas), v. 27, p. 49-67, 2022.

BIAGGIO, Angela MB; NATALÍCIO, Luiz. Manual para o inventário de ansiedade Traço-Estado (IDATE). **Rio de Janeiro: CEPA**, v. 15, 1979.

CASTILLO, Ana Regina GL *et al.* Transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 20-23, 2000.

CHAVES, Erika de Cássia Lopes *et al.* Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 68, p. 504-509, 2015.

CHAVES, Erika de Cássia Lopes *et al.* Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 68, p. 504-509, 2015.

COELHO, Ana T. *et al.* Qualidade de sono, depressão e ansiedade em universitários dos últimos semestres de cursos da área da saúde. **Neurobiologia**, v. 73, n. 1, p. 35-9, 2010.

COSTA, Camilla Oleiro da *et al.* Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, p. 92-100, 2019.

DA SILVA, Antônio Lucas Farias *et al.* Percepção da qualidade de vida e frequência de sintomas de ansiedade em acadêmicos de Fisioterapia. **Revista de Casos e Consultoria**, v. 12, n. 1, p. e24827-e24827, 2021.

DEMENECH, Lauro Miranda *et al.* Prevalence of anxiety, depression and suicidal behaviors among Brazilian undergraduate students: A systematic review and meta-analysis. **Journal of affective disorders**, v. 282, p. 147-159, 2021.

FERREIRA, Camomila Lira *et al.* Evaluation of trait and state anxiety in first year students. **Ciencia & saude coletiva**, v. 14, n. 3, p. 973, 2009.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1327-1346, 2019.

JULIANO, Maria Cristina Carvalho; YUNES, Maria Angela Mattar. Reflexões sobre rede de apoio social como mecanismo de proteção e promoção de resiliência. **Ambiente & Sociedade**, v. 17, p. 135-154, 2014.

LANTYER, Angélica Da Silva *et al.* Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 18, n. 2, p. 4-19, 2016.

LENHARDTK, Gabriela; CALVETTI, Prisca Ücker. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. **Aletheia**, v. 50, n. 1 e 2, 2017.

LIMA, Quitéria dos Santos. **Efeitos da ansiedade no processo de aprendizagem do estudante universitário**. 2020. Disponível em: <https://ud10.arapiraca.ufal.br/repositorio/publicacoes/4046>. Acesso em: 27/05/2024.

LISBÔA, Andressa Luiza De Freitas *et al.* Ansiedade nos estudantes universitários do curso de Enfermagem: uma revisão. **Revista Fluminense de Extensão Universitária**, v. 12, n. 1, p. 11-15, 2022.

LOPES, José Milton *et al.* Ansiedade x desempenho acadêmico: uma análise entre estudantes universitários. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS**, v. 5, n. 2, p. 137-137, 2019.

MAGALHÃES, Cleidilene Ramos; DA COSTA, Márcia Rosa. **CICLOS DE FORMAÇÃO. Os Tempos da Vida nos Tempos da Escola: Construindo Possibilidades**, p. 238, 2013. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=UKc5AgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA238&dq=CLEIDILENE+RAMOS+MAGALH%C3%83ES,+2012+existe+uma+necessidade+de+reestrutura%C3%A7%C3%A3o+do+ensino,+pois+muitas+institui%C3%A7%C3%B5es+priorizam+apenas+a+educa%C3%A7%C3%A3o+formal&ots=BPWCeUUP0x&sig=dh3DYzjPRpDZvPgVGqYv2dW7lMQ#v=onepage&q&f=false>. Acesso em: 27/05/2024.

MELLO, Marco Túlio de *et al.* O exercício físico e os aspectos psicobiológicos. **Revista brasileira de medicina do esporte**, v. 11, p. 203-207, 2005.

MENEZES, Carolina Baptista; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Os efeitos da meditação à luz da investigação científica em Psicologia: revisão de literatura. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 29, p. 276-289, 2009.

MORERO, Juceli Andrade Paiva; BRAGAGNOLLO, Gabriela Rodrigues; SANTOS, Maria Tereza Signorini. Estratégias de enfrentamento: uma revisão sistemática sobre instrumentos de avaliação no contexto brasileiro. **Revista Cuidarte**, v. 9, n. 2, p. 2257-2268, 2018.

MÜLLER, Juliana de Lima *et al.* Transtorno de Ansiedade Social: um estudo de caso. **Contextos Clínicos**. São Leopoldo, v. 8, n. 1, p. 159-167., 2015.

PAIXÃO, Julya Thereza dos Santos *et al.* PREVALENCIA DE Síntomas ANSIOSOS Y DEPRESIVOS EN ESTUDIANTES DE SALUD. **Enferm Foco**, v. 12, n. 4, p. 780-786, 2021.

PRADO, Alessandra Lemes; BRESSAN, Rodrigo Affonseca. O estigma da mente: transformando o medo em conhecimento. **Revista Psicopedagogia**, v. 33, n. 100, p. 103-109, 2016.

RAMOS, Fabiana Pinheiro *et al.* Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 19, n. 2, p. 221-232, 2018.

REIS, Clara Figueira; MIRANDA, Gilberto José; FREITAS, Sheizi Calheira. Ansiedade e desempenho acadêmico: Um estudo com alunos de Ciências Contábeis. In: **XVII International conference in accounting**. 2017. p. 1-14.

SILVA, Adenice De Omena; CAVALCANTE NETO, Jorge Lopes. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. **Motricidade**, v. 10, n. 1, p. 49-59, 2014.

SILVA, Anna Clara Santos da *et al.* Relação entre vivência acadêmica e ansiedade em estudantes universitários. **Contextos Clínicos**, v. 14, n. 2, p. 563-587, 2021.

SILVA, Rodrigo Sinnott; DA COSTA, Letícia Almeida. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 15, n. 23, p. 105-112, 2012.

SOUZA, José Pilla de Azevedo e *et al.* Sintomas de ansiedade generalizada entre estudantes de graduação: prevalência, fatores associados e possíveis consequências. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, n. 3, p. 193-203, 2022.

SPIELBERGER, Charles D. *et al.* The state-trait anxiety inventory. **Revista Interamericana de Psicologia/Interamerican journal of psychology**, v. 5, n. 3 & 4, 1971.

VERSANI, M. **Transtornos de Ansiedade: Diagnóstico e Tratamento**. Associação Brasileira de Psiquiatria, 2008. Disponível em: <https://amb.org.br/files/BibliotecaAntiga/transtornos-de-ansiedade-diagnostico-e-tratamento.pdf>. Acesso em: 27/05/2024.

World Health Organization. **Depression and other common mental disorders: Global health estimates**. Geneva: World Health Organization; 2017.

## APÊNDICES

### APÊNDICE A - Termo de Consentimento Livre e Informado para Realização de Pesquisa (TCI)

1

#### Termo de Consentimento Livre e Informado para Realização de Pesquisa

**Título da pesquisa:** Prevalência de Sintomas de Ansiedade em Universitários de uma Instituição Privada

**Instituição promotora:** Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

**Instituição onde será realizada a pesquisa:** Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

**Pesquisadores responsáveis:** Prof<sup>ra</sup> Talita Vieira Cunha

**Endereço e telefone dos pesquisadores:** Rua Jovito Batista, nº 510, Vila Serranópolis – Porteirinha, CEP: 39520000, MG – Brasil.

Telefone: (38) 9 9219-8395.

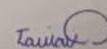
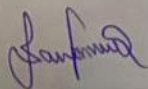
E-mail: psicologatalitavieira@gmail.com

**Atenção:** Antes de autorizar a realização da coleta de dados, é importante que o responsável pela instituição leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Este termo descreve o objetivo, metodologia/procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis e o seu direito de interromper o estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

**Objetivo:** Avaliar a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários e identificar os possíveis fatores de risco associados. Ao compreender a prevalência e os fatores de risco, será viável desenvolver estratégias de prevenção e intervenção mais eficazes com o intuito de promover a saúde mental dos estudantes universitários.

**Metodologia/procedimentos:** A coleta de dados será realizada por meio da administração de questionários abrangendo diversos tópicos, incluindo a avaliação do traço e o estado dos sintomas ansiosos, o perfil sociodemográfico e econômico dos estudantes, fatores de risco associados, desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções ou programas de prevenção voltados à redução da ansiedade. Esses questionários serão conduzidos individualmente, em um ambiente acolhedor dentro das instalações da faculdade, garantindo assim a privacidade e o anonimato dos participantes. Todas as fases do processo serão supervisionadas por uma psicóloga que também é a coordenadora da pesquisa. A participação na pesquisa deverá demandar aproximadamente 15 minutos do tempo de cada participante.

**Justificativa:** A pesquisa sobre a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários é justificada pela necessidade de abordar um problema que afeta consideravelmente essa população. Os transtornos de ansiedade estão se tornando cada vez mais comuns entre os universitários, afetando negativamente sua saúde mental e desempenho acadêmico. A vida universitária apresenta desafios intensos, incluindo prazos apertados, provas e pressões sociais, e a transição para esse ambiente pode gerar sintomas ansiosos adicionais. Compreender a prevalência desses sintomas é crucial para identificar a extensão do problema e desenvolver estratégias de prevenção e intervenção adequadas. Além disso, a pesquisa pode aumentar a conscientização sobre a importância da saúde mental na





universidade e incentivar políticas e programas de apoio aos estudantes. Portanto, este estudo visa contribuir para o conhecimento científico sobre os sintomas ansiosos em estudantes universitários, promovendo a saúde mental e auxiliando na formação de profissionais de saúde mental mais eficazes nesse contexto.

**Benefícios:** Os resultados desta pesquisa têm o potencial de oferecer informações valiosas sobre a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários. Além disso, possibilitarão a identificação dos fatores de risco associados, a avaliação do impacto dos sintomas de ansiedade no desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções promovidas pela instituição. Essas descobertas representarão uma fonte significativa de informações e conhecimento não apenas para a comunidade científica e profissionais, mas também para a sociedade em geral. Isso abrirá portas para a implementação de novas estratégias de intervenção e pesquisas futuras na área.

**Desconfortos e riscos:** As atividades deste projeto têm um risco mínimo, embora seja possível que os participantes se sintam desconfortáveis ao responder os questionários. Eles têm total autonomia para decidir se desejam responder as perguntas que lhes causam desconforto, e podem interromper sua participação a qualquer momento sem consequências negativas. A pesquisa respeita a autonomia e o bem-estar dos participantes, com sensibilidade ao tema, mantendo a confidencialidade das informações fornecidas e seguindo princípios éticos e legais. O objetivo principal é garantir que os participantes se sintam seguros e confortáveis durante a pesquisa, valorizando a liberdade de escolha e o respeito às decisões individuais.

**Danos:** Em pesquisas com questionários, possíveis danos aos participantes podem incluir desconforto emocional devido a perguntas sensíveis, quebra de privacidade, relembrar traumas, incompreensão de perguntas mal formuladas, fadiga devido a questionários longos, viés de resposta e, em casos extremos, a possibilidade de que a divulgação de informações pessoais sensíveis possa levar a consequências negativas. Para minimizar esses riscos, os pesquisadores vão seguir diretrizes éticas estritas, garantir consentimento informado, manter a confidencialidade das respostas e elaborar questionários cuidadosamente para minimizar o desconforto e a sobrecarga dos participantes.

**Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis:** Não existem.

**Confidencialidade das informações:** O acesso aos dados coletados na pesquisa será permitido apenas aos pesquisadores identificados e que fazem parte deste estudo, sendo, portanto, vetado o acesso aos dados a qualquer outra pessoa que não possua permissão formal para atuar neste estudo. O pesquisador responsável pela pesquisa conservará sob sua guarda os resultados com objetivo futuro de pesquisa. As informações obtidas serão usadas apenas para fins científicos, inclusive de publicação. No entanto, o entrevistado terá em qualquer situação sua identidade preservada, garantindo a confidencialidade das informações fornecidas.

**Compensação/indenização:** Não será cobrado valor monetário para a realização desta pesquisa, pois não haverá nenhum tipo de gasto para os alunos participantes, não havendo, assim, previsão de ressarcimentos ou indenizações financeiras. No entanto, em qualquer momento, se o participante sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta investigação, este terá direito à indenização e as despesas serão cobertas sob a responsabilidade da coordenação da pesquisa e não da instituição a qual ela esteja vinculada.

**Outras informações pertinentes:** Você não será prejudicado de qualquer forma caso sua vontade seja de não colaborar. Se quiser mais informações sobre o nosso trabalho, por favor, ligue para: Profª Talita Vieira Cunha- (38) 9 9219-8395.

**Consentimento:** Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, em 02 (duas) vias de igual teor e forma, indicando meu consentimento para participar nesta pesquisa, até que eu decida o contrário. Receberei uma via assinada deste consentimento..



Alan Jaridel A. Oliveira

Diretor Acadêmico da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

Assinatura e carimbo do responsável pela instituição/empresa

Data

20/02/24

Talita Vieira Cunha

Pesquisador responsável

Assinatura

Data

19/02/2024

**APÊNDICE B - Termo De Consentimento Livre E Esclarecido Para Participação  
Em Pesquisa (TCLE)**

**Título da pesquisa:** Prevalência de Sintomas de Ansiedade em Universitários de uma Instituição Privada

**Instituição promotora:** Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

**Instituição onde será realizada a pesquisa:** Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

**Pesquisadores responsáveis:** Prof<sup>a</sup> Talita Vieira Cunha

**Endereço e telefone dos pesquisadores:** Rua Jovito Batista, nº 510, Vila Serranópolis – Porteirinha, CEP: 39520000, MG – Brasil.

Telefone: (38) 9 9219-8395.

E-mail: psicologatalitavieira@gmail.com

**Endereço e telefone do Comitê de Ética em Pesquisa da Unimontes:** Pró-Reitoria de Pesquisa - Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos - CEP da Unimontes, Av. Dr. Rui Braga, s/n - Prédio 05- 2º andar. Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro. Vila Mauricéia, Montes Claros, MG. CEP: 39401-089 - Montes Claros, MG, Brasil.

**Atenção:** Antes de aceitar participar desta pesquisa, é importante que você leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Este termo descreve o objetivo, metodologia/ procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis e o seu direito de interromper o estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

1. **Objetivo:** Avaliar a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários e identificar os possíveis fatores de risco associados. Ao compreender a prevalência e os fatores de risco, será viável desenvolver estratégias de prevenção e intervenção mais eficazes com o intuito de promover a saúde mental dos estudantes universitários.
2. **Metodologia/procedimentos:** Você responderá questionários que avaliarão o traço e o estado dos sintomas ansiosos, o perfil sociodemográfico e econômico dos estudantes, fatores de risco associados, desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções ou programas de prevenção voltados à redução da ansiedade. Esses questionários serão conduzidos individualmente, em um ambiente acolhedor dentro das instalações da faculdade, garantindo assim sua privacidade e anonimato. Todos os procedimentos serão supervisionados por uma psicóloga qualificada que também atua como coordenadora da pesquisa. A resposta aos questionários terá uma duração de aproximadamente 15 minutos. Se você não quiser responder a alguma pergunta, não tem problema. É importante que você se sinta à vontade.
3. **Justificativa:** A pesquisa sobre a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários é justificada pela necessidade de abordar um problema que afeta consideravelmente essa população. Os transtornos de ansiedade estão se tornando cada vez mais comuns entre os universitários, afetando negativamente

sua saúde mental e desempenho acadêmico. A vida universitária apresenta desafios intensos, incluindo prazos apertados, provas e pressões sociais, e a transição para esse ambiente pode gerar sintomas ansiosos adicionais. Compreender a prevalência desses sintomas ansiosos é crucial para identificar a extensão do problema e desenvolver estratégias de prevenção e intervenção adequadas. Além disso, a pesquisa pode aumentar a conscientização sobre a importância da saúde mental na universidade e incentivar políticas e programas de apoio aos estudantes. Portanto, este estudo visa contribuir para o conhecimento científico sobre a ansiedade em estudantes universitários, promovendo a saúde mental e auxiliando na formação de profissionais de saúde mental mais eficazes nesse contexto.

4. **Benefícios:** Os resultados desta pesquisa têm o potencial de oferecer informações valiosas sobre a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários. Além disso, possibilitarão a identificação dos fatores de risco associados, a avaliação do impacto dos sintomas de ansiedade no desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções promovidas pela instituição. Essas descobertas representarão uma fonte significativa de informações e conhecimento não apenas para a comunidade científica e profissionais, mas também para a sociedade em geral. Isso abrirá portas para a implementação de novas estratégias de intervenção e pesquisas futuras na área.
5. **Desconfortos e riscos:** As atividades deste projeto têm um risco mínimo, embora seja possível que você se sinta desconfortável ao responder os questionários. Você tem total autonomia para decidir se deseja responder às perguntas que lhes causam desconforto e pode interromper sua participação a qualquer momento, sem enfrentar consequências negativas. A pesquisa respeita sua autonomia e bem-estar, abordando o tema com sensibilidade, garantindo a confidencialidade das informações fornecidas e aderindo aos princípios éticos e legais. O principal objetivo é assegurar que você se sinta seguro e confortável durante a pesquisa, enfatizando a liberdade de escolha e o respeito às decisões individuais.
6. **Danos:** Em pesquisas com questionários, possíveis danos podem incluir desconforto emocional devido a perguntas sensíveis, quebra de privacidade, relembrar traumas, incompreensão de perguntas mal formuladas, fadiga devido a questionários longos, viés de resposta e, em casos extremos, a possibilidade de que a divulgação de informações pessoais sensíveis possa levar a consequências negativas. Para minimizar esses riscos, os pesquisadores vão seguir diretrizes éticas estritas, garantir consentimento informado, manter a confidencialidade das respostas e elaborar questionários cuidadosamente para minimizar o seu desconforto e a sobrecarga.
7. **Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis:** Não existem.
8. **Confidencialidade das informações:** Em hipótese alguma o material coletado será divulgado sem sua autorização. Haverá publicações e apresentações

relacionadas à pesquisa, e nenhuma informação que você não autorize será revelada sem sua autorização.

9. **Compensação/indenização:** Não será cobrado valor monetário para a realização desta pesquisa, pois não haverá nenhum tipo de gasto para os alunos participantes, não havendo, assim, previsão de ressarcimentos ou indenizações financeiras. No entanto, em qualquer momento, se o participante sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta investigação, este terá direito à indenização e as despesas serão cobertas sob a responsabilidade da coordenação da pesquisa e não da instituição a qual ela esteja vinculada. É importante esclarecer que a participação é voluntária e o participante não terá nenhum tipo de penalização ou prejuízo caso queira, a qualquer tempo, recusar participar, retirar seu consentimento ou descontinuar a participação se assim preferir.
10. **Outras informações pertinentes:** Em caso de dúvida, você pode entrar em contato com os pesquisadores responsáveis através dos telefones e endereços eletrônicos fornecidos neste termo.
11. **Consentimento:** Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, em 02 (duas) vias de igual teor e forma, indicando meu consentimento para participar nesta pesquisa, até que eu decida o contrário. Receberei uma via assinada deste consentimento.

\_\_\_\_\_  
Nome completo do (a) participante

\_\_\_\_\_  
Assinatura

\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
Data

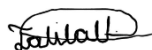
\_\_\_\_\_  
Nome do pesquisador responsável pela pesquisa

\_\_\_\_\_  
Assinatura

\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
Data

Talita Cunha Vieira

\_\_\_\_\_  
Nome do pesquisador responsável pela pesquisa



\_\_\_\_\_  
Assinatura

\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
Data

### APÊNDICE C – Questionário elaborado pelos pesquisadores

QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO E ECONÔMICO	
1. Qual é a sua idade?	_____anos
2. Qual o seu sexo?	Masculino.....1 Feminino.....2
3. Qual é a sua cor ou raça?	Preta.....1 Parda .....2 Amarela .....3 Branca.....4 Indígena.....5
4. Qual seu curso?	Fisioterapia.....1 Psicologia .....2
5. Em que ano ingressou na faculdade?	_____
6. Qual período está?	_____
7. Qual sua religião?	Católico.....1 Evangélico.....2 Protestante.....3 Espirita.....4 Ateu.....5 Outra _____
8. Qual o seu estado conjugal?	Solteiro (a).....1 Casado (a).....2 Divorciado (a).....3 Viúvo (a).....4 União Estável.....5
9. Você trabalha?	Sim.....1 Não.....2
10. Qual a sua renda mensal? (considere um salário mínimo = R\$ 1320,00)	Menos de um salário Mínimo.....1 Um salário mínimo..... 2 Dois salários Mínimos.....3 Mais de três salário Mínimo.....4
PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE	
11. Qual é o seu nível de ansiedade no ambiente universitário?	Nenhum.....1 Leve.....2 Moderado.....3 Alto.....4 Muito Alto.....5
12. Você já recebeu algum diagnóstico de transtorno de ansiedade?	Sim.....1 Não.....2
13. Quais são os principais sintomas de ansiedade que você experimenta? (Marque todas as opções que se aplicam)	- Preocupação excessiva - Inquietação ou agitação - Dificuldade em relaxar - Irritabilidade

	- Dificuldade de concentração - Tensão muscular - Insônia ou problemas de sono - Outros (especifique): <hr/> <hr/>
14. Com que frequência você experimenta esses sintomas de ansiedade?	Raramente.....1 Algumas vezes.....2 Frequentemente.....3 Muito Frequentemente.....4 Sempre.....5
<b>FATORES DE RISCO ASSOCIADOS</b>	
1. Qual dos seguintes fatores você considera mais estressante em relação aos estudos universitários?	Carga de trabalho acadêmico pesada.....1 Competição com colegas.....2 Prazos apertados.....3 Expectativas elevadas dos professores.....4
2. Como você descreveria sua adaptação à vida universitária?	Muito fácil.....1 Relativamente fácil.....2 Desafiadora.....3 Muito desafiadora.....4
3. Que impacto as preocupações financeiras têm em sua experiência universitária?	Nenhum impacto.....1 Impacto mínimo.....2 Impacto moderado.....3 Impacto significativo.....4
4. Como você se sente em relação à sua vida social na universidade?	Muito satisfeito.....1 Satisfeito.....2 Insatisfeito.....3 Muito insatisfeito.....4
5. Você tem um histórico familiar de transtornos de ansiedade?	Sim.....1 Não.....2 Não tenho certeza.....3
6. Você já passou por experiências traumáticas no passado?	Sim.....1 Não.....2 Prefiro não responder.....3
7. Você tem alguma condição de saúde física ou transtorno mental preexistente?	Sim.....1 Não.....2 Não tenho certeza.....3
8. Com que frequência você consome álcool, drogas ou substâncias estimulantes?	Raramente ou nunca.....1 Ocasionalmente.....2 Regularmente.....3 Frequentemente.....4
9. Como você classificaria sua rede de apoio social, incluindo amigos e familiares?	Forte.....1 Moderada.....2 Fraca.....3 Inexistente.....4
10. Quanta pressão você sente para atingir metas acadêmicas e profissionais elevadas?	Nenhuma pressão.....1 Pouca pressão.....2 Pressão moderada.....3 Muita pressão.....4

11. Quanto tempo você gasta diariamente em redes sociais e usando tecnologia?	Menos de 1 hora.....1 1-2 horas.....2 2-4 horas.....3 Mais de 4 horas.....4
<b>DESEMPENHO ACADÊMICO</b>	
12. Você acredita que a presença de sintomas do transtorno de ansiedade afeta o seu desempenho acadêmico?	Sim.....1 Não.....2 Não tenho certeza.....3
13. Em que situações específicas você acha que a ansiedade em relação ao desempenho acadêmico é mais pronunciada? Selecione todas as opções que se aplicam.	Antes de exames ou avaliações importantes.....1 Durante apresentações ou seminários.....2 Ao enfrentar prazos de entregas apertados.....3 Quando se trata de interações com professores ou colegas....4 Quando se depara com novos desafios acadêmicos.....5 Não sinto ansiedade em relação ao desempenho acadêmico..6
<b>INTERVENÇÕES OU PROGRAMAS DE PREVENÇÃO VOLTADOS PARA REDUÇÃO DE ANSIEDADE</b>	
14. Você busca algum tipo de suporte ou tratamento para lidar com a ansiedade?	Sim.....1 Não.....2
15. Quais estratégias você utiliza para gerenciar a ansiedade no ambiente universitário? (Marque todas as opções que se aplicam)	- Prática de exercícios físicos - Meditação ou técnicas de relaxamento - Procura de apoio emocional com amigos ou familiares - Participação em grupos de apoio ou terapia - Uso de técnicas de respiração ou mindfulness - Busca de ajuda profissional (psicólogo, psiquiatra, etc.) - Outros (especifique): _____ _____ _____
16. Você participou de algum dos seguintes programas ou intervenções oferecidos pela FAVEPORT para a redução da ansiedade? Selecione todas as opções que se aplicam.	Núcleo de Apoio Psicopedagógico (NAPP) com acompanhamento psicológico individual.....1 Palestras ou workshops focados na gestão da ansiedade.....2 Eventos ou seminários que abordaram temas relacionados à saúde mental e bem-estar.....3 Não participei de nenhuma intervenção ou programa de prevenção.....4 Não estou ciente de tais programas ou intervenções.....5
17. Você já procurou algum serviço de apoio psicológico oferecido pela universidade?	Sim.....1 Não.....2
18. Se você participou de alguma dessas intervenções, por favor, avalie a eficácia em relação à redução da sua ansiedade:	Muito eficaz.....1 Eficaz.....2 Neutra (sem impacto significativo).....3 Ineficaz.....4 Não tenho certeza.....5
19. Você acredita que a universidade deveria oferecer mais recursos e suporte para lidar com a ansiedade dos estudantes?	Sim.....1 Não.....2
20. Você tem alguma sugestão de medidas que a universidade poderia adotar para ajudar os estudantes a lidar com a ansiedade?	



## APÊNDICE D – Declaração de Inexistência de Plágio

### Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

### Curso de Graduação em Psicologia

Eu, Bruno Gabriel Dos Santos Moura e Eu, Karen Mariana Costa Silva declaramos para fins documentais que nosso Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: Prevalência de Sintomas de Ansiedade em Universitários de uma Instituição Privada, apresentado ao Curso de Graduação em Psicologia, da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT é original e não contém plágio; não havendo, portanto, cópias de partes, capítulos ou artigos de nenhum outro trabalho já defendido e publicado no Brasil ou no exterior. Caso ocorra plágio, estamos cientes de que seremos reprovados no Trabalho de Conclusão de Curso.

Por ser verdade, firmamos a presente declaração.

Porteirinha-MG, 10 de Junho de 2024



---

Assinatura legível do acadêmico

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8766861197925485>



---

Assinatura legível do acadêmico

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8160054873434889>

## **APÊNDICE E - Declaração de Revisão Ortográfica**


**Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT**

**Curso de Graduação em Psicologia**

Declaro para os devidos fins que se fizerem necessários que realizei a revisão do Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: Prevalência de Sintomas de Ansiedade em Universitários de uma Instituição Privada, consistindo em correção gramatical, adequação do vocabulário e inteligibilidade do texto, realizado pelos acadêmicos: Bruno Gabriel Dos Santos Moura e Karen Mariana Costa Silva da Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT.

Por ser verdade, firmo a presente declaração.

Porteirinha-MG, 10 de Junho de 2024

Documento assinado digitalmente  
 **ADRIANE CRISTINE MENDES SANTIAGO**  
Data: 04/09/2024 19:30:49-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Professor revisor: Adriane Cristine Mendes Santiago

Graduado em: Letras Português

## **APÊNDICE F - Termo de Cessão de Direitos Autorais e Autorização para Publicação**

Os autores abaixo assinados transferem parcialmente os direitos autorais do manuscrito “Prevalência de Sintomas de Ansiedade em Universitários de uma Instituição Privada”, ao Núcleo de Extensão e Pesquisa (NEP) da Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT, mantida pela Sociedade Educacional Mato Verde Ltda.

Declara que o presente artigo é original e não foi submetido ou publicado, em parte ou em sua totalidade, em qualquer periódico nacional ou internacional.

Declara ainda que este trabalho poderá ficar disponível para consulta pública na Biblioteca da Faculdade conforme previsto no Regimento do Trabalho de Conclusão de Curso.

Está ciente de que para haver submissão para publicação, devem obter previamente autorização do NEP desta Instituição de Ensino Superior, certos de que a Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT não divulgará em nenhum meio, partes ou totalidade deste trabalho sem a devida identificação de seu autor.

A não observância deste compromisso submeterá o infrator a sanções e penas previstas na Lei de Proteção de Direitos Autorais (Lei nº. 9.609/1998).

Por ser verdade, firmam a presente declaração.

Porteirinha/MG, 10 de Junho de 2024.



---

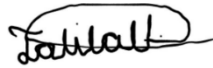
Bruno Gabriel Dos Santos Moura  
CPF: 139163056-46  
RG: MG-21.559.468  
Endereço: Rua Vereador Paulo Alves Da Silva nº70  
Contato telefônico: (38)99914-2564  
E-mail: brunogabriel3285@gmail.com



---

Karen Mariana Costa Silva  
CPF: 133.668.306-62  
RG: MG20466533  
Endereço: Rua Belo Horizonte nº157  
Contato telefônico: (38)999712483  
E-mail: karenmariana080200@gmail.com

Anuência do Orientador



---

Profª. Esp. Talita Vieira Cunha  
Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

## ANEXOS

### ANEXO A – Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE)

#### 1ª Parte – Dados de identificação

Sexo: ( ) masculino ( ) feminino Idade: \_\_\_\_\_

#### Questionário de autoavaliação para traço de ansiedade

Por favor, leia cada um dos itens abaixo e assinale o número que melhor indica como você geralmente se sente.

Não gaste muito tempo em um único item.

Quase nunca – 1	Às vezes – 2	Frequentemente – 3	Quase sempre – 4	
<hr/>				
1. Sinto-me bem .....	1	2	3	4
2. Canso-me com facilidade .....	1	2	3	4
3. Tenho vontade de chorar .....	1	2	3	4
4. Gostaria de ser tão feliz como os outros parecem ser .....	1	2	3	4
5. Perco oportunidades porque não consigo tomar decisões rapidamente .....	1	2	3	4
6. Sinto-me descansada .....	1	2	3	4
7. Sou calma, ponderada e senhora de mim mesma .....	1	2	3	4
8. Sinto que as dificuldades estão se acumulando de tal forma que não consigo resolvê-las .....	1	2	3	4
9. Preocupo-me demais com coisas sem importância .....	1	2	3	4
10. Sou feliz .....	1	2	3	4
11. Deixo-me afetar muito pelas coisas .....	1	2	3	4
12. Não tenho confiança em mim mesma .....	1	2	3	4
13. Sinto-me segura .....	1	2	3	4
14. Evito ter que enfrentar crises ou problemas .....	1	2	3	4
15. Sinto-me deprimida .....	1	2	3	4
16. Estou satisfeita .....	1	2	3	4
17. Ideias sem importância me entram na cabeça e ficam me pressionando. ....	1	2	3	4
18. Levo os desapontamentos tão a sério que não consigo tirá-los da cabeça .....	1	2	3	4
19. Sou uma pessoa estável .....	1	2	3	4
20. Fico tensa e perturbada quando penso em meus problemas do momento .....	1	2	3	4

**2ª Parte – Questionário de autoavaliação para estado de ansiedade**

Por favor, leia cada um dos itens abaixo e assinale o número que melhor indica como você se sente.

Não gaste muito tempo em um único item.

	<b>Absolutamente não – 1</b>	<b>Um pouco – 2</b>	<b>Bastante – 3</b>	<b>Muitíssimo - 4</b>
1. Sinto-me calma .....	1	2	3	4
2. Sinto-me seguro .....	1	2	3	4
3. Estou tensa .....	1	2	3	4
4. Estou arrependida .....	1	2	3	4
5. Sinto-me à vontade .....	1	2	3	4
6. Sinto-me perturbada .....	1	2	3	4
7. Estou preocupada com possíveis infortúnios .....	1	2	3	4
8. Sinto-me descansada .....	1	2	3	4
9. Sinto-me ansiosa .....	1	2	3	4
10. Sinto-me “em casa” .....	1	2	3	4
11. Sinto-me confiante .....	1	2	3	4
12. Sinto-me nervosa .....	1	2	3	4
13. Estou agitada .....	1	2	3	4
14. Sinto-me “uma pilha de nervos” .....	1	2	3	4
15. Estou descontraída .....	1	2	3	4
16. Sinto-me satisfeita .....	1	2	3	4
17. Estou preocupada .....	1	2	3	4
18. Sinto-me superexcitada e confusa .....	1	2	3	4
19. Sinto-me alegre .....	1	2	3	4
20. Sinto-me bem .....	1	2	3	4

**3ª Parte**

Descreva como você se sente neste exato momento.

---



---



---



---

**ANEXO B - Parecer consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)**

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE  
MONTES CLAROS -  
UNIMONTES

**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA

**Pesquisador:** TALITA VIEIRA CUNHA

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 77728524.3.0000.5146

**Instituição Proponente:** SOCIEDADE EDUCACIONAL VERDE NORTE LTDA

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 6.832.568

**Apresentação do Projeto:**

As informações elencadas nos campos deste parecer "Apresentação do projeto", "Objetivos da pesquisa" e "Avaliação de riscos e benefícios" foram retiradas de dados e documentos inseridos pelos pesquisadores na Plataforma Brasil.

O estudo proposto é de natureza quantitativa, transversal e analítica, a ser conduzido na cidade de Pozeirão-MG. Será realizado um levantamento de dados numéricos em um único ponto no tempo, sem acompanhamento longitudinal dos participantes. A abordagem analítica implica na busca por relações de causa e efeito entre variáveis, permitindo uma investigação mais aprofundada dos fenômenos em estudo. A escolha de Pozeirão-MG como local de estudo indica uma delimitação geográfica específica para a pesquisa. Este tipo de desenho de estudo é útil para compreender e analisar características específicas da população ou fenômeno em questão, bem como para identificar possíveis associações entre variáveis de interesse. Essa abordagem permite entender a realidade local em termos quantificáveis e fornece uma base sólida para futuras pesquisas e intervenções.

**Objetivo da Pesquisa:**

Segundo os pesquisadores:

**Objetivo Primário:** Avaliar a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários e identificar quais são os possíveis fatores de risco associados.

**Endereço:** Av. Dr. Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Vila Mauricéia **CEP:** 39.401-089  
**UF:** MG **Município:** MONTES CLAROS  
**Telefone:** (38)3229-8182 **Fax:** (38)3229-8103 **E-mail:** comite.etica@unimontes.br

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE  
MONTES CLAROS -  
UNIMONTES**



Continuação do Parecer: 6.832.568

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Conforme os pesquisadores, o projeto envolve os seguintes riscos e benefícios:

**Riscos:** "Nesta pesquisa, reconhecemos que, como em qualquer estudo, podem existir riscos potenciais, tais como a quebra de sigilo, possíveis constrangimentos ao responder o questionário e o dispêndio de tempo por parte dos participantes. No entanto, é importante ressaltar que adotaremos medidas rigorosas para minimizar esses riscos e proteger os participantes. A equipe de pesquisa garantirá a total guarda e sigilo das informações coletadas, assegurando a confidencialidade dos dados. Além disso, as questões do questionário serão elaboradas de forma clara, concisa e objetiva, possibilitando que os participantes respondam apenas aquelas com as quais se sintam confortáveis, respeitando suas escolhas. Será enfatizada a liberdade dos participantes para decidirem participar, continuar ou interromper a pesquisa a qualquer momento, sem sofrerem prejuízo ou consequência negativa. Caso um participante deseje interromper sua participação, bastará não finalizar o questionário, e a pesquisa será imediatamente encerrada, respeitando plenamente sua vontade e garantindo seu bem-estar. Essas medidas visam garantir a segurança e o conforto dos participantes, bem como a integridade da pesquisa."

**Benefícios:** "Os resultados deste estudo têm o potencial de enriquecer nosso entendimento sobre a frequência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários. Além disso, permitirão a identificação dos fatores de risco associados, a avaliação de como a ansiedade afeta o desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções implementadas pela instituição. Esses achados servirão como uma valiosa fonte de informação e conhecimento não apenas para a comunidade científica e profissionais, mas também para a sociedade em geral, criando oportunidades para a implementação de novas estratégias de intervenção e pesquisas futuras na área."

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

O projeto apresenta relevância científica e social, com metodologia capaz de responder os objetivos propostos. Os resultados do estudo têm o potencial de enriquecer o entendimento sobre a frequência dos sintomas de ansiedade em estudantes universitários. Além disso, permitirão a identificação dos fatores de risco associados, a avaliação de como a ansiedade afeta o desempenho acadêmico e a eficácia das intervenções implementadas pela instituição. Esses achados servirão como uma valiosa fonte de informação e conhecimento não apenas para a comunidade científica e profissionais, mas também para a sociedade em geral, criando

**Endereço:** Av. Dr. Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Vila Mauricéia **CEP:** 39.401-089  
**UF:** MG **Município:** MONTES CLAROS  
**Telefone:** (38)3229-8182 **Fax:** (38)3229-8103 **E-mail:** comite.etica@unimontes.br



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE  
MONTES CLAROS -  
UNIMONTES**



Continuação do Parecer: 6.832.568

oportunidades para a implementação de novas estratégias de intervenção e pesquisas futuras na área.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Os documentos de caráter obrigatório foram apresentados e estão adequados.

**Recomendações:**

- 1 - Apresentar relatório final da pesquisa, até 30 dias após o término da mesma, por meio da Plataforma Brasil, em "enviar notificação".
- 2 - Informar ao CEP da Unimontes de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes.
- 3 - Comunicar o CEP da Unimontes caso a pesquisa seja suspensa ou encerrada antes do previsto, estando os motivos expressos no relatório final a ser apresentado.
- 4 - Providenciar o TCLE em duas vias: uma ficará com o pesquisador e a outra com o participante da pesquisa.
- 5 - Atentar que, em conformidade com a Carta Circular nº. 003/2011/CONEP/CNS e Resolução 466/12, faz-se obrigatória a rubrica em todas as páginas do TCLE pelo participante de pesquisa ou responsável legal e pelo pesquisador.
- 6 - Inserir o endereço do CEP no TCLE:  
Pró-Reitoria de Pesquisa - Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos ¿ CEP/Unimontes, Av. Dr. Rui Braga, s/n - Prédio 05 - 2º andar. Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro. Vila Mauricéia, Montes Claros ¿ MG - Brasil. CEP: 39401-089.
- 7 - Arquivar o TCLE assinado pelo participante da pesquisa por cinco anos, conforme orientação da CONEP na Resolução 466/12: "manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa".

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Não há pendências ou inadequações no projeto.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

O projeto respeita os preceitos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos, sendo assim somos favoráveis à aprovação do mesmo.

**Endereço:** Av. Dr. Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Vila Mauricéia **CEP:** 39.401-089  
**UF:** MG **Município:** MONTES CLAROS  
**Telefone:** (38)3229-8182 **Fax:** (38)3229-8103 **E-mail:** comite.etica@unimontes.br

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE  
MONTES CLAROS -  
UNIMONTES**



Continuação do Parecer: 6.832.568

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2231506.pdf	17/04/2024 10:25:20		Aceito
Outros	Cartaresposta.pdf	17/04/2024 10:24:50	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_DETALHADO.docx	17/04/2024 10:21:31	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Cronograma	Cronograma.pdf	17/04/2024 10:21:11	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Brochura Pesquisa	brochur.pdf	17/04/2024 10:20:50	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	TCL.pdf	21/02/2024 09:48:29	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto.pdf	21/02/2024 09:47:26	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	06/02/2024 10:29:39	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Orçamento	Orcamento.pdf	06/02/2024 10:29:29	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito
Outros	Declaracao.pdf	06/02/2024 10:29:18	FERNANDA MUNIZ VIEIRA	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

MONTES CLAROS, 17 de Maio de 2024

\_\_\_\_\_  
**Assinado por:**  
**Carlos Alberto Quintão Rodrigues**  
**(Coordenador(a))**

**Endereço:** Av. Dr. Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Vila Mauricéia **CEP:** 39.401-089  
**UF:** MG **Município:** MONTES CLAROS  
**Telefone:** (38)3229-8182 **Fax:** (38)3229-8103 **E-mail:** comite.etica@unimontes.br