

PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA

Ellen Gabriella Gomes Ferreira¹; Camila Bezerra Garcia²; Andreia Bianca Lira da Silva Franco³; Liliane Santos da Silva⁴; Lauren de Freitas Medeiros⁵; Giovanna Fernandes da Paixão⁶; Vagner Ferreira do Nascimento⁷; Maria Aparecida Sousa Oliveira Almeida⁸; Elias Marcelino da Rocha⁹; Alisséia Guimarães Lemes¹⁰

RESUMO

Objetivou-se neste estudo investigar a prevalência e os fatores acadêmicos associados à ansiedade entre estudantes de uma universidade pública. Trata-se de um estudo transversal, descritivo, exploratório com abordagem quantitativa, realizado de dezembro de 2023 a março de 2024, via *Google Forms*, com 173 acadêmicos de 16 cursos de uma universidade pública da Região Centro-Oeste, no estado de Mato Grosso, Brasil. No estudo, predominou estudantes do sexo feminino (72,9%) e com idade entre 18 e 29 anos (89,1%). A prevalência de ansiedade foi de 68%. Os fatores acadêmicos associados com a presença dos sintomas de ansiedade foram pensamento de desistência do curso ($p=0.0008$), apoio financeiro da universidade ($p=0.0095$), cursos em período integral (75,2%), atividades extracurriculares (75,3%) e carga horária do curso exaustiva (91,4%). Os achados revelam a necessidade de a gestão universitária desenvolver estratégias de acolhimento e acompanhamento psicossocial aos estudantes durante toda a graduação.

Palavras-chave: Estudantes Universitários; Saúde do Estudante; Saúde Mental; Transtornos de Ansiedade.

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the prevalence and academic factors associated with anxiety among students at a public university. This is a cross-sectional, descriptive, exploratory study with a quantitative approach, carried out from December 2023 to March 2024, via *Google Forms*, with 173 students from 16 courses at a public university in the Central-West region, in the state of Mato Grosso, Brazil. In the study, female students predominated (72.9%) and aged between 18 and 29 years (89.1%). The prevalence of anxiety was 68%. The academic factors associated with the presence of anxiety symptoms were thoughts of dropping out of the course ($p=0.0008$), financial support from the university ($p=0.0095$), full-time courses (75.2%), extracurricular activities (75.3%), and exhaustive course workload (91.4%). The findings reveal the need for university management to develop strategies for welcoming and providing psychosocial support to students throughout their undergraduate studies.

Keywords: University Students; Student Health; Mental Health; Anxiety Disorders.

¹ Acadêmica de Enfermagem pela Universidade Federal de Mato Grosso no Campus Universitário do Araguaia (UFMT/CUA). Bolsista de Iniciação Científica (FAPEMAT). Barra do Garças/MT. E-mail: ellengabrielagomesferreira@gmail.com

² Acadêmica de Enfermagem pela Universidade Federal de Mato Grosso no Campus Universitário do Araguaia (UFMT/CUA). Bolsista de Iniciação Científica pela CNPQ. Barra do Garças/MT. E-mail: camila.garcia@sou.ufmt.br

³ Acadêmica de Enfermagem pela Universidade Federal de Mato Grosso no Campus Universitário do Araguaia (UFMT/CUA). Bolsista de Iniciação Científica pela CNPQ. Barra do Garças/MT. E-mail: andreiabiancaliradasilvafranco@gmail.com

⁴ Enfermeira. Doutoranda em Ciências no Programa de Pós-graduação em Enfermagem Psiquiátrica da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP/USP). Ribeirão Preto, SP, Brasil, liliane_rodrigues23@hotmail.com

⁵ Acadêmica de Enfermagem pela Universidade Federal de Mato Grosso no Campus Universitário do Araguaia (UFMT/CUA). Bolsista de Iniciação Científica pela UFMT. Barra do Garças/MT. E-mail: lauren.medeiros@sou.ufmt.br

⁶ Acadêmica de Enfermagem pela Universidade Federal de Mato Grosso no Campus Universitário do Araguaia (UFMT/CUA). Bolsista de Iniciação Científica pela UFMT. Barra do Garças/MT. E-mail: giovanna.paixao@sou.ufmt.br

⁷ Enfermeiro. Doutor em Bioética. Docente Adjunto V da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT), Faculdade Indígena Intercultural. Barra do Bugres/MT. E-mail: vagnernascimento@unemat.br

⁸ Enfermeira. Doutora em Ciências pelo Programa de Pós-graduação em Enfermagem Psiquiátrica da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP/USP). Ribeirão Preto, SP, Brasil. E-mail: almeidacida@hotmail.com

⁹ Enfermeiro. Doutorando em Enfermagem e Saúde pela Universidade Federal de Goiás. Docente Associado I na UFMT/CUA. Barra do Garças/MT. E-mail: eliasufmt@yahoo.com.br

¹⁰ Enfermeira. Doutora em Ciências pelo Programa de Enfermagem Psiquiátrica da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP/USP). Docente Adjunto III da UFMT/CUA. Pontal do Araguaia/MT. E-mail: alisseia.lemes@ufmt.br

1. INTRODUÇÃO

O número estimado de pessoas que sofrem com transtornos de ansiedade no mundo é de 300 milhões. A população global com transtornos de ansiedade em 2015 foi de 3.6%. No Brasil, a ansiedade afeta cerca de 18,6 milhões de indivíduos, o que representa 9,3% da população (WHO, 2017). Após o primeiro ano da pandemia de Covid-19, a prevalência global de ansiedade e depressão aumentou em 25% (WHO, 2022).

Entre os estudantes universitários, 12% a 46% apresentam algum comprometimento na saúde mental no primeiro ano letivo (Mason *et al.*, 2025). A prevalência de ansiedade entre universitários é de 36,1% a 66,3% (Leão *et al.*, 2018, Brunferntinker, 2021; FONAPRACE, 2019), portanto acima da média da população em geral.

O aumento da prevalência de ansiedade entre os universitários pode ser explicado pela maior exposição a fatores estressantes. Isso inclui a vivência de mudanças significativas, a sobrecarga com as demandas acadêmicas e as pressões da vida pessoal, desejo de abandonar o curso, preocupações com a futura inserção no mercado de trabalho, sedentarismo e uso de drogas (Calves; Tucci1, 2024; Oliveira *et al.*, 2024).

Embora a ansiedade seja uma resposta natural do corpo, em condição patológica, denominado de transtornos de ansiedade está associado ao medo e preocupações excessivas,

podendo desencadear-se em uma condição psicológica que dificulta a rotina e em casos mais graves podendo resultar em transtornos mentais e físicos e ainda resultar em sofrimento ou prejuízo funcional importantes para a vida do indivíduo, seja decorrente do medo e preocupação persistente, crises de ansiedade ocasionadas por uma preocupação específica, sintomas depressivos ou obsessivos, ataques de pânico súbitos e intensos (Frota *et al.*, 2022; CID-11, 2020).

Frente ao exposto, a ansiedade precisa ser investigada/rastreada e manejada com frequência entre os universitários, desde o seu ingresso até sua conclusão do curso, pois quando patológica, os prejuízos contribuem negativamente para a conclusão do curso e o ingresso no mercado de trabalho, o que requer maior atenção da academia.

Assim, este estudo teve como objetivo investigar a prevalência e os fatores acadêmicos associados à ansiedade entre estudantes de uma universidade pública.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, exploratório com abordagem quantitativa, realizado com os estudantes de 16 cursos (Agronomia, Biomedicina, Ciências Biológicas, Ciências da computação, Direito, Educação Física, Enfermagem, Engenharia de alimentos, Engenharia Civil, Farmácia, Física, Geografia, Jornalismo, Letras, Matemática e

Química) de uma universidade pública no interior de Mato Grosso, Brasil.

Em consulta feita junto ao registro acadêmico da universidade registrou-se um total de 2.104 acadêmicos matriculados no período da pesquisa. Foram incluídos no estudo, estudantes com ≥ 18 anos e regularmente matriculados em algum dos cursos ofertados na universidade. Não houve critério de exclusão.

A coleta de dados foi realizada de forma online, no período de dezembro de 2023 a março de 2024, por meio da plataforma *Google Forms*. Com a finalidade de alcançar o público alvo, os pesquisadores solicitaram via e-mail apoio dos diretores dos institutos onde os cursos eram vinculados, aos presidentes dos Centros Acadêmicos (CA) e ao Diretório Central dos Estudantes (DCE) para divulgação do link da pesquisa entre os alunos. Além disso, a pesquisa foi divulgada na página da universidade.

Neste estudo foram utilizados dois instrumentos de pesquisa. O primeiro trata-se de um questionário semiestruturado contendo questões que identifiquem o perfil dos estudantes (sociodemográfico e acadêmico) e o segundo um questionário validado no Brasil que avalia a presença de sintomas de ansiedade, o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) (Gonçalves, Stein, Kapczinski, 2008).

O inventário de Ansiedade de Beck (BAI) é uma escala de rastreio dos níveis de ansiedade, validada no Brasil, que foi elaborada pelo Dr. Aaron Beck. O BAI consiste em um

questionário de 21 questões com quatro opções para cada item, em graus crescentes de gravidade, com escores de 0 a 3, atuando como um indicador sinalizando com perguntas sobre os possíveis sinais e sintomas semelhantes à ansiedade que foram manifestados na última semana por esse indivíduo. Sua contagem é calculada pelo resultado dos valores de cada questão. Os pontos são classificados de acordo com o Inventário de BAI, com os pontos de corte classificados em pontuações que variam de 0 a 63 e a ansiedade é classificada como mínima (0-10 pontos), baixa/leve (11-19 pontos), moderada (20-30 pontos) e grave (31-63 pontos) (Brunfentrinker *et al.*, 2021; Lopes *et al.*, 2019; Barroso *et al.*, 2021).

Os participantes ao acessarem o link da pesquisa receberam orientações (por escrito) quanto ao objetivo e finalidade do estudo. Além disso, tinham acesso aos contatos pessoais (telefone e e-mail) dos pesquisadores e ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após leitura do TCLE e aceitaram participar do estudo, tiveram acesso aos formulários para autopreenchimento.

Quanto à análise dos dados, no primeiro momento foi estruturado um banco de dados das informações oriundas da coleta de dados quantitativos em planilhas formatadas para dupla digitação no programa Microsoft Excel 2013, com o propósito de verificar a consistência dos dados digitados. Posteriormente, os dados quantitativos foram transportados para análise

descritiva, de associação por meio do Teste Qui-Quadrado, Teste G e Teste de Fisher no programa estatístico *BioEstat 5.3*.

Quanto aos aspectos éticos, esta pesquisa obedecerá às exigências da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (BRASIL, 2012). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT) – Campus Araguaia, obtendo aprovação ética Nº 4.526.452 e CAAE: 39835420.6.0000.5587.

3. RESULTADOS

Participaram do estudo 173 universitários, distribuídos entre os cursos de enfermagem ($n=36$), direito ($n=31$), engenharia civil ($n= 15$), letras ($n=13$), agronomia ($n=12$),

biomedicina ($n=11$), farmácia ($n=10$), educação física ($n= 9$), engenharia de alimentos e geografia ($n=8$ cada), ciência da computação ($n= 6$), matemática ($n= 5$), jornalismo ($n= 4$), ciências biológicas e química ($n= 2$ cada) e física ($n= 1$).

Como apresentado na Tabela 1, prevaleceu no estudo estudantes do sexo feminino (72,9%), que se autodeclararam pardas (45,7%) e brancas (42,2%), cisgêneras (97,1%), heterossexuais (79,8%), solteiras (80,9%), com faixa etária entre 18 e 29 anos (89,1%), sem filhos (86,8%), que residem com familiares (64,2%), que possuem renda individual mensal de 1 a 3 salários mínimos (68,9%), e com religião (90,1%) (Tabela 1).

Tabela 1. Características sociodemográficas dos acadêmicos de uma universidade pública. Dezembro de 2023 a março de 2024. Região Centro-Oeste, no estado de Mato Grosso, Brasil. 2024. ($n=173$)

Descrição	N	%
Faixa Etária		
18 a 29 anos	154	89,1%
30 ou mais	19	10,9%
Sexo		
Feminino	126	72,9%
Masculino	47	27,1%
Gênero que se define		
Cisgênero	168	97,1%
Ignorado	5	2,9%
Orientação Sexual		
Heterossexual	138	79,8%
Homossexual	12	6,9%
Bissexual	20	11,5%
Ignorado	3	1,8%
Cor da pele autorreferida		
Branca	73	42,2%
Parda/Morena	79	45,7%
Preta	17	9,8%
Amarela	4	2,3%

Estado Civil		
Solteiro(a)	140	80,9%
Casado(a)	28	16,2%
Separado(a)	5	2,9%
Possui filho		
Sim	23	13,2%
Não	150	86,8%
Mora atualmente		
Sozinho (a)	51	29,5%
Com familiares	111	64,2%
Outras pessoas	11	6,3%
Renda individual mensal		
<1 salário mínimo	31	17,9%
1 a 3 salários mínimos	119	68,9%
4 ou mais salários mínimos	23	13,2%
Possui religião		
Sim	156	90,1%
Não	17	9,9%

A prevalência dos sintomas de ansiedade entre os estudantes foi de 68%, tiveram indicativo de sintomas de ansiedade, com

destaque para os níveis moderado (23%) e grave (29%) do transtorno (Gráfico 1).

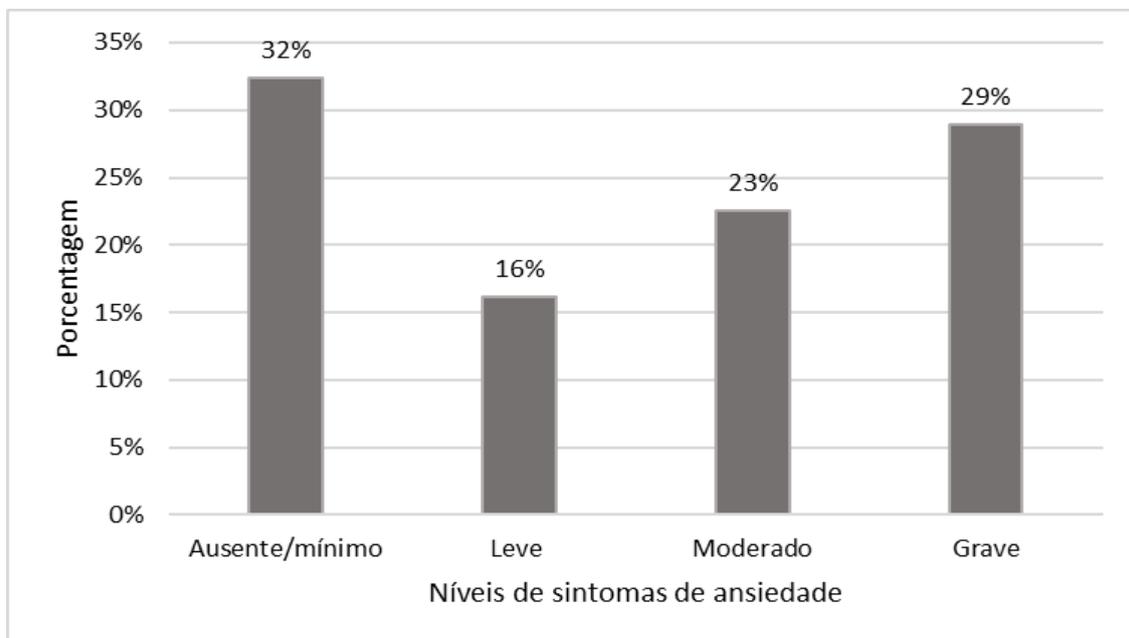


Gráfico 1. Níveis de ansiedade entre os estudantes de uma universidade pública. Dezembro de 2023 a março de 2024. Região Centro-Oeste, no estado de Mato Grosso, Brasil. ($n=173$).

Com relação aos fatores acadêmicos associados com a presença dos sintomas de ansiedade, destaca-se uma relação direta com o ano de ingresso ($p=0.0042$), pensamento de desistência do curso ($p=0.0008$) e apoio financeiro recebido da universidade (bolsa e auxílio) ($p=0.0095$). Cabe ainda destacar, que

cursar a universidade em período integral (75,2%), estar envolvido em atividades extracurriculares (75,3%), e considerar a carga horária do curso exaustiva (91,4%) também estiveram relacionados com a condição de saúde mental avaliada neste estudo (Tabela 2).

Tabela 2. Características acadêmicas associadas aos sintomas de ansiedade entre os acadêmicos de uma universidade pública. Dezembro de 2023 a março de 2024. Região Centro-Oeste, no estado de Mato Grosso, Brasil, 2024. ($n=173$)

Características acadêmicas	Ansiedade			Valor de <i>p</i>
	Total (N=173)	Sim (N=117)	Não (N=56)	
	N(%)	N(%)	N(%)	
Ano de ingresso				0.0042**
2016 a 2018	8(4,6)	1(0,8)	7(12,5)	
2019 a 2021	3(1,8)	3(2,6)	0 (0)	
2022 a 2023	162(93,6)	113 (96,6)	49(87,5)	
Semestre em curso				0.871***
1º a 5º	87 (50,2)	58(49,6)	29(51,7)	
6º acima	86 (49,8)	59(50,4)	27(48,3)	
Turno do curso				0.428**
Integral	127 (73,4)	88(75,2)	39(69,6)	
Matutino	12 (6,9)	6(5,1)	6(10,8)	
Noturno	34 (19,7)	23(19,7)	11(19,6)	
Ingresso na universidade por sistema de cotas				0.0942***
Sim	66 (38,1)	50 (42,7)	16(28,5)	
Não	107 (61,9)	67(57,3)	40(71,5)	
Mudança de cidade				0.4158***
Sim	78 (45)	50(42,7)	28(50)	
Não	95 (55)	67(57,3)	28(50)	
Frequência de visitas aos familiares				0.0924**
Nunca	15 (8,7)	10(8,6)	5(8,9)	

1 ou 2 vezes no ano	67 (38,8)	52(44,5)	15(26,8)	
Mensalmente	31 (17,9)	15(12,9)	16(28,6)	
Semanalmente	13 (7,5)	9(7,6)	4(7,2)	
Diariamente	47 (27,1)	31(26,4)	16(26,6)	
Satisfação com o curso				0.3624***
Satisfeito	128 (74)	84(71,8)	44(78,6)	
Insatisfeito	45 (26)	33(28,2)	12(21,4)	
Carga horária do curso				0.4230***
Exaustiva	156 (90,1)	107(91,4)	49(87,5)	
Não exaustiva	17 (9,9)	10(8,6)	7(12,5)	
Pensou em desistir do curso				0.0008^{†††}
Sim	118 (68,2)	90(76,9)	28(50)	
Não	55 (31,8)	27(23,1)	28(50)	
Atividades extracurriculares				0.9236***
Sim	129 (74,6)	88(75,3)	41(73,3)	
Não	44 (25,4)	29(24,7)	15(26,7)	
Recebe bolsa/auxílio da universidade				0.0095***
Sim	90 (52)	69(58,9)	21(37,5)	
Não	83 (48)	48(41,1)	35(62,5)	

*Teste Qui-Quadrado; **Teste G; *** Teste de Fisher; $p < 0,05$.

Quanto aos fatores psicossociais, como pode ser observado na tabela 3, após o ingresso na universidade, os estudantes referiram que iniciou/surgiu e/ou aumentou quadros de cansaço mental (87,9%), cansaço físico (81,5%), sensação de sofrimento emocional (80,9%), autorresponsabilidade (72,8%), desgaste emocional (69,4%), pressão do meio acadêmico (68,8%) e familiar (53,8%), privação do convívio familiar (53,2%), uso de medicamentos psicotrópicos, incluindo para dormir e

psicoestimulantes (53,2%) e uso de drogas (58,1%), incluindo o álcool, tabaco, maconha e outras substâncias. Houve ainda diminuição do tempo para o autocuidado (55,4%), para a prática de exercício físico (48,6%) e privação de lazer (53,9%). Além disso, após o ingresso na universidade, estudantes com pensamentos/atos negativos (automutilação, pensamento de morte, tentativa de suicídio e *bullying*) somaram 53,7% e foram expostos a violências (psicológicas, moral, sexual e físico) 39,3%.

Tabela 3. Fatores psicossociais entre estudantes de uma universidade pública. Região Centro-Oeste, no estado de Mato Grosso, Brasil. 2024 (n=173).

Após seu ingresso	Iniciou/ surgiu N (%)	Aumentou N (%)	Diminuiu N (%)	Manteve igual N (%)	Não se aplica N (%)
Transtorno mental com diagnóstico	16 (9,2)	18 (10,4)	3 (1,8)	20 (11,6)	116 (67,0)
Sofrimento emocional	29 (16,8)	77 (44,5)	5 (2,9)	19 (10,9)	43 (24,9)
Cansaço físico	28 (16,2)	113(65,)	8 (4,7)	12 (6,9)	12 (6,9)
Cansaço mental	27 (15,7)	125(72,)	3 (1,8)	11 (6,3)	7 (4,0)
Automutilação	7 (4,0)	13 (7,5)	3 (1,8)	14 (8,0)	136(78,7)
Pensamentos de morte	13 (7,5)	31 (18,0)	6 (3,4)	24 (13,9)	99(57,2)
Tentativa de suicídio	7 (4,0)	8 (4,7)	4 (2,3)	20 (11,6)	134(77,4)
Bullying	8 (4,6)	6 (3,4)	9 (5,2)	21 (12,1)	129(74,7)
Sofreu racismo	5 (2,9)	3 (1,8)	2 (1,1)	17 (9,9)	146(84,3)
Satisfação com sua aparência física	5 (2,9)	24 (13,8)	68 (39,3)	36 (20,9)	40 (23,1)
Satisfação com sua vida sexual	2 (1,2)	20 (11,5)	52 (30,1)	47 (27,1)	52 (30,1)
Desgaste emocional	31 (18,0)	89 (51,4)	9 (5,2)	19 (11,0)	25 (14,4)
Alteração (piora) da memória	27 (15,7)	82 (47,4)	10 (5,8)	17 (9,8)	37 (21,3)
Alteração (piora) da concentração	26 (15,0)	81 (46,9)	14 (8,0)	16 (9,2)	36 (20,9)
Privação do lazer	35 (20,3)	58 (33,6)	23 (13,2)	29 (16,8)	28 (16,1)
Conflitos familiares	19 (10,9)	41 (23,8)	20 (11,5)	50 (28,9)	43 (24,9)
Autocobrança	21 (12,1)	105(60,7)	5 (2,9)	22 (12,8)	20 (11,5)
Pressão no meio acadêmico	43 (24,9)	76 (43,9)	3 (1,8)	21 (12,1)	30 (17,3)
Pressão familiar pela formação	25 (14,5)	68 (39,3)	6 (3,4)	25 (14,5)	49 (28,3)
Tempo para o autocuidado	15 (8,7)	11 (6,3)	96 (55,4)	32 (18,6)	19 (11,0)
Privação do convívio com a família	24 (13,9)	68 (39,3)	29 (16,8)	19 (11,0)	33 (19,0)
Prática de exercício físico	12 (7,0)	30 (17,3)	84 (48,6)	21 (12,1)	26 (15,0)
Violência psicológica	16 (9,2)	15 (8,7)	4 (2,3)	18 (10,4)	120(69,4)
Violência moral	12 (6,9)	9 (5,2)	3 (1,8)	19 (11,0)	130(75,1)
Violência sexual	6 (3,4)	4 (2,3)	0 (0)	16 (9,2)	147(85,1)
Violência física	3 (1,8)	3 (1,8)	2 (1,1)	16 (9,2)	149(86,1)
Uso de medicamentos para dormir	26 (15,0)	16 (9,2)	2 (1,1)	15 (8,7)	114 (66,0)
Uso de medicamentos controlados	20 (11,6)	13 (7,5)	2 (1,1)	16 (9,2)	122(70,6)
Uso de álcool	16 (9,2)	32 (18,5)	13 (7,5)	35 (20,2)	77 (44,6)
Uso de maconha	10 (5,8)	7 (4,1)	1 (0,6)	16 (9,2)	139(80,3)
Uso de crack	1 (0,6)	1 (0,6)	0 (0)	14 (8,0)	157(90,8)
Uso de cocaína	1 (0,6)	1 (0,6)	0(0)	13 (7,5)	158(91,3)
Uso de tabaco	13 (7,6)	15 (8,7)	2 (1,1)	16 (9,2)	127(73,4)
Uso de psicoestimulante	12 (7,0)	5 (2,9)	1 (0,6)	14 (8,0)	141(81,50)
Uso de LSD	1 (0,6)	2 (1,2)	0 (0)	14 (8,1)	156(90,1)

4. DISCUSSÃO

Os transtornos de ansiedade são classificados como o sexto maior contribuinte para a perda de saúde não fatal em todo o mundo e aparece entre as 10 principais causas de anos vividos com incapacidade em todas as regiões da Organização Mundial de Saúde (OMS). Entre as seis regiões da OMS, a ansiedade foi mais prevalente nas regiões do Sudeste Asiático (23%), das Américas (21%) e do Pacífico Ocidental (20%). Entre as Américas, o Brasil é considerado o país com maior prevalência de ansiedade, chegando a 9,3% (Who, 2017).

Entre os transtornos mentais, a ansiedade foi a classe mais prevalente entre os universitários, chegando a 14,7% em todo o mundo, seguido dos transtornos de humor (9,9%) e do uso de substâncias psicoativas (6,7%) (Auerbach *et al.*, 2016).

No presente estudo, a ansiedade esteve presente entre 68% dos universitários, com destaque para níveis graves, assim como apresentado entre universitários em Minas Gerais (53,5%), com destaque para sintomas em níveis moderado e grave (Freitas *et al.*, 2018); e entre universitários no Rio Grande do Sul (81,7%), com destaque para níveis severos desse transtorno (Souza *et al.*, 2022).

Um estudo transversal conduzido com 267 universitários do primeiro ao quarto ano de graduação em enfermagem, no Brasil e Portugal revelou que em termos de prevalência, os estudantes brasileiros apresentam índices de

ansiedade preocupantes (69,1%), maiores taxas de depressão (79,9%) e perdem com maior frequência o controle emocional (78,6%), enquanto os estudantes de Portugal (75%, 42,9%, 67% respectivamente) apresentam maior bem-estar psicológico (Vieira *et al.*, 2019).

A ansiedade tem sido descrita como um processo comum entre os jovens, faixa etária que se encontram a maior parte dos universitários, pois essa fase é repleta de desafios e incertezas, o que aumenta as chances dessa população desenvolver problemas de ordem psicológica (Auerbach *et al.*, 2016, Fauzi *et al.*, 2021). Em se tratando de universitários, alguns desafios acadêmicos precisam ser levados em consideração e requer maior atenção dos gestores educacionais e serviços de saúde, como a sobrecarga, autocobrança e a privação de lazer (Leitão; Moura, 2023).

Com relação aos aspectos acadêmicos, no presente estudo houve evidência de associação da ansiedade com o ano de ingresso dos universitários ($p=0.0042$), período que compreendeu a pandemia da Covid-19 (Freitas *et al.*, 2018).

Um estudo Português revelou que a pandemia da Covid-19 afetou a saúde mental de universitários, aumentando significativamente os distúrbios psicológicos (ansiedade, depressão e estresse) entre essa população (Maia; Dias, 2020). Isso se deve ao fato de que à crise sanitária causada neste período, trouxe isolamento e distanciamento social,

preocupação; excesso de atividades acadêmicas, o que causaram um impacto significativo no processo de aprendizado, rebaixando o desempenho acadêmico dos estudantes, fato que se estendeu no pós pandemia (Morales; Lopez, 2020; Oliveira *et al.*, 2022; Melendez-Armenta; Angel, 2023; Freitas *et al.*, 2018).

Os resultados indicam que a pandemia da COVID-19 teve efeitos negativos na saúde mental dos estudantes universitários, o que reforça a importância de investigar a presença deste agravo e se necessário intervir com as ferramentas adequadas de acordo com as manifestações psicológicas apresentadas pelos estudantes (Morales; Lopez, 2020).

Cursar a graduação em período integral (75,2%) e considerar a carga horária do curso exaustiva (91,4%) esteve relacionado com a presença de sintomas de ansiedade entre os estudantes deste estudo. Quanto a isso, uma revisão integrativa revelou que a vida dos estudantes universitários é composta por uma grande quantidade de tarefas obrigatórias na universidade, em especial entre os que cursam em período integral, levando a sobrecarga e ao aumento da pressão acadêmica, o que pode afetar a saúde mental dos estudantes. A sobrecarga quando associada a sintomas de ansiedade pode causar ainda falta de interesse nos estudos e o fracasso nas atividades acadêmicas (Gomes *et al.*, 2020; Carmo Ribeiro *et al.*, 2018; Melo Possa *et al.*, 2022).

A ansiedade esteve diretamente associada entre os estudantes que pensaram em desistir do curso ($p=0.0008$), isso pode estar relacionado com o fato de que além da grande quantidade de atividades acadêmicas obrigatórias na universidade, alguns estudantes exercem dupla jornada, envolvendo-se com tarefas domésticas e trabalho remunerado, o que torna a vida acadêmica ainda mais desafiadora.

Essa realidade, acaba comprometendo ainda mais sua qualidade de vida desse indivíduo, comprometendo seu tempo de lazer, menor tempo de sono e até mesmo de autocuidado (Gomes *et al.*, 2020; Leão *et al.*, 2018; Hirsch *et al.*, 2018). Uma pesquisa realizada com estudantes do Rio Grande do Sul revelou que ter um trabalho enquanto estuda é um fator que aumenta significativamente os níveis de ansiedade, estresse e depressão nos estudantes universitários (Zancan *et al.*, 2021).

Neste estudo, sintomas de ansiedade esteve presente entre os estudantes que estavam envolvidos em atividades extracurriculares (75,3%). Uma pesquisa realizada com estudantes de enfermagem na Paraíba (BR), revelou que estudar em período integral e estar envolvido em atividades como estágios e trabalho de conclusão de curso foram considerados fatores ansiosos da experiência acadêmica (Lima *et al.*, 2017). Por outro lado, estudos conduzidos no nordeste brasileiro revelaram que atividades extracurriculares não

têm relevância na prevalência de sintomas ansiosos (Vasconcelos *et al.*, 2015; Silva *et al.*, 2021).

Embora os estudos se mostrem divergentes, é preciso considerar que parte das universidades ofertam em seus currículos atividades que vão além das disciplinas (teóricas e práticas), como atividades de pesquisa, extensão, monitoria e estágios extracurriculares. Autores reforçam que quando os estudantes participam de atividades extracurriculares aumentam ainda mais sua sobrecarga, dificultando até sua disponibilidade para o trabalho remunerado, prejudicando outra área social, como a vida financeira do estudante/família (Ferreira *et al.*, 2009; Lima *et al.*, 2017).

Quanto aos aspectos financeiros, neste estudo houve evidência da ansiedade com o apoio financeiro oferecido aos alunos por parte da universidade (bolsa e auxílio) ($p=0.0095$). Enfrentar problemas de ordem financeira foram apontadas em um estudo na Bahia, como um fator que prejudica a saúde mental dos estudantes, contribuindo para o surgimento de agravos mentais como a ansiedade e ainda reduzindo a oportunidade do acesso ao tratamento. Assim, com a finalidade de minimizar as dificuldades financeiras, alguns estudantes precisam conciliar o trabalho remunerado com os estudos, prejudicando seu rendimento acadêmico (Barros; Peixoto, 2023, Zancan *et al.*, 2021).

Conciliar o estudo com o trabalho está diretamente associado a fatores estressantes em estudantes universitários, aumentando a responsabilidade acadêmica e à sobrecarga, uma vez que este precisa conciliar as horas de trabalho à rotina de estudos, piorando sua saúde física e mental, devido à grande demanda de atividades (Zancan *et al.*, 2021; Hirsch *et al.*, 2018).

No aspecto da saúde mental, o presente estudo demonstrou que após o ingresso na universidade os estudantes experienciam maiores níveis de cansaço físico (81,5%) e mental (87,9%), sofrimento emocional (80,9%) e desgaste emocional (69,4%). Além disso, praticavam automutilação (11,5%), apresentaram ideação suicida (25,5%), histórico de tentativa de suicídio (8,7%) e estavam expostos a violências, em especial a psicológica (17,9%) e moral (12,1%).

Um estudo realizado com estudantes de enfermagem da Universidade Federal do Pará mostrou que 44% destes apresentaram estar mais cansados devido à sobrecarga acadêmica de jornada integral, além disso os mesmos relataram não conseguirem cumprir com todas as atividades o que acaba deixando-os mais suscetíveis ao surgimento de doenças crônicas e transtornos mentais (Araújo; Santos, 2023; Pereira *et al.*, 2019; Margotti; Joyce; Santiago, 2021).

Comumente os estressores do ambiente acadêmico, transtornos mentais e vínculos

afetivos, são os principais fatores que levam os estudantes à prática de automutilação e apresentarem comportamentos de ideação suicida. Ter sofrido violência psicológica e moral dentro ou fora do ambiente universitário também são gatilhos que levam a comportamentos suicidas (Godinho *et al.*, 2018; Dantas *et al.*, 2019; Motta; Soares; Belmonte, 2019; Sousa *et al.*, 2022; Lima *et al.*, 2023).

O ingresso na universidade despertou nos estudantes a autorresponsabilidade (72,8%) e a pressão do meio acadêmico (68,8%). Quanto à família, houve maior pressão destes em prol da sua formação do estudante (53,8%) e também menor tempo para o convívio familiar (53,2%). Um estudo realizado com estudantes de enfermagem no interior de São Paulo, mostrou que após o ingresso na universidade os estudantes sofrem uma grande pressão e são levados a terem maior responsabilidade, em especial na gestão de tempo que é um grande desafio, há diversos estressores e uma grande dificuldade para conciliar todas as atividades pessoais e acadêmicas, isso faz com que os estudantes limitem seu tempo para a família, o que é dos fatores que levam os familiares a pressionarem esses jovens pela sua formação (Silva; Azevedo, 2018; Dias *et al.*, 2019; Motta; Soares; Belmonte, 2019; Carlesso, 2020; Souza *et al.*, 2023).

A não gestão do tempo na vida do acadêmico contribui ainda para a redução de tempo para a prática do autocuidado (55,4%),

para a prática de exercícios físicos (48,6%) e para o lazer (53,9%). O fato dos acadêmicos não conseguirem administrar o tempo em busca de um equilíbrio entre vida pessoal e acadêmica, acaba por desenvolver sentimento de culpa, quando se dedicam momentos a atividades físicas e recreativas, aumentando a predisposição a sintomas de estresse, ansiedade e depressão. Comumente, a carga horária dos cursos faz com que esses estudantes fiquem mais tempo na universidade do que no seu próprio lar, o tempo também os limita de fazerem atividades fora do ambiente acadêmico, fazendo com que a jornada se torne ainda mais desconfortável (Sousa; Barbosa; Coelho, 2017; Leão *et al.*, 2018; Hirsch *et al.*, 2018; Façanha *et al.*, 2024).

Em busca de administrar todos os conflitos internos e a sobrecarga vivenciada no período acadêmico parte dos estudantes podem recorrer ao uso de medicamentos psicotrópicos, comportamento presente entre os universitários do presente estudo, onde após o ingresso na universidade eles passaram a fazer uso de medicamentos para dormir e psicoestimulantes (53,2%) e de substâncias psicoativas (58,1%), como o álcool, tabaco e a maconha.

Um estudo feito com uma faculdade privada no Espírito Santo realizado com estudantes do curso de enfermagem encontrou achados que mostram que a busca por psicoestimulantes após o ingresso na universidade é demasiada. Constantemente medicamentos para dormir e psicoestimulantes

vem sendo aderidos na rotina acadêmica por estudantes que buscam um melhor desempenho na concentração, memória e sono reparador. O maior problema é que o uso desses medicamentos é feito por indicação de algum amigo ou familiar, sem que haja qualquer tipo de acompanhamento médico, o que faz com que tais medicamentos sejam um grande vilão devido ao seu uso indiscriminado e seus possíveis efeitos colaterais (Alves; Lamas, 2021; Mezacasa Júnior *et al.*, 2021; Amaral *et al.*, 2022; Martins *et al.*, 2023; Wilkon; Rufato; Silva, 2021).

Segundo autores, a busca por drogas recreativas como álcool, tabaco e maconha também são prevalentes no ambiente universitário. Os estudantes costumam fazer o uso por influências de amigos e durante momentos festivos como meio de socialização e ainda pelo efeito de relaxamento e sensação de prazer que elas trazem aliviando o estresse da rotina acadêmica (Mendonça; Jesus; Silva, 2018; Houvessou, 2019; Gonçalves *et al.*, 2019; Silva *et al.*, 2021; Sousa *et al.*, 2023).

O consumo de substâncias psicoativas por universitários torna-se preocupante, pois impactam a vida acadêmica, no âmbito da saúde física e mental, nos aspectos sociais e econômicos. Estudos apontam que o consumo de substâncias psicoativas está diretamente relacionado à saúde mental e ao risco de estudantes universitários desenvolverem depressão e ansiedade, dando importância

também para outras patologias cardíacas. Esse consumo pode ainda estar diretamente relacionado com o risco para acidentes de trânsito (Braga; Severiano; Miranda, 2022; Abreu, 2022; Nascimento *et al.*, 2018; Pantoja *et al.*, 2024).

5. CONCLUSÃO

As evidências apontaram uma prevalência de ansiedade entre os estudantes de Mato Grosso maior do que a média global, de 68%, com destaque para os níveis moderado e grave do transtorno. Os fatores acadêmicos que estiveram associados com a presença de sintomas de ansiedade foram o ano de ingresso, pensar em desistir do curso, auxílio estudantil, atividades extracurriculares e carga horária exaustiva.

Após o ingresso na universidade, observou-se o início ou aumento de fatores psicossociais como a sensação de cansaço mental e físico, pressão familiar, o uso de medicamentos psicotrópicos, incluindo para dormir e psicoestimulante, uso de substâncias psicoativas (álcool, tabaco, maconha), pensamentos/atos negativos (automutilação, pensamento de morte, tentativa de suicídio e bullying) e ainda a redução do tempo para o autocuidado, prática de exercício físico e privação de lazer.

Os resultados apontam a necessidade de a gestão universitária elaborar estratégias de prevenção deste agravo mental, bem como

desenvolver ações de promoção de saúde mental a essa população.

6. AGRADECIMENTOS

Aos estudantes participantes da pesquisa. A Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Mato Grosso (FAPEMAT) pelo apoio financeiro.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, J. V. S. Prevalência e fatores associados à ansiedade em estudantes dos cursos da área de saúde da UFOP [Trabalho de Conclusão de Curso]. Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2019.
- ALVES, M. F.; AGUIAR, J. P.; LAMAS, A. Z. Estudo do uso de psicoestimulantes por acadêmicos de enfermagem. *Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem*, v. 11, n. 34, p. 287-295, 2021.
- AMARAL, N. A. *et al.* We need to talk about the use of methylphenidate by medical students - review of the literature. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 46, n. 2, p. e060, 2022.
- ANDRADE, A. M.; PIRES, E. U. Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRRJ. *Trabalho (En) Cena*, v. 5, n. 1, p. 248-268, 2018.
- ARAÚJO, F. M.; MACHADO, M.P. Ansiedade, estresse e depressão associado ao índice de rendimento acadêmico em estudantes de fisioterapia [Trabalho de Conclusão de Curso]. Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de Fora, 2018.
- ARAÚJO, I. S.; SANTOS, A. E. C. dos. Doentes nos corredores universitários: o espaço da universidade como impulsionador do adoecimento mental de graduandos. *Revista Territorium Terram*, v. 6, n. 9, p. 230–260, 2023.
- AUERBACH, R. P. *et al.* Transtornos mentais entre estudantes universitários nas Pesquisas Mundiais de Saúde Mental da Organização Mundial da Saúde. *Medicina Psicológica*, v. 46, n. 14, p. 2955-2970, 2016.
- BARROS, R. N.; PEIXOTO, A. L. A. Saúde Mental e Cotas: um Estudo Comparativo entre Estudantes Universitários no Brasil. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 43, p. e255410, 2023.
- BARROSO, S. M.; FERREIRA, H. G.; ARAUJO, F. C. Brazilian Loneliness Scale: evidence of validity based on relations to depression, anxiety and stress. *Psico-USF*, v. 26, p. 559-570, 2021.
- BRAGA, M. S.; SEVERIANO, L. C.T.; MIRANDA, G. V. Impacto da pandemia de COVID-19 no consumo de substâncias psicoativas por estudantes de medicina da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCM-MG). *Revista interdisciplinar ciências médicas*, v. 6, n. 2, p. 15-21, 2022.
- BRONDANI, M. A. *et al.* Depressão em estudantes universitários: fatores de risco e protetivos e sua relação nesse contexto. *Disciplinarum Scientia| Saúde*, v. 20, n. 1, p. 137-149, 2019.
- BRUNFENTRINKER, C.; GOMIG, R. P.; GROSSEMAN, S. Prevalence of empathy, anxiety and depression, and their association with each other and with sex and intended specialty in medical students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, 2021.
- CALVES, M. G. R, TUCCI, A. M. Fatores de Risco para Ansiedade entre Estudantes Universitários na Pandemia de Covid-19. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 44, p. e265461, 2024.
- CARLESSO, J. P. P. Os desafios da vida acadêmica e o sofrimento psíquico dos estudantes universitários. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 2, p. e82922092, 2020.

- CARMO RIBEIRO, R., *et al.* Relação da qualidade de vida com problemas de saúde mental em universitários de medicina. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, v. 10, n. 1, 2018.
- DANTAS, H. M. *et al.* Quebrando tabus: os fatores que levam o suicídio entre universitários. *Revista de Pesquisa Interdisciplinar*, v. 2, n. 2.0, 2019.
- DIAS, A. C. G. *et al.* Dificuldades percebidas na transição para a universidade. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, v. 20, n. 1, p. 19-30, 2019.
- FAÇANHA, C. A. *et al.* Prevalência dos principais transtornos em saúde mental em estudantes de medicina no estado do Pará. *Caderno Pedagógico*, v. 21, n. 6, p. e 5255, 2024.
- FAUZI, M. F. *et al.* Estresse, ansiedade e depressão entre uma coorte de estudantes de graduação em ciências da saúde: prevalência e fatores de risco. *International journal of environmental research and public health*, v. 18, n. 6, p. 3269, 2021.
- FERREIRA, C. L. *et al.* Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 14, p. 973-981, 2009.
- FONAPRACE. Observatório do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Estudantis. V Pesquisa Nacional de perfil socioeconômico e cultural dos(as) graduandos (as) das IFES-2018. Universidade Federal de Uberlândia, 2019.
- FREITAS. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes da saúde e impacto na qualidade de vida. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 31, p. e3886, 2023.
- FROTA, I. J. *et al.* Transtornos de ansiedade: histórico, aspectos clínicos e classificações atuais. *Journal of Health & Biological Sciences*, v. 10, n. 1, p. 1-8, 2022.
- GALVÃO, A. P. F. C. *et al.* Ansiedade: Fatores predisponentes em estudantes universitários para o adoecimento mental. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 5, p. 50387-50400, 2021.
- GODINHO, C. C. P. S. *et al.* A violência no ambiente universitário. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, v. 31, n. 4, 2018.
- GOMES, C. F. M. *et al.* Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas*, v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020.
- GONÇALVES, J. S. *et al.* Reflexões acerca do panorama de consumo de álcool e/ou outras drogas entre estudantes universitários. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, v. 9, 2019.
- HIRSCH, C. D. *et al.* Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. *Texto Contexto Enferm*, v. 27, n. 1, p. e0370014, 2018.
- HOUVESSOU, G. M. Consumo de drogas lícitas (álcool, fumo) e ilícitas (recreativas) entre ingressantes da Universidade Federal de Pelotas [Dissertação de Mestrado]. Universidade Federal de Pelotas, 2019.
- MEZACASA JÚNIOR, R. C. *et al.* Consumo de psicoestimulantes por estudantes de medicina de uma universidade do extremo sul do Brasil: Resultados de um estudo de painel. *Scientia Medica*, v. 31, n. 1, p. e38886, 2021.
- LAMPERT, L. C., ALVES, M. S., ISMERIO, C. Níveis de ansiedade em estudantes universitários da URCAMP: Uma análise inicial. *Anais congrega MIC*, ISBN 978-65-86471-05-2, v. 1, 2016.
- LEÃO, A. M. *et al.* 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, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

LEITÃO, G. J. G., MOURA, L. K. S. Transtornos de ansiedade em estudantes de medicina no Brasil: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 3, p. 12011–12020, 2023.

LIMA, B. V. B. G. *et al.* Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação em enfermagem. *Revista de Enfermagem UFPE on line*, v. 11, n. 11, p. 4326-4333, 2017.

LIMA, L. M. *et al.* Significados e ações frente à automutilação no contexto educacional brasileiro: revisão sistemática. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 27, p. e247706, 2023.

LOPES, J. M. *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.

MAIA, B. R., DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia*, v. 37, p. e200067, 2020.

MARGOTTI, E., SOUSA, J. G., BRAGA, A. L. S. Qualidade de vida de acadêmicos de enfermagem de universidade pública do norte brasileiro. *Espaço para a Saúde*, v. 22, 2021.

MARTINS, C.A.A. *et al.* A utilização de psicoestimulantes por estudantes evoluindo para a melhoria do desempenho acadêmico: revisão sistemática. *Revista Brasileira de Revisão de Saúde*, v. 3, p. 13359–13373, 2023.

MASON, A. *et al.* Prevalência idade de início e curso de transtornos mentais entre 72.288 estudantes universitários do primeiro ano de 18 países na iniciativa World Mental Health International College Student (WMH-ICS). *Revista de pesquisa psiquiátrica*, v. 183, p. 225-233, 2025.

MELLENDEZ-ARMENTA, R. A. Saúde mental e sua influência no desempenho acadêmico do aluno durante a pandemia COVID-19. *Educare, Heredia*, v. 27, n. 1, p. 534-546, 2023.

MELO POSSA, M. V. *et al.* Qualidade de vida em ambiente universitário: a percepção dos estudantes de medicina da FAMINAS Muriaé. *Pensar acadêmico*, v. 20, n. 2, p. 509-520, 2022.

MENDONÇA, A. K. R. H.; JESUS, C. V. F.; LIMA, S. O. Fatores Associados ao Consumo Alcoólico de Risco entre Universitários da Área da Saúde. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 42, n. 1, p. 207–215, 2018.

MENESES, A. M. D.; SANTOS, L. C. M. Stress in college students. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 4, p. e1912440891, 2023.

MORALES, V.; LOPEZ, Y. A. Impactos da Pandemia na Vida Acadêmica dos Estudantes Universitários. *Revista Angolana de Extensão Universitária*, v. 2, n. 2, p. 53 - 67, 25 jul. 2020.

MOTTA, I. C. M., SOARES, R. C. M., BELMONTE, T. S. A. Uma Investigação sobre Disfunções Familiares em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 43, n. 1, p. 47–56, 2019.

MOURA, R. H. G. Design como contribuição para lidar com transtornos de ansiedade em estudantes universitários [Trabalho de Conclusão de Curso]. Pontifícia Universidade Católica de Goiás, 2021.

NASCIMENTO, T. A. *et al.* Avaliação do uso de substâncias psicoativas e determinação do perfil dos estudantes das áreas de saúde, humanas e exatas da Universidade Federal de Alagoas, no âmbito da toxicologia psicossocial. 2018.

OLIVEIRA, J. C. *et al.* Fatores predisponentes para sintomas de ansiedade, depressão e insônia em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 77, p. e20230387, 2024.

- OLIVEIRA, N. P. *et al.* Signs and symptoms of anxiety and depression in students of nursing: literature review. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 11, p. e254111133396, 2022.
- PANTOJA, J. C. *et al.* Prevalência e determinantes do uso de substâncias psicoativas em estudantes de medicina. *Caderno Pedagógico*, v. 21, n. 6, p. e5076, 2024.
- PATIAS, N. D. *et al.* Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form: Adaptação e Validação para Adolescentes Brasileiros. *Psico-USF*, v. 21, n. 3, p. 459–469, 2016.
- PEREIRA, F. L. R. *et al.* Anxiety signs experienced by nursing undergraduates / Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, Rio de Janeiro, Brasil, v. 11, n. 4, p. 880–886, 2019.
- SANTIAGO, Mathews Barbosa *et al.* Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, v. 10, n. 1, p. 73-84, 2021.
- SANTOS JÚNIOR, J. A. *et al.* Relação entre traços de personalidade e ansiedade em estudantes universitários. *Interfaces Científicas-Saúde e Ambiente*, v. 4, n. 3, p. 51-62, 2016.
- SANTOS, B. M. V. *et al.* Relação entre cronotipo e ansiedade em estudantes universitários Relationship between chronotype and anxiety in college students. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 5, n. 4, p. 12658-12668, 2022.
- SILVA, A. C. S. *et al.* Relação entre vivência acadêmica e ansiedade em estudantes universitários. *Contextos Clínic*, São Leopoldo, v. 14, n. 2, p. 563-587, 2021_a.
- SILVA, M. E. A., *et al.* Saúde mental dos estudantes universitários. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, v. 9, p. 1-9, 2021_b.
- SILVA, M. V. M., AZEVEDO, A. K. S. Um olhar sobre o Suicídio: vivências e experiências de estudantes universitários. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, Salvador, Brasil, v. 7, n. 3, p. 390–401, 2018.
- SOUSA, F. M. A. *et al.* Uso de substâncias psicoativas e rendimento acadêmico de universitários da área de saúde. *Cogitare Enfermagem*, v. 28, p. e87063, 2023.
- SOUSA, G. S. *et al.* Factors associated with suicide ideation of healthcare university students. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, p. e20200982, 2022.
- SOUSA, T.; BARBOSA, A.; COELHO, F. Tempo de prática de atividade física no lazer como fator discriminatório da ausência de excesso de peso corporal. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 22, n. 4, p. 354-361, 2017.
- SOUZA, D. C. *et al.* Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social [Dissertação de Mestrado]. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, 2017.
- SOUZA, D. C. *et al.* Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo: Estratégia de Psicoeducação com Estudantes de Enfermagem. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 23, n. 1, p. 226–249, 2023.
- SOUZA, J. P. A. *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, jul. 2022.
- VASCONCELOS, T. C. *et al.* Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 39, n. 1, p. 135–142, jan. 2015.
- VIEIRA, M. T. S., *et al.* Distresse e bem-estar psicológico em estudantes da graduação em

enfermagem do Brasil e Portugal. Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro, v. 9, 2019.

WILKON, N. W. V.; RUFATO, F. D.; SILVA, W. R. Psychotropic drugs use in young university students. Research, Society and Development, v. 10, n. 17, p. e79101724472, 2021.

WHO. World Health Organization. Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. Geneva: World Health Organization; 2017.

World Health Organization. Mental health and COVID-19: early evidence of the pandemic's impact: scientific brief, 2 March 2022. World Health Organization, 2022.

WHO. World Health Organization. CID-11 para estatísticas de mortalidade e morbidade. Geneva: WHO, 2020.

ZANCAN, R. K. *et al.* Prevalence of Stress, Anxiety, Depression and the Relationship with Psychological Inflexibility in University Students. Estudos e Pesquisas em Psicologia, v. 21, n. 2, p. 749-767, 2021.