



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

**TRANSTORNO DE ANSIEDADE NO PERCURSO ACADÊMICO:
CONVERSAS, ESCUTAS E REFLEXÕES ESTUDANTIS**

*EL TRASTORNO DE ANSIEDAD EN EL CURSO ACADÉMICO:
CONVERSACIONES, ESCUCHA Y REFLEXIONES DE LOS ESTUDIANTES*

*ANXIETY DISORDER IN THE ACADEMIC COURSE: CONVERSATIONS,
LISTENING AND STUDENT REFLECTIONS*

Jaciele de Souza Araújo

Graduando em Pedagogia

UNEB/ CAMPUS XI

E- mail: jacielesaraujo@gmail.com

Jusceli Maria Oliveira de Carvalho Cardoso

Professora, UNEB, CAMPUS XI

Coordenação do NAI

E-mail: jcardoso@uneb.br

Lucas de Carvalho Cardoso

Psicólogo NAAPA-Serrinha

Psicopedagogo-NAI

Pesquisador GETEL

E-mail: lccardoso@uneb.br

RESUMO

A presença constante da ansiedade nos espaços acadêmicos tem demandado, na atualidade, um olhar sensível por parte da educação demandando reflexões e discussões que impelem ao exercício da pesquisa. De tal modo, neste artigo discutiremos a temática: vozes discentes e percurso universitário: implicações na vida acadêmica de estudantes do curso de pedagogia. O problema que motivou o estudo foi: Quais impactos o transtorno da ansiedade trouxe para a vida acadêmica de estudantes do curso de Pedagogia da UNEB/Campus XI. De modo que, podemos justificar a edificação deste estudo a partir da observação da realidade que nos circunda, no que tange ao ambiente universitário que se mostra, cada dia mais permeado por processos de adoecimentos psicossociais, aflorando casos de ansiedade entre os sujeitos. Assim,

43

REVISTA ELITE- Revista do GETEL-Grupo de Estudos em Tecnologias, Educação, Inclusão e Libras -ISSN: 2675-5718

REVISTA ELITE- LICENÇA CREATIVE COMMONS: (CC BY-NC ND)



por se tratar de um assunto ainda pouco discutido no espaço universitário, sobretudo na UNEB, mesmo que vigente na sociedade dialogamos neste artigo sobre tal temática. O objetivo principal se resume a analisar os impactos da ansiedade, a partir da experiência universitária de estudantes do curso de Pedagogia da UNEB/Campus XI. Em relação aos objetivos específicos, buscamos conceituar a ansiedade; identificar entre os discentes, sinais e características, processo de diagnóstico da ansiedade e relacionar transtorno de ansiedade aos impactos na vida acadêmica dos acadêmicos do curso de Pedagogia. Para fundamentar o estudo, dialogamos com autores como: Andrade e Gorestein (1998); Artega, Kolling e Mesquida (2007); Biernath (2019); Bardin (1977); Castillo *et al* (2000); Castro (2019); Enumo e Kerbauy (1999); Falkenberg (2014); Holmes (1997); Karino (2010); Moraes (2005); Miranda, Reis e Freitas (2017); Paho (2016); Pimenta (2019); Rangel (2005); Sobral (2021); Teixeira (1996) e Wallon (1979). Em relação à metodologia, destacamos que o estudo foi de abordagem qualitativa e consistiu em um estudo de campo com ênfase na pesquisa exploratória inicial, utilizando das técnicas de coleta de informações tais como: uma roda de conversa e mural colaborativo, tendo como colaboradores os estudantes de Pedagogia da UNEB/Campus XI, sendo o contexto do estudo restrito a Universidade do Estado da Bahia, Campus XI. Em linhas gerais, o estudo revelou que sim, os discentes apresentam sintomas relacionados aos níveis patológicos de ansiedade e esses sintomas interferem diretamente nas suas tarefas diárias, mesmo aqueles que não possuem o diagnóstico conseguem diferenciar, conceituar e identificar a ansiedade.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. Universidade. Saúde mental. Educação.

RESUMEN

La constante presencia de la angustia en los espacios académicos ha demandado en la actualidad una mirada sensible por parte de la educación, trayendo consigo reflexiones y discusiones que impulsen el ejercicio de la investigación. De esta forma, en este artículo abordaremos el tema: voces estudiantiles y trayectoria universitaria: implicaciones en la vida académica de los estudiantes de la carrera de pedagogía. El problema que motivó el estudio fue: ¿Qué impactos trajo la ansiedad en la vida académica de los estudiantes de la carrera de Pedagogía de la UNEB/Campus XI? De modo que podemos justificar la construcción de este estudio a partir de una elección personal, por tratarse de un tema poco discutido en el espacio universitario de la UNEB, aunque sea de actualidad en la sociedad y como una forma de contribuir a la reflexión del fenómeno destacado. El objetivo principal se reduce a analizar los impactos de la ansiedad, a partir de la experiencia universitaria de estudiantes de la carrera de Pedagogía de la UNEB/Campus XI. En cuanto a los objetivos específicos, se buscó conceptualizar la ansiedad; Identificar, entre los estudiantes, signos y características del proceso de diagnóstico de la ansiedad y relacionar los trastornos de ansiedad con los impactos en la vida académica de los estudiantes de la carrera de Pedagogía. Para fundamentar el estudio dialogamos con autores como: Andrade y Gorestein (1998); Artega, Kolling y Mesquida (2007); Biernath (2019); Bardín (1977); Castillo *et al* (2000); Castro (2019); Enumo y Kerbauy (1999); Falkenberg (2014); Holmes (1997); Kariño (2010); Moraes (2005); Miranda, Reis y Freitas (2017); OPS (2016); Pimienta (2019); Rangel (2005); Sobral (2021); Teixeira (1996) y Wallon (1979). En cuanto a la metodología, destacamos que el estudio tuvo un enfoque cualitativo y consistió en un estudio de campo con énfasis en la investigación exploratoria inicial, utilizando técnicas de recolección de información como: rueda de conversación y mural colaborativo, con estudiantes como colaboradores de Pedagogía en UNEB/Campus XI, con el contexto del estudio restringido a la Universidad del Estado de Bahía, Campus XI. En términos generales, el estudio reveló que sí, los estudiantes presentan síntomas relacionados



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

con niveles patológicos de ansiedad y estos síntomas interfieren directamente en sus tareas diarias, incluso aquellos que no tienen el diagnóstico pueden diferenciar, conceptualizar e identificar la ansiedad.

PALABRAS CLAVE: Ansiedad. Universidad. Salud Mental. Educación.

ABSTRACT

The constant presence of anxiety in academic spaces has currently demanded a sensitive look on the part of education, demanding reflections and discussions that encourage the exercise of research. Therefore, in this article we will discuss the topic: student voices and university career: implications for the academic life of students studying pedagogy. The problem that motivated the study was: What impacts did anxiety bring to the academic life of students on the Pedagogy course at UNEB/Campus XI. Therefore, we can justify the construction of this study based on the observation of the reality that surrounds us, regarding the university environment that appears to be increasingly permeated by processes of psychosocial illnesses, bringing out cases of anxiety among the subjects. Therefore, as it is a subject that is still little discussed in the university space, especially at UNEB, even though it is still in force in society, we discuss this topic in this article. The main objective is to analyze the impacts of anxiety, based on the university experience of students on the Pedagogy course at UNEB/Campus XI. In relation to specific objectives, we sought to conceptualize anxiety; identify signs and characteristics among students, the process of diagnosing anxiety and relate anxiety disorders to the impacts on the academic life of students studying Pedagogy. To support the study, we spoke with authors such as: Andrade and Gorestein (1998); Artega, Kolling and Mesquida (2007); Biernath (2019); Bardin (1977); Castillo et al (2000); Castro (2019); Enumo and Kerbauy (1999); Falkenberg (2014); Holmes (1997); Karino (2010); Moraes (2005); Miranda, Reis and Freitas (2017); Paho (2016); Pimenta (2019); Rangel (2005); Sobral (2021); Teixeira (1996) and Wallon (1979). Regarding the methodology, we highlight that the study had a qualitative approach and consisted of a field study with an emphasis on initial exploratory research, using information collection techniques such as: a conversation circle and collaborative mural, with students as collaborators of Pedagogy at UNEB/Campus XI, with the study context being restricted to the State University of Bahia, Campus XI. In general terms, the study revealed that yes, students present symptoms related to pathological levels of anxiety and these symptoms directly interfere with their daily tasks, even those who do not have the diagnosis are able to differentiate, conceptualize and identify anxiety.

45

REVISTA ELITE- Revista do GETEL-Grupo de Estudos em Tecnologias, Educação, Inclusão e Libras -ISSN: 2675-5718

REVISTA ELITE- LICENÇA CREATIVE COMMONS: (CC BY-NC ND)



KEYWORDS: Anxiety. University. Mental health. Education.

1 INTRODUÇÃO

A palavra ansiedade tem origem latina e traz no seu íntimo significados como o sofrimento e a angústia. Para muitos, é considerada uma emoção que pode ser desencadeada quando o indivíduo se encontra em situações que são vistas como impertinentes. Alguns teóricos encaram-na como um estado afetivo comum, já outros como uma patologia que interfere de forma negativa e causa sofrimento na vida do indivíduo, quando apresentam seus sinais de modo exacerbado. No decorrer da vida humana, sempre nos deparamos com essas situações, inclusive no período acadêmico.

Ao adentrar os espaços universitários, os discentes vivenciam uma mudança significativa em suas vidas, o que pode colocá-los diante de situações estressoras, como o distanciamento da família, para quem precisa mudar-se de cidade, aquisição de maiores responsabilidades, insegurança quanto à futura profissão, percurso acadêmico, o medo e a ansiedade.

O presente texto aborda sobre a conceituação de ansiedade, identificando entre os discentes, sinais, características, manifestações que surgem ao se depararem com uma crise de ansiedade e a maneira como ela afeta a vida desses estudantes. Através disso, ela busca discutir quais os impactos que a ansiedade trouxe para a vida acadêmica de estudantes do curso de pedagogia, na Universidade do Estado da Bahia, Campus XI.

Nesse contexto, o objetivo primordial deste artigo é analisar os impactos da ansiedade, a partir da experiência universitária de estudantes do curso de pedagogia da Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XI.

Os objetivos específicos foram: Conceituar ansiedade; identificar entre os discentes, sinais e características, processo de diagnóstico da ansiedade e relacionar transtorno de ansiedade aos impactos na vida acadêmica de estudantes do curso de pedagogia.

Nesse sentido, aprofundar o conhecimento sobre ansiedade no ambiente acadêmico, torna-se relevante. O intuito é contribuir na disseminação do assunto dentro da Universidade, de maneira que todos :diretor, professores,



**REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718**

coordenadores, técnicos) e discentes, desenvolvam um ambiente favorável à aprendizagem e qualidade de vida, tendo como consequência o bom desempenho dos estudantes, haja vista que, ao conhecer melhor o fenômeno em questão poderão encontrar meios de reduzir os impactos negativos, através de novos estudos.

2. CONVERSAS TEÓRICAS: ADOECIMENTOS E PROCESSOS DE DOENÇAS MENTAIS

De modo a compreender os processos de adoecimento, como por exemplo, os que tratam das doenças mentais torna-se de fundamental importância entender os mecanismos pelos quais o meio social e os avanços, sobretudo, os tecnológicos têm contribuído para uma sociedade cada vez mais doente.

Vivenciamos até o presente momento, um cenário pandêmico, pois é fato que ainda nos encontramos em estado de pandemia motivada pelo Covid 19. São tempos em que vivemos grandes paradoxos, no que diz respeito à interação entre as pessoas. De fato, os dias contemporâneos chegaram anunciando a dissolução das barreiras geofísicas, anunciando conexão infinita entre pessoas por meio das tecnologias digitais. A internet, as redes sociais e todos os dispositivos têm colaborado para facilitar a vida da humanidade. O que se questiona é qual o preço tudo isso irá custar?

Paradoxalmente a toda celebração das conexões, redes sociais e afins, a cada dia, tem se percebido cada vez mais o processo de isolamento e distanciamento das pessoas, o que, em muitos casos, culmina em processo de adoecimento psicológico. Neste cenário, perdidos num labirinto de incertezas se encontram as crianças, juventude e adultos ávidos pelo conhecimento e necessidade de

47

REVISTA ELITE- Revista do GETEL-Grupo de Estudos em Tecnologias, Educação, Inclusão e Libras -ISSN: 2675-5718

REVISTA ELITE- LICENÇA CREATIVE COMMONS: (CC BY-NC ND)



comunicação, muitas vezes, caem nas armadilhas e perigos do uso das redes sociais, da internet e acabam se isolando do mundo real, mergulhando no virtual. O Papa Francisco em uma visita recente a Hungria, durante uma de suas falas nos pede: “A vida é real, não virtual; não acontece numa tela, mas no mundo real! Por favor, não virtualizem a vida. Eu repito: não virtualizem a vida, que é concreta” (*Vatican News*, 2023).

São dias em que a necessidade de conversa franca, entre pais, jovens, famílias e educação se tornam uma demanda urgente e reclamada por muitos. Não bastasse tudo isso, esses são dias de relações cada vez mais líquidas, ou seja, de interações voláteis onde os sentimentos são, a cada dia, menos cultivados, e sequer se ventilam discussões quanto a valores e ética no seio das famílias que, se encontram cada vez menos, em função do estilo de vida imposto pelo capitalismo selvagem.

Esses são dias de busca desenfreada pelo “ter”! A indústria que estimula a postura consumista, cada dia mais, e induzem os consumidores a compra de “mercadorias inusitadas”, numa sobreposição volátil das coisas. Forçando jovens, crianças e idosos a comprarem cada vez mais, numa frenética corrida por aparelhos, roupas, acessórios, muitas vezes, sem funcionalidade alguma na vida das pessoas

Neste cenário, surgem as demandas de cada um, sobretudo quando desenvolvem os chamados transtornos psicossociais, como condições em que os jovens e as crianças se deparam com quadros de adoecimento psíquico, muitas vezes ignorado pelo preconceito, a falta de informação, entre outros.

E assim, nos dias que correm no calendário, assistimos a um aumento significativos de casos, notificados de crianças e jovens em processos de adoecimento mental, posto que, para além de todas as mazelas, tivemos o agravante dos dias de isolamento social, imposto pelas medidas sanitárias constituídas para controle do Covid 19.

De tal modo, se configuram os transtornos psicológicos que acometem cada dia mais, pessoas jovens e crianças. Podemos dizer que um transtorno se configura como um comportamento atípico do sujeito, ou seja, como ações e respostas psicossomáticas, representadas pelas pessoas em formas que se traduzam



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

como ansiedade, depressão, Transtorno Obsessivo compulsivo- TOCs, entre outros. Dentro dos quadros mais comuns a se instaurarem entre jovens, temos o transtorno da ansiedade, que é o foco deste trabalho. Assim, na seção vindoura, iremos refletir com mais enfoque sobre a ansiedade.

2.1 TRANSTORNO DA ANSIEDADE: VAMOS CONVERSAR SOBRE?

A ansiedade é uma doença que, assim como a depressão, a esquizofrenia, entre outras, faz parte da subdivisão de alguns transtornos mentais do conceito de saúde mental (PAHO *apud* VENÂNCIO, 2018).

A palavra ansiedade é originária do latim “*anxietas*” e tem seu significado primário como algo estreito, sendo caracterizada como inquietação e angústia, relacionando-se a outros estados como: medo, nervosismo, sofreguidão e aflição. O termo “*anxius*” também de origem latina é derivado da palavra “*angere*”, cujo significado remete a sufocar ou estrangular, através disso é que o termo se relaciona à sensação de sufoco, frequentemente relatado por indivíduos ansiosos (CASTRO *et al.*, 2019, p. 34).

Antecipando o nascimento de Cristo, ouviam-se menções daquilo que hoje nós conhecemos como transtorno de ansiedade. Na obra do poeta Homero, de nome *iliada*, datada de VII a.C, faz-se menção ao medo e a ansiedade, colocando-a como sendo um estado que sofre interferência de deuses, é a partir do século XIX, que a ansiedade passa a ser tratada no aspecto psiquiátrico, tendo como seu pioneiro nessa área o médico neurologista e psicanalista austríaco, Sigmund Freud (SOBRAL, 2021, p. 21).

A ansiedade apesar de compreendida no seu íntimo como algo negativo, se apresenta em dois vieses: o primeiro se trata de um estado afetivo comum, e o

49

REVISTA ELITE- Revista do GETEL-Grupo de Estudos em Tecnologias, Educação, Inclusão e Libras -ISSN: 2675-5718

REVISTA ELITE- LICENÇA CREATIVE COMMONS: (CC BY-NC ND)



segundo patológico. Segundo Biernath (2019) pode-se ponderar sobre a ansiedade:

Quando nos preocupamos com algo que pode vir a acontecer, tomamos uma série de medidas para resolver previamente aquela situação”, diz o psiquiatra Antônio Egídio Nardi, professor titular da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Do mesmo modo que nossos antepassados estocavam comida para não sofrer com a fome nos períodos de estiagem e um macaco evita certos lugares da floresta por saber que lá ficam os predadores que adorariam devorá-lo, hoje elaboramos eventuais respostas às perguntas da entrevista de emprego ou estudamos com afinco antes de uma prova difícil. Ao contrário do medo, que é uma reação a ameaças concretas, a ansiedade está mais para um mecanismo de antecipação dos aborrecimentos futuros (BIERNATH, 2019).

O transtorno de ansiedade se revela quando a emoção passa do controle e caracteriza-se por desencadear sintomas mais intensos. Em vez de mover para frente, o medo, a angústia, a sensação de que algo muito ruim irá acontecer, a sensação de falta de ar, de aperto no peito, tudo junto chega a provocar ondas de suor e desmaios. O medo e o temor do que virá se desenhar a todo o momento na mente, sendo que pensamentos invasivos tomam conta da mente, gerando um medo exacerbado deixa o indivíduo travado, impede que ele faça suas tarefas e atrapalha os seus compromissos.

Andrade e Gorenstein (1998) definem a ansiedade como “um estado emocional normal do ser humano, composto por fatores psicológicos e fisiológicos que influenciam no desempenho de suas atividades”.

Sendo assim, a ansiedade, segundo os autores, é inata ao ser humano e está presente no nosso dia a dia, surgindo em situações oportunas. Karino (2010) aborda a ansiedade como uma resposta habitual do ser humano ao seu meio, estimulando o organismo a reagir, pois são necessários certos níveis de ansiedade para que o indivíduo se movimente. Há casos em que a ansiedade pode ser um fator positivo, pois pode vir a se comportar como incentivo para a pessoa esforçar-se mais e, conseqüentemente, atingir resultados melhores. (HOLMES, 1997).

Entretanto, níveis excessivos podem transformar a ansiedade em uma patologia. Se a ansiedade te priva, por exemplo, de realizar a apresentação de um seminário que é de grande importância para a obtenção de sua aprovação, ela



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

ultrapassou o nível de ansiedade comum e passa a ser um indício de patologia. Para Castillo (*et al.*, 2000):

A ansiedade e o medo passam a ser reconhecidos como patológicos quando são exagerados, desproporcionais em relação ao estímulo, ou qualitativamente diversos do que se observa como norma naquela faixa etária e interferem com a qualidade de vida, o conforto emocional ou o desempenho diário do indivíduo. (CASTILLO *et al.*, 2000, p. 20)

Portanto, o que a difere em estado comum ou um quadro patológico, é o seu nível, intensidade e duração. De acordo com Pimenta (2019) há pelo menos 13 sinais de quadro de ansiedade. Para efeito didático, organizamos um quadro síntese:

Quadro 1: Quadro síntese: sinais de quadro de ansiedade patológica.

SINAL	CARACTERÍSTICA
Enxergar perigo em tudo	Temer uma doença grave, cogitar morrer em situações que não oferecem risco a pessoa, imaginar morrer todas as vezes que precisar sair de casa por situações criadas na própria mente.
Assaltar (por entre aspas) a geladeira ou descontar a preocupação no docinho	Comer em excesso e de forma rápida, mesmo sem fome, por ansiedade ou diante de uma situação de estresse, como forma de “preencher o vazio” e como forma de prazer.
Alterações de sono	Ou a pessoa dorme em excesso e mesmo assim não consegue descansar, ou não consegue dormir, tem insônia. Além disso, pode ocorrer de o sono ser inquieto, onde a pessoa acorda diversas vezes durante a noite.
Tensão muscular	Não conseguir relaxar, sofrer com cefaleias tensionais, “apertar os dentes” (tensão do maxilar ou bruxismo), movimentação inquieta (balançar a perna repetitivamente num padrão), sofrer com dores nas costas, ombros e nuca.
Medo de falar em público	“Travar” no momento de falar, não conseguir organizar as ideias mesmo sabendo do assunto, sensação de “branco”, sofrer com sudorese excessiva, as mãos que ficam geladas,



	taquicardias, falta de ar e respiração ofegante quando são colocadas diante de situações em que precisam se expressar para o público, devido o medo de julgamento.
Preocupar-se em excesso	A pessoa fica apreensiva, preocupa-se com possíveis desgraças futuras, principalmente quando o assunto é emprego e medo de fracassar, sofre por antecipação. Essas preocupações costumam gerar angústia nas pessoas e pelo acúmulo de pensamentos elas tendem a não conseguir se concentrar nas tarefas do presente.
Ficar à beira de um ataque de nervos	Sente-se “no limite”. Costuma se irritar com facilidade, passa da euforia para o pranto de forma rápida; mudanças de humor repentinas são constantes, não havendo um motivo aparente e geralmente surgindo quando essas pessoas se encontram sob pressão ou em situações de estresse.
Conviver com medos irracionais	Medo da morte; de sofrer com tragédias; de perder seus familiares. Medo de não ser suficiente, de estar paralisado no tempo ou até mesmo de fracassar, episódios de pânico quando há a necessidade de ficar só, ou medo de não ser aceito.
Apresentar inquietação constante	Não consegue se concentrar, apresenta fadiga constante; angústia intensa; sensação de desespero. Inquietação (caminhar de um lado para outro o tempo todo).
Sintomas físicos	Falta de ar ou sensação de asfixia, dor no peito, alergias emocionais como: vermelhidão na pele, coceiras. Tremor; cansaço; taquicardia; suor excessivo; mãos frias e suadas; boca seca ou tontura; náuseas; diarreia; desconforto abdominal; ondas de calor; calafrios; dificuldade para engolir; sensação de engasgo, fazer xixi com frequência (micção frequente), dentre outros.
Pensamento obsessivo	Não consegue controlar os pensamentos, que são frequentes e perturbadores, na maioria dos casos pensamentos negativos. Imaginar cenários angustiantes que perduram, no caso da ansiedade por um tempo maior.
Perfeccionismo	A necessidade de fazer as coisas com perfeição. Geralmente no perfeccionismo o indivíduo estabelece para si próprios padrões muito elevados e rígidos, onde as pessoas criam requisitos que elas devem cumprir. No perfeccionismo não são admitidos erros ou resultados pouco satisfatórios para o padrão que foi estabelecido anteriormente.
Problemas digestivos	Caracteriza-se pelas dores; má digestão; mal-estar no abdômen; são presentes as diarreias, azia.

Fonte: Quadro organizado pelos pesquisadores, tomando como referência os trabalhos de Pimenta (2019).

A ansiedade excessiva e o estresse agudo alteram as funções gastrointestinais por meio do sistema nervoso. Em casos mais sérios, como consequência dessas



**REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718**

alterações, pode vir a surgir às úlceras, gastrites, as doenças inflamatórias, o refluxo e síndrome do intestino irritável.

Além dos sinais citados por Pimenta (2019), outro se apresenta de maneira corriqueira na vida de quem é ansioso. Enumo e Kerbauy (1999) evidencia a presença da procrastinação na maioria das pessoas ansiosas, deixando tudo para depois, ou atrasando atividades importantes, dentre elas, os afazeres domésticos, os estudos, aquela ida ao médico, assim como outras atividades. Constatou-se também, que muitas dessas pessoas se sentem mal ou irritadas, ou ainda apresentam o sentimento de culpa por adiar tais atividades, outros, porém, se sentem aliviados e não demonstram culpa nenhuma. Muitos, segundo os autores, não conseguem explicar o porquê de se comportarem assim e acabam por atribuir à “preguiça” ou a falta de prazer, o atraso.

3 CAMINHOS METODOLÓGICOS¹

Para a elaboração deste artigo, foi necessário traçar um caminho em prol da busca de dados que servissem de base para o seu desenvolvimento, tornando fácil à compreensão daquilo que buscamos construir e dando significado a pesquisa.

Adotamos para este artigo a abordagem qualitativa, por se tratar de um estudo amplo de reflexões, onde se deu maior importância às falas dos participantes: relatos durante a roda de conversa e colaborações no mural disponibilizado, nos apresentando a possibilidade de aprofundamento, uma vez que, a abordagem

¹ Ema atenção aos preceitos éticos que regem as pesquisas com seres humanos, todas as etapas e fases deste estudo, seguiram os protocolos recomendados pela resolução 466/12



qualitativa, “[...] trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores, e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações”, [...] (MINAYO, 2001, p.22). Ainda com relação a essa abordagem, Godoy (1995) vem afirmar:

Segundo esta perspectiva, um fenômeno pode ser mais bem compreendido no contexto em que ocorre e do qual é parte, devendo ser analisado numa perspectiva integrada. Para tanto, o pesquisador vai a campo buscando “captar” o fenômeno em estudo a partir da perspectiva das pessoas nele envolvidas, considerando todos os pontos de vista relevantes. Vários tipos de dados são coletados e analisados para que se entenda a dinâmica do fenômeno (GODOY, 1995, p. 21).

Em vista disso, este estudo buscou não apenas verificar em números quantas são as pessoas que sofrem com a ansiedade e suas consequências no espaço do CAMPUS XI, UNEB, mas, refletir a existência dessas pessoas nesse meio e analisar, através de suas falas, quais os aspectos que levam ao seu adoecimento psicológico, principalmente se tratando de vida acadêmica e do modo como a ansiedade às afetam em seu cotidiano, fazendo com que tenham o seu desempenho e rendimento alterados.

O estudo partiu de um levantamento inicial de cunho bibliográfico, da qual buscou concepções de teóricos para serem utilizadas como base das questões que envolvem a escrita deste artigo, relacionando-se com a ansiedade, especialmente daqueles que priorizam os universitários. A ideia asseverada por Pádua (2000): “colocar o pesquisador em contato com o que já se produziu e registrou a respeito do seu tema de pesquisa”.

Optamos por fazer um estudo de campo por nos possibilitar o contato direto com essa comunidade de modo que as trocas fossem feitas entre o pesquisador e seus colaboradores, é uma pesquisa do tipo exploratório inicial, pois a meta era “proporcionar maior familiaridade com um problema” (GIL, 2008. p. 41 usar o idem/ibidem), neste caso, a presença da ansiedade, na vida dos universitários, e o modo como ela interfere, de forma negativa, o dia a dia dos estudantes que apresentam seus sinais. Nesse sentido “[...] a pesquisa exploratória, ou estudo exploratório, tem por objetivo conhecer a variável de estudo tal como se



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

apresenta, seu significado e o contexto em que ela se insere”. (Piovesan; Temporini, 1995).

Assim, a pesquisa foi realizada nos meses de março a junho de 2023, tendo como lócus o Departamento de Educação, Campus XI, da Universidade do Estado da Bahia, localizado no município de Serrinha/Bahia. Foram colaboradores da pesquisa, estudantes do Departamento de Educação - Campus XI, da Universidade do Estado da Bahia, que estão matriculados nos diversos semestres do curso de licenciatura em Pedagogia.

Para resguardar a integridade das pessoas, por ser um estudo cujo tema é delicado, nomearemos os colaboradores com incógnitas de X, X1, X2, por assim em diante. Ao total, tivemos a participação de um coletivo de 62 participantes, sendo que, algumas falas foram recolhidas do contexto, por estarem diretamente implicadas com a interpretação da questão de pesquisa e responderem aos objetivos propostos.

As técnicas utilizadas para a realização deste artigo se basearam em: a) uma roda de conversa acerca da temática abordada; b) um mural colaborativo com o uso do *Padlet*.

a) Roda de conversa: A roda de conversa é de acordo com Moura e Lima (2014) “um instrumento que permite a partilha de experiências [...] em um processo mediado pela interação com os pares, através de diálogos internos e no silêncio observador e reflexivo”. Na roda de conversa, o ambiente se configura de maneira propícia para o diálogo, onde todos se sentem à vontade para partilhar e escutar o outro. (MOURA; LIMA, 2014).



Nesse sentido, conversar é buscar compreender, refletir, ponderar o compartilhar, implicam as capacidades relacionais, as emoções, o respeito, saber ouvir e falar, aguardar a vez, inserir-se na malha da conversa, enfrentar as diferenças, o esforço de colocar-se no ponto de vista do outro etc [...]. (WARSCHAUER, 2001. p. 179). Compreende-se que as rodas de conversa promovem a construção e reconstrução dos conceitos e argumentos através dos diálogos em conjunto.

b) Mural colaborativo com o *padlet*: O *padlet* é um *software* que permite compartilhar conteúdo. Esses conteúdos podem ser acessados por outras pessoas. O *Padlet* se caracteriza por ser de fácil manuseio, intuitivo, inclusivo, colaborativo, permitindo que as pessoas deem contribuições na página de outras pessoas, façam comentários [...] podendo haver feedback de outros usuários, gerando interação e discussão. (BENEDITO; LUCENA, 2022).

Optamos por fazer o uso do *Padlet* como mural colaborativo por se tratar de uma forma mais lúdica e sensível de tratar da temática em questão, uma vez que, não daria para realizar o total de entrevistas individuais devido ao tempo institucional escasso que nos foi dispensado para coleta das informações. Outro ponto para a escolha dessa ferramenta foi a possibilidade de que as respostas dos participantes fossem feitas de forma anônima, gerando mais segurança e conforto aos que contribuíram com suas falas.

4 DISCUSSÕES DAS INFORMAÇÕES: OS ACHADOS

Tendo concluído os trabalhos de campo com o movimento de coleta de informações, que consistiram na realização de entrevistas e uma roda de conversa, obteve-se uma gama de informações das quais foram organizadas e, a partir daí, feita a análise em face dos objetivos que desejávamos alcançar.

De tal modo, chegamos à etapa de discussão dos resultados da pesquisa, tendo como apoio a análise de conteúdo de Bardin (1977), pois “o interesse não reside na descrição dos conteúdos, mas sim no que estes nos poderão ensinar após serem tratados”, além disso, objetiva “fundamentar impressões e juízos intuitivos, através de operações conducentes a resultados de confiança” (Bardin, 1977)

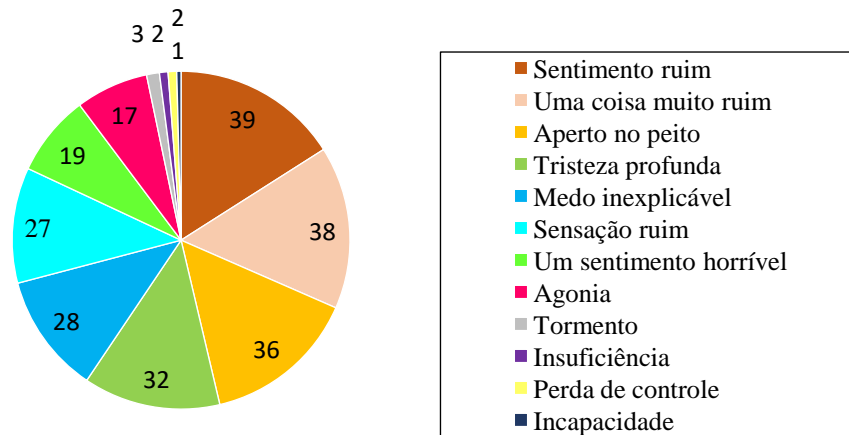


REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

Durante a roda de conversa, metodologia que usamos como forma agregadora das pessoas, tendo como foco a discussão sobre a questão da ansiedade, foi possível escutar dos dialogantes alguns adjetivos que mais se ligam a concepção de tal transtorno, o que pudemos organizar em um gráfico:

Gráfico 1: Adjetivos ligados ao conceito de ansiedade.

Adjetivos usados para conceituar ansiedade e quantidade de vezes que aparece durante as falas



Fonte: Gráfico criado pelos pesquisadores com base nas falas dos colaboradores durante a roda de conversa e contribuições do *Padlet*.

Diante das respostas que os interlocutores deram, percebemos que a ansiedade transborda do emocional para o físico, quando sintomas biológicos são perceptíveis, externalizados durante os episódios de ansiedade, caracterizados de modo exacerbado. Interlocutores assim relataram:

No começo, tudo se misturou com a questão do medo da pandemia. Foram dias horríveis, pois sentia tudo de uma vez só, mas não conseguia nem entender o que estava acontecendo comigo. Sensação muito ruim, que não consigo mesmo definir.

57



Sentia uma angústia e ao mesmo tempo uma dor no peito e um medo irracional que me tomava de um modo que em certos momentos eu perdi meu controle. [...] (COLABORADOR x, 2023)

[...] algo que acontece comigo desde o primeiro semestre. Sempre que eu vou apresentar qualquer trabalho. Qualquer trabalho é incrível gente! Eu começo a disparar. Aí eu tento ficar calma novamente, mas aí vem àquela pressão, não sei o que é. Eu acredito que eu mesmo que crio na mente essa pressão psicológica e fico aquele nervoso e falo muito rápido e às vezes eu tô (*sic.*), fico me contradizendo. (COLABORADORA X2, 2023)

Como percebemos nas falas e nos sintomas indicados pelos colaboradores, a ansiedade consiste, como apontam Castillo *et al* (2000) em “[...] um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho”, que passam a ser considerados patológicos quando se apresentam de maneira “exagerada e desproporcionais ao estímulo [...] e interferem com a qualidade de vida, o conforto emocional ou o desempenho diário do indivíduo”.

Podemos dizer que há um conjunto de sintomas indicadores da ansiedade estar se exacerbando para níveis patológicos, consoante aponta Cardoso (2023), quando ilustra a atividade da roda de conversa com a produção do encarte pedagógico, possibilitando uma leitura lúdica, porém produtiva quanto ao entendimento da ansiedade como processo de adoecimento.

Ficou evidente que este momento nos trouxe uma mensagem: a importância de se realizar ações psicoeducativas dentro da Universidade. Essas ações servem para promover a prevenção dos possíveis adoecimentos psicológicos e trabalhar a saúde mental no contexto acadêmico, objetivando o debate, a orientação e acolhimento da comunidade universitária

As ações psicoeducativas se consolidam pela abordagem de temas que atravesse a subjetividade do estudante, no seu cotidiano, realidade, e que esteja relacionada, de alguma maneira à sua qualidade de vida, trajetória acadêmica e vida profissional, pois, muitos só se percebem diante de situações desafiadoras, como no caso da ansiedade, quando entram em crise, o que se traduz em um momento muito crítico como refere-se a colaboradora X3:



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

[...] eu passei um momento de ansiedade recentemente, né? quando eu ganhei meu bebê. Eu estava tranquila, aí quando me botaram na cadeira de roda, eu comecei a ficar nervosa, nervosa, nervosa. Aí fui pra sala de cirurgia, quando me deram anestesia, aí eu já comecei a passar mal, aí tiveram que tirar o bebê rápido na minha barriga e me deram adrenalina porque minha pressão baixou tanto de tão nervosa que eu fiquei [...] aí você vê, nunca tinha acontecido isso comigo. Foi a primeira vez e num momento tão delicado [...] estou com medo no TCC, eu, eu... Assim, eu estou tranquila, entre aspas, na hora me dá aquele nervoso. Se eu não conseguir falar? [...] A gente só percebe que está que tem um grau mais elevado quando passa por uma situação dessas. (COLABORADORA X3, 2023).

Mesmo que em alguns casos a ansiedade não surja no ambiente acadêmico, suas consequências interferem no dia a dia dos estudantes, como a fala anterior expõe. Essas ações, que podem se configurar nas próprias rodas de conversa, minicursos, palestras, oficinas ou eventos acadêmicos de modo geral, favorecem o exercício da escuta sensível e a quebra de tabu de um assunto, que ainda rodeia os espaços da universidade, assim como possibilita os discentes a conhecer os sinais e a importância de buscar ajuda quando estes surgem.

Na roda de conversa tivemos a participação de um coletivo grandioso, numeroso para uma noite, em uma sala virtual do *Teams*. Percebemos que uma grande parte dos que estavam presentes, desejava fazer uso da palavra, no entanto, não foi possível devido o chat ficar desabilitado e o tempo ser relativamente curto para que todos ali pudessem expor seus anseios. Por conta disso, o psicólogo criou um recurso de apoio através do *padlet*.

Algumas falas, serão aqui transcritas e a partir delas, iremos tecendo nossas ponderações: Vejamos:



Tive uma experiência ruim com uma professora, no meu segundo semestre, na qual ela me intimidava apenas com o olhar, não podia falar nada na aula que eu sempre estava errada, isso me causou um bloqueio muito grande em mim. Sempre quando a vejo meu coração acelera! Há muitos professores que não tem um olhar sensível para seus alunos, diminui, ofende, machuca com as palavras (COLABORADOR X2, 2023).

Eu acho que essa minha graduação, acho que não tive um momento, assim, que eu não tenha me sentido ansioso. [...] principalmente agora, nessa reta final, eu acabo travando, não consigo produzir, os professores ficam achando até que é preguiça. Mas é uma dificuldade que eu tenho né? Da ansiedade. Às vezes eu me sinto na frente do notebook e começo a chorar porque não consigo produzir (COLABORADOR X6, 2023).

A vida acadêmica é cheia de experiências positivas e outras ruins. Eu pessoalmente não entendo a competição e a falta de empatia de alguns. (Colaboradora X4, 2023). Sim. Um professor que constrangia a turma e fez com que muitos né, não pegassem mais componente com ele, de tão ruim que era. (Colaboradora X 10, 2023):

Dias destes, não faz mais que uma semana, tivemos um episódio terrível neste CAMPUS, pois uma estudante, se sentindo pressionada, devido à conduta de uma dada professora, ela passou muito mal. Na verdade, já no ônibus (as colegas relataram) ela começou um quadro de pânico devido à pressão que a Universidade faz com o produtivismo acadêmico. A cobrança é forte e tem pessoas mais frágeis que não dão conta e aí acontece o que aconteceu: o SAMU teve que fazer intervenção e levar a moça para hospital de tanto que ela passou mal (Colaboradora X5, 2023).

A partir das narrativas postas em tela, podemos inferir que algo incomum vem acontecendo nos caminhos da aprendizagem significativa e produtiva para todos, sobretudo para os discentes. Como abordam Miranda, Reis e Freitas (2017) a pressão, situações de avaliação, entre outros, pois supostamente o futuro do estudante depende de um bom desempenho acadêmico, tem demandado muito dos discentes, que se encontram cada vez mais exaustos, mentalmente cansados e ansiosos, prejudicando seu rendimento e desempenho e afetando negativamente os relacionamentos interpessoais. Indagamo-nos sobre o produtivismo acadêmico, a pressão social e emocional sobre os discentes, mas aqui, pondero também a pressão que os professores universitários têm passado: Todos nós estamos implicados uns com os outros.



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

O que percebemos, são as sequelas emocionais que todo o pavor desses dias de pandemia, ainda vigente, gerou e deixou cicatrizes em todos. Sobretudo nós da educação, sejamos docentes, discentes e funcionários, estamos fragilizados, emocionalmente abalados com tudo.

No entanto, isso não nos dá o direito de ofender, machucar, magoar: precisamos reatar os nós da humanidade e entender o princípio da afetividade, não como piegas, mas como força essencial aos processos de ensinar e aprender (COLABORADOR X4, 2023).

A afetividade se comporta como a capacidade individual de experimentar fenômenos em conjunto (paixões, emoções, sentimentos). Na busca por compreender o princípio que resume a afetividade nos deparamos com vários autores, que trazem suas ponderações sobre tal temática. O educador Henri Wallon (1879–1962), debruçou boa parte de sua vida sobre o estudo das emoções e afetividade, para ele, a afetividade se comporta como fator fundamental na construção do indivíduo. Para explicar a fala do colaborador X4, podemos trazer um trecho do livro *“Do ato ao pensamento”*, de Wallon, onde ele diz que “[...] *nessa relação é grande o papel da afetividade, da pertença, do aproximar ou do evitar, da proximidade ou do afastamento*” (WALLON, 1979).

Percebe-se então, que a afetividade vai muito além do que só dar amor e carinho, pois tudo aquilo que nos afeta de algum modo, é afetividade. Dessa maneira, a afetividade determinará o tipo de relacionamento no espaço, seja ele universitário ou não, entre o professor e o aluno, causando impactos que podem ser negativos ou positivos, no que diz respeito à aprendizagem.



Precisamos, com certa urgência, curar nossas feridas internas, obviamente nos ocupando, sobretudo dos nossos processos de autocuidados, como asseverou o colaborador X7 (2023):

O que me salvou foi a terapia, a ida ao psicólogo e o autocuidado que aprendi: faço atividades físicas, aprendi a escrever, poesia liberta... Escrevo meus textos, me cuido. (Colaborador x7, 2023)

Nesse sentido, a busca pelo autocuidado, físico, psicológico, espiritual e emocional, dentre as várias formas que existem, mesmo sendo uma tarefa difícil, é essencial para a saúde da mente. Se alimentar bem, de maneira saudável, exercícios físicos, exercitar o autoconhecimento, pois assim como justifica o colaborador x2: “o autoconhecimento é muito importante nesse processo de tratamento da ansiedade” são algumas das recomendações.

Lembrar que cuidar de si, não é egoísmo e sim uma maneira de se amar e ajudar o próximo. Como em muitos relatos durante a roda de conversa, escrever poemas, diários, conversar com amigos, familiares, quando algo nos incomoda auxilia no processo e pode ser um alívio para os momentos de aflição, porém, o mais indicado quando se trata de transtorno de ansiedade, por exemplo, é a busca do profissional especializado que possa agir de maneira adequada para suprir as necessidades dessa condição.

De tal modo, ainda ouvindo os interlocutores, percebemos a urgência que revelaram pelas ações do psicólogo na Universidade, posto que, apesar de termos o NAI- Núcleo de Acessibilidade e Inclusão já atendendo, ouvindo e fazendo a escuta especializada, temos muitos preconceitos em reconhecer e buscar ajuda no que tange as questões das doenças emocionais.

5 CONCLUSÃO

Este artigo teve como propósito analisar, através das falas dos discentes, a presença da ansiedade no percurso universitário, onde verificamos quais as suas implicações na vida acadêmica dos estudantes de pedagogia. Levando em consideração a maneira como ela afeta a vida dessas pessoas e entender os mecanismos que disparam seus sinais.

Através da análise das falas coletadas durante a roda de conversa e nas narrativas advindas do mural colaborativo, foi possível identificar que sim, os discentes apresentam sinais relacionados aos níveis patológicos de ansiedade,



**REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718**

sendo que alguns já possuem o diagnóstico e que há uma interferência significativa no desempenho de suas atividades, dentro e fora dos muros da universidade, vários estudantes mostraram se sentir pressionados e exaustos mentalmente, no que diz respeito às exigências acadêmicas, bem como demonstraram possuir determinadas características dos transtornos de ansiedade. Outros apontaram para a dificuldade em realizar pequenas tarefas, como falar durante apresentações, mesmo com preparação antecipada. 0

Foi possível verificar, ainda, que os sinais mais comuns apresentados pelos discentes, durante as falas são: as sensações ruins, o medo inexprimível, aperto no peito e tristeza profunda. De algum modo, mesmo aqueles que não possuem o diagnóstico conseguem diferenciar, conceituar e identificar a ansiedade. Cabe destacar, na fala de muitos, a evidência em mostrar que os gatilhos para o surgimento dos sinais da ansiedade, ocorrem devido condutas de alguns professores, embora compreendam que na atual situação não só os discentes se encontram pressionados diante de tantas cobranças e inseguranças.

Por fim, considerando os aspectos em evidência nesta pesquisa, nota-se que ela serve como ferramenta, que possibilita a abertura de discussões acerca do fenômeno ansiedade, dentro da universidade, mais especificamente trabalhando a ansiedade no percurso acadêmico do curso de pedagogia, como também evidencia a importância e necessidade dos estudantes terem apoio psicológico, em vista da melhoria de sua saúde mental e bem estar, para melhor atender as demandas universitárias.

REFERÊNCIAS

63
REVISTA ELITE- Revista do GETEL-Grupo de Estudos em Tecnologias, Educação, Inclusão e Libras -ISSN: 2675-5718
REVISTA ELITE- LICENÇA CREATIVE COMMONS: (CC BY-NC ND)



ANDRADE, L. H. S. G. & Gorenstein, C. (1998). **Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade**. Revista de Psiquiatria Clínica, 25, 285-290.

ARTEAGA RODRÍGUEZ, Carlos; KOLLING, Marcelo Garcia; MESQUIDA, Peri. **Educação e saúde: um binômio que merece ser resgatado**. Revista brasileira de educação médica, v. 31, p. 60-66, 2007.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: edições 70. ed. 3°. 1977. p. 38-42.

BIERNATH, André. Transtorno de ansiedade: sem tempo para o agora. Santa casa de Maringá, 2019. Disponível em: <https://www.santacasamaringa.com.br/noticia/234/transtorno-de-ansiedade-sem-tempo-para-o-agora> Acesso em: 10/06/2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O que significa ter saúde**. Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-querome-exercitar/noticias/2021/o-que-significa-ter-saude> Acesso em: 16/06/2023.

CASTILLO, Ana R. G. et al. Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. Pg. 20-23, 2000. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25/05/2023.

BENEDITO, Rosinângela Cavalcanti da Silva; LUCENA, Simone. **O Padlet na Educação online das licenciaturas**. Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, 2022.

CASTRO, Juliana Viana Rodrigues de. *et all*. **ANSIEDADE, UM DOS PROBLEMAS DO SECULO XXI**. 2019.

ENUMO, Sônia Regina Fiorim; KERBAUY, Rachel Rodrigues. Procrastinação: descrição de comportamentos de estudantes e transeuntes de uma capital brasileira. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 1, n. 2, p. 125-133, 1999.

FALKENBERG, Mirian Benites. *et all*. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciências e Saúde Coletiva**. 2014.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008. p.41.

GODOY, Arilda Schmidt. **Pesquisa Qualitativa: Tipos Fundamentais**. Revista de Administração de Empresas, São Paulo, v. 35, n.3, p. 21, 1995. Acesso: 20.05.2023.

HOLMES, D. S. **Psicologia dos Transtornos Mentais**. Tradução de Sandra Costa. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 1997.



REVISTA ELITE: EDUCAÇÃO, LINGUAGENS E TECNOLOGIAS.
ISSN: 2675-5718

KARINO, C. A. **Avaliação do efeito da ansiedade no desempenho em provas.** 2010. 175f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações Instituto de Psicologia) - Universidade de Brasília, Brasília.

MAZZEI, Amanda. Guia do AutoCuidado. Ser adolescente e Jovem que se cuida. **Jornal da USP**, 2021. Disponível em: <https://jornal.usp.br/universidade/guia-de-autocuidado-ensina-jovens-a-manter-saude-mental-e-fisica/> Acesso em: 26/06/2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade.** 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOURA, Adriana Ferro; LIMA, Maria Glória. **A Reinvenção da Roda: Roda de Conversa, um instrumento metodológico possível.** Universidade Federal da Paraíba. Revista Temas em Educação, v. 23, n. 1, p. 95, 2014.

MORAES, Marco Antônio de. **Os sentidos do conhecimento.** Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal Fluminense. Rio de Janeiro, 2005.

VATICAN NEWS. **Não virtualizem a vida, que é concreta.** Disponível em: <https://www.vaticannews.va/pt/papa/news/2023-04/papa-francisco-hungria-jovens-discurso.html>. Acesso em: 27/06/2023.

PÁDUA, Elisabete Matallo Marchesini de. **Metodologia da pesquisa: Abordagem teórico-prática.** 6º ed. Ver. e ampl. – Campinas, São Paulo: Papirus, 2000. p.52.

PAHO. OPAS/OMS apoia governos no objetivo de fortalecer e promover a saúde mental da população. **Organização Pan-Americana da Saúde**, 2016.

PIMENTA, Tatiana. **Ansiedade conheça os 13 sintomas.** In: Vittude Blog. 21 de setembro de 2020. Disponível em: <https://www.vittude.com/blog/ansiedade/>. Acesso em 10 de junho 2023.



PIOVESAN, Armando; TEMPORINI, Edméa Rita. Pesquisa exploratória: procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública. **Revista de saúde pública**, v. 29, p. 318-325, 1995.

RANGEL, Mary. Educação e saúde: uma relação humana, política e didática. **Educação. Porto Alegre**, p. 59-64, 2009.

REIS, Clara Figueira; MIRANDA, Gilberto José; FREITAS, Sheizi Calheira. **Ansiedade e desempenho acadêmico**: Um estudo com alunos de Ciências Contábeis. 2017.

SOBRAL, Simone Pimentel *et al.* **Ansiedade e estresse como fatores de desempenho acadêmico em universitários**. 2021.

TEIXEIRA, E. Reflexões sobre o paradigma holístico e holismo e saúde. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v.30, n.2, p. 286-90, ago. 1996.

VENÂNCIO, Gabriel de Almeida. **Ansiedade em ambiente universitário**: um estudo comparativo entre estudantes de diferentes nacionalidades. 2021, 6 p. Trabalho de Conclusão de Piepex (Bacharel em Ciências e Economia) - Instituto de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal de Alfenas, Minas Gerais, 2021.

WALLON, H. **Do ato ao pensamento**: ensaio de psicologia comparada. Petrópolis: Vozes, 1979.

WARSCHAUER, C. **Rodas em rede**: oportunidades formativas na escola e fora dela. Rio de Janeiro: Paz e Terra. 2001.

CREDENCIAIS DA/OS AUTORA/ES

ARAÚJO, Jaciele de Souza. Graduanda em Pedagogia, UNEB/ CAMPUS XI, pesquisadora voltada para os estudos da saúde mental e suas relações com a educação.

CARDOSO, Lucas de Carvalho. Psicólogo NAAPA-Serrinha, Psicopedagogo-NAI, Pesquisador GETEL, atua na mediação dos estudantes com NEE e deficiência, NAI, CAMPUS XI.

CARDOSO, Jusceli Maria Oliveira de Carvalho. Docente, pesquisadora do GETEL, UNEB, CAMPUS XI. É doutora em Educação, Mestre em Educação Especial, Especialista em Letras Libras.