

# SAÚDE MENTAL E SUBJETIVIDADE DO ESTUDANTE DE PSICOLOGIA: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE INGRESSANTES E CONCLUINTES DE UM CURSO DE PSICOLOGIA

Recebido em: 29/03/2024

Aceito em: 25/07/2024

DOI: 10.25110/educere.v24i2.2024-11079



Luana Valera Bombarda <sup>1</sup>  
Thaísa Angélica Déo da Silva Bereta <sup>2</sup>  
Jaine Jassanã Dias Prado Krynski <sup>3</sup>  
Eduarda Luana dos Santos <sup>4</sup>

**RESUMO:** A experiência acadêmica incute aos estudantes uma gama de responsabilidades, escolhas e decisões, todavia, estes podem não estar totalmente preparados para essas novas demandas e conseqüentemente, a autonomia que o ambiente acadêmico requer (Silva *et al.*; Trigueiro *et al.*, 2021). Observa-se entre os estudantes de Psicologia, a presença dos Transtornos Mentais Comuns (TMC), assim como o desencadeamento de quadros ansiogênicos e depressivos, insônia, isolamento social e solidão, ideações suicidas e automutilação, sendo estes, de altíssimos índices (Abreu; Macedo, 2021). Neste sentido, o ingresso e o egresso na vida acadêmica são vistos como potencializadores desses sintomas, no qual identificam uma elevada prevalência de ansiedade nos discentes da área da saúde, neste contexto, encontram-se inseridos, os estudantes de Psicologia (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020). Partindo do pressuposto citado, este estudo teve como objetivos refletir sobre os níveis de ansiedade, tanto como traço, quanto como estado, entre estudantes ingressantes e concluintes de um curso de graduação em Psicologia; discutir as motivações dos graduandos para escolherem a carreira em Psicologia; analisar o conhecimento e a utilização dos serviços públicos de saúde mental e a realização de acompanhamento psicológico entre esses estudantes. O estudo se configura como sendo exploratório, observacional e descritivo, de corte transversal. Como instrumentos para a coleta de dados foram utilizados o Critério de Classificação Econômica Brasil, Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) e um Questionário, de própria autoria. Embora a amostra coletada apresente maior porcentagem de ansiedade nos alunos de fase inicial do curso, ambas as turmas tiveram em maioria casos pontuados como ansiedade, traço e estado, evidenciando a importância de atenção nas universidades para com esse público. A escolha da profissão foi associada ao cuidado de si ou do próximo. Configura-se como fundamental o desenvolvimento de estratégias para compreender e avaliar a dimensão prescrita e real que envolve a formação em psicologia. Conclui-se que discutir sobre a saúde mental dos estudantes universitários é cada vez mais necessário, visto que as universidades precisam pensar na importância

<sup>1</sup> Doutoranda em Psicologia pela Faculdade de Ciências e Letras da Unesp/Assis. Docente da Faculdade da Alta Paulista. E-mail: [luana.bombarda@fadap.br](mailto:luana.bombarda@fadap.br)

<sup>2</sup> Doutora, com estágio pós-doutoral em Educação, pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. Docente do Centro Universitário de Adamantina e da Faculdade da Alta Paulista.

E-mail: [thaisaangelica@fai.com.br](mailto:thaisaangelica@fai.com.br) ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4980-5849>

<sup>3</sup> Graduada em Psicologia pela Faculdade da Alta Paulista. E-mail: [jainepradokrynski14@gmail.com](mailto:jainepradokrynski14@gmail.com)

<sup>4</sup> Graduada em Psicologia pela Faculdade da Alta Paulista. E-mail: [eduardaluana67@gmail.com](mailto:eduardaluana67@gmail.com)

em olhar para o discente, identificando as condições em que este está construindo seu processo de formação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ensino Superior; Estudantes de Psicologia; Sofrimento Psíquico; Ansiedade.

## **MENTAL HEALTH AND SUBJECTIVITY OF PSYCHOLOGY STUDENTS: A COMPARATIVE STUDY BETWEEN ENTRANTS AND FINISHERS OF A PSYCHOLOGY COURSE**

**ABSTRACT:** The academic experience instills in students a range of responsibilities, choices and decisions, however, they may not be fully prepared for these new demands and consequently, the autonomy that the academic environment requires (Silva *et al.*; Trigueiro *et al.*, 2021). Among Psychology students, the presence of Common Mental Disorders (CMD) is observed, as well as the triggering of anxiogenic and depressive conditions, insomnia, social isolation and loneliness, suicidal ideation and self-mutilation, these being at very high rates (Abreu; Macedo, 2021). In this sense, entry and exit from academic life are seen as enhancing these symptoms, which identify a high prevalence of anxiety in students in the health area, in this context, Psychology students (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020). Based on the aforementioned assumption, this study aimed to reflect on the levels of anxiety, both as a trait and as a state, among students entering and completing an undergraduate course in Psychology; discuss the motivations of undergraduates for choosing a career in Psychology; analyze the knowledge and use of public mental health services and the provision of psychological support among these students. The Brazilian Economic Classification Criteria, State-Trait Anxiety Inventory (STAI) and a self-authored Questionnaire were used as instruments for data collection. Although the sample collected shows a higher percentage of anxiety in students in the initial phase of the course, both classes had the majority of cases classified as anxiety, trait and state, highlighting the importance of attention in universities towards this public. The choice of profession was associated with caring for oneself or others. The development of strategies to understand and evaluate the prescribed and real dimension that involves training in psychology is fundamental. It is concluded that discussing the mental health of university students is increasingly necessary, as universities need to think about the importance of looking at students, identifying the conditions in which they are building their training process.

**KEYWORDS:** Higher Education; Psychology students; Psychic Suffering; Anxiety.

## **SALUD MENTAL Y SUBJETIVIDAD DE ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA: UN ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE INGRESOS Y TERMINADOS DE UNA CURSA DE PSICOLOGÍA**

**RESUMEN:** La experiencia académica inculca en los estudiantes una gama de responsabilidades, elecciones y decisiones, sin embargo, pueden no estar completamente preparados para estas nuevas demandas y en consecuencia, la autonomía que el entorno académico requiere (Silva *et al.*; Trigueiro *et al.*, 2021). Entre los estudiantes de Psicología se observa la presencia de Trastornos Mentales Comunes (TMC), así como el desencadenamiento de cuadros ansiogénicos y depresivos, insomnio, aislamiento y soledad social, ideación suicida y automutilación, siendo estos en índices muy elevados (Abreu; Macedo, 2021). En este sentido, la entrada y salida de la vida académica son vistas como potenciadoras de estos síntomas, lo que identifica una alta prevalencia de

ansiedad en estudiantes del área de la salud, en este contexto, estudiantes de Psicología (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020). A partir del supuesto antes mencionado, este estudio tuvo como objetivo reflexionar sobre los niveles de ansiedad, como rasgo y como estado, entre estudiantes que ingresan y finalizan una carrera de pregrado en Psicología; discutir las motivaciones de los estudiantes de pregrado para elegir la carrera de Psicología; analizar el conocimiento y uso de los servicios públicos de salud mental y la prestación de apoyo psicológico entre estos estudiantes. Como instrumentos para la recolección de datos se utilizaron los Criterios de Clasificación Económica Brasileña, el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y un Cuestionario de autoría. Si bien la muestra recolectada muestra un mayor porcentaje de ansiedad en los estudiantes de la fase inicial del curso, ambas promociones tuvieron la mayoría de casos clasificados como ansiedad, rasgo y estado, resaltando la importancia de la atención en las universidades hacia este público. La elección de la profesión estuvo asociada al cuidado de uno mismo o de los demás. El desarrollo de estrategias para comprender y evaluar la dimensión prescrita y real que implica la formación en psicología es fundamental. Se concluye que discutir la salud mental de los estudiantes universitarios es cada vez más necesario, pues las universidades necesitan pensar en la importancia de mirar a los estudiantes, identificando las condiciones en las que están construyendo su proceso de formación.

**PALABRAS CLAVE:** Educación Superior; Estudiantes de psicología; Sufrimiento psíquico; Ansiedad.

## 1. INTRODUÇÃO

Este artigo promove reflexões acerca da saúde mental e da subjetividade do estudante da graduação em Psicologia. A motivação deste estudo consistiu das leituras e discussões promovidas durante a formação acadêmica e o interesse em desenvolver uma pesquisa de Iniciação Científica que pudesse articular um comparativo entre estudantes ingressantes e concluintes em relação às suas vivências e ansiedade diante do processo de formação em Psicologia.

O processo de formação profissional, comumente iniciado com o ingresso no Ensino Superior, tende a ser visto como um objeto de desejo, idealização e realização, compreendido como um período muito valoroso na vida do graduando, que demanda de sua parte, uma considerável capacidade de adaptação e resiliência, em decorrência de ser um momento atravessado por inúmeras mudanças, expectativas, desafios e inseguranças. Concomitantemente, o meio acadêmico tende a desencadear impactos que podem repercutir negativamente na vida dos discentes, acarretando fatores de adoecimento e conseqüente prejuízos significativos a sua saúde mental, bem-estar e qualidade de vida, o que se potencializa em virtude das vulnerabilidades e fenômenos encontrados durante este período, inerentes da vida universitária (Abreu; Macedo, 2021; Guimarães *et al.*, 2020; Silva *et al.*, 2021).

De acordo com Silva *et al.* (2021) e Trigueiro *et al.* (2021), nota-se que, a experiência acadêmica incute aos estudantes uma gama de responsabilidades, escolhas e decisões, todavia, estes não estão totalmente preparados para essas novas demandas e conseqüentemente a autonomia que o ambiente acadêmico requer. Deste modo, somando-se a necessidade de adaptação aos novos espaços, as preocupações direcionadas aos saberes e aprendizados, a carência de habilidades sociais e de relacionamentos interpessoais, o aparecimento de crises e conflitos, a dificuldade de conciliar estudo e lazer, o distanciamento de um ambiente familiar considerado seguro, a ausência de apoio emocional, e principalmente, as habituais atividades acadêmicas vistas como estressoras, as cobranças e pressões internas e externas, elevada carga horária de estudos, numerosa quantidade de afazeres, e insatisfação com o curso, exprimem-se como fatores de riscos para a prevalência e incidência de sofrimento psíquico (Silva *et al.*, 2021; Trigueiro *et al.*, 2021; Carlesso, 2020; Graner; Cerqueira, 2019).

Em detrimento de uma vivência atravessada direta e indiretamente por fatores de adoecimento, identifica-se um manifestar comum de sinais e sintomas e de repercussões psicológicas e somáticas, tais como desorientação, insônia, indicadores de estresse, burnout, ansiedade e depressão, bem como propensão para o uso de substâncias psicoativas e tentativas de suicídio, relacionadas com um latente desprazer emocional, sentimentos de medo, solidão e preocupação dirigidos a dinâmica acadêmica (Silva *et al.*, 2021; Carlesso, 2020).

Especificamente, direcionando o olhar para a saúde mental dos graduandos em Psicologia, é fundamental compreender que este curso é oriundo da área da saúde, portanto, em seu cotidiano, os estudantes por meio das temáticas acadêmicas e dos estágios de formação, dialogam com a angústia dos atendidos, visto que, experienciam uma forte relação com o sofrimento, a fragilidade e a subjetividade humana, resultantes do contato com pacientes adoecidos e das situações potencialmente propulsoras de dores, angústias e perdas, em corolário com as cobranças e pressões provenientes de sua práxis e da sociedade (Guimarães *et al.*, 2020; Carlesso, 2020; Chaves; Silva, 2019).

Outrossim, segundo Santos (2020), o curso de Psicologia é visto como um grande disparador de transformações na vida dos discentes, tanto ao nível acadêmico, como pessoal, ao promover quebras de paradigmas e fomentar a construção de uma visão mais crítica e reflexiva, abrindo espaço para a presença de novas percepções e produzindo

sentimentos angustiantes e conflitantes, conforme cada sujeito experiencia esses impactos e os associam a sua subjetividade e ao mundo ao seu redor.

Ademais, essa variabilidade de indicadores, denotam indubitavelmente que a vida acadêmica influencia na saúde mental dos discentes (Silva *et al.*, 2021). Ressalta-se que este âmbito é considerado um fator de risco para o desencadeamento de sofrimento psíquico, no qual os estudantes de Psicologia, em decorrência dos fatores supracitados, possuem uma possibilidade extra de sofrimento, sobretudo, como apontado por Silveira *et al.* (2021) e Guimarães *et al.* (2020), viabilizados pelos conteúdos estudados e por voltarem sua prática ao cuidado do outro, encontrando-se mais vulneráveis a situações propulsoras de exaustão fisiológica e psicológica, como também o agravamento de transtornos.

Por consequência dessas vivências atravessadas por fatores de adoecimento e das características do processo formativo, observa-se entre os estudantes de Psicologia, a presença dos Transtornos Mentais Comuns (TMC), assim como o desencadeamento de quadros ansiogênicos e depressivos, insônia, isolamento social e solidão, ideações suicidas e automutilação, sendo estes, de altíssimos índices (Abreu; Macedo, 2021). Dessarte, constata-se que, a entrada no Ensino Superior, é considerada um disparador desses sintomas, e a saída, um agravador (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020).

Mediante este cenário, autores como Graner e Cerqueira (2019) e Lúcio *et al.* (2019), verificam que, os estudantes ingressantes, que se situam em uma fase de adaptação, e os concluintes, vivenciando uma fase de transição, são os que mais apresentam sofrimento psíquico. O ingresso no meio acadêmico, traz aos estudantes universitários mudanças e necessidade de adaptação na forma de estudo, às avaliações e cargas horárias a serem cumpridas. Em relação aos alunos concluintes, estes vivenciam cobranças sobre entregas de relatórios, trabalho de conclusão de curso, bem como expectativas quanto à entrada no mercado de trabalho (Lúcio *et al.*, 2019).

Neste sentido, Jardim, Castro e Ferreira-Rodrigues (2020), evidenciam que o ingresso e o egresso na vida acadêmica são vistos como potencializadores desses sintomas, no qual identificam uma elevada prevalência de ansiedade nos discentes da área da saúde, neste contexto, encontram-se inseridos, os estudantes de Psicologia.

Pesquisas como as de Mattos *et al.* (2021), Jardim, Castro e Ferreira-Rodrigues (2020) e Lúcio *et al.* (2019), apontam a ansiedade como um dos constructos mais evidentes no contexto universitário, no qual, este estado emocional, segundo Lúcio *et al.*

(2019), quando se distancia de sua normalidade, pode contribuir para o surgimento de determinado quadro e/ou transtorno de ansiedade, tornando-se patológica.

Neste sentido, o processo de formação profissional implica em olhar para a saúde mental dos graduandos, visto que é possível observar no contexto universitário que muitos dissociam a saúde da educação (Biesek; Gagliotto, 2021). Reflexões de Amarante (2007) sobre a saúde mental nos permitem compreender que esta é uma área do conhecimento e atuação técnica que envolve uma complexidade no conhecimento, inclusive que a saúde mental está relacionada as vivências dos sujeitos e das coletividades, e envolve além dos campos do conhecimento, também o trabalho técnico e as políticas públicas.

Portanto, é fundamental que ao decorrer do processo formativo, as universidades promovam práticas de atenção e cuidado aos estudantes, com o escopo de proporcionarem vivências acadêmicas saudáveis e a diminuição dos fatores de risco que são desencadeadores de sofrimento psíquico, possibilitando além de um apoio emocional a esses graduandos, espaços de reflexão para maior compreensão a respeito da saúde mental e da significativa importância de uma qualidade de vida durante este ciclo.

Diante do exposto, os objetivos do presente estudo consistem em refletir sobre os níveis de ansiedade, tanto como traço, quanto como estado, entre estudantes ingressantes e concluintes de um curso de graduação em Psicologia. Além disso, o estudo visa discutir as motivações dos graduandos para escolherem a carreira em Psicologia, assim como analisar o conhecimento e a utilização dos serviços públicos de saúde mental e a realização de acompanhamento psicológico entre esses estudantes.

## **2. METODOLOGIA**

O estudo se configura como sendo exploratório, observacional e descritivo, de corte transversal. Foi realizado com os ingressantes do primeiro ano e concluintes do quinto ano regularmente matriculados no Curso de Psicologia de uma faculdade particular, localizada no interior do estado de São Paulo. Para a participação neste estudo, os ingressantes deveriam ter idade equivalente ou superior a 18 anos, bem como aceitar participar da pesquisa, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para o desenvolvimento deste trabalho foram atendidas as diretrizes éticas estabelecidas pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que estabelece as



condições éticas considerando o respeito pela dignidade e proteção aos participantes de pesquisas científicas envolvendo seres humanos. Ainda, após submissão do presente na Plataforma Brasil para dar início ao procedimento ético de autorização, foi obtido parecer favorável n.º 5.580.528.

Foram utilizados os seguintes instrumentos:

a) Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB) - Foi desenvolvido pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP) na década de 60, utilizando-se de técnicas estatísticas que se baseiam no coletivo. A Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa também é responsável pela atualização do critério, atualizações que incorporam mudanças na sociedade, avanços tecnológicos e hábitos de consumo. As novas atualizações do critério foram desenvolvidas baseando-se em Pesquisas de Orçamento Familiar (POF) do IBGE, visando avaliar o poder de compra de grupos de consumidores a considerar os domicílios. Em sua descrição, consideram-se variáveis, e estas são aspectos como estrutura física da residência, escolaridade do chefe da família e bens de consumo. Para cada variável possuída há uma pontuação, e cada classe é definida pela soma dessa pontuação. A pontuação do CCEB classifica 6 classes econômicas, na ordem de maior a menor poder aquisitivo: A, B1, B2, C1, C2 e DE (Abep, 2022).

b) Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) - Produzido por Spielberger, Gorsuch e Lushene, no ano de 1970, no qual consiste em um instrumento de avaliação da ansiedade, em que viabiliza coletar dados do traço e do estado de ansiedade do indivíduo. Ele foi traduzido e adaptado para o Brasil, por Biaggio e Natalício (Biaggio; Natalício; Spielberger, 1977). Segundo Kaipper (2008), o inventário IDATE, composto por 40 questões é considerado um dos instrumentos mais utilizados de autoavaliação da ansiedade. Esse instrumento é constituído por duas escalas específicas e distintas, para medir os dois conceitos de ansiedade separadamente, em que se detém de 20 afirmações referentes a Ansiedade – Traço, no qual visa descrever como o indivíduo se sente geralmente, e concomitantemente à 20 afirmações pertencentes a avaliação da Ansiedade – Estado, que verifica como o sujeito se sente em momentos específicos (Biaggio; Natalício; Spielberger, 1977). Na Ansiedade – Traço pode identificar-se as diferenças individuais e estáveis, buscando avaliar como a pessoa tende a reagir em situações ameaçadoras de acordo com sua própria percepção. Em decorrência de sua estabilidade frente as situações ambientais, os escores tendem a permanecer constantes. Diferentemente, a Ansiedade – Estado, está relacionada com os sentimentos de apreensão

e tensão, sendo esta uma condição transitória, no qual sua intensidade se altera conforme a percepção que o indivíduo tem de perigo e conseqüentemente o escore também tende a variar (Kaipper, 2008). Conforme aponta Biaggio, Natalício e Spielberger (1977), a aplicabilidade do inventário consiste nas respostas do indivíduo mediante as questões, assinalando uma das quatro alternativas descritas para indicar como está se sentindo, ou seja, a pessoa se autoavalia, no qual pode variar de 1 a 4, em que na Ansiedade – Traço há quase nunca; às vezes; frequentemente e quase sempre, e na Ansiedade – Estado, absolutamente não; um pouco; bastante ou muitíssimo. A escala utilizada é tipo Likert, no qual para ambos conceitos de ansiedade o escore pode variar de 20 a 80 pontos (Kaipper, 2008). Na presente pesquisa, foi estabelecido como pontuação de corte para a avaliação do Traço e do Estado de Ansiedade a variação de 39/40 ou maior, como caso de ansiedade, e a pontuação de menor que 39, como não caso de ansiedade, com base em pesquisas anteriormente realizadas com estudantes de cursos variados e semelhantes aos pontos de corte utilizados na validação do IDATE para o português, pois não se encontra estudos com parâmetros de corte fixados especificamente para graduandos em Psicologia.

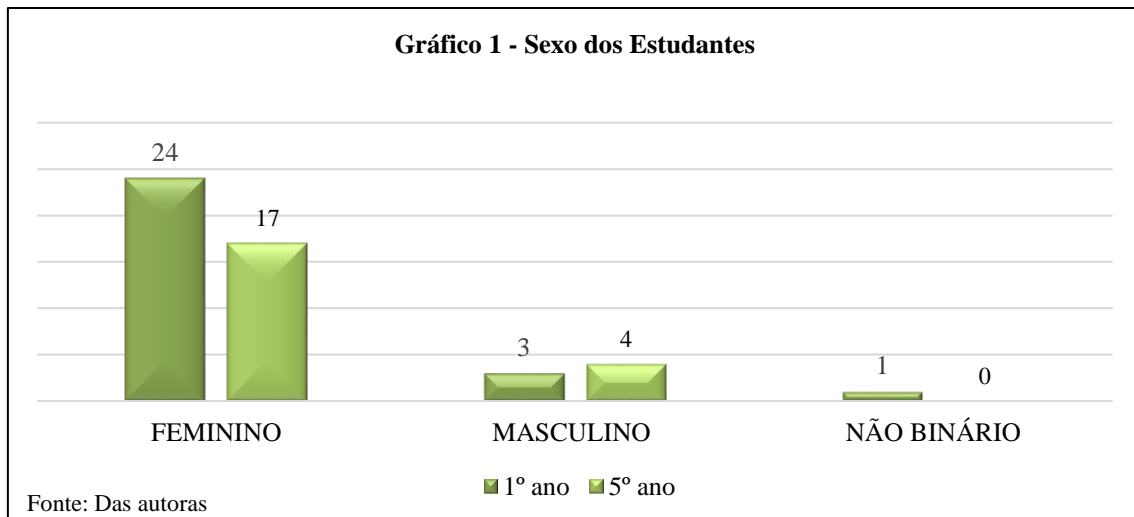
c) Questionário, de própria autoria, composto por três perguntas relacionados com o contexto da pesquisa. As perguntas do questionário foram: O que motivou a cursar a graduação em Psicologia?; Você conhece ou já utilizou os serviços públicos de saúde mental?; Você fez ou faz acompanhamento psicológico no último ano?.

Os instrumentos foram disponibilizados por meio da plataforma *Google Forms*, com tempo médio de resposta de 30 a 40 minutos. Os instrumentos foram avaliados segundo as recomendações da literatura especializada e os dados obtidos foram digitados no programa Excel. Foi efetuada a análise descritiva dos dados, através da análise de frequências, e medidas de tendência central, quando adequado. Em relação ao questionário foi realizada a análise de conteúdo dos participantes.

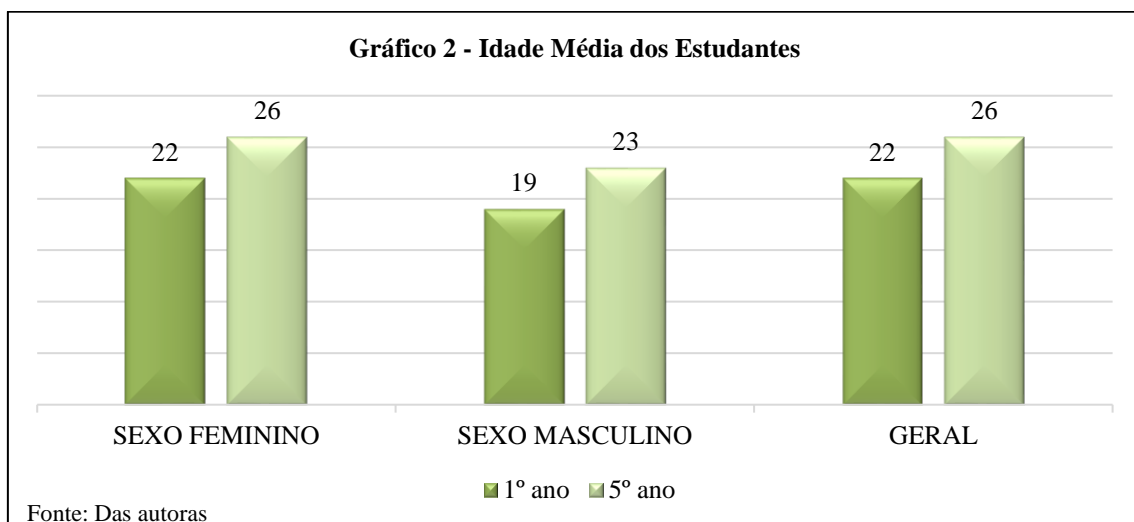
### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Conforme observado no Gráfico 1, participaram da pesquisa 49 estudantes, sendo que 57,1% (n=28) estavam no início do curso e 42,9% (n=21) no final. Correspondente aos ingressantes, 85,7% (n=24) eram do sexo feminino, 10,7% (n=3) do sexo masculino e 3,6% (n=1) se declarou não binário, totalizando uma média geral de idade correspondente a 22 anos, média de idade do sexo masculino 19 anos, e feminino 23 anos.





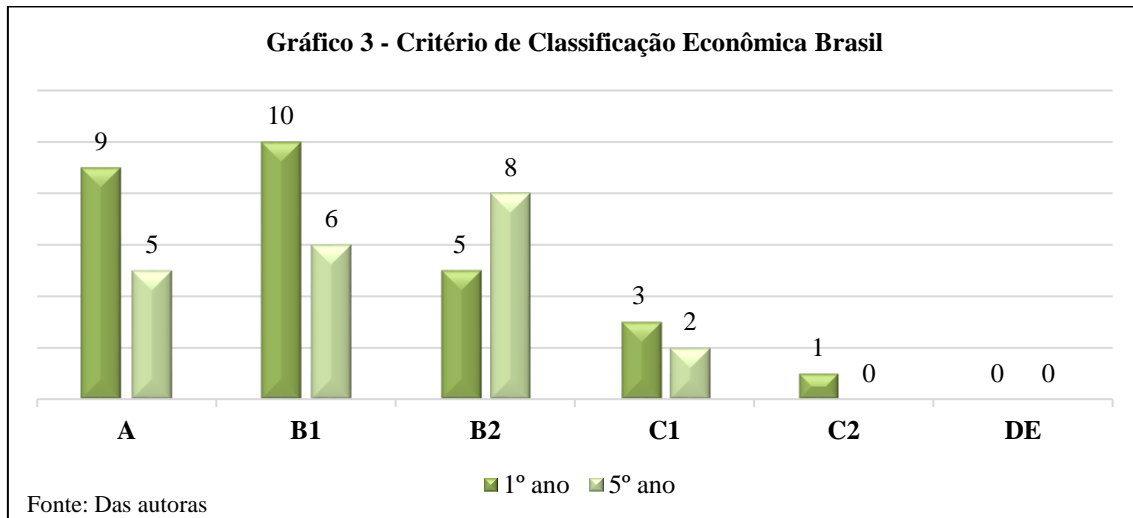
Já os 21 discentes concluintes, 81% (n=17) referem-se aos participantes do sexo feminino, e 19% (n=4), do sexo masculino, totalizando média de 26 anos, no qual a média de idade do sexo feminino corresponde a 26 anos, e do sexo masculino, 23 anos (Gráfico 2).



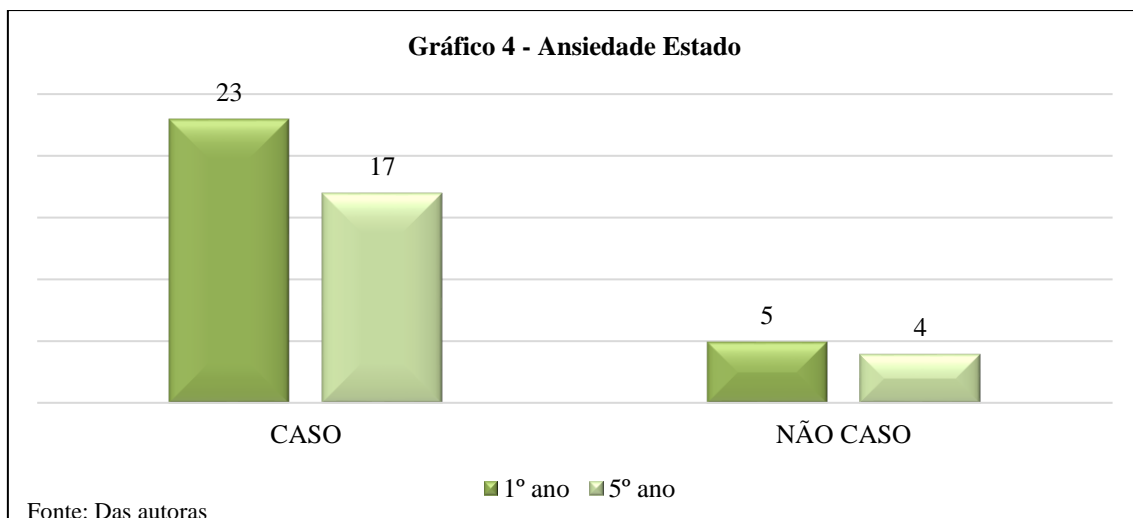
Considerando o instrumento Critério de Classificação Econômica Brasil (Abep, 2022), utilizado para compreender o perfil socioeconômico dos participantes da pesquisa, dos 28 participantes do primeiro ano, a classe B1 é a mais representada com 35,7% dos participantes do primeiro ano, seguidas por 32,1% (n=9) se enquadrando na classe A, 17,9% (n=5) na classe B2, 10,7% (n=3) na classe C1 e 3,6% (n=1) na classe C2 (Gráfico 3).

Em relação aos concluintes, identificou-se a presença de quatro classes econômicas: A, B1, B2 e C1. Houve predominância de participantes na predominância

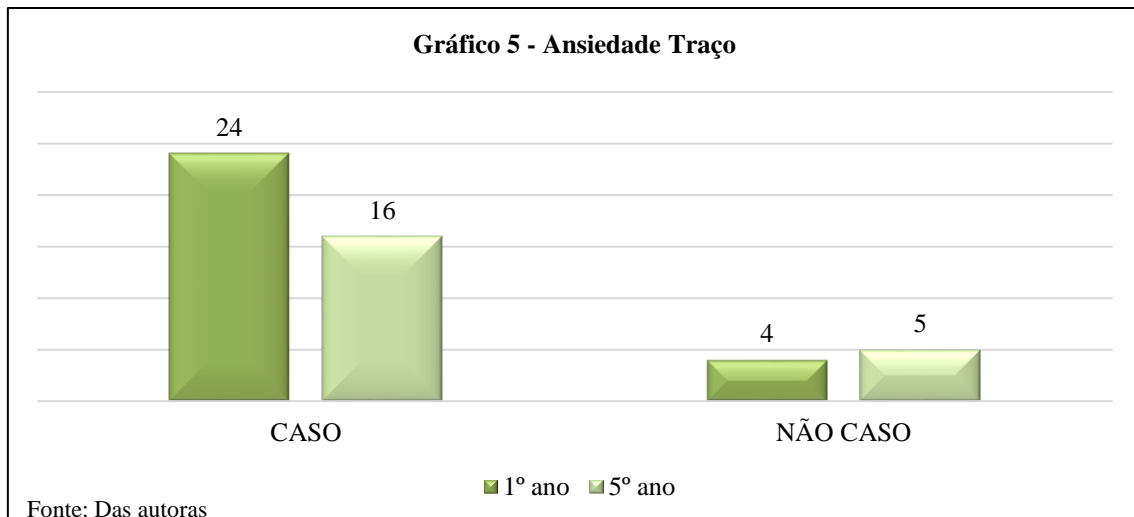
na classe B2, com 38,1% (n=8). Na classe A, apresentou-se um total de 23,8% (n=5), na classe B1, 28,6% (n=6) e na classe C1, 9,5% (n=2) (Gráfico 3).



No Gráfico 4, o levantamento de informações, por meio do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), considerando a escala de Ansiedade-Estado (IDATE-E), em um primeiro momento para os ingressantes, verificou-se que do total de estudantes, 82,1% (n=23) apresentavam ansiedade, enquanto estado e 17,9 % (n=5) pontuaram como não caso. Voltando-se para os concluintes, verificou-se que, um total de 81% (n=17) pontuaram como caso de ansiedade estado, e 19% (n=4) como não caso.



Correspondente a escala de Ansiedade-Traço (IDATE T), entre os graduandos do primeiro ano, 85,7% (n=24) apresentaram pontuação considerado caso, e 14,3% (n=4) não caso. Os do último ano, apresentaram um índice de 76,2% (n=16) como caso, e 23,8% (n=5), como não caso (Gráfico 5).



Com relação à amostra de casos e não casos de ansiedade enquanto traço e estado, mensuradas pelo IDATE-E e IDATE-T respectivamente, ficou evidenciado que dos alunos ingressantes, 82,1% (n=23) apresentavam caso de ansiedade enquanto estado, e 85,7% (n=24) apresentavam ansiedade enquanto traço. Já os concluintes, 81% (n=17) pontuaram para ansiedade enquanto estado (IDATE-E), e 76,2% (n=16) para ansiedade enquanto traço (IDATE-T). Tais dados evidenciam similaridades entre a ansiedade estado nos ingressantes e concluintes, obtendo diferença de apenas 1,1 pontos, apenas no aspecto de ansiedade traço, sendo esse em maior evidência para aos alunos do primeiro ano, com 9,5 pontos de diferença. No entanto, as duas turmas participantes pontuaram em maior parte para caso de ansiedade, traço e estado.

O estudo de Lúcio *et al.* (2019), cujo objetivo foi verificar os níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários ingressantes e concluintes, composto por 74 estudantes de uma instituição de ensino superior, sendo 11 do sexo masculino (14,9%) e 63 do sexo feminino (85,1%), utilizando para a coleta de dados um questionário sociodemográfico, o Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) e o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), identificou que estudantes ingressantes são mais estressados, 65,0% na fase de alerta e 57,9% na fase de exaustão, enquanto os estudantes concluintes foram mais ansiosos, 66,7% apresentaram ansiedade severa.

Ao mensurar a relação dos níveis de ansiedade dos grupos de ingressantes e concluintes, Lúcio *et al.* (2019), observou que dos 37 ingressantes, a maioria apresentou ansiedade mínima (46,2%) e moderada (65,2%). Já dos 37 concluintes, a maioria apresentou ansiedade leve (57,9%) e severa (66,7%). O referido estudo apresenta que os

estudantes universitários concluintes demonstraram níveis de ansiedade mais elevados que iniciantes.

Moises e Giron (2019) em um estudo que compreende os níveis de ansiedade e estresse entre universitários do curso de Psicologia, comparando dez alunos do primeiro ano com dez alunos do quinto ano e utilizando o Inventário de Ansiedade de Beck e o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp, identificaram que os níveis de estresse e ansiedade são mais altos nos formandos. Especificamente sobre os níveis de ansiedade, os mesmos apontam diferença significativa com média total de scores entre calouros e formandos, sendo a média dos iniciantes 9,9 e formandos 23,1. Ainda no mesmo estudo, Moises e Giron (2019), destacaram que a média dos alunos do primeiro ano correspondeu a fase 1 de ansiedade, considerada mínima, e a dos formandos à fase 3, considerada moderada.

Na presente pesquisa, assim como na literatura investigada, a população do sexo feminino se mostrou em maior quantidade na fase inicial e final do curso, o que consequentemente releva a esse público a prevalência de casos de ansiedade.

Com relação a essa população, Trigueiro *et al.* (2021), ao realizarem uma pesquisa visando identificar índices de depressão e ansiedade em estudantes de psicologia, com uma amostra de 176 participantes, sendo 61,4% no início do curso (n= 108) e 38,6% (n=68) no final, concluíram que 55,42% dos indivíduos apresentaram sintomas de ansiedade moderados e graves. Foi utilizado para a coleta de dados um questionário socioeconômico, o Inventário de Depressão de Beck e o Inventário de Ansiedade de Beck. Ainda sobre os resultados, 22,7% (n=40) eram do sexo masculino e 77,3% (n=136) do sexo feminino. Esses resultados apresentados por Trigueiro *et al.* (2021), apontam para índices maiores de ansiedade evidenciados em participantes do sexo feminino, levantando a hipótese de que o lugar social que a população feminina ocupa se torna um acúmulo de atividades domésticas e profissionais. Também ficam associadas pelos autores “uma cobrança interna por desempenho associada a necessidade de buscar ensino superior como forma de reduzir as desigualdades sociais” (Trigueiro *et al.*, 2021, p. 10).

Para melhor apresentação dos dados, em relação ao questionário, de própria autoria aplicado, foram desenvolvidas categorias de análises, a partir das respostas dos participantes. Em relação à primeira questão, os dados foram agrupados em três categorias, conforme observado no gráfico 6. Correspondente aos ingressantes, as categorias encontradas foram: “Motivação voltada para si mesmo (ou

autoconhecimento)”, “Motivação voltada para ajudar o outro”; e “Motivação por influência de terceiros”. Já aos concluintes, as categorias encontradas foram: “Motivação voltada inicialmente para si mesmo (ou autocuidado)”; “Motivação voltada para o cuidado com o outro” e “Motivação em decorrência de um contato prévio”.

O percentual de respostas da primeira questão não enquadradas nas categorias estabelecidas, devido motivações diversas, foi de 46,4% (n=13) para os alunos ingressantes e 14,2% (n=3) para os concluintes.

Ilustrando a primeira categoria encontrada nos alunos ingressantes, “Motivação voltada para si mesmo (ou autoconhecimento), foi obtido um percentual de 25% (n=7), dentre esses se destacam as respostas que ilustram o autoconhecimento como “Sempre quis cursar algo na área da saúde, e achei que cursando psicologia conseguiria me entender melhor” (sic), “Para meu autoconhecimento” (sic). Ainda na categoria “Motivação voltada para si mesmo (ou autoconhecimento)”, do total de 25% (n=7), 28,6% (n=2) expressam interesse para si indiretamente, “Ter um autista na família” (SIC), “Para melhor criação do meu filho” (sic).

Já na análise da primeira categoria dos alunos concluintes, “Motivação voltada inicialmente para si mesmo (ou autocuidado)”, obtém-se um percentual de 33,3% (n=7), expressadas por meio de respostas como “A ideia de tentar conhecer a mim mesma de outra maneira” (sic), “Para conhecimento pessoal” (sic), e conseguinte do cuidado com a saúde mental, evidente por meio de respostas como “Pensei inicialmente em minha própria saúde mental” (sic) e “Problemas pessoais, ao invés de procurar Psico, fui fazer Psico” (sic).

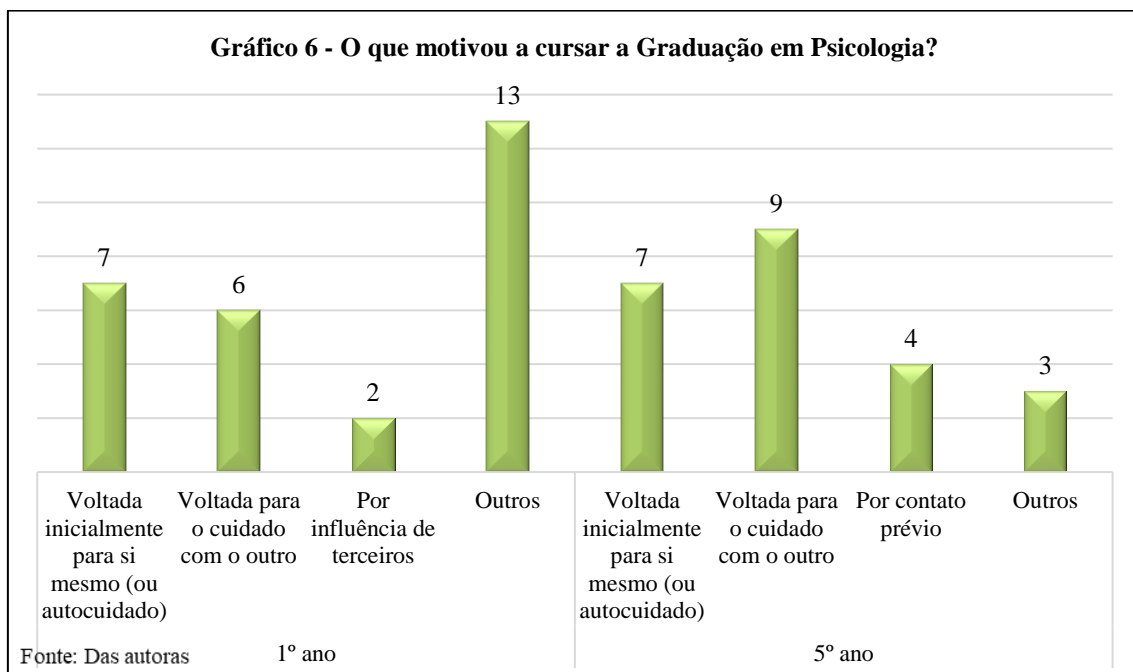
A segunda categoria “Motivação voltada para ajudar o outro”, correspondente aos ingressantes, o percentual foi de 21,4% (n=6), ilustrados pelas seguintes respostas: “Entender e conhecer melhor os sentimentos, emoções, comportamentos das outras pessoas” (sic); “Poder ajudar da melhor maneira possível, acolhendo e ajudando os outros” (sic); “Ajudar as pessoas a superar seus traumas” (sic); “A atuação clínica é um fator que me despertou atenção e interesse, bem como poder ajudar as pessoas acometidas com algum transtorno” (sic).

Na segunda categoria “Motivação voltada para o cuidado com o outro”, apontando a motivação dos concluintes, encontra-se o maior percentual, com 42,9% (n=9), mediante “Gosto de ouvir e ajudar as pessoas” (sic); “Ajudar as pessoas, trabalhar suas potencialidades” (sic); “O cuidado com o outro” (sic).

Nestas duas categorias apresentadas, considerando-se os dois grupos, observou-se que apenas três participantes descreveram como motivação para a escolha do curso, tanto a motivação voltada inicialmente para si, como para o cuidado com o outro, expressadas por meio de: “Conhecer a mente humana, conhecimento pessoal e ajudar pessoas ouvindo-as” (sic); “A ideia de tentar conhecer a mim mesma de outra maneira e conseguir entender como funcionam certas situações que passamos e como podemos lidar com isso, conseguindo refletir e pensar também de uma maneira teórica agregando conhecimento. Assim como também a ajudar o próximo na mesma caminhada” (sic); e “Ajudar as outras pessoas e conhecer a mim mesma” (sic).

A terceira categoria encontrada, “Motivação por influência de terceiros” se obteve um percentual de apenas 7,1% (n=2) nos alunos ingressantes do curso de psicologia, dos quais uma das respostas emboçam o contato através da própria terapia, “Quando fui pela primeira vez em uma psicóloga com a mente verdadeiramente aberta a ser ajudada, depois de anos, vi que eu conseguia melhorar meus conflitos e que a psicologia é um intermédio para que eu evolua. Consegui me curar da depressão e me apaixonei pela psicologia desde então” (sic).

Na terceira categoria dos concluintes do curso de psicologia, “Motivação em decorrência de um contato prévio”, identificou-se uma porcentagem de 19% (n=4), como “Fui apresentada a área por uma professora do ensino médio, desde então pesquisei e me identifiquei” (sic) e “Uma aula de psicologia em outro curso me despertou o interesse” (sic).





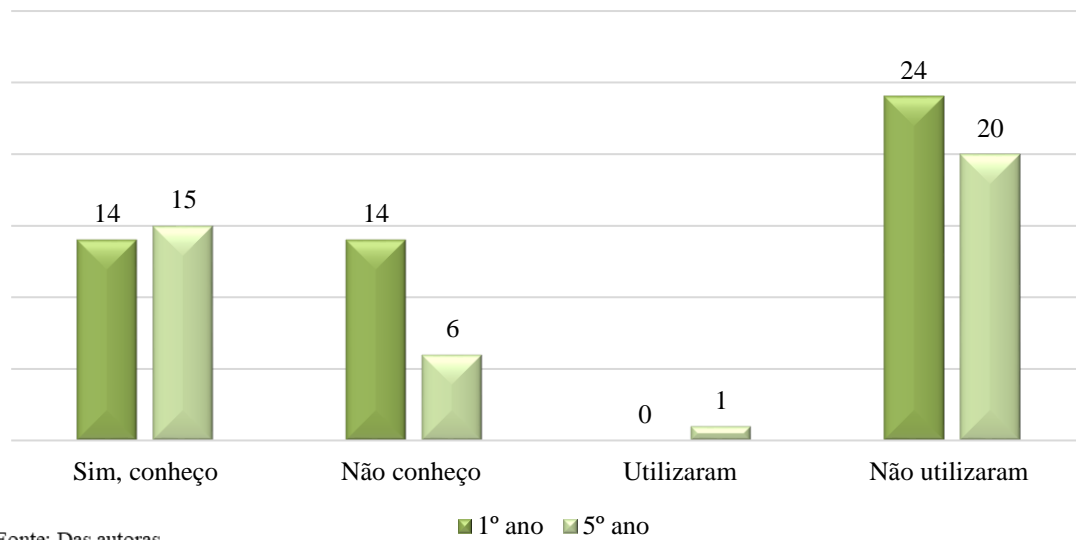
Foram encontrados em ambos os anos motivações em cursar psicologia voltadas para si e para o cuidado com o outro. Sendo a similaridade apenas divergente no aspecto do autoconhecimento como motivação para os alunos do primeiro ano, e no autocuidado para os alunos do quinto ano.

A terceira categoria encontrada na primeira pergunta do questionário se fez diferente no aspecto do contato, enquanto no primeiro ano a motivação foi identificada por influência de terceiros. Já no último ano foi por contato prévio com a profissão. Mas ambas com similaridade em uma terceira posição que não seja o aspecto de si próprio e de auxiliar o próximo.

Com relação à pergunta n.º 2 “Você conhece ou já utilizou os serviços públicos de saúde mental”, se tratando dos alunos do primeiro ano, 50% (n=14) assinalaram que sim e 50% (n=14) não conhecem. Todos os estudantes (n=28), descreveram que não utilizaram os serviços públicos de saúde mental. Ainda, sobre a mesma pergunta, aos alunos do quinto ano, 71,4% (n=15) conhecem os serviços, e 28,6% (n=6), não conhecem. Destes, 95,2% (n=20), não utilizaram, e apenas 4,8% (n=1), já utilizou os serviços, há muitos anos (Gráfico 7).

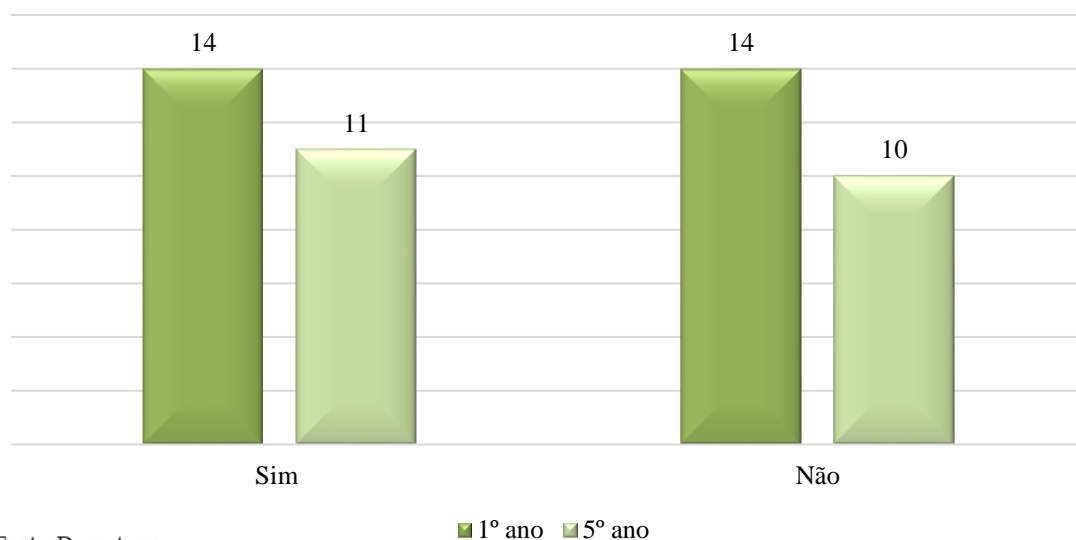
Em relação aos serviços públicos de saúde mental, nos aspectos de conhecer e utilizar os serviços, os alunos concluintes em sua maioria conhecem. Sendo levantada a hipótese de que o curso de Psicologia, englobado na área da saúde, compreende em sua grade curricular a discussão de tal temática e serviços. Mas embora, a maioria dos concluintes afirmarem conhecer, apenas uma pequena parcela usa o referido serviço.

**Gráfico 7 - Você conhece ou já utilizou os serviços públicos de saúde mental?**



Por fim, a terceira pergunta “Você fez ou faz acompanhamento psicológico no último ano?”, as respostas dos alunos ingressantes se dividem igual em 50% cada (n=14), sendo que das afirmativas 7,1% (n=1) utilizou o serviço psicológico da própria instituição de ensino. A respeito das respostas dos alunos concluintes, 52,4% (n=11), fazem acompanhamento psicológico, e 47,6% (n=10), não realizam (Gráfico 8).

**Gráfico 8 - Você fez ou faz acompanhamento psicológico no último ano?**



O acompanhando psicológico configura-se como um recurso importante para a qualidade de vida e saúde mental do estudante universitário, tendo em vista que, o contexto educacional está permeado, por desafios e eventos que podem ser aversivos,

podendo gerar estresse e desencadeando transtornos de ansiedade e depressão (Nazar *et al.*, 2023).

Neste sentido, Jardim, Castro e Ferreira (2020) complementam que os estudantes estão susceptíveis a apresentar algum ou diversos tipos de transtornos ao decorrer da vida acadêmica. Tal fato se dá pela vida universitária estar permeada de diferentes mudanças, gerando inseguranças e conflitos que podem causar a ansiedade. Assim como a saída do ambiente acadêmico, já essa composta pelas expectativas incertas que a inserção no mercado de trabalho proporciona.

No entanto, considerando a perspectiva de Araújo (2019), a ansiedade pode ser considerada uma situação normal considerando o contexto universitário, podendo se tornar patológica quando apresenta uma intensidade ou frequência incompatível com a situação que a desencadeia.

Desta forma, Santos (2020) reforça que a instituição de ensino superior precisa estar atenta e ter seu olhar voltado para o sofrimento psíquico em universitários, bem como a fatores como: ausências nas aulas, trancamento do curso, uso de substâncias psicoativas, somatizações dentre outros fatores, que podem revelar que a saúde mental do estudante universitário está debilitada, e conseqüentemente impedindo-os de corresponderem as exigências do processo de formação profissional.

#### **4. CONCLUSÃO**

O presente estudo evidencia a urgência de se discutir e agir em prol da saúde mental dos universitários. Os resultados demonstram que os discentes participantes, em fase inicial da graduação, possuem prevalência maior em casos de ansiedade, sendo levantada a hipótese na literatura, de que o ingresso no ensino superior é permeado por diversos fatores desencadeadores e/ou potencializadores de ansiedade.

No entanto, é possível perceber que tanto os graduandos iniciantes quanto os concluintes, tiveram em grande maioria, casos pontuados como ansiedade, traço e estado, evidenciando a importância de atenção durante o processo formativo, para com esse público. Desta forma, destaca-se a importância de intervenções preventivas e de promoção da saúde mental ao longo de todo o percurso acadêmico.

Considerando a Psicologia como um campo de atuação profundamente ligado às questões subjetivas, frequentemente associado ao sofrimento e ao cuidado com o próximo, é importante destacar a motivação evidenciada neste estudo. A maioria dos

participantes da pesquisa indicou que a escolha pela carreira foi motivada pelo desejo de cuidar de si mesmos ou dos outros. Dessa forma, podemos considerar que questões relacionadas a saúde mental têm ocupado cada vez mais espaço de discussões e interesses entre as pessoas, visto que os cursos de psicologia, nos últimos anos tem sido amplamente procurados, seja nas instituições públicas ou privadas.

Deste modo, constitui-se como imprescindível que as universidades voltem seu olhar para os estudantes, incluindo os de Psicologia, englobando ações que preconizem atender às necessidades emergentes e latentes que os perpassam, possibilitando espaços de reflexão a respeito das estratégias de prevenção e promoção em saúde mental e o desenvolvimento de ações institucionais e psicoeducativas, com o intuito de possibilitar a esses graduandos uma permanência saudável no meio acadêmico. Estas devem ser pautadas em uma lógica do cuidado e de humanização, que resulte em qualidade de vida durante esta etapa tão importante na vida do estudante.

Igualmente, além das universidades, disporem dessas práticas de cuidado, é essencial que os acadêmicos e futuros profissionais compreendam a importância de olharem e cuidarem também de si, buscando, quando necessário, atendimento psicoterapêutico. Com o decorrer do curso de Psicologia, os estudantes se aproximam mais dos serviços públicos de saúde mental, mas embora, a maioria dos concluintes afirmam conhecer tais serviços, apenas uma pequena parcela faz uso deles.

Em suma, as universidades devem, portanto, adotar uma postura proativa na criação e implementação de projetos que não apenas identifiquem as necessidades emergentes dos estudantes, mas que também promovam um ambiente de cuidado e humanização. Tais iniciativas são fundamentais para assegurar que os futuros profissionais de Psicologia desenvolvam suas competências em um contexto que priorize tanto o cuidado com o outro quanto o autocuidado. Isso reforça a importância de um suporte contínuo e integrado que facilite uma trajetória acadêmica saudável e, por consequência, uma formação profissional mais completa e humana.

## REFERÊNCIAS

ABREU, Mariana Marinho de; MACEDO, João Paulo. Saúde mental em estudantes de Psicologia de uma instituição pública: prevalência de transtornos e fatores associados. **Rev. SBPH - Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 91-103, jan./jun., 2021. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582021000100009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582021000100009&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 11 fev. 2024.

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2007.

ARAUJO, Camila Soares de. **Avaliação da prevalência de sintomas característicos de ansiedade e depressão em estudantes da área de saúde**. 2019. 58 fl. (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Bacharelado em Farmácia, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – Paraíba – Brasil, 2019.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE PESQUISA (ABEP). **Critério Brasil –2022**. Disponível em: <http://www.abep.org/>. Acesso em: 19 set. 2023.

BIESEK, Débora Maria; GAGLIOTTO, Giseli Monteiro. A educação universitária e o sofrimento psíquico dos acadêmicos. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 45647-45660, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29431>. Acesso em: 12 jan. 2024.

CARLESSO, Janaína Pereira Pretto. Os desafios da vida acadêmica e o sofrimento psíquico dos estudantes universitários. **Research, Society and Development**, v. 9, n.2, p. 1-11, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/2092>. Acesso em: 10 mai. 2023.

CHAVES, Livia Maria Santos; SILVA, Carmem Virgínia Moraes da. Psicologia e saúde mental: um olhar para o sofrimento psíquico do estudante de psicologia. In: **XIII Colóquio Nacional e VI Colóquio Internacional do Museu Pedagógico –UESB**, 2019, Bahia. Anais eletrônicos. Bahia: E. Santana, 2019, p. 2546-2550. Disponível em: <http://anais.uesb.br/index.php/cmp/article/viewFile/9066/8731>. Acesso em: 11 mai. 2023.

GRANER, Karen Mendes; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitário e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>. Acesso em: 10 mai. 2023.

GUIMARÃES, Cristiane de Carvalho. *et al.* Saúde mental do estudante de psicologia: possíveis implicações para sua atuação profissional. **Trab.En (Cena)**, v.5, n.1, p. 269-284, mar. 2020. Disponível em:

<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/7304/16863>. Acesso em: 11 mai. 2023.

JARDIM, Marília Guimarães Leal; CASTRO, Tathiane Silva; FERREIRA-RODRIGUES, Carla Fernanda. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 25, n. 4, p. 645-657, out./dez. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/fxPrQDMt7pJZcdR5sckDfhP/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 abr. 2023.

LÚCIO, Saislany Sheury Rafael. *et al.* Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. **Temas em Saúde**, João Pessoa, ed. esp. p. 260-274, 2019. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2294>. Acesso em: 24 abr. 2023.

MATTOS, Juliana de Oliveira Barros Amancio. *et al.* Estudos iniciais de uma escala de avaliação da ansiedade para estudantes universitários. **Argumentos Pró-Educação**, Pouso Alegre, v. 6, p. 1-16, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.24280/10.24280/ape.v6.e868>. Acesso em: 24 abr. 2023.

MOISÉS, Jessica Freitas; GIRON, Jemima. **Ansiedade e Estresse em Universitários: Comparativo entre Calouros e Formandos**. Universidade Estadual Paulista, 2019. Disponível em: <https://www.conic-semesp.org.br/anais/files/2019/trabalho-1000002757.pdf>. Acesso em: 12 fev. 2024.

NAZAR, Thaís Cristina Gutstei. *et al.* Saúde Mental no Contexto Educacional: Um Olhar para o Profissional da Gestão na Rede Pública. **Educere - Revista da Educação da UNIPAR**, v. 23, n. 4, p. 1548-1567, 2023. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/educere/article/view/9015>. Acesso em: 20 mar. 2024.

SANTOS, Christian Eduardo Andrade Resende. **A Saúde Mental do Estudante de Psicologia: Estudo de caso em uma universidade pública de Minas Gerais**. Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Federal de São João del-Rei. São João del-Rei/Minas Gerais, 2020. Disponível em: <https://www.ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/ppgpsi/DISSERTACAO%20FINAL%20CHRISTIAN.pdf>. Acesso em: 11 mai. 2023.

SILVA, Maria Eduarda Alves da. *et al.* Saúde mental dos estudantes universitários. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**. v. 9, p. 1-9, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reaenf.e6228.2021>. Acesso em: 10 mai. 2023.

SILVEIRA, Rita de Cássia Marinho. *et al.* **Fadiga por compaixão na perspectiva de estudantes concluintes de psicologia**. 2021. Disponível em: <https://tcc.fps.edu.br/bitstream/fpsrepo/987/1/Fadiga%20por%20Compaix%20c3%a3o.pdf>. Acesso em: 11 mai. 2023.

TRIGUEIRO, Emilia Suitberta de Oliveira. *et al.* Índices de depressão e ansiedade em estudantes de psicologia: um estudo exploratório. **Research, Society and Development**,



v. 10, n. 3, p. e3310312897-e3310312897, 2021. Disponível em:  
<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12897>. Acesso em: 11 mai. 2023.

## **CONTRIBUIÇÃO DE AUTORIA**

Luana Valera Bombarda: Administração do projeto; supervisão; e redação do manuscrito original.

Thaísa Angélica Déo da Silva Bereta: Administração do projeto; supervisão; e redação do manuscrito original.

Jaine Jassanã Dias Prado Krynski: Pesquisa; análise dos dados; e design de apresentação dos dados.

Eduarda Luana dos Santos: Pesquisa; análise dos dados; e design de apresentação dos dados.