

# ANSIEDADE EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO E EM FASE VESTIBULAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

## ANXIETY IN HIGH SCHOOL STUDENTS AND IN THE VESTIBULAR PHASE: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

Francisca Thalia Uchoa Chaves<sup>1</sup>

Orientadora: Carolina Maria de Lima Carvalho<sup>2</sup>

**RESUMO:** O fim do Ensino Médio representa, para alguns sujeitos, o ingresso no Ensino Superior; no entanto, para outros, esta é apenas uma das diversas possibilidades a se seguir após o fim dessa etapa. Nesse momento, há relevantes mudanças no estilo de vida dos alunos, um importante aumento do excesso de estresse e ansiedade, entre outras psicopatologias importantes. Este trabalho é uma revisão integrativa da literatura cuja questão de pesquisa é: o que dizem os estudos mais recentes e constantes em literatura especializada, produzidos entre os anos de 2016 e 2021, sobre as relações entre 1) ansiedade e alunos do Ensino Médio e 2) ansiedade e alunos em fase vestibular? A fim de alcançar uma discussão que possibilite respostas a esta pergunta, foram filtrados artigos com textos completos, em língua portuguesa e revisados por pares que investigassem as relações estabelecidas no problema. A seleção dos artigos ocorreu a partir das seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Selecionou-se artigos publicados nos anos de 2016 a 2021. Após a aplicação dos critérios de inclusão (filtros e palavras-chaves) e exclusão, chegou-se à delimitação do *corpus*, que corresponde a 6 artigos. Analisou-se, pois, como os artigos de cada grupo temático contribuem para se alcançar uma visão multifacetada a respeito da ansiedade em alunos do Ensino Médio, que vai da mensuração dos níveis de tal patologia à discussão das possibilidades de tratamento. Os dados analisados permitem considerar que a etapa do Ensino Médio, especialmente o processo do vestibular, pode causar diversos sentimentos entre os alunos, como medo, angústia, euforia, preocupação excessiva, o que possibilita elevar os níveis de ansiedade dos discentes. Notou-se a prevalência de ansiedade patológica no sexo feminino, em alunos de séries mais avançadas e que estão em cursinhos preparatórios por maior quantidade de tempo.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Ensino Médio. Vestibular. Saúde Mental

**ABSTRACT:** The end of High School represents, for some subjects, the entry into Higher Education; however, for others, this is just one of several possibilities to follow after the end of this stage. At this moment, there are relevant changes in the students' lifestyle, an important increase in excess stress and anxiety, among other important psychopathologies. This work is an integrative literature review whose research question is: what do the most recent and constant studies in specialized literature, produced between 2016 and 2021, say about the relationships between 1) anxiety and high school students and 2) anxiety and students in the vestibular phase? In order to reach a discussion that allows answers to this question, articles with full texts, in Portuguese and peer-reviewed that investigated the relationships established in the problem, were filtered. The selection of articles took place from the following databases: Virtual Health Library (VHL) and Scientific Electronic Library Online (SciELO). Articles published in the

---

<sup>1</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – Redenção (CE), Brasil Acadêmica do Curso de Enfermagem da Unilab. E-mail: thalya573@gmail.com.

<sup>2</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – Redenção (CE), Brasil. Docente do Instituto de Ciências da Saúde da Unilab. E-mail: carolinacarvalho@unilab.edu.br.

years 2016 to 2021 were selected. After applying the inclusion criteria (filters and keywords) and exclusion, the delimitation of the corpus was reached, which corresponds to 6 articles. It was analyzed, therefore, how the articles of each thematic group contribute to reach a multifaceted vision regarding anxiety in high school students, which ranges from measuring the levels of such pathology to the discussion of treatment possibilities. The analyzed data allow us to consider that the High School stage, especially the entrance exam process, can cause different feelings among students, such as fear, anguish, euphoria, excessive worry, which makes it possible to raise students' anxiety levels. There was a prevalence of pathological anxiety in females, in students from more advanced grades and who are in preparatory courses for a longer period of time.

**Keywords:** Anxiety. High school. Entrance exam. Mental health.

## 1. INTRODUÇÃO

O processo de entrada no ensino médio para vários alunos, abre um mundo de possibilidades futuras, dentre elas o vestibular que pode levar o aluno a seguir para a graduação em sua área sonhada. A prova de vestibular é uma exame que avalia os alunos, que irão adentrar na universidade de escolha, sendo em sua maioria estudantes adolescentes participantes do ensino médio ou de cursos preparatórios para vestibular, após os resultados do exame, há alunos que são selecionados e classificados para a instituição e outros não (SOARES E MARTINS, 2010). É importante considerar que o fim do Ensino Médio representa, para alguns sujeitos, o ingresso no Ensino Superior; no entanto, para outros, esta é apenas uma das diversas possibilidades a se seguir após o fim dessa etapa. Nesse momento, há relevantes mudanças no estilo de vida dos alunos, um importante aumento do excesso de estresse e ansiedade, entre outras psicopatologias importantes.

Além disso, o processo de possível entrada no mundo acadêmico é bastante concorrido. Para alcançar tal realização, que é comumente considerada uma conquista, o aluno necessita realizar uma prova, sendo seu resultado aquilo que define se esse aluno ingressará ou não na Universidade. Devido ao nível de competitividade, cobranças externas e pessoais, o estudante pode desenvolver, nesse período, sintomas de ansiedade patológica, o que pode afetar negativamente seu desempenho.

A ansiedade é caracterizada como um comportamento natural a uma situação ou suspeita de ameaça detectada pelo corpo, consistindo, portanto, em um processo fisiológico dos seres humanos. Guimarães (2014), reforçando essa posição, explica que a ansiedade é representada como um acontecimento natural aos seres humanos, mas pode se tornar patológica quando aumenta excessivamente, o que acaba interferindo na rotina de atividades do paciente. Quando excessiva, a ansiedade pode ser representada por sintomas como sensação de

apreensão, pavor ou inquietação, e pode exibir modificações de acordo com a percepção de perigo. Portanto, os sinais e sintomas podem ser representados de maneiras diferentes em cada indivíduo. De acordo com Miranda et al (2017), atualmente a ansiedade tornou-se um problema que afeta em grande parte a população, devido esse fato pode-se ocorrer diversos aspectos negativos de formas diferentes.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2015 houve uma estimativa que uma em cada dez pessoas no mundo, apresenta algum distúrbio de saúde mental, sendo 10% da população mundial, tal porcentagem representa aproximadamente 700 milhões de pessoas (UNA-SUS, 2015). Várias pessoas tem apresentado constantemente problemas relacionados a saúde mental, tornando-se cada vez mais um problema mundial. O transtorno de ansiedade atinge uma estatística de 260 milhões de pessoas, sendo o Brasil o país que possui o maior número de pessoas acometidas com essa psicopatologia, dados apresentados pela OMS, apontam que cerca de 9,3% da população brasileira é acometida com transtorno de ansiedade e que 86% dos brasileiros apresentam algum tipo de transtorno mental, os mais frequentes são depressão e ansiedade (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2022).

A equipe de enfermagem ocupa um papel importante na área de saúde mental, em específico no acompanhamento de pessoas que possuem transtorno de ansiedade. A enfermagem possui um visão total das necessidades humanas básicas de enfermo, essa visão holística favorece o cuidado tanto do paciente quanto o da família. (OLIVEIRA, MARQUES E SILVA, 2020). A literatura especializada, conforme discutida ao longo de nossa pesquisa, permite considerar que a ansiedade entre alunos é algo bem recorrente, sendo prejudicial para suas vidas e desempenho estudantil.

O presente estudo, sobre ansiedade em estudantes de Ensino Médio, torna-se relevante ao considerarmos que artigos que possuem tal temática podem contribuir na compreensão dessa psicopatologia e proporcionar a busca por melhorias para esses discentes através da análise dos níveis de ansiedade. Além disso, como resultados destes tipos de estudos, é possível a implantação de intervenções que possam aliviar sintomas e melhorar o desempenho dos alunos. Desta forma, o objetivo do estudo é analisar através de literaturas já publicadas qual a relação entre ansiedade e alunos do Ensino Médio e 2) ansiedade e alunos em fase vestibular?

## **2. METODOLOGIA**

Este trabalho é uma revisão integrativa da literatura cuja questão de pesquisa é: o que dizem os estudos constantes em literatura especializada, produzidos entre os anos de 2016

e 2021, sobre as relações entre 1) ansiedade e alunos do Ensino Médio e 2) ansiedade e alunos em fase vestibular? Segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), esse tipo de estudo “[...] emerge como uma metodologia que proporciona a síntese do conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática.” (p. 102). Logo, possibilita aos leitores da revisão o melhor aproveitamento das evidências informadas nos vários artigos sobre a mesma temática. A revisão integrativa é, pois, uma forma de sintetizar em um estudo diversas discussões de pesquisadores que debateram sobre determinado tema, estabelecendo um diálogo entre tais estudos, abstraindo reflexões a partir dos seus resultados e sopesando quais investigações são viáveis de serem (re)aplicadas.

A fim de alcançar uma discussão que possibilitasse obter respostas ao problema elaborado, foram filtrados artigos com textos completos, em língua portuguesa e revisados por pares que investigassem as relações estabelecidas no problema (a saber: ansiedade & Ensino Médio; ansiedade & vestibular). A seleção dos artigos ocorreu a partir das seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Estas foram escolhidas pois permitem a coleta de trabalhos de diversas outras bases de dados<sup>3</sup>. Selecionou-se pesquisas publicadas nos anos de 2016 A 2021.

Fazendo-se uso do Operador *Booleano AND*, utilizou-se combinações dos seguintes descritores em português a fim de se chegar aos artigos selecionados: “ansiedade”, “Ensino Médio”, “vestibular”. Utilizou-se como estratégia de inclusão artigos originais, em português, estudos de caso-controle, teses e dissertações desde que envolvam a presente temática. Após a aplicação das palavras-chaves, para a escolha dos artigos cujas análises se voltam estritamente à relação estabelecida entre as palavras-chaves consideradas, realizou-se a leitura dos títulos dos artigos reportados pelas bases de dados, em seguida fez-se a leitura dos resumos de cada artigo para compreender a pesquisa que nele continha e em seguida selecionar apenas estudos que dialogam com tema desta revisão. Adotou-se os seguintes critérios de exclusão: i) excluiu-se textos *perprints* (haja vista se tratarem de publicações que não passaram pelo processo de avaliação por pares), ii) excluiu-se artigos frutos de pesquisas realizadas com estudantes do Ensino Fundamental, da Educação de Jovens e Adultos (EJA), da graduação e da pós-graduação, iii) excluiu-se artigos frutos de pesquisas realizadas com professores e servidores. Em síntese, foram excluídos artigos cujas discussões não respondem à questão motivadora deste trabalho.

---

<sup>3</sup> Como Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *U.S. National Institutes of Health's National Library of Medicine* (PubMed) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE).

Após as pesquisas na BVS, utilizando as combinações de descritores “ansiedade AND Ensino Médio” e “ansiedade AND vestibular”, foram localizados 32 artigos referentes à primeira combinação e 7 referentes à segunda. Na pesquisa na base de dados sciELO, utilizando as combinações de descritores “ansiedade AND Ensino Médio” e “ansiedade AND vestibular”, foram localizados 5 artigos referente à primeira combinação e 2 referentes à segunda combinação. Considerando os critérios adotados para inclusão e exclusão, chegou-se a 5 artigos advindos da LILACS, a partir BVS, e 1 artigo coletado a partir da Scielo.

A combinação de descritores que retornou maior número de artigos foi: “ansiedade AND Ensino Médio”. No entanto, a combinação de descritores a partir da qual foi selecionado maior número de artigos para análise foi: “ansiedade AND vestibular”. A tabela 1 expõe as combinações utilizadas, as bases nas quais foram encontrados artigos, o número de artigos antes da seleção e a quantidade delimitada.

Figura 1 – Tabela: combinação de descritores, base de dados e quantitativo de referências

<b>Base de dados</b>	<b>Combinações</b>	<b>Quantidade de referências encontradas</b>	<b>Quantidade selecionada</b>
<b>BVS</b>	(ANSIEDADE)AND (ENSINO MÉDIO)	32 artigos	1 artigo
	ANSIEDADE) AND (VESTIBULAR)	7 artigos	4 artigos
<b>Scielo</b>	ANSIEDADE) AND (ENSINO MÉDIO)	5 artigo	0 artigos
	ANSIEDADE) AND (VESTIBULAR)	2 artigos	1 artigo
<b>Total</b>		46 artigos	6 artigos

Fonte: elaboração própria.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, chegou-se à delimitação do *corpus*, que corresponde a 6 artigos. Analisou-se, pois, como os artigos de cada grupo temático contribuem para se alcançar uma visão multifacetada a respeito da ansiedade em alunos do

Ensino Médio, que vai da mensuração dos níveis de tal patologia à discussão das possibilidades de tratamento. Chama-nos à atenção o fato de os artigos selecionados apontarem para a condição de níveis de ansiedade aumentarem conforme os alunos avançam no processo de escolarização do Ensino Médio, ficando cada vez mais latentes de acordo com a aproximação dos discentes do final do 3º ano e, consecutivamente, do processo avaliativo dos vestibulares.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Passemos às considerações a respeito do conteúdo de cada artigo analisado. A ordem de apresentação segue o ano de publicação dos trabalhos.

O **primeiro artigo** possui o seguinte título: *Ansiedade de provas em estudantes do Ensino Médio* (BVS – LILACS - 2016). Este trata de questões psicológicas em adolescentes que cursam o Ensino Médio e como tais fatores influenciam negativamente no rendimento dos alunos. O objetivo da pesquisa foi analisar o nível de ansiedade de provas escolares em estudantes do Ensino Médio de uma escola pública. O estudo contou com a participação de 379 adolescentes do 1º, 2º e 3º anos do Ensino Médio, com idades entre 14 a 20 anos. Destes, 277 correspondem a meninas e 152 a meninos. Para analisar a ansiedade em provas, foi utilizado o *Test Anxiety Scale* (TAS), sendo realizadas adaptações ao teste, o qual contém respostas de verdadeiro ou falso, com 37 itens. Essa escala avalia a ansiedade dos últimos 6 meses, nível de agradabilidade, em que *scores* acima da média são indicativos de ansiedade em provas e *scores* abaixo da média indicam que o aluno não apresenta ansiedade. Antes de dar início aos testes, foram aplicados um pré-teste do TAS com 15 alunos, a fim de identificar se houve alguma dificuldade de compreensão de frases e palavras. A aplicação do teste foi feita por classe, com 60 minutos para preenchimento. Os resultados indicam prevalência de ansiedade no sexo feminino, em alunos com 17 anos e em alunos de terceiro ano. Foram observados com grande frequência três estressores: auto cobrança no desempenho de prova, sentimento de incapacidade, reações psicológicas perante a situação de avaliação acadêmica.

A partir dos resultados pode-se, constatar que mais da metade dos alunos que participaram apresentaram ansiedade de prova. O estudo associa os resultados com outras literaturas, chegando à conclusão que há uma tendência nas mulheres em encarar processos avaliativos como um desafio, acreditando que são incapazes de chegarem a um bom resultado, elevando níveis de ansiedade, sendo esse gênero de maior prevalência na testagem positiva para a patologia. Em relação à causa do estresse, houve predomínio da autocobrança no desempenho da prova, sentimento de incapacidade e reações psicofisiológicas, destacando-se esses, a partir

dados advindas do teste, como os principais estressores que contribuem para a ansiedade nos alunos. No fim do estudo, houve a conclusão que processos avaliativos como o vestibular podem ser encarados como um fator estressor, e tal estresse pode fazer com que o aluno desenvolva algum nível de ansiedade prejudicando o rendimento estudantil.

O **segundo artigo** analisado possui o título: *Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina* (BVS – LILACS - 2016). Este tem o objetivo de avaliar a presença de sintomas de estresse em pré-vestibulandos e acadêmicos do curso de medicina, analisando os níveis em que os estudantes se enquadram e como isso impactam na vida deles e no rendimento do vestibular e acadêmico. Foi utilizado o Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL, na sigla em inglês), afim de avaliar a presença de estresse, a fase do estresse (alerta, resistência, quase exaustão e exaustão) e o tipo de sintoma mais frequente (físico ou psicológico). Participaram do teste 178 alunos matriculados em cursos preparatórios para vestibular de medicina e 78 acadêmicos de medicina. Observou-se, nos alunos do curso preparatório, uma predominância do sexo feminino, alunos com renda familiar de até oito salários mínimos e estudantes com mais de 3 anos de curso, sem presença de comorbidades, destacando-se que o transtorno mais comum foi o de humor. Estudantes de pré-vestibular, do sexo feminino, aqueles com mais de 3 anos de curso, encaixaram-se em fases avançadas de estresse.

Após aplicação do ISSL, notou-se que a cefaleia e a fase de exaustão estavam relacionadas. Foram analisados maiores níveis de resistência e exaustão nos estudantes do curso preparatório do que nos acadêmicos de medicina. Esse artigo nos mostra que o sexo feminino apresentou fortemente os níveis de resistência e exaustão, que podem ser devido a diversos fatores, como exigências pessoais, profissionais, sociais, biológicas e hormonais. Houve prevalência do estresse na fase de resistência nos pré-vestibulandos com tempo de curso de até três anos e os que estão após esse período se encaixaram na fase de exaustão, que pode ser desencadeada por algumas variáveis, tal qual desgaste emocional, índices elevados de concorrentes por vagas, longa preparação, muitas provas já realizadas. Em relação às comorbidades, nos pré-vestibulandos, a que mais se destacou foi o transtorno de humor, que pode ter como consequência a diminuição do desempenho, problemas sociais, etc. O referido estudo nos mostra que a maioria dos alunos do curso preparatório apresentaram alta prevalência de estresse, principalmente em fase de resistência e exaustão, podendo levar a outros problemas, e tais problemas podem dificultar o rendimento do aluno.

O título do **terceiro artigo** é: *O imaginário de adolescentes sobre o vestibular: um estudo psicanalítico* (SCIELO - 2017). O artigo possui o objetivo de investigar

psicanaliticamente o imaginário de adolescentes de classe média em relação ao vestibular, considerando que este é o grupo que usualmente se dirige ao ensino superior em instituições públicas e privadas. Foram convidados 14 estudantes do último ano do Ensino Médio, com idades entre 16 a 19 anos, porém apenas 9 aceitaram participar da pesquisa. Ao longo da pesquisa, observou-se que esse número de alunos mostrou ser suficiente para as interpretações alcançadas. Foi realizada uma entrevista coletiva com uso do procedimento de Desenho-Estória, ou seja, a análise se deu por meio de desenhos e representações. Os pesquisadores resolveram utilizar tal método, pois afirmam que a comunicação verbal é politicamente correta, no entanto, podem não revelar aspectos afetivo-emocionais que são de suma importância para a pesquisa. Em seguida, os estudiosos utilizaram uma narrativa transferencial, afirmando permitir a interpretação de 2 campos de sentido afetivo-emocional, os quais denominam de responsabilidade individual e chave para o sucesso.

O desenhos transmitem sentimentos que os alunos sentem em relação ao vestibular, como dúvida quanto à sua capacidade pessoal, gerando ansiedade e sofrimento. No aspecto responsabilidade individual, o artigo coloca uma situação paradoxal enfrentada pelo aluno, a de garantir um Ensino Superior e ser “livre”, mas se prender à necessidade de ter que garantir seu próprio sustento e sustento de possíveis filhos, gerando nesse o temor de não encontrar-se apto para a tomada de decisão. Sobre isso, Gallo-Belluzzo, Ferreira-Teixeira, Aiello-Vaisberg (2017) destacam:

Na verdade, a situação, como um todo que inclui definição da profissão e capacidade de obter vaga, aprender e conseguir um bom emprego, acaba gerando ansiedade e se expressando nas produções imaginativas como crença de que conta apenas consigo próprio, com seus recursos intelectuais e disciplinares, para conduzir a própria vida. (p. 408).

Nesse mesmo estudo, a desigualdade é observada com um fator causador de insegurança e ansiedade. A esse respeito, aponta-se a escolaridade brasileira como baixa e desigual, favorecendo a eliminação de alunos de instituições de Ensino Básico e de possível menor qualidade. Nesse contexto, algumas pessoas veem o resultado como “justo”, pois acreditam que todos têm a mesma oportunidade e só não passam aqueles que não se empenharam o bastante para obter resultado positivo. Essa discussão faz parte do segundo campo, denominado chave para o sucesso. Os autores reiteram que esse merecimento baseado no desempenho individual só pode ser analisado como medida de avaliação quando todos os sujeitos que ali estão possuírem históricos de preparação para o vestibular semelhantes. O estudo conclui que o estudante, por pressões externas, não vive o momento da Ensino Médio,



tendo uma extensa preocupação e ansiedade em passar em uma universidade e, em seguida, ansiedade e medo do futuro que, para muitos, só podem seguir dois caminhos, o do sucesso ou o do fracasso.

O título do **quarto artigo** é: *Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: um estudo piloto* (BVS – LILACS – 2017). O objetivo do estudo foi Relatar a experiência de aplicação de um programa breve de intervenção para o manejo de stress e ansiedade em vestibulandos e apresentar seus resultados preliminares. O Programa contou com a participação de 12 adolescentes de ambos os sexos, em idades entre 17 e 21 anos. Esse teve a fase pré-teste e a de pós-teste, contendo seis sessões de intervenção (uma por semana), um pós-teste e o parecer individual. Foram utilizadas as escalas de *Beck*: o Inventário de Ansiedade de *Beck* (BAI), o Inventário de Depressão de *Beck* (BDI) e a Escala de Desesperança de *Beck* (BHS), para o fator estresse, utilizou-se o Inventário de Sintomas de *Stress* de Lipp (ISSL), e, para avaliar as habilidades, o Inventário de Habilidades Sociais (IHS) foi utilizado.

A avaliação inicial dos resultados do pré-teste aponta que a maioria dos alunos apresentou sinais de desgaste psicológico, dentre os quais, os principais foram: ansiedade e estresse, mesmo estes apresentando resultados positivos de habilidades sociais. A análise do estresse a partir do ISSL pontuou quatro estágios de alerta: resistência, quase-exaustão e exaustão, sendo esses classificados em ordem crescente de como o aluno conseguia lidar com os fatores de estresse. Nessa análise, observou-se que 2 participantes não apresentavam sinais de estresse após intervenção, 3 estavam na fase quase exaustão e o restante na fase de resistência. Os níveis de BAI apontou que, antes do início da intervenção, 4 participantes apresentavam níveis baixos de ansiedade, 2 ansiedade leve, 5 ansiedade moderada e 1 ansiedade severa. A BDI identificou que 4 apresentavam níveis mínimos de sintomas de depressão e 5 níveis leves, 2 níveis moderados e um níveis severos. Segundo a BHS, 0 participantes apresentaram níveis moderados ou graves de desesperança, tendo sido, em sua maioria (oito alunos), níveis mínimos. O IHS mostrou que a maioria dos alunos tinham bom repertório de habilidades sociais.

O momento das intervenções do programa contou com a primeira sessão de psicoeducação sobre o estresse e a ansiedade e a sua relação com o vestibular, com 10 participantes. A segunda, psicoeducação sobre a importância da manutenção de hábitos saudáveis para o combate e controle do estresse, com 8 participantes. A terceira sessão incluiu exercícios de relaxamento físico e mental e exercícios de respiração, com 9 participantes. A quarta sessão, psicoeducação sobre o Modelo Cognitivo, como parte da intervenção segundo a TCC, com 6 participantes. A fase pós-teste contou com a presença de 11 dos 12 participantes

da primeira fase. ISSL mostrou que 2 participantes elevaram os níveis de estresse, 1 passou de resistência para quase exaustão e outro passou da fase em que não apresentava estresse para a fase de resistência. 2 continuaram no nível de resistência, 1 continuou não apresentando estresse e 7 apresentaram redução dos sintomas. BAI apresentou que apenas 1 aluno que estava em ansiedade mínima passou a apresentar ansiedade leve, 5 mantiveram os níveis leves e 5 reduziram níveis de ansiedade. BDI apontou que 3 reduziram sintomas de depressão e o restante manteve os níveis. No BHS não houve alterações, todos os alunos mantiveram o mesmo repertório da fase pré-teste.

O **quinto artigo** possui o título: *Adolescentes na fase pré-vestibular: um estudo da ansiedade, hipertensão, fatores antropométricos e hemodinâmicos associados* (BVS – LILACS – 2019). Nele, buscou-se mostrar a associação de características psicossociais, fatores antropométricos e hemodinâmicos com a ansiedade e com os níveis pressóricos de adolescentes pré-vestibulandos. A pesquisa foi realizada em uma instituição de ensino privada na cidade de Jataí, Goiás, contando com a participação de 95 alunos de ambos os sexos, com média de idade de 18,2 anos. Foi aplicado aos alunos participantes um questionário de características psicossociais, a partir do qual os resultados mostram que a maioria dos participantes foi do sexo feminino, declararam-se não brancos, pretendiam cursar graduações na área de ciências da saúde, declararam utilizar estimulantes, afirmaram não usuários de álcool, não se consideram sedentários e não fazem uso contínuo de medicamentos. Foram mensurados os dados antropométricos e hemodinâmicos dos alunos.

Para análise, foi utilizado o inventário de ansiedade de *beck* (BAI), categorizados em 0 (absolutamente não), 1 (levemente), 2 (moderadamente), 3 (gravemente). Os resultados das somas significam que entre 0 e 7 nível de ansiedade é mínimo; de 8 a 15 a ansiedade é leve; de 16 a 25 a ansiedade é moderada; e 26 a 63 a ansiedade é grave. Observou-se, pelo BAI, que 25 participantes apresentaram ansiedade moderada, 33 mínimo, 34 leve e 04 ansiedade grave. Foi verificado que a pressão de pulso (PP) encontravam-se em valores elevados enquanto que a pressão sistólica e a diastólica em valores normais. Verificou-se a associação de circunferência da cintura (CC), PP com a pressão sistólica (PS), a frequência cardíaca (FC), CC e PP com a pressão diastólica (PD).

Nesse estudo, analisou-se que os alunos do sexo masculino apresentaram *escores* médios de PS mais elevados que os do sexo feminino. Já os usuários contínuos de remédio apresentaram OS menores, quando comparados aos que não fazem uso. Foi mostrado que quanto maiores eram as CC, maiores eram os níveis pressóricos. Constatou-se que quanto maior a PP, maior a PS e menor a PD. Já no BAI, o sexo feminino apresentou maiores *escores* que o

sexo masculino e que quanto maior a idade, maior era a ansiedade referida. O estudo aponta que os *escores* de ansiedade elevados são frequentes entre os adolescentes em resposta ao cotidiano agitado em que vivem. Nesse cenário, o vestibular demonstrou ser uma etapa complexa para os estudantes, sendo um gerador de ansiedade entre eles. Nestes, tais elevações dos níveis de ansiedade podem resultar em alterações antropométricas e hemodinâmicas.

O **sexto e último artigo**, cujo título é: *Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular* (BVS – LILACS – 2020), teve como objetivo medir a prevalência da sintomatologia de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e avaliar se esta possui relação com fatores sociais, demográficos ou com outras ansiedades, especificamente a ansiedade do contexto de realização de provas. O estudo foi realizado em um curso de pré-vestibular no sul do país, contando com a participação de 137 alunos. Foram avaliadas características sociais, demográficas e acadêmicas, por meio de questionário, inventário de ansiedade frente a provas (IAP), inventário de ansiedade internamente e externamente causada (IAIEC) e escala de estresse e sintomatologia de TAG. Os dados apontam que a maior prevalência de sintomatologia TAG veio do grupo de *escore* de ansiedade relacionada a prova mais elevado, maior ansiedade interna e externamente causada, maiores *escores* de estresse, o que indica uma alta prevalência da sintomatologia de TAG entre eles. A pesquisa identificou também uma alta prevalência de ansiedade no sexo feminino, o que pode estar relacionado a diversos fatores, como genéticos, influências hormonais, vulnerabilidade e estressores ambientais, social e/ou até por pressões e objetificação do corpo da mulher. O estudo observou que estudantes de 19 anos, em comparação com os de 18, apresentaram menor probabilidade de TAG. Este fato pode se dar devido à possibilidade de que os mais novos encarem a experiência como algo novo, gerando maior expectativa e, conseqüentemente, maior ansiedade, enquanto os mais velhos já se encontram desgastados pelo tempo, incertezas e medo do futuro. Esses fatores podem, possivelmente, explicar o porquê da menor prevalência de sintomas de TAG entre os alunos de idade mediana.

Os que estudam em escolas privadas apresentaram *escore* maior em relação aos estudantes advindos de escolas públicas. Uma possível explicação apresentada pelos pesquisadores para esse resultado, considerando um outro estudo abordado no artigo, é a adaptação, ou seja, pode ser que alunos de rede pública se adaptem melhor ou até mais rápido que os outros, apesar de não se ter pesquisas que justifiquem fidedignamente esse ponto, havendo, portanto, escassez de trabalhos a respeito desse assunto. O resultado do instrumento que avaliava a ansiedade relacionado a prova foi alto. Sobre isso, os pesquisadores pontuaram que há indícios que apontam que ansiedade relacionado a provas entre estudantes de pré-

vestibular pode ser superior a de outros subgrupos de estudantes. Os maiores *escores* representaram que há uma maior probabilidade da presença dos sintomas da TAG. O *escore* de ansiedade interna e externamente causada foi elevado, porém tal resultado não teve grande relevância, tendo em vista que os resultados podem significar que essas são as reações que o aluno sente no momento do exame, o qual pode ser o fator da ocorrência da TAG e não necessariamente expectativas geradas relacionadas ao desempenho no vestibular. O estudo observou alta da sintomatologia de TAG nessa amostra, em comparação a outros subgrupos, sendo um sinal de alerta para o ambiente do estudo.

A tabela a seguir sistematiza os dados (artigo, autores, título, base de dados e ano de publicação, local em que se realizou a pesquisa e objetivos) estudos considerados.

Figura 2 – Tabela: dados sobre os artigos selecionados

<b>Artigo</b>	<b>Autor</b>	<b>Título do artigo</b>	<b>Base de dados</b>	<b>Ano de publicação</b>	<b>Local do estudo</b>	<b>Objetivos</b>
1	Luiz Ricardo Vieira Gonzaga; Andressa Melina Becker da Silva; Sônia Regina Fiorim Enumo.	<i>Ansiedade de provas em estudantes do Ensino Médio</i>	BVS (LILACS)	2016	Escola pública de Ensino Médio, localizada na capital do estado de São Paulo.	Analisar o nível de ansiedade de provas escolares em estudantes do Ensino Médio de uma escola pública.
2	Fernando Silva Santos; Carlos Rogério Cândido Maia; Fernanda Cunhasque Faedo;	<i>Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina</i>	BVS (LILACS)	2016	Instituições privadas de Montes	Avaliar a presença de sintomas de estresse em pré-vestibulandos e acadêmicos do curso de medicina,

	Gabriel Pereira Coelho Gomes; Melriden Elyam Nunes; Marcos Vinícius Macedo de Oliveira.				Claros, Minas Gerais.	analisando os níveis em que os estudantes se enquadram e como isso impactam na vida deles e no rendimento do vestibular e acadêmico.
3	Sueli Regina Gallo-Belluzzo; Marcela Casacio Ferreira-Teixeira; Tânia Maria José Aiello-Vaisberg.	<i>O imaginário de adolescentes sobre o vestibular: um estudo psicanalítico</i>	SCIELO	2017	Escola de ensino médio, de um colégio particular do interior do estado de São Paulo.	Investigar psicanaliticamente o imaginário de adolescentes de classe média em relação ao vestibular, considerando que este é o grupo que usualmente se dirige ao ensino superior em instituições públicas e privadas.
4	Carla Cristina Daolio; Carmem Beatriz Neufeld	<i>Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: um estudo piloto</i>	BVS (LILACS)	2017	Cursinho pré-vestibular particular de uma cidade do	Relatar a experiência de aplicação de um programa breve de intervenção para o manejo de stress e

					interior de São Paulo.	ansiedade em vestibulandos e apresentar seus resultados preliminares.
5	Bruno Bordin Pelazza; Lázara Roberta de Oliveira Rocha Gobbi; Anna Cláudia Puggina; Cássia Régia de Paula; Ludmila Grego Maia; Maria Cristina Umpierrez.	<i>Adolescentes na fase pré-vestibular: um estudo da ansiedade, hipertensão, fatores antropométricos e hemodinâmicos associados</i>	BVS (LILACS)	2019	Curso de pré-vestibular em um município do Sudoeste Goiano.	Mostrar a associação de características psicossociais, fatores antropométricos e hemodinâmicos com a ansiedade e com os níveis pressóricos de adolescentes pré-vestibulandos.
6	Frederico de Lima Schönhofen; Lucas Neiva-Silva; Raimundo Bittencourt de Almeida; Maria Eduarda Centena Duarte Vieira;	<i>Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular</i>	BVS (LILACS)	2020	Curso pré-vestibular privado do Sul do Brasil.	Medir a prevalência da sintomatologia de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e avaliar se esta possui relação com fatores sociais, demográficos ou com outras

	Lauro Miranda Demenech.					ansiedades, especificamente a ansiedade do contexto de realização de provas.
--	-------------------------------	--	--	--	--	---

Fonte: elaboração própria.

Conforme os dados avaliados, foi possível perceber que há escassez de literatura especializada voltada à investigação da associação entre transtorno de ansiedade e Ensino Médio, especialmente no que diz respeito aos alunos e pré-vestibulandos. Esta é, pois, uma dificuldade no que concerne ao estudo da temática conforme aqui delimitada, a qual é, inclusive, corroborada pelos artigos investigados.

A maioria dos artigos considerados destacaram a prevalência da ansiedade em pacientes do sexo feminino; condição apontada em 4 artigos, o primeiro, o segundo, o quinto e o sexto. Nestes, são registrados diversos fatores que podem justificar esse fato, como condições hormonais, genéticas, estressores ambientais, ou até mesmo devido a fatores socioculturais, como o fato das mulheres sofrer grande pressão diante da sociedade, em decorrência do machismo, tais justificativas corroboram com outros estudos analisados pelos autores dos textos. A esse respeito, Schönhofen et al (2020) coloca:

Está bem estabelecida na literatura a existência de uma desigualdade em desfechos de saúde baseada no gênero. Vesga-López et al. citam três razões complementares que podem contribuir para essa diferença encontrada: (a) fatores genéticos: estudos feitos com gêmeos indicam que contribuição absoluta de fatores genéticos para o risco de TAG é maior entre mulheres<sup>24</sup>; (b) influências hormonais: alterações na regulação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e no sistema simpático-adrenomedular, bem como eventos do ciclo hormonal feminino, parecem contribuir para o risco de TAG<sup>25</sup>; e (c) vulnerabilidade a estressores ambientais: mulheres podem ser mais vulneráveis ao desenvolvimento de psicopatologias em função de eventos traumáticos na infância do que homens<sup>26</sup>; além disso, sugerimos uma quarta razão, a (d) social: mulheres recebem piores salários para os mesmos empregos que os homens, possuem maior carga de trabalho e têm menos oportunidades. Ademais, a objetificação dos seus corpos impõe um fardo social pela necessidade de manter uma aparência socialmente estabelecida. (p. 6).

Essas discussões são reforçadas por estudos externos aos analisados nesta revisão integrativa que se dedicam especificamente a estudar a ansiedade em mulheres, como Ludemir (2008), Zanello e Silva (2012) e Baptista e Soares (2017). Ludemir (2008) destaca o fato de a

ansiedade poder ser avaliada como um transtorno que afeta os diferentes atores sociais de forma desigual, seja do ponto de vista das diferentes classes sociais, afetando mais pessoas de baixa renda e baixa escolaridade, seja do ponto de vista do gênero, afetando sobretudo mulheres. Baptista e Soares (2017), em sua revisão integrativa sobre ansiedade em crianças e adolescentes, apontam o pertencimento ao sexo feminino como fator de risco para o desenvolvimento desta patologia.

Já Zanello e Silva (2012), apontam que outros transtornos mentais, que não somente a ansiedade, são mais frequentes nas mulheres. Analisando 72 prontuários de pacientes do sexo masculino e 126 de pacientes do sexo feminino, os pesquisadores concluem que 27,5% dos homens e 59,6% das mulheres são acometidos por transtornos mentais comuns. Tal realidade, segundo os pesquisadores, demanda formas distintas de diagnosticar e tratar os transtornos mentais em tais sujeitos.

Alguns artigos apontam os fatores: idade, referido no quinto artigo, séries mais elevadas demonstrada no primeiro artigo, e tempo de curso relatado no segundo, como com grande predominância em resultados positivos para ansiedade. Sobre a idade, os apontamentos indicam que quanto maior a idade maior o sentimento de desesperança, medo, desespero (sentimentos causadores da ansiedade), sendo esses também despertados em alunos que já fazem parte de cursinhos por um período prolongado de tempo. Nesse sentido, quanto mais próximo do processo de vestibular, por exemplo os alunos que cursam o terceiro ano do Ensino Médio, maior e mais prevalentes são os sintomas de ansiedade. Os estudos consideram ainda que quanto menor a idade, maior a tendência de sentimento de euforia.

O segundo, quarto e quinto artigo apresentaram o intuito de mensurar os níveis de ansiedade nos alunos estudados, sendo utilizado para tanto, as escalas de Beck. Trata-se de um teste psicológico, ou seja, de uma ferramenta para medição das condições psicológicas dos pacientes, quer vinculadas a aspectos subjetivos dos indivíduos, quer vinculadas aspectos sociais (OLIVEIRA, 2013). Esta escala é dividida em alguns inventários capazes de medir níveis, severidade e sintomas da ansiedade do avaliado. Segundo Daolio e Neufeld (2017), é composta “[...] por um conjunto de quatro escalas desenvolvidas por Beck, que avaliam ansiedade, depressão, desesperança e ideação suicida.” (p. 133).

Um dos pontos críticos é o fator social, sobre o qual o sexto estudo relata a prevalência de ansiedade entre alunos que cursaram o Ensino Médio em escolas privadas, associando tal fato às pressões familiares. Supõe-se, no estudo, que alunos advindo de escolas particulares tenham um processo adaptativo mais lento que os de escola pública, tornando os níveis de ansiedades maiores.



Já o terceiro artigo considera que a desigualdade social, incidente sobre a realidade de vida de alunos do ensino público, pode acarretar insegurança e medo e, conseqüentemente, resultar em ansiedade patológica, favorecendo a eliminação do vestibular de alunos de instituições de ensino básico e/ou de possível menor qualidade. Avalia-se, portanto, a falta de equivalência entre os resultados a que os estudos chegaram e, consecutivamente, com relação às explicações dadas por eles a respeito da relação ansiedade, Ensino Médio e realidade social.

A relação entre ansiedade e desigualdade social também tem sido observada por pesquisadores externos aos discutidos como dados nesta revisão. Nesse sentido, Silva e Santana (2012) apontam que diversas condições acarretadas pelas desigualdades, como um status socioeconômico desprestigiado, a baixa escolaridade e o desemprego podem sim ter efeitos negativos na saúde mental dos pacientes, inclusive no que concerne à elevação dos níveis de ansiedade. Viana (2019), por outro lado, embora concorde que a desigualdade social provoca discriminação, e que tal discriminação pode ter efeitos negativos sobre os pacientes, vindo a causar nesses ansiedade, discordam que a desigualdade social em si possa ser pensada como uma condição motivadora ao desenvolvimento do transtorno de ansiedade. Esclarece a autora:

[...] os resultados revelaram que a percepção pessoal de desigualdade não está associada com a ansiedade embora esta última esteja associada com a discriminação. Isto pode ocorrer devido ao facto da experiência de desigualdade ser de natureza menos interpessoal, colocando-se mais a nível institucional e estrutural, não implicando, necessariamente e de forma explícita, conflitos ou outras experiências de vitimação de natureza interpessoal. (VIANA, 2019, p. 26).

Fernandes et. al. (2018), indo de encontro aos dados obtidos nesta revisão integrativa, e reforçando os apontamentos de, Silva e Santana (2012), analisa que as condições mais elevadas de desigualdade possuem efeito no aumento dos níveis de ansiedade nos pacientes estudados. Isto porque: “A carência de recursos financeiros reflete nas condições gerais de saúde e, essencialmente, na saúde mental.” Especificamente, o autor aponta que o aumento da ansiedade está vinculada a “[...] redução do poder, insegurança e cumprimento de papéis sociais [...]” (FERNANDES et. al., 2018, p. 2348).

#### **4. CONCLUSÃO**

Os dados analisados permitem considerar que a etapa do Ensino Médio, especialmente o processo do vestibular, pode causar diversos sentimentos entre os alunos, como medo, angústia, euforia, preocupação excessiva, o que possibilita elevar os níveis de ansiedade

dos discentes. Notou-se que há fatores determinantes que influenciam no desenvolvimento da ansiedade patológica, como o sexo feminino que foi apontado diversas vezes como uma das maiores taxas de desenvolvimento da patologia, alunos de séries mais avançadas, devido a aproximação do vestibular, estudantes que estão há um longo período de tempo em cursinhos preparatórios, a desigualdade social pode acarretar insegurança e medo, fazendo com que o indivíduo possa ser acometido com ansiedade patológica e assim tenha seu rendimento estudantil prejudicado.

Torna-se relevante voltar atenção ao público de adolescentes que estão no ensino médio em especial os de fase pré-vestibular, pois esse momento de decisão, escolhas e determinação do futuro acadêmico, além de fatores pessoais que cada indivíduo carrega de forma singular, podem influenciar no desenvolvimento de sintomas de ansiedade, estresse entre outros sofrimentos mentais e resultar na diminuição do rendimento do aluno e em frustração, reduzindo a qualidade de vida desses.

É notório o quão a população jovem, em específico os adolescentes em fase pré-vestibular, sofre com tal problema, isso torna necessário que haja maior atenção a esse público, por parte dos professores, equipe escolar e pessoas que estão inseridas na vida do estudantes, para que possam identificar precocemente nos alunos sinais que podem ser sugestivos de ansiedade patológica, e assim orientar a busca de ajuda profissional e tratamento de forma precoce para que tais sintomas não interfira significativamente na vida do aluno. Tendo em vista a escassez de trabalhos voltados especificamente a ansiedade em alunos do ensino médio, dificultando a pesquisa, torna-se relevante que sejam desenvolvidos mais estudos acerca do tema, para que futuras pesquisas tenham mais embasamento e possam proporcionar melhores propostas para intervenção.

## REFERÊNCIAS

BAPTISTA, Makilim Nunes; SOARES, Thiago Francisco Pereira. Revisão integrativa da ansiedade em adolescentes e instrumentos para avaliação na base scientific electronic library online. **Avaliação Psicológica**, v. 16, n. 1, p. 97-105, 2017.

DAOLIO, Carla Cristina; NEUFELD, Carmem Beatriz. Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: Estudo piloto. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 18, n. 2, p. 129-140, 2017.

GALLO-BELLUZZO, Sueli Regina; FERREIRA-TEIXEIRA, Marcela Casacio; AIELLO-VAISBERG, Tânia Maria José. O Imaginário de Adolescentes Sobre o Vestibular: Um Estudo

Psicanalítico. **Paidéia (Ribeirão Preto)** [online]. 2017, vol.27, suppl.1, pp.404-412. ISSN 1982-4327.

GONZAGA, Luiz Ricardo Vieira; SILVA, Andressa Melina Becker; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Ansiedade de provas em estudantes do Ensino Médio. **Psicologia Argumento**, v. 34, n. 84, 2017.

GUIMARÃES, M. F. **Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidade pública e privada**. São Bernardo do Campo. Universidade metodista de São Paulo, 2014.

LUDERMIR, Ana Bernarda. Desigualdades de classe e gênero e saúde mental nas cidades. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 18, p. 451-467, 2008.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Ações realizadas pela Rede Ebserh/MEC buscam conscientizar sobre a importância da saúde mental**. Disponível em: <<https://www.gov.br/ebserh/pt-br/comunicacao/noticias/acoes-realizadas-pela-rede-ebserh-mec-buscam-conscientizar-sobre-a-importancia-da-saude-mental>>. Acesso em: 10 jan. 2022.

OLIVEIRA, Karolayne Mirely Andrade de; MARQUES, Tamara Cotrim; SILVA, Carla Doralice Alves da. Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade. **Hígia-Revista De Ciências Da Saúde E Sociais Aplicadas Do Oeste Baiano**, v. 5, n. 1, 2020.

OLIVEIRA, Carla Ribeiro. Testes Psicológicos. **Carla Ribeiro Psicologia**, 2013. Disponível em: <<https://www.psicologacarla.com/2013/12/testes-psicologicos.html>>. Acesso em: 10, fev 2022.

PELAZZA, Bruno Bordin. GOBBI, Lázara Roberta de Oliveira Rocha. PPUGGINA, Anna Cláudia. PAULA, Cássia Régia. MAIA, Ludmila Grego Maia. UMPIERREZ, Maria Cristina. Adolescentes na fase pré-vestibular: um estudo da ansiedade, hipertensão, fatores antropométricos e hemodinâmicos associados. *Nursing (São Paulo)*, p. 3398-3404, 2019.

REIS, Clara Figueira; MIRANDA, Gilberto José; FREITAS, Sheizi Calheira. Ansiedade e desempenho acadêmico: Um estudo com alunos de Ciências Contábeis. **Advances in Scientific and Applied Accounting**, p. 319-333, 2017.

SANTOS, Fernando Silva. MAIA, Carlos Rogério. FAEDO, Fernanda Cunhasque. GOMES, Gabriel Pereira Coelho. Nunes, Melriden Elvan. OLIVEIRA, Marcos Vinicius Macedo. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 2, p. 194-200, 2017.

SILVA, Dilma Ferreira; DE SANTANA SANTANA, Paulo Roberto. Transtornos mentais e pobreza no Brasil: uma revisão sistemática. **Tempus—Actas de Saúde Coletiva**, v. 6, n. 4, p. ág. 175-185, 2012.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

SOARES, Adriana Benevides; MARTINS, Janaína Siqueira Rodrigues. Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 20, p. 57-62, 2010.

SCHÖNHOFEN, Frederico de Lima et al. Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, n. AHEAD, 2020.

UNA-SUS. **Oms alerta que 10% da população global tem distúrbio de saúde mental.** Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/oms-alerta-que-10-da-populacao-global-tem-disturbio-de-saude-mental>>. Acesso em: 10 jan. 2022.

VIANA, Maria José Soares et al. **Discriminação e experiência de desigualdade social: impacto na saúde mental.** 2019. Dissertação de Mestrado.

ZANELLO, Valeska; SILVA, René Marc Costa. Saúde mental, gênero e violência estrutural. **Revista bioét (Impr)**.2012.