

## **Ansiiedade em acadêmicos do curso de psicologia: avaliação e intervenção em uma universidade privada no interior de SP**

### **Anxiety in psychology undergraduate students: assessment and intervention in a private university in São Paulo**

Júlia Catanho<sup>1</sup>; Gabriella Teodoro de Souza<sup>1</sup>; Fernando Luis Macedo<sup>1</sup>; Adriana Pagan Tonon<sup>1</sup>

---

#### **RESUMO**

A ansiedade vem crescendo em decorrência de transformações ocorridas no ambiente cultural, social e econômico seguido por um avanço tecnológico da sociedade moderna cada vez mais competitiva. De acordo com o DSM-V os transtornos de ansiedade estão relacionados a um medo, inquietude e perturbações comportamentais. O presente artigo tem por objetivo avaliar e analisar o nível de ansiedade em estudantes de Psicologia, identificar o que é ansiedade, fatores estressores e investigar os níveis de ansiedade. O artigo é resultado de uma pesquisa transversal quantitativa/qualitativa e de campo realizado com 50 alunos de graduação em psicologia de uma universidade do interior de São Paulo. A coleta de dados foi realizada em setembro de 2021 através do preenchimento de um questionário on-line por meio do inventário de ansiedade de BECK obtivemos a avaliação dos sintomas de ansiedade. Os resultados demonstraram que a ansiedade está presente nos estudantes em maior parte no nível mínimo, seguido de leve e moderado e por último o grave. Para que se alcance os resultados esperados sugere-se, assim, a implementação de serviço de apoio psicológico para proporcionar saúde mental e bem-estar para os estudantes.

**Palavras-chave:** Ansiedade 1; Estudantes 2; Coronavírus 3; Psicologia 4.

---

#### **ABSTRACT**

Anxiety has been increasing as a result of transformations in the cultural, social, and economic environment followed by technological advancement of the increasingly competitive modern society. According to DSM-V, anxiety disorders are related to fear, restlessness and behavioral disorders. The present article aims to assess and analyze the level of anxiety in Psychology students, identify what is anxiety, stressors and investigate the levels of anxiety. The article is the result of a cross-sectional quantitative/qualitative and field research conducted with 50 undergraduate students in psychology from a university in the interior of São Paulo. Data collection was performed in September 2021 by completing an online questionnaire using the BECK Anxiety Inventory to assess anxiety symptoms. The results showed that anxiety is present in most students at the minimum level, followed by mild and moderate and lastly the severe level. In order to achieve the expected results, it is suggested the implementation of psychological support service to provide mental health and well-being to students.

**Keywords:** Anxiety 1; Students 2; Coronavirus 3; Psychology 4.

---

<sup>1</sup> Instituto Municipal de Ensino Superior - IMES Catanduva

## INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, na China, especialmente na cidade de Wuhan, foram identificados os primeiros casos de falecimento por pneumonia grave, depois, foi constatado o surgimento do Coronavírus (SARS-CoV-2) agente causador da COVID-19. Sabe-se, na atualidade, que o SARS-CoV-2 é propagado por inalação ou contato direto com gotículas contaminadas, e que os doentes podem não ter sintomas, mesmo assim, disseminar a doença. Os sintomas são diversos, sendo os mais frequentes a febre, tosse, dor no corpo, cansaço e etc. (ESTEVÃO, 2020).

Disposta a conjuntura pandêmica, condições de enfrentamento foram propostas pela OMS para paralisar a disseminação da doença, dentre elas isolamento social, obrigatoriedade do uso de máscaras, higienização rotineira das mãos, paralisação das aulas em escolas e universidades, proibição de circulação, *lockdown*, diminuição de presença de pessoas em lugares fechados. Tais situações são indispensáveis para reduzir a pandemia, no qual repercutiram no modo de vida das pessoas, no que tange principalmente a economia e educação (LIMA, 2020).

As condições vistas durante a COVID-19 nos mostram que a educação a partir deste momento será diferente. As aulas, antes somente presencial, tal qual era antes, não continuará da mesma forma. Tudo se transformou nas técnicas e costumes escolares de forma súbita diante da pandemia começada pela COVID-19. Tal acontecimento, gerou mudanças na relação entre discentes, docentes, resultando em alterações nas práticas de estudos e rendimento das tarefas, apontando para um novo modelo de educação (SANTANA, 2020).

Além disso, com o surgimento da pandemia, escolas, universidades e faculdades foram obrigadas a se reinventar para mudar para o ensino *online*. Esta condução produziu modificações de normas e sistemas de ensino presencial para os remotos, *online* de aprendizagem. Moreira e Schlemmer (2020), consideram o ensino remoto como uma modalidade de ensino em que professores e alunos estão distantes fisicamente e ainda destacam que:

[...] o ensino presencial físico (mesmos cursos, currículo, metodologias e práticas pedagógicas) é transposto para os meios digitais, em rede. O processo é centrado no conteúdo, que é ministrado pelo mesmo professor da aula presencial física. Embora haja um distanciamento geográfico, privilegia-se o compartilhamento de um mesmo tempo, ou seja, a aula ocorre num tempo síncrono, seguindo princípios do ensino

presencial. A comunicação é predominantemente bidirecional, do tipo um para muitos, no qual o professor protagoniza videoaula ou realiza uma aula expositiva por meio de sistemas de web conferência. Dessa forma, a presença física do professor e do aluno no espaço da sala de aula geográfica são substituídas por uma presença digital numa sala de aula digital. No ensino remoto ou aula remota o foco está nas informações e nas formas de transmissão dessas informações (MOREIRA; SCHLEMMER, 2020, p. 9).

Dias e Pinto (2020), em seu trabalho, pontuam a existência de outros problemas quanto a COVID-19 na educação, especificamente para os alunos e professores mais necessitados. Muitos deles residem nos arredores das cidades grandes ou longe das áreas mais habitadas, muitos não têm computadores, celulares, *internet* de condições mínimas para a produção de aulas remotas, ferramentas indispensáveis para um EaD que tem como fim a aquisição de conhecimento e aprendizagem.

Neste cenário, os alunos até então acostumados com as aulas presenciais tiveram que se adaptar ao ensino remoto devido a necessidade de isolamento social, o ensino *online* é considerado uma medida emergencial para o momento atípico. (VIEIRA et al., 2020). Já, para Bittencourt (2020), o isolamento social é incômodo, exige paciência e pode causar estresse, ansiedade e angústia.

O aluno pode enfrentar durante a formação acadêmica muitos estressores, cada um encara a realidade de maneira exclusiva. Dependendo da forma como o indivíduo encara a vida, ela pode se tornar patológica. O ambiente universitário, a interação e as influências do meio social afetam a saúde mental do sujeito, quando associados com a nova realidade imposta pela Covid-19 podem causar impactos na saúde mental e no bem-estar dos universitários. Qualquer fator de risco no período da Covid-19 pode desencadear eventos negativos como depressão, fobia social, estresse, ideação suicida e ansiedade, interferindo no desempenho acadêmico frente às exigências da universidade podendo causar problemas de bem-estar, convívio social e expectativas em relação ao curso (VEBER et al., 2020).

Durante a pandemia de Covid-19 foi exigidas medidas de contenção que geraram stress e ansiedade nos estudantes universitários. Alguns desses alunos vivem em ambiente familiar conturbado, histórico escolar e profissional frustrado, baixa renda e histórico psiquiátrico o que se agravou com o isolamento social (SUNDE, 2021).

Segundo o DSM-V, os transtornos de ansiedade estão relacionados a um medo, ansiedade excessiva e perturbações comportamentais. Enquanto o medo é a resposta a uma ameaça iminente, a ansiedade é a antecipação de uma ameaça futura.

Segundo Lenhardtk et al. (2017), a ansiedade é uma emoção normal presente em todo ser humano e é muito importante para a sobrevivência dos indivíduos, ou seja, a ansiedade funciona como uma alerta ao indivíduo sobre o perigo. Porém a ansiedade pode tornar-se patológica quando sua frequência, intensidade e duração com que ocorre seja constante e cause prejuízo no desempenho profissional e social do ser humano. Em muitos casos a ansiedade é um fator motivador, auxiliando os indivíduos no cumprimento de uma tarefa, porém em outros momentos pode se tornar tão desconfortável e intensa comprometendo o desempenho e a qualidade de vida do indivíduo.

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgados em fevereiro de 2017, apontam que distúrbios ansiosos afetam 9,3% da população brasileira em decorrência de transformações ocorridas no ambiente cultural, social e econômico seguido por um avanço tecnológico da sociedade moderna cada vez mais competitiva. (COSTA et al., 2017).

Evolutivamente foi necessário desenvolver um contínuo estado de alerta, já que nossos ancestrais viviam em um mundo repleto de perigos, cercados por animais selvagens e florestas, que ameaçavam a vida humana. Em face desses perigos a psique humana evoluiu. A função do medo era de nos proteger e nos adaptar, embora nos dias atuais os desafios sejam diferentes, o ser humano age como se nada tivesse mudado, mantendo seus instintos mais profundos. Tais mecanismos de defesa faz com que o corpo se prepare para algo que possa vir a acontecer, fazendo com que fique em um estado de alerta, havendo a possibilidade de ficar mais agitado do que o normal (LEAHY, 2011).

Segundo Castillo, (2000), a ansiedade é uma reação natural do corpo e torna-se patológica quando é exagerada em relação ao estímulo, interferindo na qualidade de vida e gerando perdas de diversos âmbitos ao indivíduo.

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) se diferencia da ansiedade não patológica, pois se caracteriza por preocupações excessivas e intensas sendo acompanhada de sintomas físicos como insônia, dificuldade de relaxar, dores musculares, taquicardia, tremores e palpitações por um período mínimo de 6 meses causando interferência no desempenho e sofrimento significativo na vida da pessoa. (ZUARDI, 2017).

Os estudantes, durante a graduação enfrentam muitas dificuldades como maior carga de responsabilidade, pressões, cobranças e interação social, todos esses fatores podem estar ligados a sentimentos de incapacidade, impotência e inferioridade levando a

um aumento do nível de ansiedade do indivíduo (MORAIS; MASCARENHAS; RIBEIRO, 2010).

Esse projeto se justifica por investigar o nível de ansiedade em estudantes do curso de psicologia durante a pandemia de Covid-19. Ao avaliar os índices de ansiedade propõe uma intervenção para minimizar possíveis danos aos futuros acadêmicos e melhorar a qualidade de vida desses estudantes. Além de servir como fonte de pesquisa para outros estudos.

Dentro deste contexto, considerando que os futuros profissionais da saúde são de extrema importância para a sociedade em virtude das funções que irão desempenhar, desenvolver estudos nessa área representa investir na qualidade da formação desses estudantes. Pensar em estratégias de promoção do bem-estar e qualidade de vida dos universitários, podem contribuir para que metas pessoais, profissionais e institucionais sejam alcançadas.

Este estudo tem por objetivo avaliar e analisar o nível de ansiedade em estudantes de Psicologia, identificar o que é ansiedade e os fatores estressores, investigar os níveis de ansiedade e avaliar a prevalência de sintomas ansiosos em estudantes do curso de Psicologia.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo transversal prospectivo/qualitativo e de campo, realizado com os alunos de graduação do curso de Psicologia de uma Instituição privada do interior de São Paulo. Respeitando todos os princípios éticos, essa pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética e Pesquisa, obtendo parecer de aprovação de número 4.933.434. E por se tratar de pesquisa em seres humanos, os participantes da mesma, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O estudo inclui os alunos do curso de Psicologia do 1º ao 5º ano, devidamente matriculados no ano de 2021. Os critérios de exclusão foram: os que tiveram matrícula trancada ao longo do ano e que não responderam corretamente o questionário aplicado.

A coleta de dados foi executada em setembro de 2021, através do preenchimento do inventário. O instrumento de coleta de dados utilizado foi o *BECK-BAI* em português o qual foi disponibilizado de forma *online* através do *WhatsApp* e respondido através do *Google Forms*. O questionário conta com 21 questões fechadas onde cada uma corresponde a um sintoma de ansiedade específico. As respostas variam por uma escala

do tipo *likert* de acordo com a intensidade em que o sintoma é sentido, variando entre: Ausente (0); Suave (1); Moderado (2); e Severo (3). Os valores das respostas são somados em um escore que pode variar entre 0 e 63, utilizado para classificar o nível de ansiedade sentido pelo participante em: mínimo (0 a 10); leve (11 a 19), moderado (20 a 30) e grave (31 a 63). Para efeitos de análise, a classificação do nível de ansiedade foi dicotomizada em: mínimo/leve e moderado/grave.

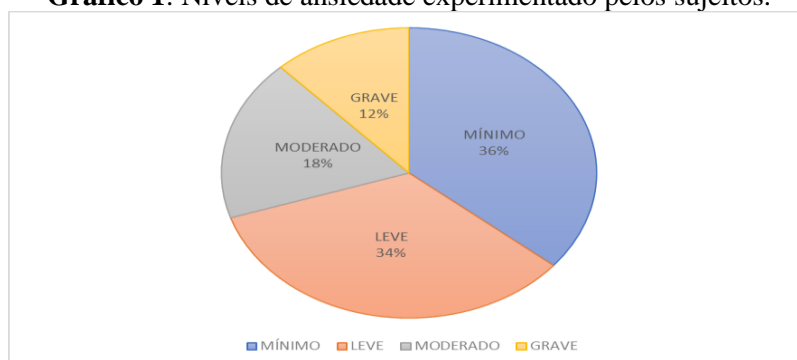
## RESULTADOS

A faculdade conta com 121 alunos no curso de Psicologia presencial e o estudo contou com a participação de 50 alunos. A amostra foi composta por (82%) de estudantes do sexo feminino e (18%) do sexo masculino, entre 17 a 29 anos (74%), de 30 a 59 anos (26%), residentes na cidade de Catanduva (84%) e (16%) de outras cidades da região, sendo que (88%) trabalham e (12%) não.

O levantamento de informações por meio do Inventário de Ansiedade de Beck mostrou que há um predomínio de ansiedade entre as mulheres no nível mínimo (24%), nível leve (28%), moderado (18%) e grave (12%).

Quando estratificados em percentuais, 36% dos alunos apresentaram sintomas mínimos, 34% leves, 18% moderados e 12% graves. O sintoma menos sentido pelos alunos foram os desmaios (86%), enquanto a sensação de nervoso foi o sintoma mais sentido de forma severa (20%).

**Gráfico 1:** Níveis de ansiedade experimentado pelos sujeitos.



Fonte: De autoria própria.

## DISCUSSÃO

Em 11 de março de 2020 foi decretado pela OMS estado pandêmico, devido a COVID-19, o fechamento das universidades e faculdades por quase todo o mundo foi uma das medidas necessárias para conter o vírus. O ensino psicológico foi desafiador visto que a prática é necessária e os estágios precisaram acontecer de forma remota. Neste cenário foi preciso se adequar a um novo processo de ensino aprendizagem, sem realização de atividades práticas, todos os trabalhos acontecendo de forma remota, alguns estudantes tem dificuldades de aprimorar essas alternativas, devido a falta de *internet*, incapacidade de aquisição de um aparelho tecnológico para assistir às aulas.

O presente estudo foi realizado em setembro de 2021, período em que o ensino da faculdade se encontrava com aulas remotas e prática clínica presencial.

A ansiedade é uma mistura de sentimentos como, medo, preocupação e apreensão que pode estar associado a outros problemas médicos ou desordem cerebral. Apesar de ser vivenciado por todo ser humano várias vezes durante a vida não possui uma definição exata (COSTA; SOUZA; FORMIGA; SILVA; BEZERRA,2017).

De acordo com Carmo e Simionato (2012), estados de ansiedade envolvem reações fisiológicas relatadas como desagradáveis, postura tensa; expressão facial cansada; movimentos sem direção; dores de cabeça; distúrbios estomacais; etc.; porém não se limitam somente a eventos fisiológicos, mas também componentes comportamentais e cognitivos, como relatos de sensações desagradáveis em ocasiões caracterizadas pela impossibilidade de fuga, antecipação da punição e separação do apoio (familiares/amigos próximos). A intensidade e a frequência desses componentes, são parâmetros fundamentais na caracterização da ansiedade.

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM 5 as características essenciais do transtorno de ansiedade generalizada são ansiedade e preocupação excessiva (expectativa apreensiva) acerca de diversos eventos ou atividades. A intensidade duração ou frequência da ansiedade e preocupação é desproporcional à probabilidade real ou ao impacto do evento antecipado. O indivíduo tem dificuldade de controlar a preocupação e de evitar que pensamentos preocupantes interfiram na atenção às tarefas em questão. A preocupação excessiva prejudica a capacidade do indivíduo de fazer as coisas de forma rápida e eficiente, seja em casa, seja no trabalho. A preocupação toma tempo e energia; os sintomas associados de tensão muscular e sensação de estar com os nervos à flor da pele, cansaço, dificuldade de concentrar-se e perturbação do sono contribui para o prejuízo.

A pesquisa realizada por Luz (2017), revelou que os alunos do curso de Psicologia, em comparação com os demais alunos dos outros cursos da área da saúde (Biomedicina, Farmácia e Fisioterapia) apresentaram níveis mais baixos para ansiedade, depressão e stress. Levando em consideração esses dados, o autor levanta a hipótese de que os estudantes de psicologia por estarem mais imersos em assuntos da saúde mental e receberem orientações dos docentes sobre a importância da psicoterapia enfrentam melhor as dificuldades da vida acadêmica, enquanto nos demais cursos por existirem a presença de estigmas em relação aos transtornos psicológicos há uma maior resistência pela busca de profissionais da saúde mental.

Em estudo realizado em 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) apontou que o Brasil possui, se comparado a todos os outros países do mundo, o maior número de pessoas ansiosas. São 18,6 milhões de brasileiros que sofrem com algum tipo de transtorno de ansiedade.

O estudo de Medeiros e Bitencourt (2017) com estudantes universitários de vários cursos, mostrou que a ansiedade está mais presente entre as mulheres no nível mínimo (58,9%) seguido do leve (28,8%), ansiedade moderada (9,6%) e severa (2,7%).

O trabalho de Andrade e Pires (2020) realizado na Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro encontrou a prevalência de ansiedade no nível grave em 25,1%, nível moderado 23,5%, nível leve 31,5%, nível mínimo 19,9% nos estudantes universitários de diversos cursos.

Em um estudo feito por Trigueiro et al. (2021), em uma universidade privada do interior do Ceará entre os estudantes do curso de psicologia mostrou que 19,42% dos estudantes apresentaram sintomas mínimos, 25,14% sintomas leves, 21,14% sintomas moderados e 34,28% sintomas graves.

O estudante universitário enfrenta diversas transformações com a entrada na faculdade, o que pode deixá-lo vulnerável ao desenvolvimento de psicopatologias. É importante compreender quais fatores podem provocar sintomas de ansiedade e depressão durante essa fase da vida acadêmica, pois é uma forma de delinear estratégias de promoção de saúde mental dentro das universidades, levando em consideração as particularidades de cada curso (TRIGUEIRO et al., 2021).

## **CONCLUSÃO**



O presente estudo teve como objetivo avaliar e analisar o nível de ansiedade em estudantes do curso de Psicologia. O tema escolhido é de importante relevância, considerando que os futuros profissionais da saúde são de extrema importância para a sociedade em virtude das funções que irão desempenhar, desenvolver estudos nessa área representa investir na qualidade da formação desses estudantes.

Para que fosse possível a conclusão desta pesquisa, foram traçados alguns objetivos específicos, como por exemplo identificar o que é ansiedade e os fatores estressores, investigar os níveis de ansiedade, avaliar a prevalência de sintomas ansiosos em estudantes do curso de Psicologia. com isso, pode-se chegar à conclusão que a ansiedade está presente em maior parte no nível mínimo, seguido do leve, moderado e grave. Por isso é necessária a intervenção (reinvenção) das universidades dando apoio psicológico aos estudantes de forma presencial ou remota.

Os resultados desta pesquisa não podem ser generalizados, pois são limitados pela quantidade de participantes. Participaram desta pesquisa 50 alunos do curso de Psicologia. Sugere-se para pesquisas futuras, realizar uma nova pesquisa com esta temática aumentando a quantidade de participantes para alcançar resultados mais precisos e gerais.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (DSM). **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5** (5ª ed.; M. I. C. Nascimento, Trad.). Porto Alegre, RS: Artmed, 2014.

ANDRADE, Azarias Machado de; PIRES, Emmy Uehara. **Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRRJ**. 2020. Disponível em: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/7294>. Acesso em: 20 mar. 2022.

BITTENCOURT, Renato Nunes. **Pandemia, isolamento social e colapso global**. Revista Espaço Acadêmico, v. 19, n. 221, p. 168-178, 2020. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/52827>. Acesso em: 03 mar. 2022.

CARMO, João dos Santos; SIMIONATO, Aline Morales. **Reversão de ansiedade à matemática: alguns dados da literatura**. *Psicologia em Estudo*. 2012, v. 17, n. 2, pp. 317-327. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/ZwGH7TK7NzdppftKyzW65Xh/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 10 mar. 2022.

CASTILLO, Ana Regina *et al.* **Transtornos de Ansiedade**. Rev Bras Psiquiatr 2000;22 (Supl II):20-3, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 mar. 2022.

COSTA, Kercia Mirely *et al.* **Ansiedade em universitários na área da saúde**. Campina Grande, 2017. Disponível em: [https://editorarealize.com.br/editora/anais/conbracis/2017/TRABALHO\\_EV071\\_MD1\\_SA13\\_ID592\\_14052017235618.pdf](https://editorarealize.com.br/editora/anais/conbracis/2017/TRABALHO_EV071_MD1_SA13_ID592_14052017235618.pdf). Acesso em: 20 mar. 2022.

DIAS, Érika; PINTO, Fátima Cunha Ferreira. A Educação e a COVID-19. **Revista Ensaio: Aval. Pol. Públi. Educ.** Rio de Janeiro (RJ), v. 28, n. 108, p. 545-554, jul./set., 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ensaio/a/mjDxhf8YGdk84VfPmRSxzc/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 20 out. 2021.

ESTEVÃO, Ana. COVID -19. **Revista Acta Radiológica Portuguesa**, Portugal, v. 32, n. 1, p. 5-6, jan./abr., 2020. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/297052053.pdf>. Acesso em: 28 out. 2021.

LEAHY, Robert. **Livre de Ansiedade**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

LENHARDTK, Gabriela; CALVETTI, Prislá Ücker. Quando a ansiedade vira doença?: Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. **Aletheia**, Canoas, v. 50, n. 1-2, p. 111-122, dez. 2017. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942017000100010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942017000100010). Acesso em: 10 fev. 2022.

LIMA, Sonia Oliveira *et al.* Impactos no Comportamento e na Saúde Mental de Grupos Vulneráveis em Época de Enfrentamento da Infecção COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Ouro Fino (MG), v. 46, p. 1-8, jun. 2020. Disponível em: **Erro! A referência de hiperlink não é válida..** Acesso em 01 nov. 2021.

LUZ, Fabíola Moratti. **Sintomas de Stress, Ansiedade e Depressão em Universitários de Cursos de Saúde**. 2017. 56 folhas. Dissertação (Psicologia da Saude) - Universidade Metodista de Sao Paulo, São Bernardo do Campo. 2017. Disponível em: <http://tede.metodista.br/jspui/handle/tede/1736>. Acesso em: 15 fev. 2022.

MEDEIROS, Palloma Prates; BITTENCOURT, Felipe Oliveira. Fatores associados à ansiedade em estudantes de uma faculdade particular. *Id on Line* **Revista de Psicologia**, 10(33), 42-55. 2017. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/594>. Acesso em: 10 fev. 2022.

MORAIS, Lerkiane Miranda; MASCARENHAS, Suely Aparecida do Nascimento; RIBEIRO, José Luis Diagnóstico do estresse, ansiedade e depressão em universitários: desafios para um serviço de orientação e promoção da saúde psicológica na universidade - um estudo com estudantes da Ufam - Brasil. **Revista Amazônica**, 2010. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4028883>. Acesso em: 20 mar. 2022.

MOREIRA, José Antônio; SCHLEMMER, Eliane. Por um Novo Conceito e Paradigma de Educação Digital OnLine. **Revista UFG**. Goiás (GO), v. 20, s/número, p. 3-35, 2020. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/revistaufg/article/view/63438/36079>. Acesso em: 12 jul. 2021.

SANTANA, Rosimeiry Sousa *et al.* Educação e a formação humana: um estudo sobre a concepção de emancipação nos espaços educacionais. **Revista Brazilian. Journal of Develop**. Curitiba (PR), v. 6, n. 7, p. 42282-42299, jul. 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/12482>. Acesso em: 25 out. 2021.

SUNDE, Rosário Martinho. **Impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários**. Porto Alegre. 2021. <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/16348>. Acesso em: 10 mar. 2022.

TRIGUEIRO, Emília Suitberta de Olivera *et al.* **Índices de depressão e ansiedade em estudantes de psicologia: um estudo exploratório**. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento. 2021. Disponível em: [https://redib.org/Record/oai\\_articulo3103218-%C3%ADndices-de-depress%C3%A3o-e-ansiedade-em-estudantes-de-psicologia-um-estudo-explorat%C3%B3rio](https://redib.org/Record/oai_articulo3103218-%C3%ADndices-de-depress%C3%A3o-e-ansiedade-em-estudantes-de-psicologia-um-estudo-explorat%C3%B3rio). Acesso em: 21 dez. 2021.

VEBER, Lorenzo Santos *et al* **Saúde Mental de Estudantes Universitários na Pandemia de Covid-19**. Anais Congrega Mic - ISBN:978-65-86471-05-2. Disponível em: <http://revista.urcamp.tche.br/index.php/congregaanaismic/article/view/3595>. Acesso em: 15 mar. 2022.

VIEIRA, Kelmara Mendes *et al.* **Vida de Estudante Durante a Pandemia: Isolamento Social, Ensino Remoto e Satisfação com a Vida.**, v. 10, n. 3, e1147, 2020. Disponível: <https://eademfoco.cecierj.edu.br/index.php/Revista/article/view/1147>. Acesso em: 16 mar. 2022.

ZUARDI, Antônio. **Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada**. Ribeirão Preto. 2017. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/127538>. Acesso em: 18 mar. 2022.

*Recebido em: 20/05/2022*

*Aprovado em: 23/06/2022*

*Publicado em: 03/07/2022*