

CENTRO UNIVERSITÁRIO BARÃO DE MAUÁ
CURSO DE PSICOLOGIA

ANIELLE KAREN DOMINGOS DA SILVA
JÚLIA LOPES VIEIRA

**A ANSIEDADE NO RETORNO AO ENSINO PRESENCIAL: FATORES
PROTETIVOS E ESTRESSORES EM GRADUANDOS DE PSICOLOGIA**

Ribeirão Preto
2022

ANIELLE KAREN DOMINGOS DA SILVA

JÚLIA LOPES VIEIRA

**A ANSIEDADE NO RETORNO AO ENSINO PRESENCIAL: FATORES
PROTETIVOS E ESTRESSORES EM GRADUANDOS DE PSICOLOGIA**

Trabalho de conclusão de curso de Psicologia
do Centro Universitário Barão de Mauá para
obtenção do título de bacharel.

Orientadora: Ma. Alessandra Ackel Rodrigues.

Ribeirão Preto

2022

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

A619

A ansiedade no retorno ao ensino presencial: fatores protetivos e estressores em graduandos de psicologia/ Anielle Karen Domingos da Silva; Júlia Lopes Vieira - Ribeirão Preto, 2022.

67p.il

Trabalho de conclusão do curso de Psicologia do Centro Universitário Barão de Mauá

Orientador: Me. Alessandra Ackel Rodrigues

1. Ansiedade 2. Universitários 3. Fatores protetivos I. Silva, Anielle Karen Domingos da II. Vieira, Júlia Lopes III. Rodrigues, Alessandra Ackel IV. Título

CDU 159.9

Bibliotecária Responsável: Iandra M. H. Fernandes CRB8 9878

ANIELLE KAREN DOMINGOS DA SILVA

JÚLIA LOPES VIEIRA

**A ANSIEDADE NO RETORNO AO ENSINO PRESENCIAL: FATORES
PROTETIVOS E ESTRESSORES EM GRADUANDOS DE PSICOLOGIA**

Trabalho de conclusão de curso de Psicologia
do Centro Universitário Barão de Mauá para
obtenção do título bacharel.

Data de aprovação: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Ma. Alessandra Ackel Rodrigues.
Centro Universitário Barão de Mauá – Ribeirão Preto

Dra. Flavia Andressa Farnocchi Marucci Dalpicolo
Centro Universitário Barão de Mauá – Ribeirão Preto

Dra. Gisele Machado da Silva Carita
Centro Universitário Barão de Mauá – Ribeirão Preto

Ribeirão Preto

2022

Dedicamos esse trabalho a todos
universitários que estão se adaptando ao
ensino presencial, a nossa família e a Deus.

AGRADECIMENTOS ANIELLE

O momento mais esperado está chegando, com ele muitas coisas se passam na minha cabeça. Em fevereiro de 2018, um sonho estava começando a ser realizado, sempre tive certeza de que gostaria de cursar Psicologia e nunca soube dizer o motivo. O medo da não identificação com o curso esteve comigo até o momento em que tudo começou e não imaginava passar por tantas descobertas e conhecimentos. Hoje, tenho certeza de que tudo aconteceu no momento que precisava acontecer, pois a Anielle de 2018, não é mais a mesma e isso foi possível graças a essas pessoas que sempre estiveram ao meu lado.

Agradeço, primeiramente, a minha Mãe, que nunca se opôs a minha escolha, sempre me apoiou e incentivou. Ensinou que nunca é tarde para a realização de um sonho. Além disso, foi muito guerreira por aguentar o meu mau humor em semanas de provas, ao respeitar os momentos em que eu precisava ficar sozinha e ficar esperando eu chegar da faculdade todos os dias.

Agradeço também a minha madrinha, Maria Alice ou Tia Mara, como todos a chamam, por sempre me apoiar e incentivar. Foi a pessoa que sempre me deu voz na infância, ao escutar a minha opinião das situações. Agradeço aos meus irmãos, por não se oporem a minha escolha e entenderem os momentos que não pude estar presente e aos meus sobrinhos, em especial a Ana Clara e o José Junior, que contribuíram nesse processo de formação.

A minha amiga Luana, que esteve presente nesses 5 anos de graduação, me apoiando, incentivando e acolhendo minhas emoções, sempre com calma e compreensão. A minha amiga Gabriela, que esteve comigo desde a escolha pela psicologia. A minha companheira de estágios e TCC Julia, por compartilhar esses desafios comigo, foi a primeira pessoa que conheci no curso e compartilha as emoções desde o primeiro estágio.

A Alessandra Ackel, nossa orientadora e supervisora de estágio, por ter aceitado o convite e ter mostrado que, em passos de formiguinha, esse trabalho foi possível no tempo planejado. Além disso, agradeço pelos ensinamentos nas aulas e estágio, pelo suporte oferecido em todos os momentos, pela ajuda com referências e apoio na participação em congresso. Admiro muito o seu trabalho e a forma de deixar as coisas mais simples e fácil.

Ao meu grupo desde o primeiro ano, espero que a nossa amizade continue e a todas as pessoas que participaram desse processo.

AGRADECIMENTOS JULIA

Agradeço, em primeiro lugar, a Deus, por ter me dado a vida, a saúde necessária para realizar este trabalho e superar os obstáculos.

A minha mãe e a meu pai, que investiram na minha educação e sempre me incentivaram a fazer o melhor de mim, por me buscarem na faculdade. Também sou grata a eles por terem me dado liberdade na escolha de carreira e confiança quando decidi escolher pelo curso de psicologia.

A meu noivo, por entender a rotina da faculdade e a grande carga de trabalhos e estágios que faziam com que eu deixasse de estar com ele para cumprir as obrigações acadêmicas, por ele me incentivar a evoluir no caminho da psicologia.

A nossa orientadora deste trabalho, por ter aceitado o convite de nos orientar, por ser um fator de apoio neste trabalho, por sempre dar o suporte necessário em relação às bibliografias, nos incentivar e nos ajudar na participação em eventos científicos. Também agradeço por ela estar sempre atenta nas correções e apontar claramente o que foi preciso modificar para que esse trabalho fosse finalizado.

A Anielle, minha parceira deste trabalho, que desde o início da faculdade esteve junto comigo nos estágios e atividades, sou grata por dividir com ela além da carga deste trabalho, as emoções sentidas em cada parte realizada.

A todos que de alguma forma contribuíram para que eu realizasse este trabalho.

RESUMO

A entrada na universidade é uma transição cercada de expectativas, conflitos e mudanças em diversas áreas, tais como cognitiva, afetiva, social e comportamental. A necessidade de adaptação ao desconhecido ocorre com os novos ciclos sociais e compromissos de estudos e tarefas. A pandemia de COVID-19, em 2020, foi um evento estressor adicional à adaptação acadêmica, exigindo isolamento social e aulas remotas. Já o retorno presencial em 2022 trouxe o desafio da adaptação a essa modalidade de ensino, bem como aos relacionamentos sociais. Este estudo objetivou avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial. Para tanto, realizou-se um estudo de levantamento online, descritivo e de recorte transversal com 21 graduandos do 3º ano de Psicologia. Eles responderam ao questionário sociodemográfico e de vida acadêmica elaborado pelas pesquisadoras e ao Inventário de Ansiedade de A Mente Vencendo o Humor. A análise de dados foi quantitativa, com estatística descritiva e inferencial. Os níveis de sintomas ansiosos dos estudantes foram de 32,57 ($\pm 13,74$) pontos, porém, 47% deles apresentaram escores acima do valor médio encontrado na amostra. Os sintomas ansiosos mais apresentados pelos estudantes foram dificuldade para se concentrar, preocupação excessiva, insônia, cansaço, tensão muscular, taquicardia, tontura e sudorese. Com relação aos fatores estressores, em 2020, 14,3% dos estudantes indicaram extrema dificuldade de relacionamento com os colegas, 4,8% em lidar com as exigências de estudo, 9,5% em lidar com os prazos para entrega de trabalhos e 19% adaptar-se às provas. Já em 2022, 19% dos estudantes indicaram extrema dificuldade de relacionamento com os colegas, 4,8% com professores, 19% em lidar com as exigências de estudo, 14,6% em lidar com os prazos para entrega de trabalhos, 28,6% adaptar-se às provas e 76% dos estudantes pensa/pensou abandonar o curso. Em relação aos fatores que contribuíram para adaptação, na comparação de 2020 e 2022, houve um aumento da percepção de apoio de familiares (de 19% para 33,3%), colegas de sala (de 9,5% para 19%) e professores (de 14,3% para 23,8%), o que pode sugerir um estreitamento dos laços sociais durante a graduação, mesmo com as dificuldades impostas pela pandemia. O teste de correlação de Spearman indicou maiores escores no inventário para estudantes que informaram entre seus gatilhos para ansiedade: trabalhos em grupo ($r=0,650$; $p=0,001$), apresentar seminários ($r=0,766$; $p=0,000$), fazer novas amizades ($r=0,662$; $p=0,001$), conversar pessoalmente com um colega ($r=0,580$; $p=0,006$) e perguntar algo durante a aula ($r=0,623$; $p=0,003$). Tais resultados podem sugerir um efeito do período pandêmico na formação de vínculos sociais destes estudantes durante o início da graduação, o que poderia contribuir para uma dificuldade atual no tocante às interações

sociais. Faz-se necessário pensar em propostas de intervenções no âmbito acadêmico, visando o desenvolvimento de habilidades interpessoais, coesão grupal e o fortalecimento da relação professor-aluno nos estudantes que passaram pelo ensino emergencial remoto nos anos iniciais da graduação e retornaram presencialmente em 2022, a fim de se promover saúde mental no âmbito universitário.

Palavras-chave: Ansiedade. Universitários. Fatores protetivos. Fatores estressores.

ABSTRACT

Entering the university is a transition surrounded by expectations, conflicts and changes in several areas, such as cognitive, affective, social and behavioral. The need to adapt to the unknown comes with the new social cycles and commitments to studies and tasks. The COVID-19 pandemic in 2020 was an additional stressor to academic adaptation, requiring social isolation and remote classes. The face-to-face return in 2022 brought the challenge of adapting to this teaching modality, as well as to social relationships. This study aims to evaluate the levels of anxiety symptoms in university students with the return to face-to-face teaching. To this end, an online, descriptive and cross-sectional survey was carried out with 21 undergraduate Psychology students in their 3rd year. They answered the sociodemographic and academic life questionnaire prepared by the researchers and the Anxiety Inventory of A Mente Vancendo o Humor. Data analysis was quantitative, with descriptive and inferential statistics. The students' anxiety symptoms levels were 32.57 (± 13.74) points, however, 47% of them had scores above the average value found in the sample. The most anxious symptoms presented by the students were difficulty concentrating, excessive worry, insomnia, excessive tiredness, muscle tension, tachycardia, dizziness and sweating. Regarding stressors, in 2020, 14,3% of students indicated extreme difficulty in relationships with colleagues, 4,8% in dealing with study requirements, 9,5% in dealing with dealing with assignment deadlines and 19% in adapting to tests. In 2022, 19% of students indicated extreme difficulty in relationships with colleagues, 4,8% with teachers, 19% in dealing with study requirements, 14,6% in dealing with assignment deadlines, 28, 6% in adapting to the tests and 76% of students think/thought of abandoning the course. Regarding the factors that contributed towards adaptation, in the comparison of 2020 and 2022, there was an increase in perception of support from family members (from 19% to 33.3%), classmates (from 9.5% to 19%) and university professor (from 14.3% to 23.8%), which may suggest a strengthening of social ties during graduation, even with the difficulties imposed by the pandemic. The Spearman correlation test indicated higher scores on the inventory for students who reported among their triggers for anxiety: group work ($r=0.650$; $p=0.001$), presenting seminars ($r=0.766$; $p=0.000$), making new friends ($r=0.662$; $p=0.001$), personally talking to colleagues (0.580 ; $p=0.006$) and asking something during the class (0.623 ; $p=0.003$). Such results may suggest an effect of the pandemic period in the formation of social bonds of these students during the beginning of graduation, which could contribute to a current difficulty regarding social interactions. It is then necessary to think about

interventions proposals in the academic field, aiming at the development of interpersonal skills, group cohesion and the strengthening of the professor-student relationship in students who underwent remote emergency teaching in the initial years of graduation and in 2022 returned to in person classes in order to promote mental health at the university level.

Keywords: Anxiety. College students. protective factors. Stressing factors.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Caracterização demográfica participantes da pesquisa.	22
Tabela 2 - Caracterização socioeconômica dos participantes da pesquisa.	23
Tabela 3- Caracterização dos participantes da pesquisa quanto à procedência e religião.....	24
Tabela 4- Percepção dos participantes quanto às variáveis geradoras de ansiedade.	35
Tabela 5- Percepção dos participantes quanto às situações que diminuem a ansiedade.	37
Tabela 6- Percepção dos estudantes quanto às principais dificuldades experimentadas na faculdade.	41
Tabela 7- Distribuição das faixas de escore no Inventário de Ansiedade de A mente vencendo o humor.....	42
Tabela 8- Correlação de Spearman obtida para os escores do Inventário de Ansiedade e dificuldades de adaptação no retorno ao ensino presencial.....	43
Tabela 9- Correlação de Spearman obtida para os escores do Inventário de Ansiedade e principais gatilhos para ansiedade relatados pelos estudantes.	43

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1– Caracterização dos participantes quanto a realizar psicoterapia pessoal.	25
Gráfico 2– Percepção dos participantes sobre dificuldade de adaptação no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	26
Gráfico 3– Percepção dos participantes quanto à dificuldade em relacionamento com colegas no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	26
Gráfico 4– Percepção dos participantes quanto à dificuldade em relacionamento com professores no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	26
Gráfico 5- Percepção dos participantes quanto à dificuldade para lidar com as exigências de estudo no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	28
Gráfico 6- Percepção dos participantes quanto à dificuldade para lidar com os prazos para entrega de trabalho no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	28
Gráfico 7- Percepção dos participantes quanto à dificuldade em se adaptar às provas no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	29
Gráfico 8- Percepção dos participantes quanto à dificuldade de adaptação ao ensino emergencial.	29
Gráfico 9- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos familiares no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	30
Gráfico 10- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos amigos no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	31
Gráfico 11- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos colegas de sala para a adaptação acadêmica no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	32
Gráfico 12- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos professores para a adaptação acadêmica no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	32
Gráfico 13- Percepção dos estudantes quanto à contribuição dos momentos de lazer no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	33
Gráfico 14- Percepção dos estudantes quanto à contribuição de sua religiosidade para adaptação acadêmica no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).	34
Gráfico 15- Percepção dos estudantes quanto à satisfação com a vida universitária durante o período remoto.	34
Gráfico 16- Percepção dos participantes quanto à ansiedade com a pandemia.	38

Gráfico 17– Principais percepções dos participantes com relação às demandas da vida universitária.	38
Gráfico 18- Principais emoções experimentadas pelos participantes na vida universitária.	39
Gráfico 19- Quantidade de alunos que pensa/já pensou em abandonar o curso.....	40
Gráfico 20– Principais alterações percebidas pelos participantes com relação à vida universitária.	40

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
2 JUSTIFICATIVA	18
3 OBJETIVOS	19
4 MÉTODOS.....	20
4.1 Participantes	20
4.2 Local.....	20
4.3 Instrumentos e Materiais	20
4.4 Procedimentos.....	21
4.5 Aspectos éticos	21
4.6 Análise de dados	22
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	23
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	46
REFERÊNCIAS	47
APÊNDICE A – Questionário sociodemográfico	51
APÊNDICE B – Questionário de vida acadêmica	54
APÊNDICE C - Termo de consentimento livre e esclarecido	58
ANEXO A – Inventário de ansiedade de a mente vencendo o humor	62
ANEXO B – Parecer consubstanciado do CEP	64

1 INTRODUÇÃO

A entrada na universidade é uma transição cercada de expectativas, conflitos e mudanças em diversas áreas do funcionamento do estudante. Entrar numa universidade é um marco social, que pode envolver mudanças cognitivas, comportamentais e afetivas (CARLOTTO; TEIXEIRA; DIAS, 2015; MONTEIRO; SOARES, 2017).

Na área cognitiva, os estudos de Monteiro e Soares (2017) mostram que no ensino superior o aluno precisa desenvolver a habilidade de se auto gerenciar melhor para conciliar as atividades acadêmicas. Na faculdade, cada tarefa tem um prazo para ser entregue, por isso, essa conciliação exige atenção do aluno. Além disso, existe o contexto social de integração ao grupo universitário.

O ensino superior também exige do aluno um raciocínio que envolve maior capacidade de análise e crítica dos temas abordados em aula e pesquisados (FERNANDES, 2011). É comum os professores passarem para os alunos atividades que envolvem resenha crítica de artigos, com isso, quem estava acostumado com os trabalhos do ensino médio pode ter certas dificuldades nos primeiros trabalhos.

De acordo com Tebaldi *et al.* (2009), o aluno precisa se adaptar a novos modelos distintos de ensino que variam conforme o professor. Isso leva o aluno a usar da relativização, a qual pode ser encontrada na desconstrução das verdades pré-determinadas.

Desse modo, ao mesmo tempo em que o estudante usa da relativização, ele é afetado pelas diferentes vivências universitárias no que diz respeito ao seu contexto social. De acordo com Gonçalves (2012), o envolvimento que os estudantes experimentam na universidade pode contribuir para um *self* mais autônomo, pois a partir de como eles veem o mundo à sua volta e fazem trocas com ele, o sentido de si também é mudado. Com isso, o estudante toma maior consciência de algumas pautas que antes não eram vistas da mesma maneira, como questões interpessoais, políticas, sociais e éticas.

Os estudantes dos primeiros anos da faculdade vão se deparar com o desconhecido, pois alguns adolescentes passaram vários anos escolares com os mesmos amigos. Porém, na universidade isso muda e novos desafios sociais surgem. Nessa adaptação que o aluno passa é preciso se inserir em um novo grupo, além de gerir os compromissos com os estudos e tarefas (FERNANDES, 2011).

As relações sociais do universitário influenciam no seu desenvolvimento, ou seja, a partir do envolvimento com as experiências sociais, ele consegue se desenvolver, por outro

lado, o isolamento nas atividades pode afetar aspectos cognitivos e afetivos (GONÇALVES, 2012).

Outro fator que influencia no desenvolvimento do universitário é a afetividade, a dedicação a uma faculdade pode ser cercada de sentimentos tanto agradáveis quanto desagradáveis. De acordo com Veras e Ferreira (2011, p. 221) “a afetividade constitui um fator de grande importância no processo de desenvolvimento do indivíduo e na relação com o outro, pois é por meio desse outro que o sujeito poderá se delimitar como pessoa nesse processo em permanente construção”.

Além disso, outra mudança decorrente da entrada da universidade é a comportamental. Os estudantes percebem as diferenças no ensino médio e superior, este último necessita de mais autonomia por parte do estudante. Pois, sem isso ele pode se prejudicar nas atividades universitárias. Essa autonomia leva a um maior nível de compromisso (PINHO *et al.*, 2015).

No ano de 2020, além de todas as mudanças que o estudante universitário vive habitualmente, houve um agravante, a pandemia da COVID-19, a qual fez com que os universitários tivessem que ficar em isolamento e, com isso, muitas aulas passaram a ser online (BRASIL, 2020). Assim, os estudantes que começaram a faculdade no ano de 2020 tiveram apenas um mês de aula na modalidade presencial, seguidos por quase dois anos de aula na modalidade remota.

Nesse sentido, estudos realizados por Gundim *et al.* (2021) mostraram que a pandemia trouxe mais preocupações para o estudante, devido ao isolamento social e distanciamento de amigos, o que gerou preocupação com atraso na formação, entregas ou defesa de trabalhos, além de atividades práticas realizadas na modalidade remota.

A partir disso, pode-se pensar que, nesse contexto, muitos sintomas de ansiedade se manifestaram entre os estudantes universitários, devido às mudanças que aconteceram nesse período. Segundo estudos realizados por Maia e Dias (2020), houve um aumento de impactos psicológicos como depressão, ansiedade e estresse nos estudantes universitários, em comparação com um período normal. A coleta foi realizada no período do mês de março de 2020 e os resultados mostraram que esse aumento foi após a suspensão das aulas, ou seja, essa faixa etária não era grupo de risco.

Considerando-se os fatores que podem gerar ansiedade no contexto universitário, Silva, Panosso e Donadon (2018, p. 5) sugerem que “[...] diversas situações que o sobrecarregam no ambiente acadêmico, como pressão para o sucesso, competição, falta de

tempo para atividades de lazer ou com a família, além de preocupações constantes com o futuro e problemas financeiros [...]”.

Desse modo, os quadros ansiosos vêm crescendo a cada ano, principalmente na pandemia da COVID-19, com prevalência elevada no Brasil e no mundo. Segundo estudos de Silva *et al.* (2020) os níveis de quadros de ansiedade entre profissionais da saúde são semelhantes ao identificado na população geral durante a pandemia da COVID-19. Dessa forma, é possível pensar que a ansiedade em estudantes universitários também está crescendo e pode estar relacionada ao acúmulo de atividades acadêmicas e sociais.

É importante diferenciar que a ansiedade é um sentimento que se relaciona a uma percepção de incerteza e ameaça quanto ao futuro, sendo algo comum no ser humano. Todavia, um transtorno de ansiedade está associado a sofrimento e prejuízo de funcionamento, caracterizado por alterações fisiológicas e comportamentais, tal como taquicardia, sudorese, insônia, medo, ansiedade e preocupação excessiva com o agora e/ou com o futuro (DALGALARRONDO, 2019).

Um transtorno de ansiedade pode apresentar diferentes sintomas conforme o ambiente, pensamentos e crenças do indivíduo, além da forma como a situação ocorre (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014). Os transtornos de ansiedade mais comuns no ambiente universitário são o Transtorno de Ansiedade Generalizada, Transtorno do Pânico e Transtorno de Ansiedade Social.

No Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), o indivíduo apresenta, “[...] sintomas ansiosos excessivos, na maior parte dos dias, por vários meses. A pessoa vive angustiada, tensa, preocupada, permanentemente nervosa ou irritada” (DALGALARRONDO, 2019, p. 365). No transtorno de pânico, ocorrem episódios recorrentes e inesperados de pânico, os quais são marcados por forte descarga autonômica e sintomas fisiológicos intensos e desconfortáveis, associados à ideia de que o indivíduo vai morrer, enlouquecer ou perder o controle. Já no transtorno de ansiedade social há preocupação marcante com situações sociais e receio de julgamento e avaliações de desempenho (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Diante disso, a ansiedade em estudantes universitários pode aparecer através dos seguintes sintomas psicológicos: “sentimentos de nervosismo antes de uma aula, pânico, esquecimento durante uma avaliação de aprendizagem, impotência ao fazer trabalhos acadêmicos ou a falta de interesse em uma matéria difícil” (CARVALHO *et al.*, 2015, p. 1290).

Assim, o rendimento acadêmico e os vínculos sociais do aluno podem ser afetados diante das incertezas.

Além disso, o grau de ansiedade em estudantes universitários pode variar devido ao seu local de estudo, quando é necessário mudar de cidade e ficar longe dos pais, parentes e amigos, também varia conforme a idade, gênero e estado civil, com isso, a ansiedade pode estar relacionada às mudanças que ocorrem com o estudante nesse período, sendo uma defesa do indivíduo para algo novo (CRUZ, M *et al.*, 2020).

A prevalência de ansiedade no gênero feminino é maior em comparação com o masculino e isso pode estar relacionado com a cobrança da sociedade em torno da mulher, gerando mais preocupação e autocobrança. Outro fator que contribui para o aumento da ansiedade é estudar cursos da área da saúde, uma vez que a prática clínica e o medo de cometer erros são estressores adicionais (COSTA *et al.*, 2017).

De acordo com Carvalho *et al.* (2015), outros fatores que influenciam no grau de ansiedade são: o tipo de curso e o período em que o aluno está, sendo que alunos ingressantes e concluintes apresentam níveis significativos de ansiedade.

Acerca desses alunos ingressantes, o estudo de Lúcio *et al.* (2019) mostrou que mais da metade deles apresentam ansiedade em grau moderado. A partir disso, pode-se entender como um caminho a ser investigado a ansiedade nos estudantes que ingressaram na universidade no ano de 2020.

2 JUSTIFICATIVA

O início da vida acadêmica é marcado por grandes transformações pessoais e profissionais no indivíduo e isso pode gerar sintomas ansiosos. A pandemia da COVID 19 é uma variável que pode desencadear esses sintomas com mais frequência e intensidades. Nesse sentido, esse estudo é importante para investigação de aumento de ansiedade nos universitários durante a pandemia da COVID 19, especialmente com o retorno dos alunos ao ensino presencial após dois anos de ensino remoto.

3 OBJETIVOS

Este estudo tem como objetivo geral avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial. Como objetivos específicos, propõe-se descrever o perfil sociodemográfico da amostra, mensurar sintomas ansiosos na amostra de estudantes ingressantes na universidade em 2020 e identificar os fatores protetivos e estressores associados ao retorno ao ensino presencial.

4 MÉTODOS

Realizou-se um estudo de levantamento online, descritivo, de recorte transversal e enfoque quantitativo, com o objetivo de avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial.

4.1 Participantes

Participaram deste estudo 21 graduandos do curso de psicologia que ingressaram na faculdade no ano de 2020. A amostragem de conveniência foi obtida convidando-se todos os alunos do 3º ano de Psicologia e 28,54% deles aceitaram participar do estudo.

4.2 Local

A pesquisa foi realizada online, com isso, os respondentes poderiam participar de qualquer lugar que tivesse acesso à internet, em dia e horário da sua preferência.

4.3 Instrumentos e Materiais

Para participar da pesquisa, os voluntários acessaram um dispositivo eletrônico (desktop, notebook, tablet ou celular) que permitiu conexão à internet para responder aos instrumentos de pesquisa, a saber:

a) Questionário Sociodemográfico (APÊNDICE A)

Trata-se de um instrumento estruturado pelas pesquisadoras utilizado para caracterizar os estudantes quanto ao seu perfil sociodemográfico e acadêmico.

b) Questionário de vida acadêmica (APÊNDICE B)

Instrumento desenvolvido pelas pesquisadoras para verificar fatores estressores e protetivos em universitários durante o retorno ao ensino presencial.

c) Inventário de Ansiedade de A Mente Vencendo o Humor (IA) (ANEXO A)

Trata-se de um instrumento desenvolvido por Greenberger e Padesky (2017) com 24 itens que avaliam a frequência de sintomas associados à ansiedade na última semana. As alternativas de respostas são dispostas em uma escala do tipo Likert de 4 pontos, variando entre nem um pouco (0), às vezes (1), frequentemente (2) e a maior parte do tempo (3). O escore final varia de 0 a 72 e quanto maior a pontuação no inventário, maiores os níveis de ansiedade.

4.4 Procedimentos

A pesquisa foi realizada por meio da plataforma Google formulários. O convite para participar do estudo foi realizado presencialmente na sala de aula dos alunos do 3º ano do curso de psicologia. Os participantes tiveram acesso ao *link* com o TCLE contendo as assinaturas das pesquisadoras. Em seguida, responderam ao Questionário Sociodemográfico, Questionário de Vida Acadêmica e Inventário de Ansiedade de A Mente Vencendo o Humor.

4.5 Aspectos éticos

O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP) sob parecer nº 5.391.249/2022 (**ANEXO B**). Um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (**APÊNDICE C**) foi desenvolvido considerando as pertinentes orientações e esclarecimentos sobre a pesquisa, seus direitos, benefícios e riscos, garantias e liberdades apresentadas aos participantes, maneiras de ressarcimento e indenização, contato com as pesquisadoras e CEP, assim como o direito de recebimento de uma via do TCLE, de acordo com o especificado na resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Considera-se que esta pesquisa tem riscos mínimos. Os principais desconfortos esperados foram o cansaço ao responder as questões ou mobilização emocional pelo conteúdo abordado. Como forma de atenuar esses possíveis riscos, foram planejadas questões curtas e, caso ao responder essas questões o participante sentisse algum desconforto e/ou constrangimento, os contatos das pesquisadoras estavam à disposição para orientações e encaminhamentos necessários. Além disso, o participante poderia não responder a qualquer questão que causasse algum desconforto e interromper sua participação imediatamente, momentânea ou definitivamente.

No que se refere à coleta de dados em ambiente virtual, não foi solicitada nenhuma informação que poderia pessoalmente identificar o participante, tais como seu nome, telefone,

e-mail, etc. Além disso, assim que finalizada a coleta dos dados, as pesquisadoras imediatamente removeram o arquivo com as informações obtidas da nuvem, ficando o acesso único e exclusivo das pesquisadoras, garantindo, assim, a confidencialidade das informações.

Com relação aos benefícios da participação na pesquisa, acredita-se que o participante teve uma oportunidade de refletir sobre como a ansiedade tem afetado sua vida, especialmente no contexto universitário e com o retorno ao ensino presencial. Ao pensar sobre como a ansiedade afeta seu dia a dia, o participante também poderia refletir sobre a forma como tem lidado com ela, se seu modo de lidar o ajuda ou atrapalha. De modo amplo, a participação na pesquisa produziu informações que ajudarão a entender os impactos do retorno ao ensino presencial na saúde mental dos estudantes e a pensar estratégias de intervenção no futuro.

4.6 Análise de dados

A coleta de dados na plataforma Google formulários resultou em uma planilha de Excel, com os dados brutos da pesquisa. Estes foram analisados de forma quantitativa, com estatística descritiva e inferencial, com análises estatísticas não paramétrica.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Todos os 74 alunos matriculados que iniciaram a faculdade em 2020 pertencentes ao 5º semestre foram convidados. Houve 21 respondentes, ou seja, 28,4% dos convidados participaram da pesquisa.

A partir da Tabela 1, pode-se constatar que a maioria dos participantes era do gênero feminino (85,7%), solteira (85,7%) e pertencente a faixa etária de 18 a 24 anos (95,2%), o que converge com a pesquisa de Yamamoto, Falcão e Seixas (2011) que mostra que dos estudantes de psicologia respondentes do ENADE de 2006, 84,10% era do gênero feminino, 76,5% solteiros e 98,6% na faixa etária de 16 a 21 anos.

Tabela 1- Caracterização demográfica participantes da pesquisa.

Variável	Frequência	Porcentagem
Gênero		
Feminino	18	85,7
Gênero fluido	1	4,8
Masculino	2	9,5
Estado civil		
Casado/ União Estável	3	14,3
Solteiro	18	85,7
Faixa etária		
De 18 a 24 anos	20	95,2
De 25 a 35 anos	1	4,8

Fonte: Dados da pesquisa.

Destes participantes do estudo, foi feita uma caracterização econômica, como consta na Tabela 2. É possível notar que 71,4% da amostra dos participantes está trabalhando, 57,1% recebem ajuda financeira, 76,2% não cursaram outra universidade e 76,2% não faz estágio extracurricular.

Esses resultados relacionam-se com o estudo feito por Fermann *et al.* (2021), que verificou a relação das mídias sociais com estudantes universitários, constatou que a maioria não faz psicoterapia e uma taxa dos participantes tem diagnóstico de transtorno de ansiedade

e/ou depressão, além disso, os participantes apresentaram dependência ao uso de internet, o que facilita o contato social por meio virtual.

Também verificou-se no presente estudo que maioria dos participantes trabalham durante a graduação e mais da metade dos participantes recebem ajuda financeira, isso pode estar associado a situação financeira, tendo em vista a necessidade de manter as despesas sociais e acadêmicas (FERMANN *et al.* 2021).

Tabela 2- Caracterização socioeconômica dos participantes da pesquisa.

Variável	Frequência	Porcentagem
Está trabalhando		
Não	6	28,6
Sim	15	71,4
Cursou ou cursa outro curso universitário		
Não	16	76,2
Sim	5	23,8
Faz algum estágio extracurricular		
Não	16	76,2
Sim	5	23,8
Recebe ajuda financeira		
Não	9	42,9
Sim	12	57,1

Fonte: Dados da pesquisa.

O número de participantes que reside na cidade de Ribeirão Preto, as pessoas com quem reside e a religião, estão descritos na Tabela 3. Verifica-se que 71,4% estão morando na cidade de Ribeirão Preto, 76,2% residem com os pais e 43% dos participantes não têm religião. Os estudantes que precisaram mudar de local de estudo, podem apresentar grau de ansiedade maior que os estudantes que residem na mesma região onde estudam, visto que podem ficar longe de pais, amigos e parentes (CRUZ, M *et al.*, 2020).

O Gráfico 1 descreve os participantes quanto a fazer ou não psicoterapia. Os dados mostram que 57% da amostra não faz psicoterapia e isso vai de encontro com o trabalho de Anjos (2017), que mostra que os estudantes de psicologia dos primeiros períodos procuram menos a terapia do que estudantes que já estão nos estágios dos últimos períodos, onde se deparam com questões da prática do psicólogo. Porém, enfatiza-se a importância dos estudantes de psicologia fazerem terapia para conhecerem melhor as variáveis que impactam no seu

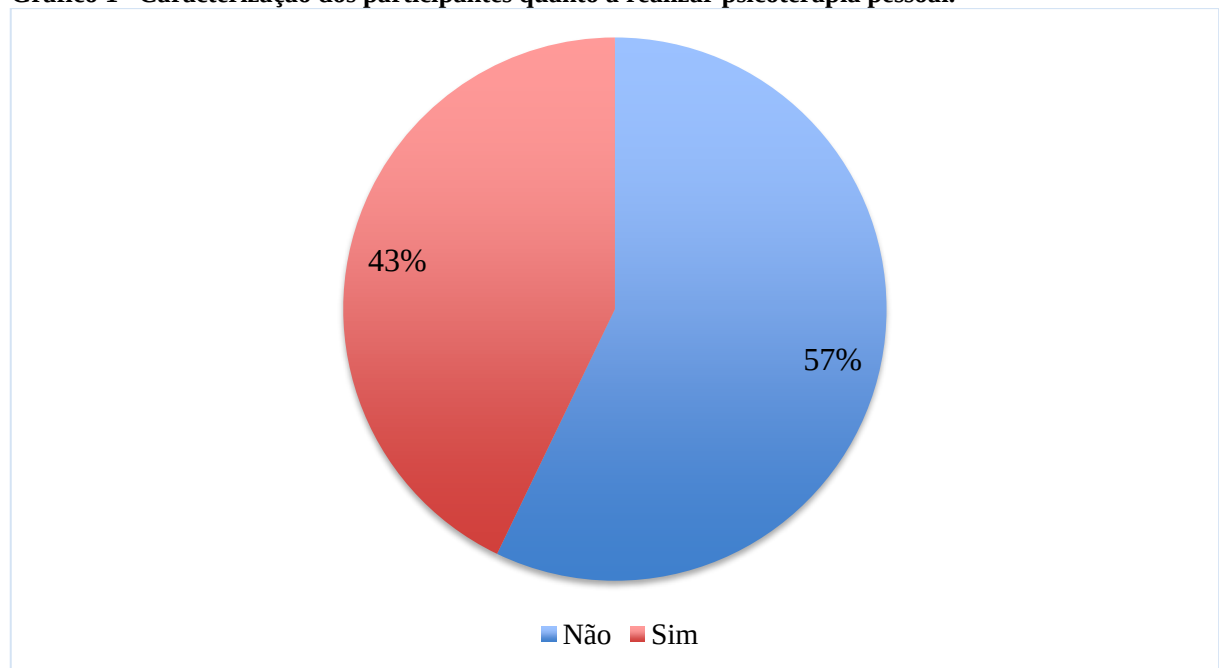
sofrimento, como: comportamento, sentimento, pensamento. Isso ajuda a depois analisar o outro e manejar questões pessoais que podem aparecer na prática futura.

Tabela 3- Caracterização dos participantes da pesquisa quanto à procedência e religião.

Variável	Frequência	Porcentagem
Reside em Ribeirão Preto		
Não	6	28,6
Sim	15	71,4
Com quem reside atualmente		
Com o(a) esposo(a) e/ou com o(s) filho(s)	3	14,3
Com os pais	16	76,2
Com parentes	1	4,8
Sozinho	1	4,8
Religião		
Agnóstico	1	4,8
Católico	5	23,8
Cristão	4	19,0
Espírita	1	4,8
Pagã politeísta	1	4,8
Sem religião	9	42,9

Fonte: Dados da pesquisa.

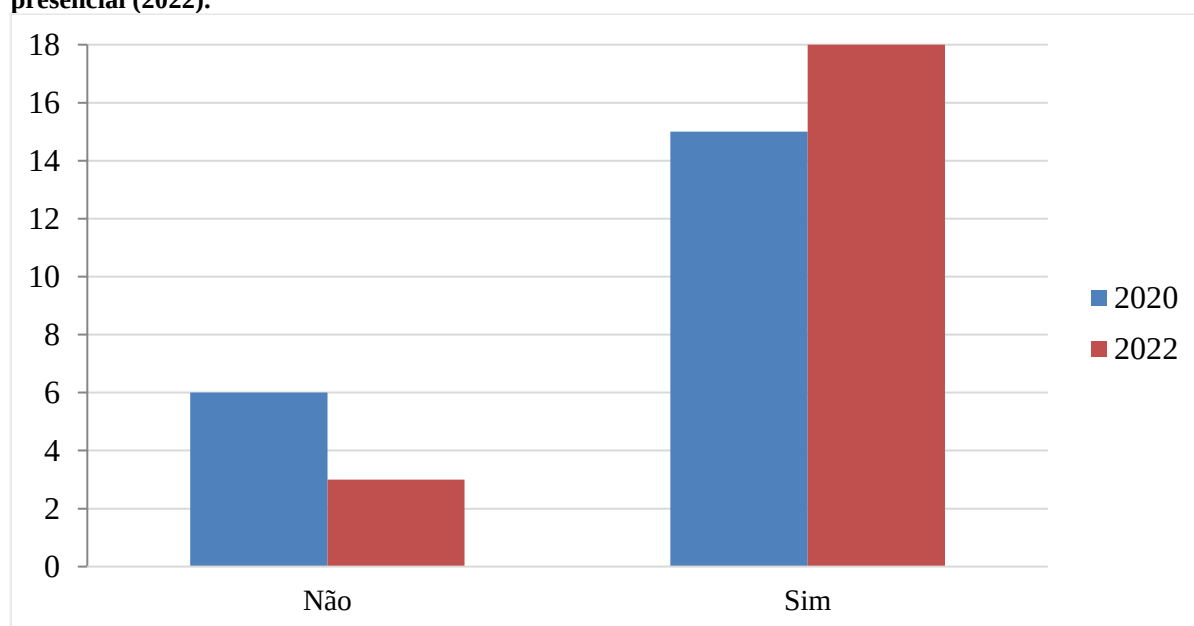
Gráfico 1– Caracterização dos participantes quanto a realizar psicoterapia pessoal.



Fonte: Dados da pesquisa.

Verifica-se que no ano de 2020, 15 alunos tiveram dificuldade na adaptação no ingresso ao ensino superior e no ano de 2022, 18 alunos tiveram dificuldade no retorno do ensino presencial (Gráfico 2). A dificuldade na adaptação pode ocorrer, pois o aluno precisa se adaptar aos novos modelos distintos de ensino, que podem variar conforme os professores, assim, o estudante pode usar a relativização para desconstruir as verdades pré-determinadas (TEBALDI *et al.*, 2009).

Gráfico 2– Percepção dos participantes sobre dificuldade de adaptação no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



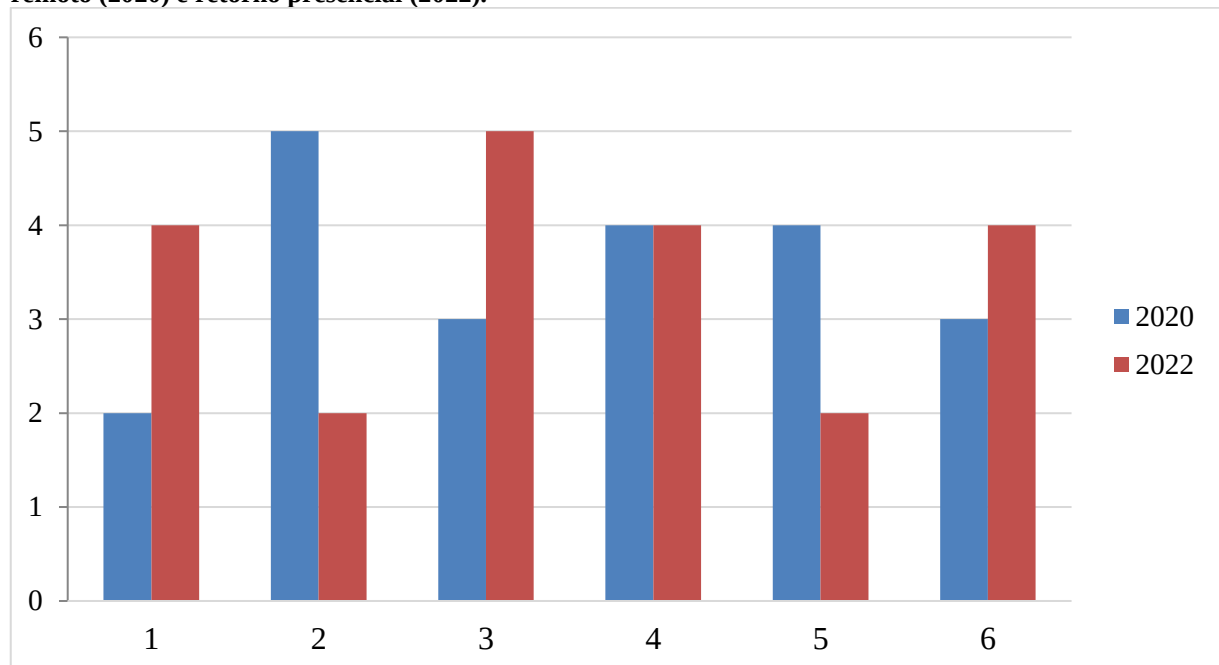
Fonte: Dados da pesquisa.

A dificuldade de relacionamento com os colegas foi avaliada de forma subjetiva, solicitando-se que os respondentes avaliassem seu nível de dificuldade em uma escala que variou de 0 e 5. No Gráfico 3, apresenta-se a dificuldade em relacionamento com colegas no ano de 2020 e 2022. Verifica-se que o relacionamento com os colegas nos dois anos tem semelhança, no ano de 2020, 14 alunos tiveram dificuldade em nível moderado a alto, já no ano de 2022, 15 alunos tiveram dificuldade em nível moderado a alto.

Essa semelhança na adaptação com os colegas nos anos 2020 e 2022 pode acontecer devido aos estudantes se depararem com o desconhecido, ao precisarem se inserir em um novo grupo, após passarem vários anos escolares com os mesmos amigos, além de gerir os compromissos com os estudos (FERNANDES, 2011). Ressalta-se, ainda, que ao ingressarem em 2020, tais alunos passaram pelo período pandêmico, o que trouxe uma substancial diferença na formação dos vínculos afetivos, já que este foi mediado por tecnologias. Logo, o retorno

presencial no 3º ano da graduação impõe dificuldades semelhantes ao ingresso no primeiro ano no tocante às interações sociais.

Gráfico 3– Percepção dos participantes quanto à dificuldade em relacionamento com colegas no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).

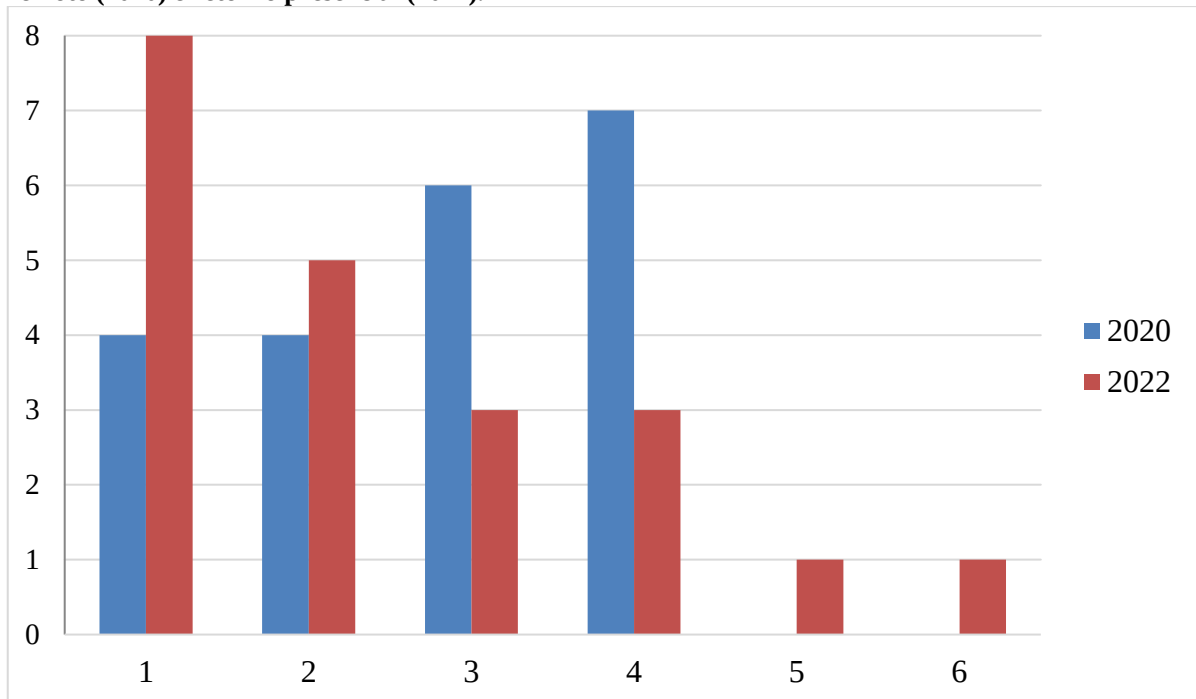


Fonte: Dados da pesquisa.

A dificuldade em relacionamento com professores no ano de 2020 e em 2022 está apresentada no Gráfico 4. Verifica-se baixa dificuldade em relacionamento os professores, principalmente em 2020 que apenas 7 alunos sentiram dificuldade em nível moderado e no ano de 2022, 2 alunos sentiram dificuldade em nível alto. Os resultados apontados por Pereira *et al.* (2020) são opostos aos encontrados nesse estudo, visto que mostra como ponto negativo o distanciamento entre aluno e professor, além de dificuldade na identificação das necessidades dos alunos pelos professores.

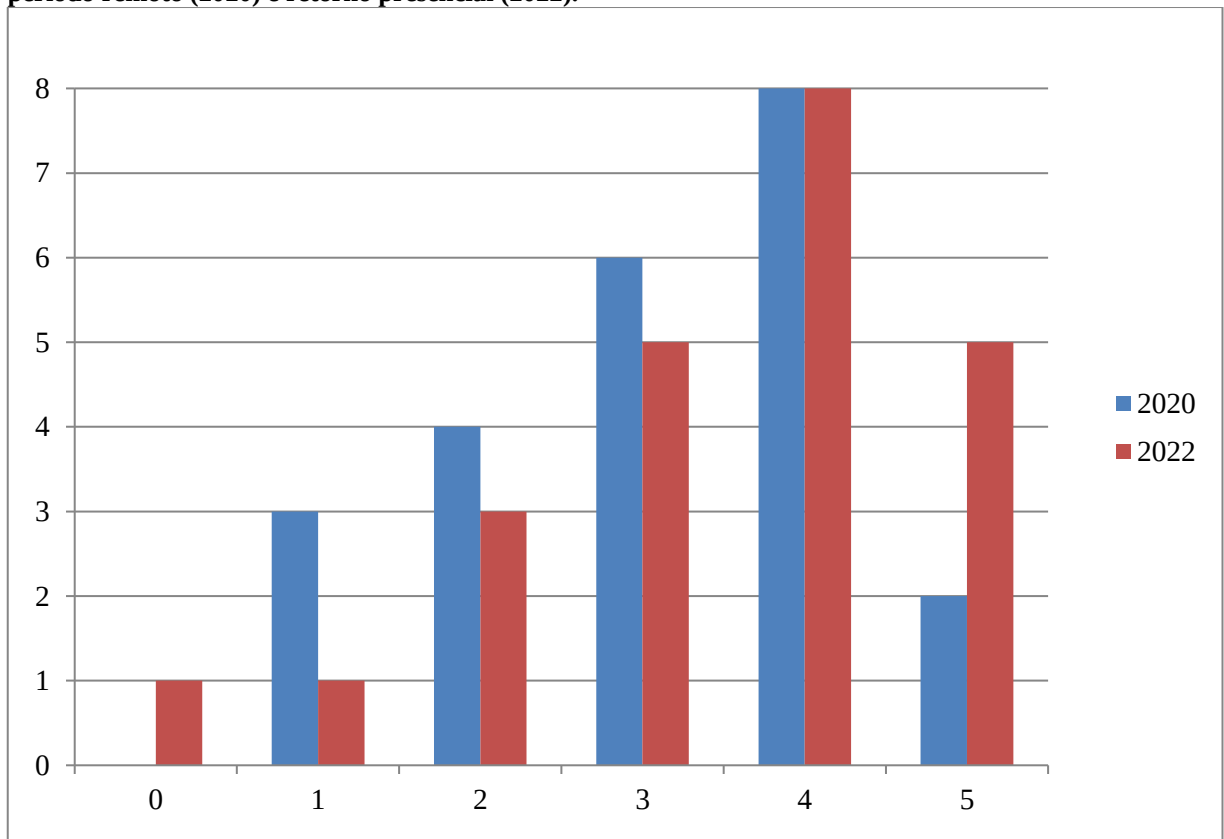
Outra dificuldade mostrada foi lidar com as exigências de estudo, ela foi alta tanto em 2020 no ingresso na faculdade e ensino remoto, quanto em 2022 com o retorno ao ensino presencial. A escala 5, a mais extrema, mostra que essa dificuldade foi maior em 2022 do que em 2020 (Gráfico 5), o que pode refletir a adaptação do aluno às novas responsabilidades do ensino superior (ALMEIDA, 2007).

Gráfico 4– Percepção dos participantes quanto à dificuldade em relacionamento com professores no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



Fonte: Dados da pesquisa.

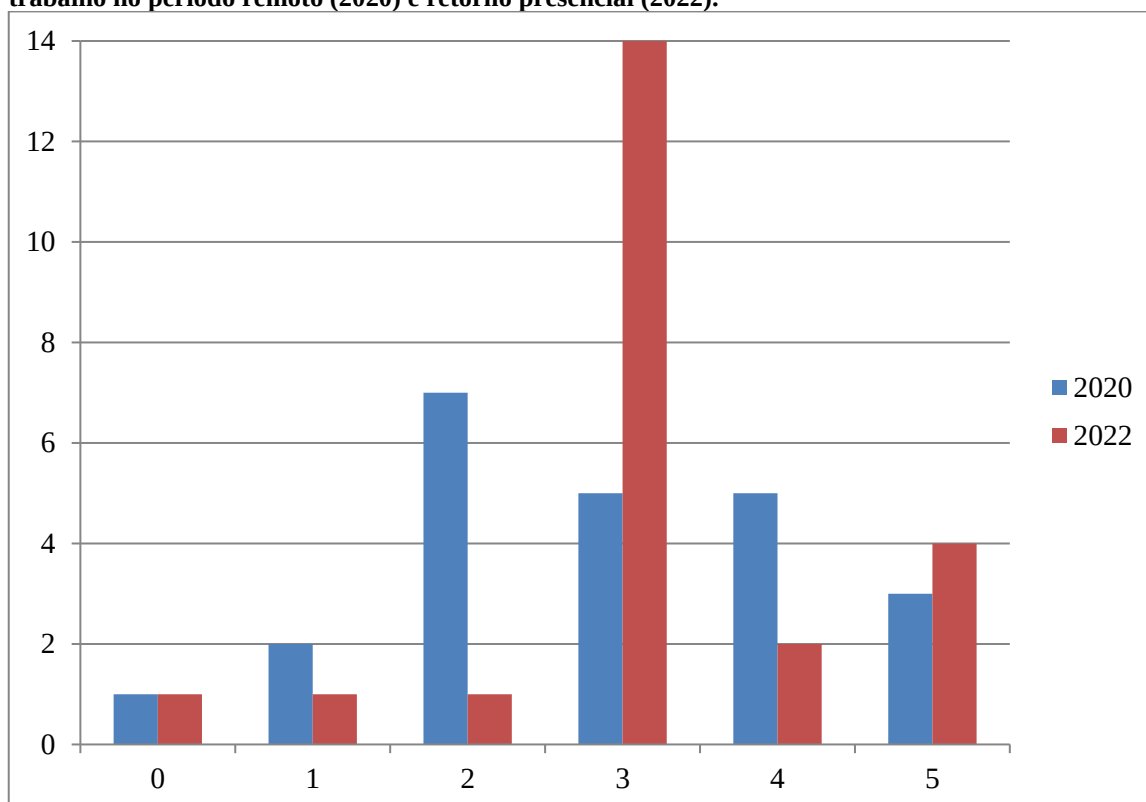
Gráfico 5- Percepção dos participantes quanto à dificuldade para lidar com as exigências de estudo no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



Fonte: Dados da pesquisa.

A dificuldade em lidar com os prazos para entrega de trabalho foi maior em 2022 do que em 2020 (Gráfico 6). Isso pode demonstrar a dificuldade de adaptação na esfera cognitiva, pois os trabalhos acadêmicos exigem maior capacidade e treinamento em análise e crítica. Além disso, a dificuldade com prazos sugere a dificuldade em gerir os compromissos acadêmicos (FERNANDES, 2011).

Gráfico 6- Percepção dos participantes quanto à dificuldade para lidar com os prazos para entrega de trabalho no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



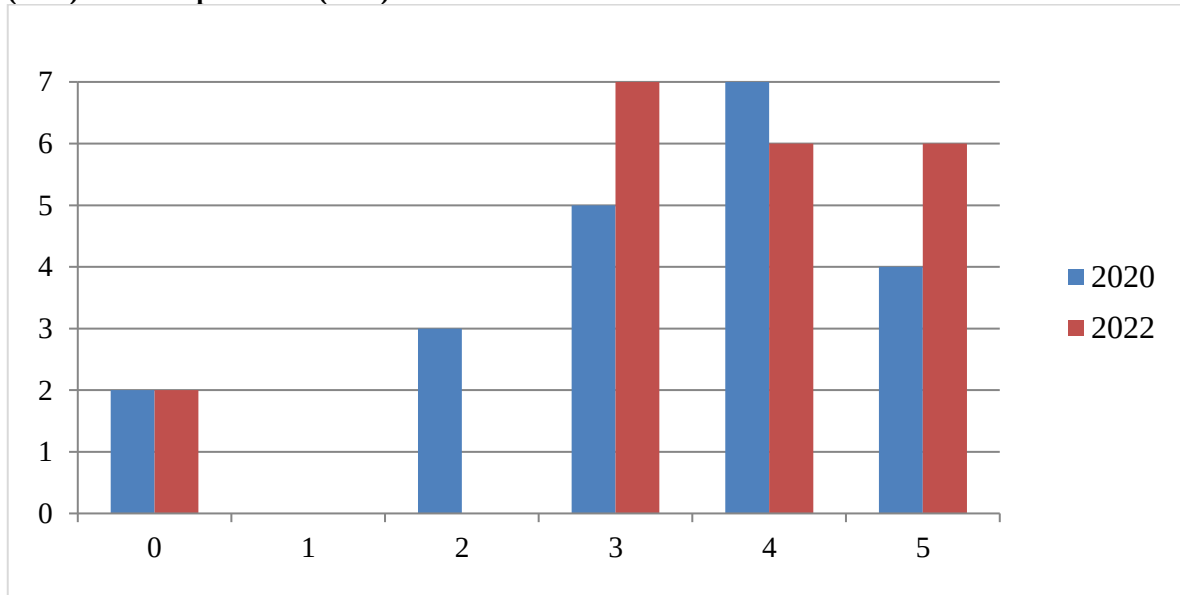
Fonte: Dados da pesquisa.

Em se tratando da dificuldade em se adaptar às provas (Gráfico 7), evidencia-se que ela foi expressiva nos 2 anos, porém em 2022 foi maior. Cruz, P *et al.* (2020) apontam que a retomada do ensino presencial não continua de onde foi parado, mas, sim, exige um novo planejamento, considerando que os alunos irão passar por um novo processo de adaptação.

No Gráfico 8 mostra que houve dificuldade de adaptação ao ensino remoto. Porém, não foi a maioria dos alunos que tiveram muita dificuldade. De acordo com Paiano (2007, p. 13) “a Web favorece a construção de ambientes cooperativos e construtivistas de aprendizagem a distância e enriquece o trabalho conjunto dos atores envolvidos no processo [...] pois oferece uma gama enorme de possibilidades, facilidades de comunicação, inúmeras ferramentas [...]”. Esse ambiente pode contribuir para a adaptação ao ensino remoto, porém não anula algumas

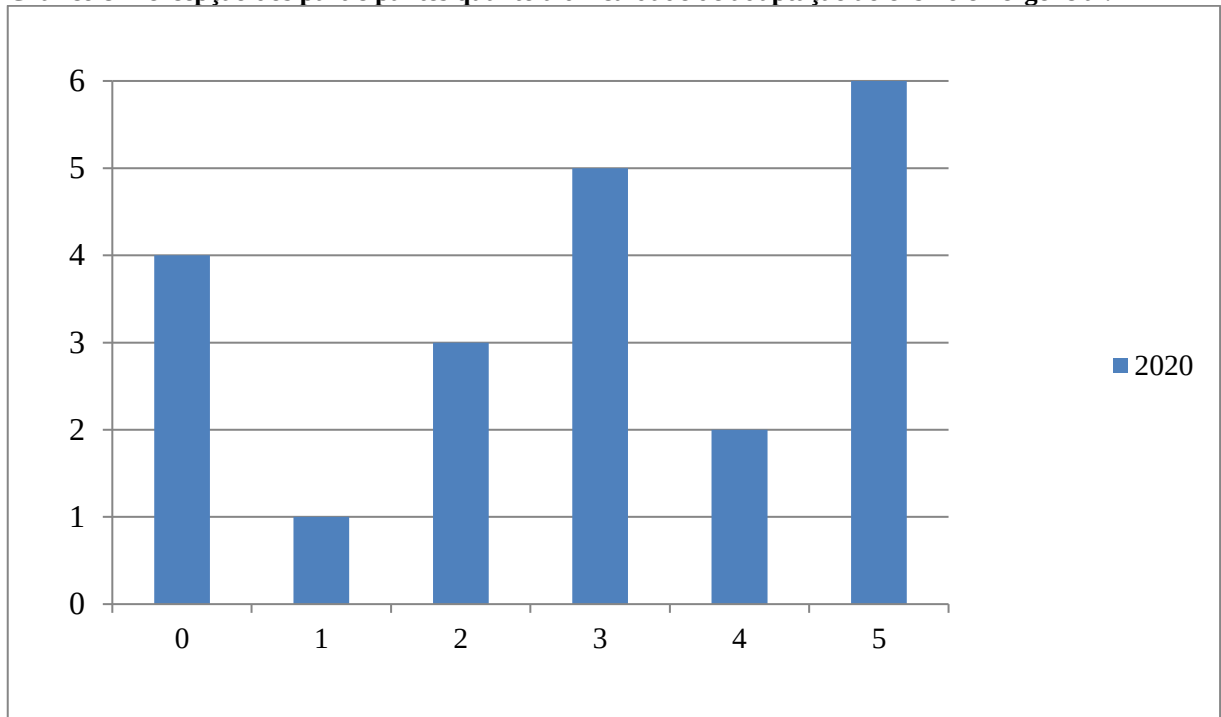
difficultades dessa modalidade de ensino, como: de conexão de internet, falhas de áudio e imagem, falta de contato face a face com professores e colegas.

Gráfico 7- Percepção dos participantes quanto à dificuldade em se adaptar às provas no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



Fonte: Dados da pesquisa.

Gráfico 8- Percepção dos participantes quanto à dificuldade de adaptação ao ensino emergencial.

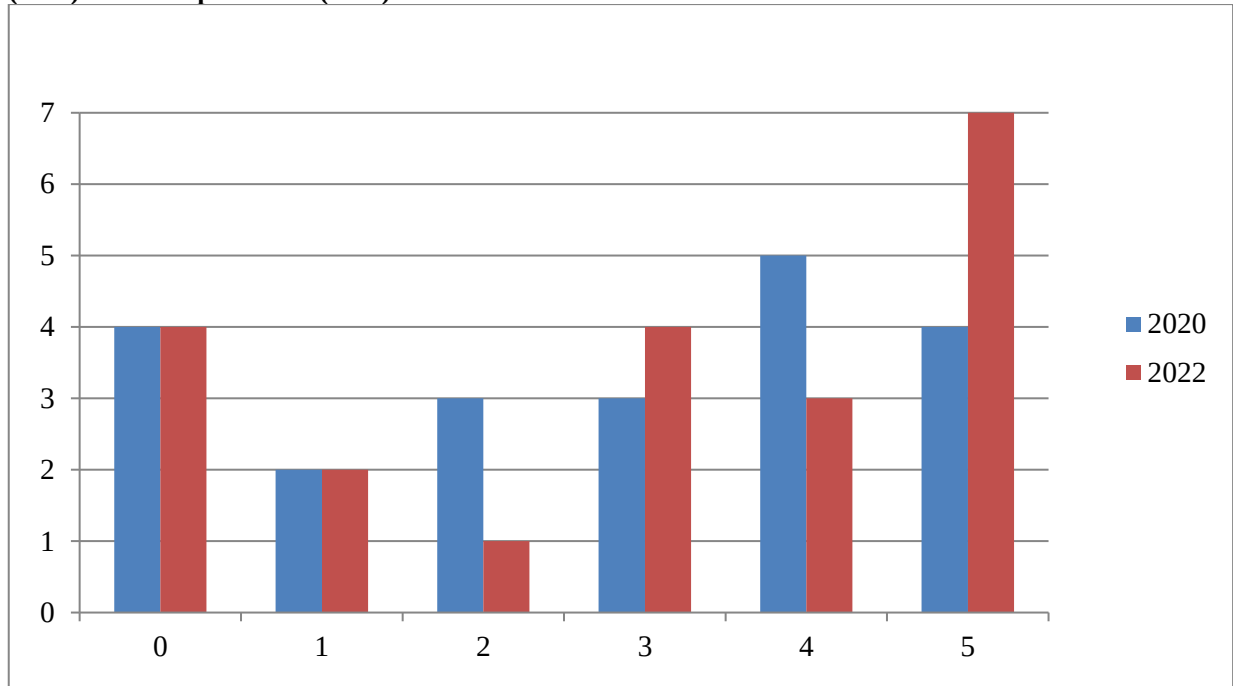


Fonte: Dados da pesquisa.

Através do Gráfico 9, mostra-se que o apoio dos familiares contribuiu para que os alunos se adaptassem ao ensino superior foi maior em 2022, com 7 alunos escolhendo a escala

que mostra a maior contribuição do apoio dos familiares em comparação com 2020, com 4 alunos. O apoio social, de acordo com Matias e Martinelli (2017), é uma variável que além de contribuir para a adaptação acadêmica, tem correlação positiva com o autoconceito do aluno.

Gráfico 9- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos familiares no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).

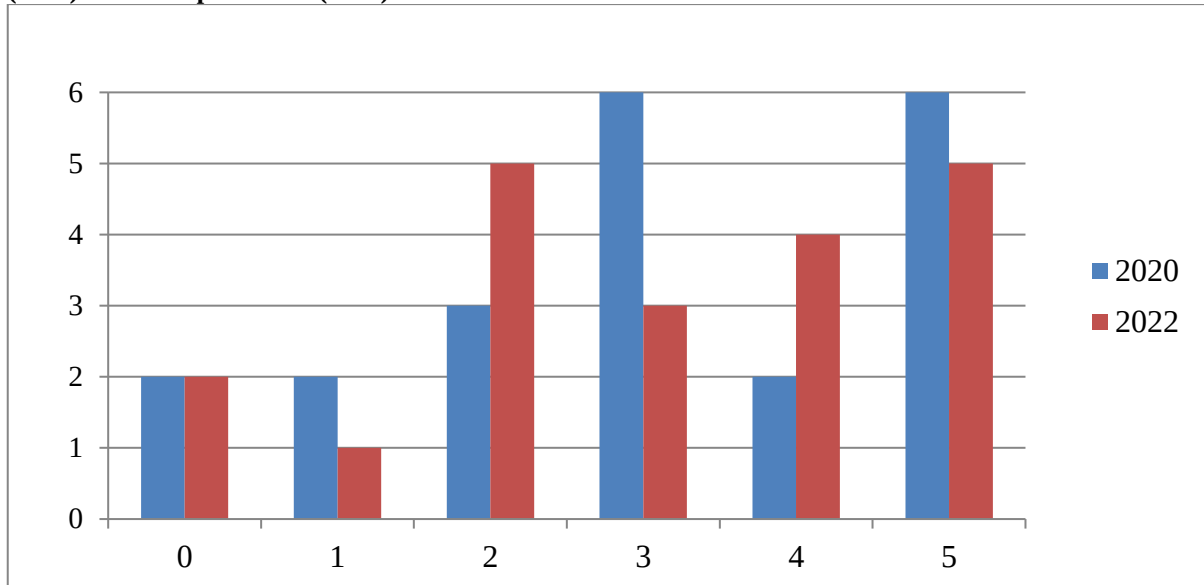


Fonte: Dados da pesquisa.

Outro fator que contribuiu para que alunos se adaptassem ao ensino superior foi o apoio dos amigos. De acordo com o Gráfico 10, ele foi maior em 2020 com o ingresso na faculdade do que em 2022. O estudo de Carlotto, Teixeira e Dias (2015) mostra que o suporte social se correlaciona com a adaptação acadêmica, ou seja, os jovens que têm mais suporte social também se adaptam melhor a universidade.

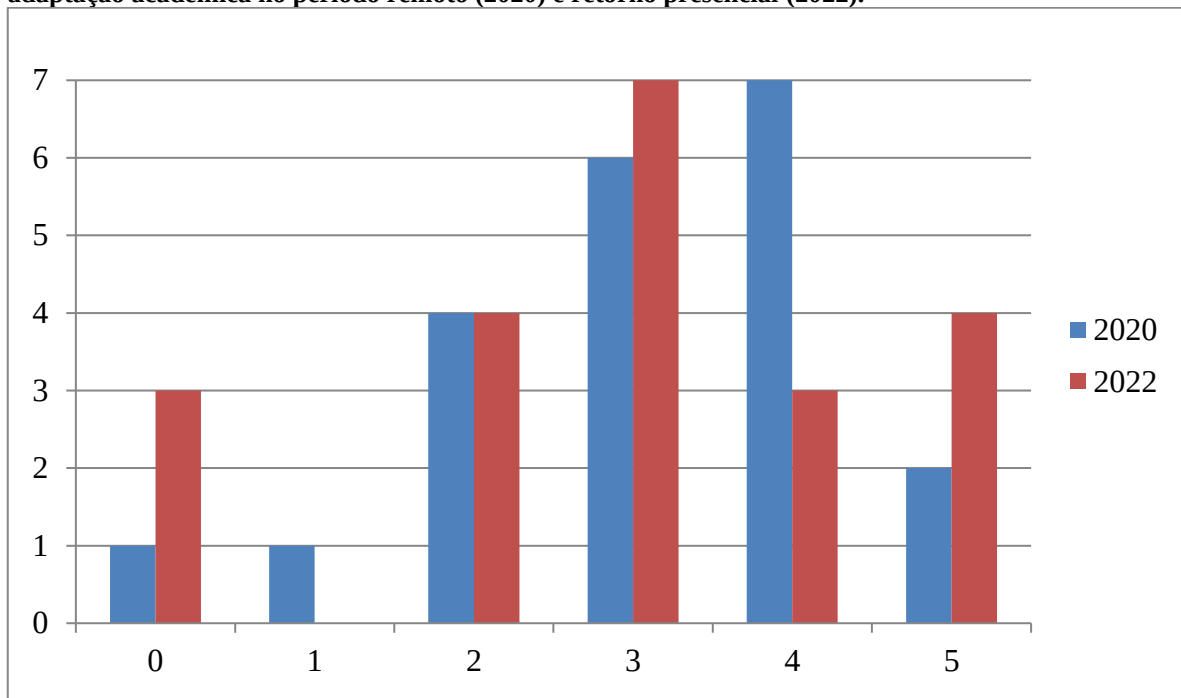
Nota-se que a percepção dos alunos quanto ao apoio dos colegas de sala foi maior em 2020 do que em 2022. Entretanto, nos dois anos houve distribuição dos alunos que consideram que o apoio dos colegas de sala não contribui ou tem pouca contribuição para que eles se adaptassem ao ensino superior e o retorno ao ensino presencial (Gráfico 11).

Gráfico 10- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos amigos no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



Fonte: Dados da pesquisa.

Gráfico 11- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos colegas de sala para a adaptação acadêmica no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



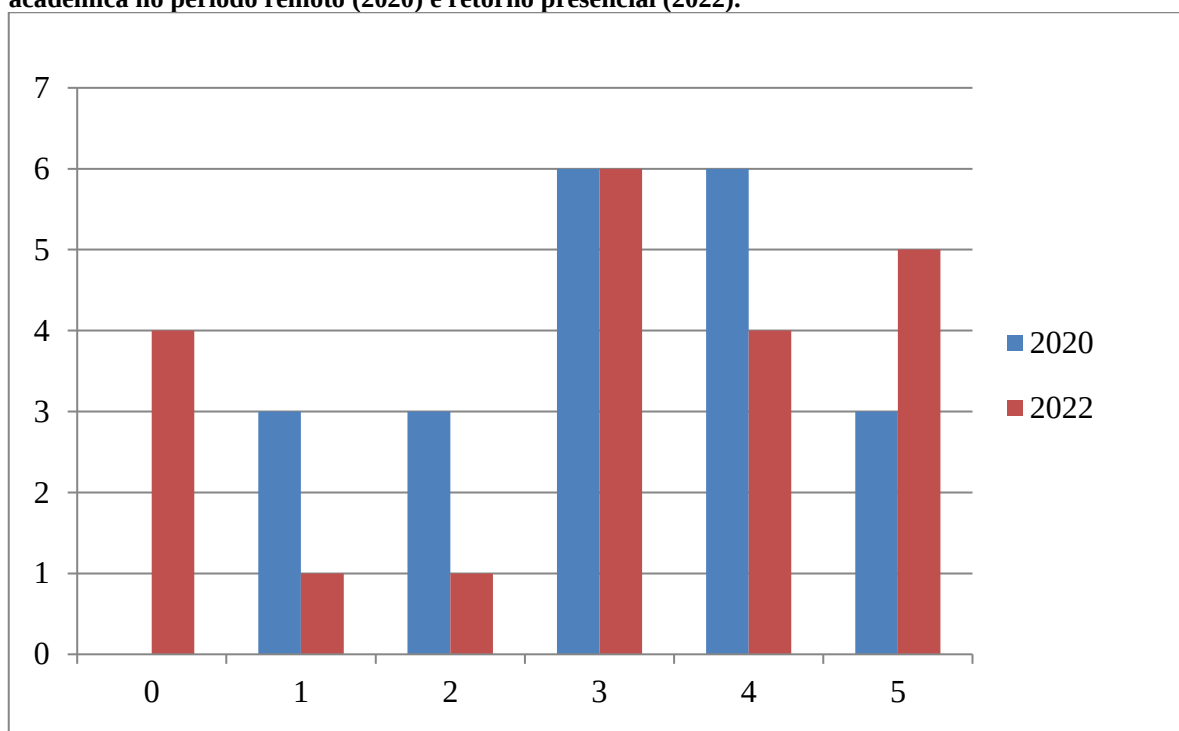
Fonte: Dados da pesquisa.

Sobre o envolvimento dos universitários com os colegas de sala, que são considerados os grupos de pares, Gonçalves (2012) demonstrou que essas relações contribuem para o desenvolvimento de estratégias de *coping*, que são maneiras de enfrentar uma situação desafiadora. Assim, os estudantes que responderam a escala de níveis mais elevados como 4 e

5 podem ter desenvolvido estratégias de *coping* na relação com os pares a fim de lidar com os desafios acadêmicos que envolviam a pandemia em 2020.

Como mostra no Gráfico 12, o apoio dos professores se mostrou alto nos dois anos, porém em 2022, comparado a 2020, houve mais alunos que consideraram que o apoio dos professores não contribui para a adaptação no retorno ao ensino presencial em comparação ao ingresso na faculdade. O apoio dos professores é considerado uma interação que beneficia o desenvolvimento global e traz satisfação ao estudante (GONÇALVES, 2012). Assim, colaborando com o desenvolvimento do estudante, o apoio adequado dos professores ajuda na adaptação acadêmica.

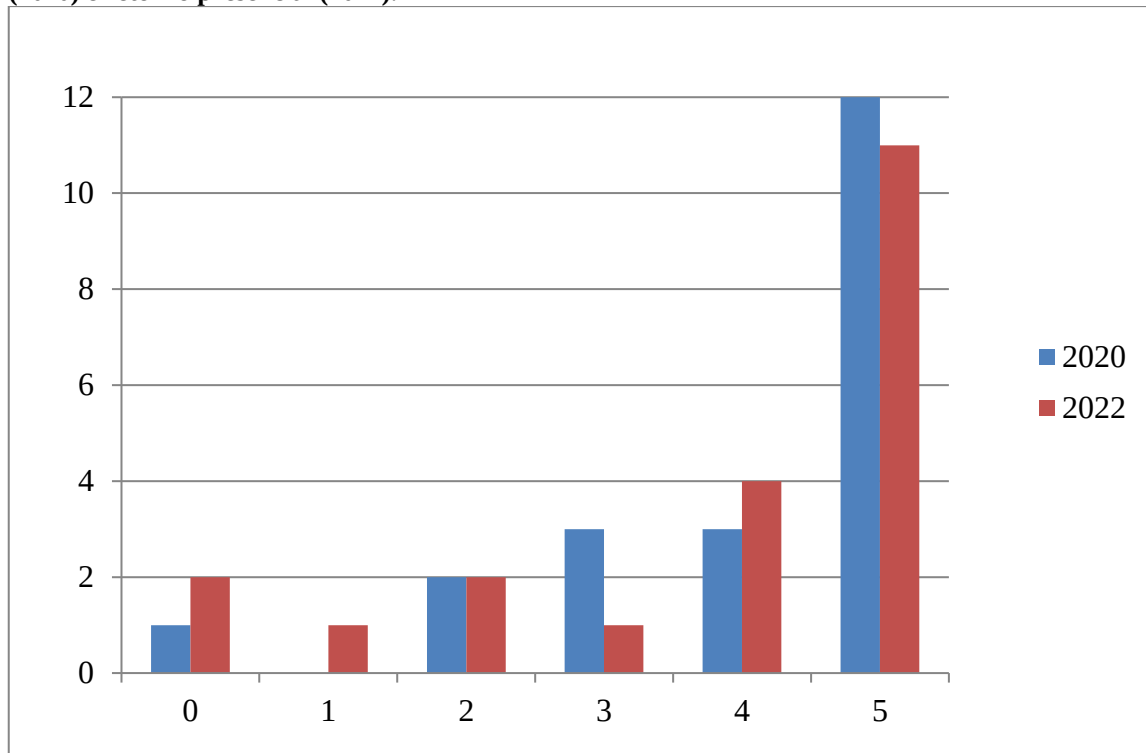
Gráfico 12- Percepção dos participantes quanto à contribuição do apoio dos professores para a adaptação acadêmica no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



Fonte: Dados da pesquisa.

Verifica-se que no Gráfico 13 a maioria dos alunos considera os momentos de lazer como um fator que contribui para que eles se adaptassem ao ensino superior e o retorno ao ensino presencial. Sendo essa importância mais alta em 2020, momento do ingresso a faculdade. Gomes (2014) discorre do lazer como uma necessidade humana e que varia de acordo com a cultura e o momento histórico. Assim, é compreensível que os alunos viveram formas diferentes de lazer em 2020 com o isolamento social e em 2022 com a volta do ensino presencial. Nesses dois momentos, destaca-se a importância de momentos de lazer.

Gráfico 13- Percepção dos estudantes quanto à contribuição dos momentos de lazer no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).

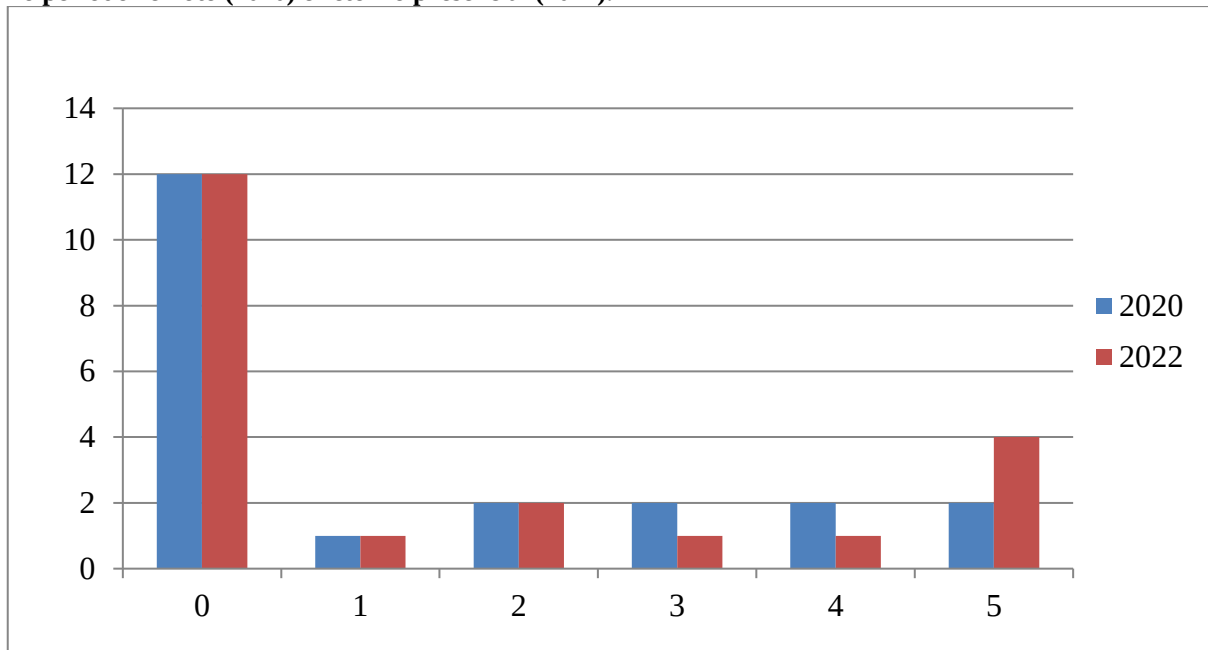


Fonte: Dados da pesquisa.

Nota-se que mais da metade dos alunos considera sua religiosidade como um fator que não contribui para que eles se adaptassem ao ensino superior e o retorno ao ensino presencial (Gráfico 14). O que é equivalente com os números de alunos que não tem religião. De acordo com Gonçalves (2012), a diminuição da constância de valores religiosos é algo característico das mudanças psicossociais que podem ocorrer durante o ensino superior, o que é confirmado pelos dados do presente estudo.

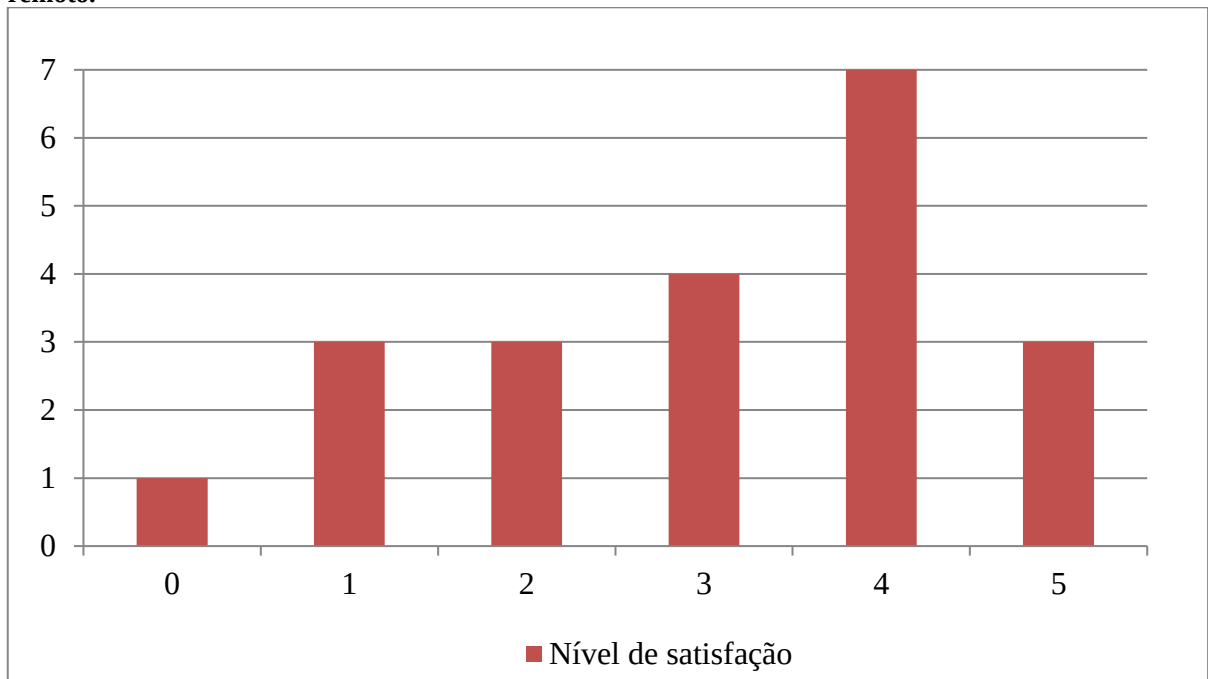
Os dados também mostram que o nível de satisfação com a vida universitária durante o período remoto foi alto de acordo com o Gráfico 15. Esse período remoto com o uso das tecnologias da informação e comunicação possibilitou com que o professor reinventasse sua maneira de dar aulas e também pode proporcionar experiências significativas nos espaços de aprendizagem (ESTEVEZ *et al.*, 2020). Associado a isso, alguns comportamentos dos alunos, como: escolher o lugar mais conveniente da casa para assistir às aulas, fazer provas no ambiente online, assistir aulas associando com outros afazeres pode ter relação com a satisfação deles no período remoto.

Gráfico 14- Percepção dos estudantes quanto à contribuição de sua religiosidade para adaptação acadêmica no período remoto (2020) e retorno presencial (2022).



Fonte: Dados da pesquisa.

Gráfico 15- Percepção dos estudantes quanto à satisfação com a vida universitária durante o período remoto.



Fonte: Dados da pesquisa.

A Tabela 4 apresenta as variáveis geradoras de ansiedade, avaliadas subjetivamente pelos respondentes em uma escala de 0 a 5, sendo 0 nada e 5 extremamente. Verifica-se que as variáveis que geram mais ansiedade nos estudantes foram: antes de iniciar uma prova (57,1%),

apresentação de seminário (61,9%), mudança de rotina como cidade ou estilo vida (38,1%) e fazer novas amizades (23,8%).

Os fatores geradores de ansiedade da amostra, tais como: antes de iniciar uma prova e apresentação de seminário, estão relacionados com o estudo feito por Carvalho *et al.* (2015), que mostrou que a ansiedade nos estudantes pode aparecer através de sentimentos antes de uma aula, esquecimento durante uma prova e fazer trabalhos acadêmicos. Além disso, a ansiedade em estudantes universitários pode variar devido ao seu local de estudo (CRUZ, M *et al.*, 2020), isso relaciona-se com a variável de mudança de rotina ou estilo de vida como geradora de ansiedade.

Tabela 4- Percepção dos participantes quanto às variáveis geradoras de ansiedade.

(continua)

Variável	Frequência	Porcentagem
Antes de iniciar uma prova		
0	0	0
1	0	0
2	3	14,3
3	2	9,5
4	4	19,0
5	12	57,1
Trabalhos em grupo		
0	1	4,8
1	1	4,8
2	3	14,3
3	8	38,1
4	4	19,0
5	4	19,0
Apresentação de seminário		
0	0	0
1	0	0
2	1	4,8
3	5	23,8
4	2	9,5
5	13	61,9

Tabela 4- Percepção dos participantes quanto às variáveis geradoras de ansiedade.

(conclusão)

Variável	Frequência	Porcentagem
Mudanças na sua rotina		
0	1	4,8
1	0	0
2	2	9,5
3	4	19,0
4	6	28,6
5	8	38,1
Fazer novas amizades		
0	4	19,0
1	2	9,5
2	2	9,5
3	5	23,8
4	3	14,3
5	5	23,8
Conversar pessoalmente com um(a) colega de sala		
0	11	52,4
1	4	19,0
2	3	14,3
3	0	0
4	2	9,5
5	1	4,8
Conversar virtualmente com um(a) colega de sala		
0	13	61,9
1	3	14,3
2	2	9,5
3	0	0
4	2	9,5
5	1	4,8
Fazer uma pergunta ao professor durante a aula		
0	6	28,6
1	4	19,0
2	0	0
3	3	14,3
4	4	19,0
5	4	19,0

Fonte: Dados da pesquisa.

As situações que geram baixos sintomas de ansiedade foram: conversar pessoalmente com um colega de sala (52,4%) e conversar virtualmente com um colega da sala (61,9%). A variável de fazer pergunta ao professor durante a aula apresenta baixo índice gerador

de ansiedade (28,6%), no entanto, 8 alunos classificaram esse índice entre os níveis 4 e 5, correspondendo a (38%) dos participantes.

Segundo Barbosa, Viegas e Batista (2020), os alunos frequentavam e participavam mais das aulas durante o ensino presencial, com isso, pode-se pensar que baixo indicador de ansiedade está relacionado com a frequência e participação dos alunos.

Verifica-se na Tabela 5 as situações que contribuem para diminuição de sintomas de ansiedade nos estudantes. A prática de atividade física (66,7%), comer algo prazeroso (95,2%), ter momentos de lazer com amigos e familiares (95,2%), relacionar-se com amigos (95,2%), fazer terapia (81%) e passear com animal de estimação (61,9%) foram fatores que ajudaram na diminuição da ansiedade. Na perspectiva de 52,4% dos respondentes, fazer meditação não contribui para diminuição da ansiedade.

Tabela 5- Percepção dos participantes quanto às situações que diminuem a ansiedade.

Variável	Frequência	Porcentagem
Praticar atividade física		
Não	7	33,3
Sim	14	66,7
Comer algo prazeroso		
Não	1	4,8
Sim	20	95,2
Momentos de lazer com amigos/família		
Não	1	4,8
Sim	20	95,2
Se relacionar com amigos		
Não	1	4,8
Sim	20	95,2
Fazer terapia		
Não	4	19,0
Sim	17	81,0
Fazer meditação		
Não	11	52,4
Sim	10	47,6
Passear com o animal de estimação		
Não	8	38,1
Sim	13	61,9

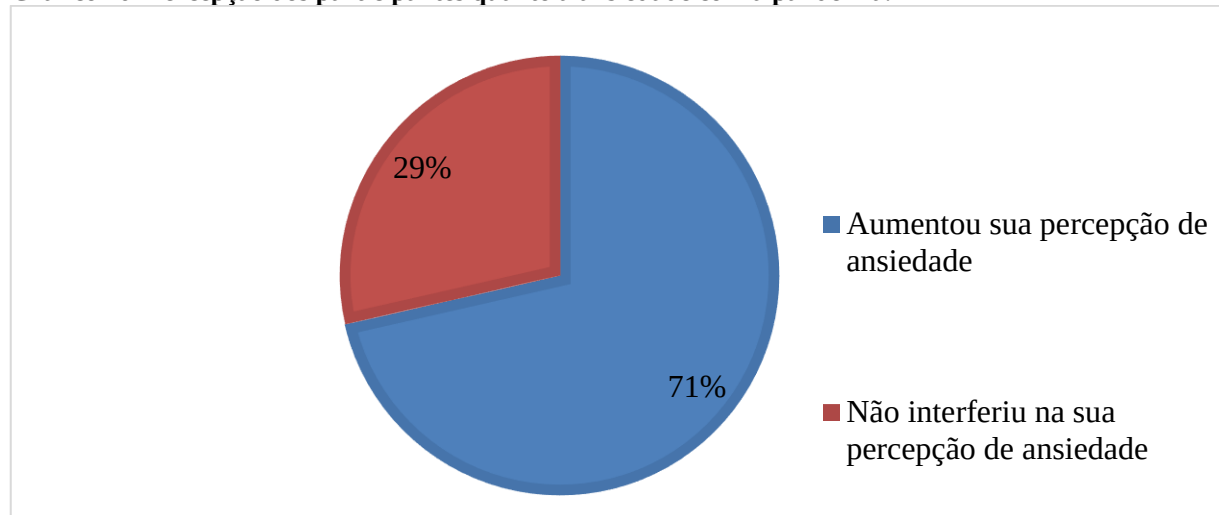
Fonte: Dados da pesquisa.

De acordo com Fermann *et al.* (2021), a prática esportiva e de exercícios físicos contribuiu para uma melhora na qualidade de vida, na saúde física e mental, consequentemente o desempenho acadêmico também melhora. Além disso, ter momentos de lazer é benéfico para

diminuição da ansiedade, visto que é um fator para aumento da ansiedade (SILVA; PANOSSO; DONADON, 2018).

Foi constatado a partir do Gráfico 16 que a maioria dos alunos acredita que a pandemia de Covid-19 aumentou a percepção deles de ansiedade relacionado à vida acadêmica, o que pode ser confirmado em Maia e Dias (2020), que mostram o aumento de impactos psicológicos em estudantes universitários, uma vez que em seus estudos foram encontrados níveis significativamente mais elevados de depressão, ansiedade e estresse, comparados com o período anterior a pandemia. As preocupações que os estudantes sentiram nesse momento podem ter contribuído para um contato com sintomas de ansiedade, e, com isso, aumentassem a percepção de ansiedade.

Gráfico 16- Percepção dos participantes quanto à ansiedade com a pandemia.

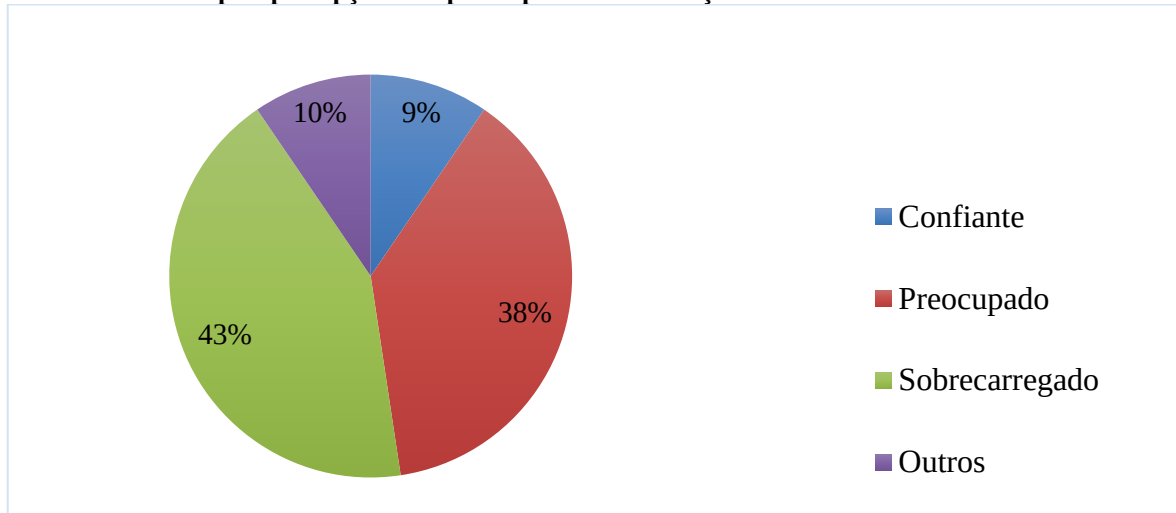


Fonte: Dados da pesquisa.

O Gráfico 17 apresenta como os estudantes se percebem na maior parte do tempo com as tarefas e demandas da universidade, os resultados foram sobrecarregados (43%), preocupados (38%), confiantes (9%) e outros (10%), tais como acostumada, porém, com um certo vazio sentimental misturado ao cansaço e alterações relacionadas a respostas emocionais, cognitivas, comportamentais e fisiológicas.

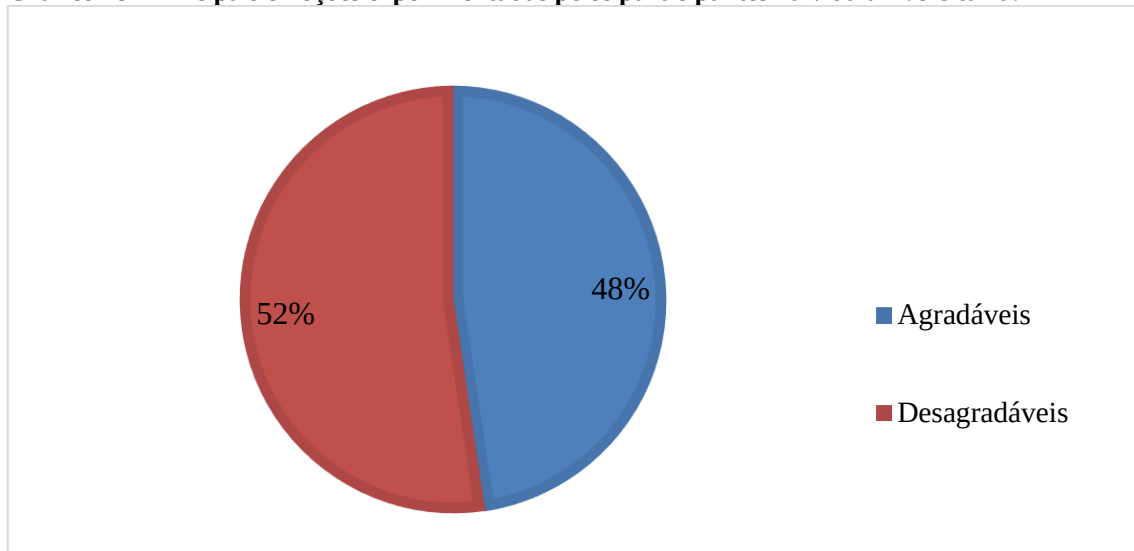
Os sentimentos apresentados pelos estudantes da amostra estão relacionados com o estudo feito por Silva, Panosso e Donadon (2018), visto que diversas situações podem gerar ansiedade no contexto universitário, tais como competição, pressão para o sucesso, falta de tempo para programas com a família ou de lazer, preocupações com o futuro e problemas financeiros.

Gráfico 17– Principais percepções dos participantes com relação às demandas da vida universitária.



Fonte: Dados da pesquisa.

Gráfico 18- Principais emoções experimentadas pelos participantes na vida universitária.

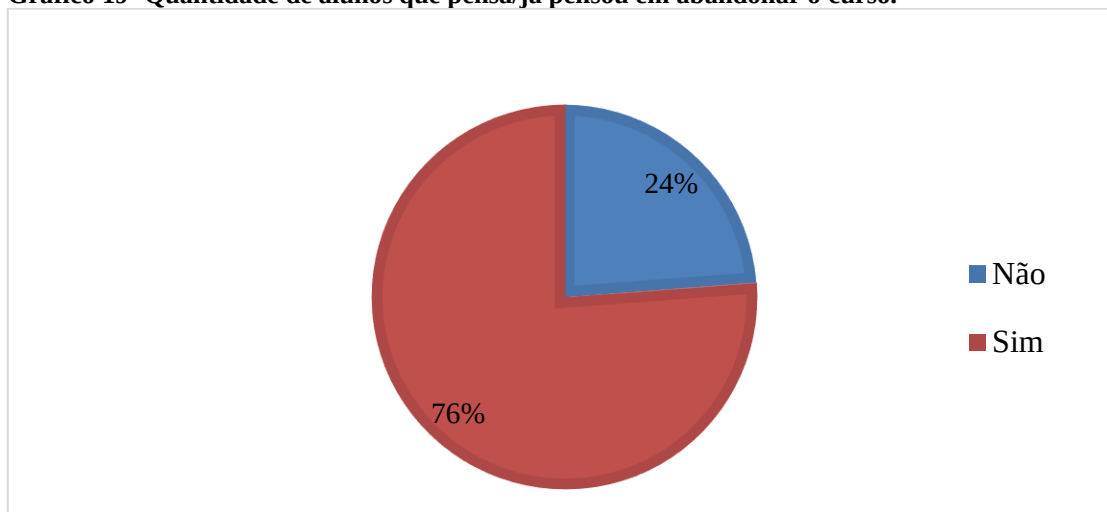


Fonte: Dados da pesquisa.

Com base no Gráfico 18, é possível perceber que pouco mais da metade dos alunos considera que na maior parte do tempo as emoções despertadas pelas atividades acadêmicas são desagradáveis de se sentir, como por exemplo: medo, tristeza e raiva. Essas emoções podem estar associadas aos impactos psicológicos da pandemia, a qual funcionou como gatilho para sentimentos de ansiedade, depressão e estresse (ZANIN; SILVA; SILVA, 2021).

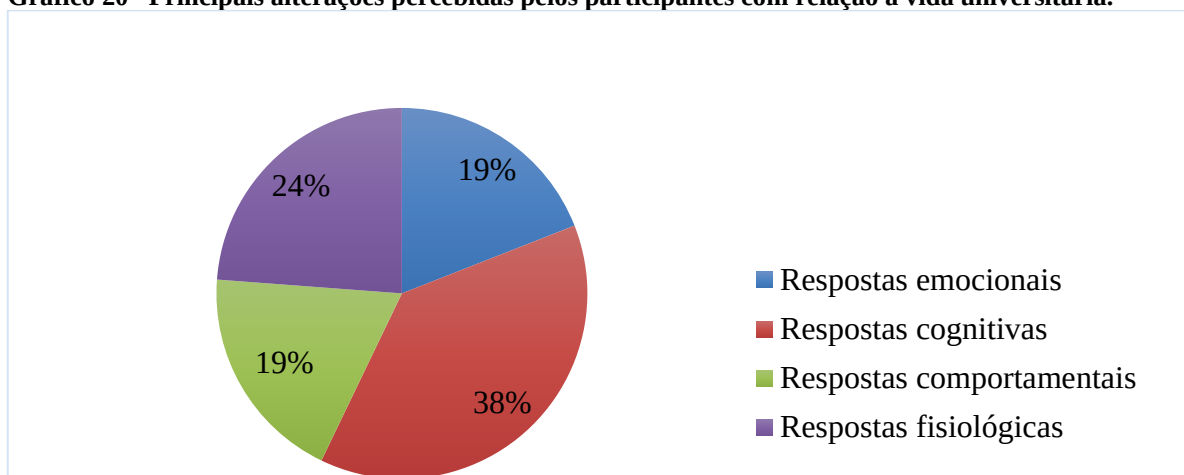
A maioria dos alunos pensa ou já pensou em abandonar o curso (Gráfico 19). De acordo com Souza e Rodrigues (2022), a evasão escolar está atrelada às dificuldades de adaptação acadêmica. Por isso, muitas dificuldades de adaptação ao ensino superior enfrentadas pelos jovens podem contribuir para que a maioria (76%) já tenha pensado em abandonar o curso.

Gráfico 19- Quantidade de alunos que pensa/já pensou em abandonar o curso.



Fonte: Dados da pesquisa.

Gráfico 20– Principais alterações percebidas pelos participantes com relação à vida universitária.



Fonte: Dados da pesquisa.

As alterações mais frequentes apresentadas pelos participantes, devido a ansiedade com as demandas da faculdade, são a respostas cognitivas de dificuldade para se concentrar, preocupação excessiva (38%) e respostas fisiológicas como insônia, cansaço excessivo, tensão muscular, taquicardia, tontura, sudorese (24%). As respostas emocionais e comportamentais representam cada uma 19% das alterações percebidas pelos alunos (gráfico 20).

A preocupação excessiva com o futuro e alterações fisiológicas, tais como taquicardia, sudorese, insônia e medo, estão associadas a algum transtorno de ansiedade (DALGALARRONDO, 2019). Essas alterações foram encontradas nesse estudo, sendo necessário um cuidado com esses estudantes.

A Tabela 6 sintetiza o comportamento dos alunos ao passar por alguma dificuldade na faculdade. Verifica-se que 100% dos participantes já passaram por dificuldades e os hábitos

frequentes para lidar com esses problemas são: conversar com os colegas (66%), conversar com familiares/companheiro (71%), guardar para si (61,9%) e ter comportamentos excessivos como beber, comer ou praticar exercício físico (71,4%). Conversar com professores não é um comportamento realizado pelos estudantes (81%).

Tabela 6- Percepção dos estudantes quanto às principais dificuldades experimentadas na faculdade.

Variável	Frequência	Porcentagem
Passar por dificuldade		
Não	0	0
Sim	21	100
Conversar com colegas		
Não	7	33,3
Sim	14	66,7
Conversar com professores		
Não	17	81,0
Sim	4	19,0
Conversar com familiares/companheiro		
Não	6	28,6
Sim	15	71,4
Guardar para si		
Não	8	38,1
Sim	13	61,9
Ter comportamentos excessivos (bebida, comida, exercício físico, lazer)		
Não	6	28,6
Sim	15	71,4

Fonte: Dados da pesquisa.

O apoio da família e da sociedade é importante para os estudantes (PEREIRA *et al.*, 2020), tendo em vista a importância do diálogo com amigos e familiares para amenizar as dificuldades na faculdade. A comunicação é essencial na vida do ser humano desde o nascimento, ao longo do desenvolvimento, as pessoas buscam desenvolver estratégias para se comunicar (FERMANN *et al.*, 2021). Ao se promover um ambiente seguro, o hábito de guardar para si vivências e experiências pode ser reduzido, favorecendo a autoexpressão de pensamentos e sentimentos.

Para diminuir os sintomas de ansiedade provenientes da rotina acadêmica e a falta de tempo para lazer, os estudantes podem optar por consumir substâncias como álcool e droga (FERMANN *et al.*, 2021). Esse fator pode estar relacionado com o comportamento excessivo de beber, comer ou praticar de exercício físico.

Os níveis de ansiedade dos estudantes foram medidos com o Inventário de Ansiedade de A mente vencendo o humor (GREENBERG; PADESKY, 2017), cujos escores variam de 0 a 72. Nesta amostra de estudantes, encontraram-se níveis médios de ansiedade de 32,57 ($\pm 13,74$) pontos, com mediana de 30, valor mínimo 8 e máximo 58 pontos.

Ao se estratificar os resultados por faixas de escores em grupos a cada 10 pontos da escala, é possível um olhar qualitativo para a distribuição dos estudantes pelas respectivas faixas (G1: 0 a 10; G2: 11 – 20; G3: 21 – 30; G4: 31 – 40; G5: 41 a 50; G6: acima de 50 pontos). A Tabela 7 apresenta essa estratificação.

Tabela 7- Distribuição das faixas de escore no Inventário de Ansiedade de A mente vencendo o humor.

Faixa escore	Frequência	Porcentagem
G1	1	4,8
G2	3	14,3
G3	7	33,3
G4	4	19,0
G5	3	14,3
G6	3	14,3

Fonte: Dados da pesquisa.

É possível notar que nos extremos mais altos da escala (G5 e G6), tem-se 28,6% dos respondentes, enquanto 19,1% estão nos extremos inferiores (G1 e G2) e 19% na intermediária (G4). Sendo assim, observa-se que predominaram escores moderados a elevados de ansiedade nesta amostra, sendo que 47% dos respondentes apresentaram escores acima do valor médio encontrado.

Esses resultados podem relacionar-se com o estudo de Sunde (2022), visto que após o decreto do retorno das aulas presenciais, abre-se a possibilidade do acesso as atividades, mas, o medo e a ansiedade de se contaminar com o vírus ou contaminar membros da família foi crescendo, o que pode contribuir para o escore de ansiedade em níveis moderados a elevados.

Uma análise de correlação de Spearman dos escores na escala com as principais dificuldades apresentadas pelos estudantes no retorno ao ensino presencial está disposta na Tabela 8. Nota-se uma correlação direta moderada entre o escore do inventário e a dificuldade de relacionamento com colegas, sugerindo que quanto maior a dificuldade de relacionamento com colegas, maiores níveis de ansiedade ($r=0,482$; $p=0,027$). Nenhuma das demais variáveis investigadas mostrou-se significativa na análise.

Tabela 5- Correlação de Spearman obtida para os escores do Inventário de Ansiedade e dificuldades de adaptação no retorno ao ensino presencial.

Variável	r	p
Escore Ansiedade x relacionamento colegas	0,482	0,027
Escore Ansiedade x relacionamento professores	0,369	0,099
Escore Ansiedade x exigências de estudo	0,374	0,094
Escore Ansiedade x prazos trabalhos	0,114	0,623
Escore Ansiedade x adaptar-se às provas	0,079	0,734
Escore Ansiedade x apoio familiares	0,79	0,733
Escore Ansiedade x apoio amigos	0,039	0,871
Escore Ansiedade x apoio colegas de sala	-0,155	0,503
Escore Ansiedade x apoio professores	-0,196	0,395
Escore Ansiedade x lazer	0,051	0,827
Escore Ansiedade x religiosidade	0,242	0,291

Fonte: Dados da pesquisa.

Segundo Bernardelli *et al.* (2022), a ansiedade em universitários está relacionada negativamente com as habilidades sociais, visto que os alunos apresentaram maiores dificuldades em abordar pessoas de autoridade, pedir favor para algum colega e receber elogios.

Os estudantes foram investigados quanto aos principais gatilhos para ansiedade vivenciados no retorno ao ensino presencial. A correlação de Spearman entre tais gatilhos e os escores no inventário encontram-se na Tabela 9. Observam-se 3 correlações positivas moderadas e uma correlação forte: apresentaram maiores níveis de ansiedade estudantes que indicaram que entre seus gatilhos para ansiedade estavam os trabalhos em grupo ($r=0,650$; $p=0,001$), apresentar seminários ($r=0,766$; $p=0,000$), fazer novas amizades ($r=0,662$; $p=0,001$), conversar pessoalmente com um colega ($r=0,580$; $p=0,006$) e fazer uma pergunta durante a aula ($r=0,623$; $p=0,003$).

Tabela 9- Correlação de Spearman obtida para os escores do Inventário de Ansiedade e principais gatilhos para ansiedade relatados pelos estudantes.

Variável	r	p
Escore Ansiedade x antes da prova	0,168	0,467
Escore Ansiedade x trabalhos em grupo	0,650	0,001
Escore Ansiedade x apresentar seminários	0,766	0,000
Escore Ansiedade x mudança de rotina	0,138	0,551
Escore Ansiedade x fazer novas amizades	0,662	0,001
Escore Ansiedade x conversar pessoalmente com colega	0,580	0,006
Escore Ansiedade x conversar virtualmente com colega	0,151	0,513
Escore Ansiedade x fazer uma pergunta durante a aula	0,623	0,003

Fonte: Dados da pesquisa.

Esses comportamentos fazem parte do repertório de habilidades sociais. Sabendo disto, essas correlações reforçam a relação que Borba, Hayasida e Lopes (2019) fazem entre a ansiedade social e o baixo repertório de habilidades sociais. Na pandemia, algumas situações envolvendo habilidades sociais foram impossibilitadas de acontecer, e, com o retorno do ensino presencial, os estudantes podem encontrar dificuldades no repertório social, o que reflete nos sintomas de ansiedade.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi realizado estudo com levantamento online, descritivo, com enfoque quantitativo, para avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial, possibilitando a descrição do perfil sociodemográfico, mensuração dos sintomas ansiosos dos estudantes ingressantes na universidade em 2020.

Por meio do Inventário de Ansiedade de A mente vencendo o humor, percebeu-se que os níveis de sintomas ansiosos dos estudantes foram moderados. No entanto, ao estratificar os resultados por faixa de escores em grupos a cada 10 pontos da escala, verificou-se a predominância dos escores moderados a elevados de ansiedade, sendo 47% dos participantes que apresentam escores acima do valor médio encontrado a amostra.

No que se refere ao perfil sociodemográfico, encontrou-se que a maior parte eram do gênero feminino, solteiras, na faixa etária dos 18 aos 24 anos, não trabalham e recebem ajuda financeira. A maioria residia em Ribeirão Preto, com os pais e não tinha religião.

Os sintomas ansiosos mais apresentados pelos estudantes foram dificuldade para se concentrar, preocupação excessiva, insônia, cansaço excessivo, tensão muscular, taquicardia, tontura e sudorese. Além disso, os estudantes se sentem sobrecarregados e preocupados com as demandas da universidade e consideram que as emoções sentidas são desagradáveis, sendo elas medo, tristeza e raiva. Foram identificadas dificuldades com relação às interações sociais e estas estiveram correlacionadas com níveis maiores de ansiedade.

Em relação aos fatores estressores, os resultados mostraram que eles estão associados com relacionamentos com os colegas, lidar com as exigências de estudo e adaptação às provas. Ademais, os dados sugerem uma dificuldade na adaptação com o retorno ao ensino presencial, visto o aumento da frequência dos estressores ocorreu no ano de 2022.

Em relação aos fatores protetivos, o aumento da percepção de apoio de familiares, de colegas de sala e professores pode sugerir um estreitamento dos laços sociais durante a graduação, mesmo com as dificuldades impostas pela pandemia.

Assim, esse estudo pode contribuir para pensar propostas de intervenção no âmbito universitário visando o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais e o favorecimento da relação professor-aluno a fim de promover saúde mental. Como limitações deste estudo se considera o número de participantes, que embora represente 28,4% dos convidados, ainda é um número baixo.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Leandro S. Transição, adaptação acadêmica e êxito escolar no ensino superior. **Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxía e Educación**, Coruña, v. 15, p.203- 215, 2007. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/279507812_Transicao_adaptacao_academica_e_exito_escolar_no_ensino_superior. Acesso em: 24 ago. 2022.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico dos transtornos mentais** – DSM – 5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANJOS, Liliam dos. *et al.* A importância da psicoterapia pessoal para estudantes de psicologia. In: MOSTRA CIENTÍFICA DO CESUCA, 11, nov. 2017, Cachoeirinha – RS. **Anais da XI mostra científica do CESUCA**. Cachoeirinha – RS: CESUCA, 2017, p. 166-175. Disponível em: <https://ojs.cesuca.edu.br/index.php/mostrac/article/view/1340>. Acesso em: 01 set. 2022.

BARBOSA, André Machado; VIEGAS, Marco Antônio Serra; BATISTA, Regina Lucia Napolitano Felício Felix. Aulas presenciais em tempos de pandemia: relatos de experiências de professores do nível superior sobre as aulas remotas. **Revista Augustus**, [s.l.], v. 25, n. 51, p. 255-280, jul/out, 2020. Disponível em: <https://revistas.unisum.edu.br/index.php/revistaaugustus/article/view/565>. Acesso em: 03 set. 2022.

BERNARDELLI, Luan Vinicius. *et al.* A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 49-67, jan. 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/s1414-40772022000100004>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/c6Th7LNHGQHMH8V37KmJVZx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 18 set. 2022.

BORBA, Camila de Souza; HAYASIDA, Nazaré Maria de Albuquerque; LOPES, Fernanda Machado. Ansiedade social e habilidades sociais em estudantes universitários. **Psicol. em pesquisa**, Juiz de Fora, v. 13, n. 3, p. 119-137, dez. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472019000300006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 05 set. 2022.

BRASIL. Assembleia Legislativa. Constituição (1996). Emenda à Constituição nº 87, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. **Portaria Nº 343, de 17 de Março de 2020**. 53. ed. Brasília, 18 mar. 2022. Seção 1. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>. Acesso em: 03 mar. 2022

CARLOTTO, Rodrigo Carvalho; TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira; DIAS, Ana Cristina Garcia. Adaptação acadêmica e *coping* em estudantes universitários. **Psico-USF**. Bragança Paulista, v. 20, n. 3, p. 421-432, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200305>. Acesso em: 11 mar. 2022.

CARVALHO, Eliane Alicrim de. *et al.* Índice de ansiedade em universitários ingressantes e

concluintes de uma instituição de ensino superior. **Ciência, Cuidado e Saúde**. Maringá, v. 14, n. 3, p. 1290-1298, 2015. DOI:10.4025/cienccuidsaude.v14i3.23594. Disponível em <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/23594/15278>. Acesso em: 10 mar. 2022.

COSTA, Kercia Mirely Vieira. *et al.* Ansiedade em universitários na área da saúde. In: CONBRACIS, 2., 2017, Campina Grande. **Anais II CONBRACIS**. Campina Grande: Realize Editora, 2017. p. 1-10. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/29061>. Acesso em: 28 fev. 2022.

CRUZ, Maria Cristina Natasha Lima. *et al.* Ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde. **Brazilian Journal Of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 14644-14662, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv3n5-259>. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/18335/14798>. Acesso em: 12 fev. 2022.

CRUZ, Priscila. *et al.* **O retorno às aulas presenciais no contexto da pandemia da COVID-19**—Nota técnica. Contribuições do todos pela educação para qualificar o debate público e apoiar os gestores frente ao futuro processo de reabertura das escolas, 2020. Disponível em: https://www.todospelaeducacao.org.br/_uploads/_posts/433.pdf?1194110764. Acesso em: 30 ago.2022.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

ESTEVES, Cristiane Silva. *et al.* Tecnologias da informação e comunicação: contribuições para identificação do impacto da pandemia do covid-19 em estudantes e manejos no retorno presencial às aulas. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIAS/ENCONTRO DE PESQUISADORES EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA, 5., 2020, São Carlos-SP. **Anais de CIET:EnPED**. São Carlos-SP: UFSCar, 2020. p. 1-7. Disponível em: <https://cietenped.ufscar.br/submissao/index.php/2020/article/view/1603/1249>. Acesso em: 01 set. 2022.

FERMANN, Ilana. *et al.* Uso de internet e mídias sociais por estudantes universitários: um campo de estudo emergencial. **Ciências Psicológicas**, [s.l.] v. 15, p. 1-11, 21 abr. 2021. Universidad Catolica de Uruguay. DOI: <http://dx.doi.org/10.22235/cp.v15i1.2389>. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/4595/459567203015/459567203015>. Acesso em: 03 set. 2022.

FERNANDES, Verónica Maria Pontes. **Adaptação acadêmica e autoeficácia em estudantes universitários do 1º ciclo de estudos**. 2011. 165 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia Clínica e da Saúde, Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2011. Disponível em: <https://bdigital.ufp.pt/handle/10284/2253>. Acesso em: 11 mar. 2022.

GOMES, Christianne Luce. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 1, n. 1, p.3–20, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/430>. Acesso em: 24 ago. 2022.

GREENBERGER, Dennis; PADESKY, Christine A. **A mente vencendo o humor**: mude como você se sente, mudando o modo como você pensa. 2.ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

GONÇALVES, Susana. Impacto do ensino superior no desenvolvimento psicossocial do estudante: revisão de estudos. **Educação**, Porto Alegre, v. 35, n. 3, p. 434-443, 2012. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=84824567016>. Acesso em: 01 mar. 2022.

GUNDIM, Vivian Andrade. *et al.* Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador, v. 35, p. 1-14, 25 nov. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/pdf/rbaen/v35/1984-0446-rbaen-35-e37293>. Acesso em: 28 fev. 2022.

LÚCIO, Saislany Sheury Rafael. *et al.* Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. **Temas em Saúde**, João Pessoa, v. 19, n. 15, p. 260- 274, 2019. Disponível em <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2019/03/fippsi15.pdf>. Acesso em: 11 mar. 2022.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, p. 1-8, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/k9KTBz398jqfvDLby3QjTHJ/?lang=pt>. Acesso em: 11 mar. 2022.

MATIAS, Renata de Castro; MARTINELLI, Selma de Cássia. Um estudo correlacional entre apoio social e autoconceito de estudantes universitários. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, Campinas, v. 22, n. 1, p. 15-33, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-4077201700010000>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/vmXPh5J4N54XCjbdWrxtrgD>. Acesso em: 24 ago. 2022.

MONTEIRO, Marcia Cristina.; SOARES, Adriana Benevides. Adaptação acadêmica: comparação entre estudantes de instituições públicas e privadas. **Congressos CLABES**, 15 nov. 2017. Disponível em: <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/1606/2343>. Acesso em: 11 mar. 2022

PAIANO, Valessa Cristiane. **Investigando ferramentas síncronas e assíncronas na interação em educação a distância**. 2007. 112 f. Dissertação (Mestrado) – Curso de Tecnologias da informação e comunicação, Universidade Norte do Paraná– UNOPAR e Universidade Federal do Ceará – UFC, Londrina, 2007. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/2960/1/2007_dis_vcpaiano.pdf. Acesso em: 07 set. 2022.

PEREIRA, Renata Martins da Silva. *et al.* Vivência de estudantes universitários em tempos de pandemia do COVID-19. **Revista Praxis**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 47-56, 21 dez. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.47385/praxis.v12.n1sup.3458>. Disponível em: <https://revistas.unifoa.edu.br/praxis/article/view/3458>. Acesso em: 07 set. 2022.

PINHO, Ana Paula Moreno. *et al.* A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais. **Revista de Psicologia**, Ceará, v. 6, n. 1, p. 33-47, 21 jul. 2015. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/psicologiaufc/article/view/1691>. Acesso em: 01 mar. 2022.

SILVA, David Franciole Oliveira. *et al.* Prevalência de ansiedade em profissionais da saúde em tempos de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 26, p. 693-710, 08 nov. 2020. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/csc/2021.v26n2/693-710/pt> . Acesso em: 02 mar. 2022.

SILVA, Dylan Ritcher da; PANOSSO, Ivana Regina; DONADON, Maria Fortunata. Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura. **Psicologia - Saberes e Práticas**, Bebedouro, v. 2, p. 1-10, set. 2018. Disponível em: <https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/psicologiasaberes&praticas/sumario/64/16012019150843.pdf>. Acesso em: 26 fev. 2022.

SOUZA, Virginia Thauana Araujo; RODRIGUES, Alessandra Ackel. A transição do ensino médio para o superior na percepção de estudantes ingressantes de Psicologia. In: ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO CENTRO UNIVERSITÁRIO BARÃO DE MAUÁ, 15., 2022, Ribeirão Preto-SP. **Anais do XV Encontro de Iniciação Científica do Centro Universitário Barão de Mauá**. Ribeirão Preto-SP: Centro Universitário Barão de Mauá, 2022. p. 1-9. Disponível em: https://api3.baraodemaua.br/media/23804/virginia-thauana-araujo-de-souza.pdf?_ga=2.64469167.1458878394.1660669937-981511745.1660669937. Acesso em: 05 set. 2022.

SUNDE, Rosario Martinho. Enfrentamento da covid-19 no retorno às aulas presenciais na rede escolar pública. **Revise - Revista Integrativa em Inovações Tecnológicas nas Ciências da Saúde**, Santo Antônio de Jesus- BA, v. 9, p. 208-222, abr. 2022. DOI: 10.46635/revise.v9ifluxocontinuo.2307. Disponível em: <https://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/revise/article/view/2307>. Acesso em: 07 set. 2022.

TEBALDI, Francesca. *et al.* Impacto cognitivo do ensino superior. **International Journal of Developmental and Educational Psychology**, Badajoz, v. 3, n. 1, p. 487-495, 2009. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832322054>. Acesso em: 01 mar. 2022.

VERAS, Renata da Silva; FERREIRA, Sandra Patrícia Ataíde. A afetividade na relação professor-aluno e suas implicações na aprendizagem, em contexto universitário. **Educar em Revista**, Curitiba, n. 38, p. 219-235, 03 fev. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/er/a/mFY9kNRcyMxMVzRKpwBCJLN/?lang=pt>. Acesso em: 01 mar. 2022.

YAMAMOTO, Oswaldo Hajime; FALCAO, Jorge Tarcísio da Rocha; SEIXAS, Pablo de Sousa. Quem é o estudante de psicologia do Brasil? **Aval. psicol.**, Itatiba, v. 10, n. 3, p. 209-232, dez. 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000300002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 30 ago. 2022.

ZANIN, Carolina Figueiredo; SILVA, Camila Cortellete Pereira da; SILVA, Catherine Menegaldi. Reações emocionais de universitários de Maringá frente ao retorno às aulas presenciais no contexto de pandemia. In: ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA DA UNICESUMAR, 12, out. 2021, Maringá-PR. **Anais Eletrônico XII EPCC**. Maringá-PR: UNICESUMAR, out. 2021, p. 1-5. Disponível em:

<https://rdu.unicesumar.edu.br/bitstream/123456789/9437/1/Carolina%20Figueiredo%20Zanin.pdf>. Acesso em: 01 set. 2022.

APÊNDICE A – Questionário sociodemográfico

1. Qual sua faixa etária de idade?

- a) De 18 a 24 anos
- b) De 25 a 35 anos
- c) De 36 a 50 anos
- d) Acima de 51 anos

2. Qual o seu gênero?

- a) Masculino
- b) Feminino
- c) Outro (Qual?)

3. Qual o seu estado civil?

☐ Solteiro ☐ Casado/ União Estável ☐ Divorciado ☐ Viúvo

4. Atualmente você trabalha?

☐ Sim ☐ Não

5. Você já fez algum outro curso superior?

☐ Sim ☐ Não

6. Você atualmente faz algum estágio extracurricular?

☐ Sim ☐ Não

7. Você reside em Ribeirão Preto?

☐ Sim ☐ Não

8. Com quem você reside atualmente?

- a) Com os pais com o(a) esposo(a) e/ou com o(s) filho(s)
- b) Com parentes
- c) Com amigos
- d) Sozinho

9. Qual a sua religião?

- a) Católico
- b) Cristão (protestante ou qualquer outra denominação cristã)
- c) Espírita
- d) Sem religião
- e) Outro (por favor especifique)

10) Você faz psicoterapia?

() Sim () Não

APÊNDICE B – Questionário de vida acadêmica

Inicialmente, gostaríamos de saber de você como foi se adaptar a vida acadêmica. Para isso, pedimos que você nos responda sobre dois momentos distintos: quando você iniciou o ensino superior e passou pelo período pandêmico e ensino remoto e agora que você retorna ao ensino presencial.

Início do curso superior durante a pandemia

1. Você percebeu alguma dificuldade de adaptação ao ingressar no ensino superior

Sim () Não ()

2. Entre as dificuldades listadas abaixo, em uma escala de 0 a 5, sendo zero nada e 5 extremamente, indique o quanto você teve dificuldade de:

Relacionamento com os colegas de sala 0 1 2 3 4 5

Relacionamento com os professores 0 1 2 3 4 5

Lidar com às exigências de estudo 0 1 2 3 4 5

Lidar com os prazos para entrega de trabalho 0 1 2 3 4 5

Adaptar-se às provas 0 1 2 3 4 5

Adaptar-se ao ensino remoto 0 1 2 3 4 5

3. Entre os fatores que mais contribuíram para que você se adaptasse ao ensino superior, em uma escala de 0 a 5, sendo zero nada e 5 extremamente, indique o quanto cada um dos fatores abaixo ajudou você:

Apoio dos familiares 0 1 2 3 4 5

Apoio de amigos 0 1 2 3 4 5

Apoio dos colegas de sala 0 1 2 3 4 5

Apoio dos professores 0 1 2 3 4 5

Ter momentos de lazer 0 1 2 3 4 5

Sua religiosidade 0 1 2 3 4 5

4. Qual foi seu nível de satisfação com a vida universitária durante o período remoto

0 1 2 3 4 5

Agora, gostaríamos que você nos respondesse às mesmas perguntas, contextualizando-as ao seu retorno a universidade de modo presencial

5. Você percebeu alguma dificuldade de adaptação retornar ao ensino presencial

Sim () Não ()

6. Entre as dificuldades listadas abaixo, em uma escala de 0 a 5, sendo zero nada e 5 extremamente, indique o quanto você teve dificuldade de:

Relacionamento com os colegas de sala 0 1 2 3 4 5

Relacionamento com os professores 0 1 2 3 4 5

Lidar com às exigências de estudo 0 1 2 3 4 5

Lidar com os prazos para entrega de trabalho 0 1 2 3 4 5

Adaptar-se às provas 0 1 2 3 4 5

7. Entre os fatores que mais contribuíram para que você se adaptasse ao retorno ao ensino presencial, em uma escala de 0 a 5, sendo zero nada e 5 extremamente, indique o quanto cada um dos fatores abaixo ajudou você:

Apoio dos familiares 0 1 2 3 4 5

Apoio de amigos 0 1 2 3 4 5

Apoio dos colegas de sala 0 1 2 3 4 5

Apoio dos professores 0 1 2 3 4 5

Ter momentos de lazer 0 1 2 3 4 5

Sua religiosidade 0 1 2 3 4 5

8. Qual o seu nível de satisfação com a vida universitária no ensino presencial

0 1 2 3 4 5

9. Agora, gostaríamos que você continuasse avaliando as próximas perguntas em uma escala de 0 a 5, sendo zero nada e 5 extremamente. Por favor, avalie o quanto cada uma das situações seguintes são geradoras de ansiedade

Antes de iniciar uma prova 0 1 2 3 4 5

Trabalhos em grupo 0 1 2 3 4 5

Apresentação de seminário 0 1 2 3 4 5

Mudanças na sua rotina (de cidade, ritmo de vida, etc) 0 1 2 3 4 5

Fazer novas amizades 0 1 2 3 4 5

Conversar pessoalmente com uma colega de sala 0 1 2 3 4 5

Fazer uma pergunta ao professor durante a aula 0 1 2 3 4 5

10. Quando percebe que está ansioso (a) devido a demandas acadêmicas, que tipo de alterações você normalmente tem:

- () Respostas emocionais (medo, angústia constante, irritabilidade aumentada)
- () Respostas cognitivas (dificuldade para se concentrar, preocupação excessiva)
- () Respostas comportamentais (não consegue fazer, posterga)
- () Respostas fisiológicas (insônia, cansaço excessivo, tensão muscular, taquicardia, tontura, sudorese)

11. Quais situações podem diminuir sua ansiedade (pode marcar mais de uma)

- ☐ Praticar atividade física
- ☐ Comer algo prazeroso
- ☐ Momentos de lazer com amigos/família
- ☐ Se relacionar com amigos
- ☐ Fazer terapia
- ☐ Fazer meditação
- ☐ Passear com o animal de estimação
- ☐ Outros:

12. Em relação à sua percepção da ansiedade relacionado à sua vida acadêmica, você acredita que a Pandemia de Covid-19:

- () Não interferiu na sua percepção de ansiedade
- () Aumentou sua percepção de ansiedade
- () Diminuiu sua percepção de ansiedade

13. Em relação às tarefas e demandas que a universidade traz, você se percebe, a maior parte do tempo:

☐ Preocupado ☐ Desamparado ☐ Confiante ☐ Sobrecarregado ☐ Motivado ☐ Outros

14. Em relação às emoções que suas atividades acadêmicas despertam em você, a maior parte do tempo, elas são:

☐ Agradáveis de sentir (por ex.: alegria, encantamento, otimismo)

☐ Desagradáveis de sentir (por ex.: medo, tristeza, raiva)

15. Você pensa/ Já pensou em abandonar o curso?

☐ Sim ☐ Não

16. Você passa ou já passou por dificuldades na faculdade?

☐ Sim ☐ Não

17. Quando você passa por dificuldades na faculdade, você tem o hábito de:

☐ Conversar com colegas

☐ Conversar com professores

☐ Conversar com familiares/companheiro

☐ Guardar para si

☐ Ter comportamentos excessivos (bebida, comida, exercício físico, lazer)

APÊNDICE C - Termo de consentimento livre e esclarecido

Pesquisa: A ansiedade no retorno ao ensino presencial: fatores protetivos e estressores em graduandos de psicologia

Pesquisadoras: Anielle Karen Domingos da Silva e Júlia Lopes Vieira, Prof^ª. Ma. Alessandra Ackel Rodrigues

- **Que tipo de documento é esse?**

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa que está sendo desenvolvida como trabalho de conclusão do curso de Psicologia do Centro Universitário Barão de Mauá. Este documento é o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Nós elaboramos esse documento como um requisito ético para explicar detalhadamente a nossa pesquisa a você. Depois de ler essas informações, você poderá decidir se quer ou não participar voluntariamente da nossa pesquisa.

- **Por que o estudo está sendo feito?**

O início da vida acadêmica é marcado por grandes transformações pessoais e profissionais no indivíduo e isso pode gerar sintomas ansiosos. A pandemia da COVID 19 é uma variável que pode desencadear esses sintomas com mais frequência e intensidades. Esse estudo é importante para investigação da ansiedade nos universitários com o retorno dos alunos ao ensino presencial após dois anos de ensino remoto.

- **Para que o estudo está sendo feito?**

Com este estudo, nós queremos avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial. Ao apresentar sintomas ansiosos, o estudante pode ter prejuízos no seu dia e dia e sofrimento. Sendo assim, queremos entender também o que minimiza e o que favorece o desenvolvimento desses sintomas em estudantes com o retorno ao ensino presencial.

- **O que acontecerá comigo durante o estudo?**

Nosso contato com você está sendo em sua sala de aula. Neste momento, viemos convidar você para participar da nossa pesquisa e esclarecê-lo sobre o que irá acontecer se você aceitar participar e esclarecer possíveis dúvidas. Caso você aceite participar, nós enviaremos um link para acesso a um formulário online. Nele você vai responder a questões gerais sobre você, tais

como idade, gênero e estado civil. Em seguida, responderá algumas perguntas sobre sua vida acadêmica durante o retorno ao ensino presencial, e outras que avaliam sintomas ansiosos na última semana. Para sua participação, será necessário ter acesso à internet para acessar o link no horário e local mais confortável e adequado para você.

- **Quais os riscos ou desconfortos de participar do estudo?**

Considera-se que o risco ao participar dessa pesquisa é mínimo. Você poderá cansar-se ao responder as questões ou sensibilizar-se pelo conteúdo das questões. Como forma de atenuar esses possíveis riscos, nós planejamos questões curtas e caso ao responder nossas questões você sinta algum desconforto e/ou constrangimento, nossos contatos estarão à disposição para orientações e encaminhamentos necessários. Além disso, você poderá não responder a qualquer questão que te cause algum desconforto e interromper sua participação imediatamente, momentânea ou definitivamente.

No que se refere à coleta de dados em ambiente virtual, nós não solicitaremos a você nenhuma informação que poderia pessoalmente identificá-lo, tais como seu nome, telefone, e-mail, etc. Além disso, assim que finalizada a coleta dos dados, nós imediatamente removeremos o arquivo com as informações obtidas da nuvem, ficando o acesso único e exclusivo das pesquisadoras, garantindo, assim, a confidencialidade das informações.

- **Quais os benefícios de participar do estudo?**

Ao participar deste estudo, você terá uma oportunidade de refletir sobre como a ansiedade tem afetado você no contexto universitário, especialmente no retorno ao ensino presencial. Além disso, acreditamos que ao pensar sobre como ela afeta seu dia a dia, você também poderá refletir sobre a forma como você tem lidado com ela, se seu modo de lidar o ajuda ou atrapalha. De modo amplo, sua participação produzirá informações que nos ajudarão a entender os impactos do retorno ao ensino presencial na saúde mental do estudante e a pensar estratégias de intervenção no futuro.

- **Quais são os meus direitos ao participar?**

Existe uma cartilha desenvolvida pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) que orienta a respeito dos direitos dos participantes de pesquisa. Nós listamos abaixo todos os seus direitos conforme essa cartilha e nos comprometemos a respeitar todos eles:

1) Receber as informações do estudo de forma clara;

- 2) Poder esclarecer qualquer dúvida que tiver, em qualquer momento da pesquisa.
- 3) Levar o tempo que quiser para decidir se quero participar ou não da pesquisa;
- 4) Não responder perguntas que me incomodem;
- 5) Recusar participar do estudo, sem que isso traga qualquer tipo de problema para mim;
- 6) Desistir de participar do estudo a qualquer momento, mesmo após ter aceitado participar da pesquisa;
- 7) Ter assistência a tudo o que for necessário, de forma gratuita e pelo tempo que for preciso, caso aconteça algum dano por minha participação no estudo.
- 8) Ter direito a reclamar indenização, isto é, solicitar a reparação de um possível dano relacionado a minha participação nesta pesquisa;
- 9) Ser ressarcido (compensado) por gastos de transporte e alimentação que tiver por causa da participação na pesquisa;
- 10) Conhecer os resultados da pesquisa;
- 11) Ter respeitado o meu anonimato e a confidencialidade das informações que eu fornecer, ou seja, a minha identidade (nome, sobrenome ou qualquer outro dado de identificação) jamais será revelada, inclusive se os resultados do estudo forem apresentados em congressos ou publicações científicas.
- 12) Ter respeitada a minha privacidade;
- 13) Receber uma via deste documento, assinada e rubricada em todas as páginas.

- **Com quem devo falar em caso de dúvidas sobre o estudo?**

Fale diretamente com as pesquisadoras responsáveis em qualquer momento durante o curso da pesquisa. Você pode entrar em contato conosco por e-mail ou telefone: anidomingos13@gmail.com (16) 99149-3718, ou julia_vieira@live.com (16) 99227-9629, ou alessandra.rodrigues@baraodemaua.br (16) 99202-6455.

- **Com quem falar se tiver dúvidas sobre meus direitos ou quiser fazer uma reclamação sobre a pesquisa?**

Você poderá realizar contato com o Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), um órgão que tem a função de zelar pela proteção e direitos de participantes de pesquisa. Essas são as formas de entrar em contato com o CEP: Rua: Ramos de Azevedo, nº 423, sala 38, Jd. Paulista - Ribeirão Preto/SP, telefone: (16) 3603-6624, e-mail: cepbm@baraodemaua.br. O horário de atendimento do CEP é de segunda-feira e sexta-feira: 14h às 17h; e de terça a quinta-feira: 7h30 às 13h.

Após ter lido este TCLE, declaro que entendi os objetivos da pesquisa, a forma que participarei, os riscos e benefícios da minha participação, bem como todos os meus direitos. Estou ciente de que os pesquisadores me convidaram para participar porque o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Centro Universitário Barão de Mauá e atende aos requisitos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Concordo em participar voluntariamente com o estudo, manifestando minha concordância clicando na palavra: aceito a seguir. Além disso, devo fazer o download de uma via deste termo de consentimento assinada e rubricada.



ACEITO

Assinatura das pesquisadoras:

Anielle Karen Domingos da Silva

Júlia Lopes Vieira

Prof^a. Ma. Alessandra Ackel Rodrigues

ANEXO A – Inventário de ansiedade de a mente vencendo o humor

Circule ou marque um número para cada item que descreva de modo mais adequado o quanto você experimentou cada sintoma na última semana.

	Nem um pouco	Às vezes	Frequentemente	A maior parte do tempo
1. Nervosismo	0	1	2	3
2. Preocupação	0	1	2	3
3. Tremores, palpitação, espasmos musculares	0	1	2	3
4. Tensão muscular, dores musculares, nevralgia	0	1	2	3
5. Inquietação	0	1	2	3
6. Cansaço fácil	0	1	2	3
7. Falta de ar	0	1	2	3
8. Batimento cardíaco acelerado	0	1	2	3
9. Transpiração (não resultante de calor)	0	1	2	3
10. Boca seca	0	1	2	3
11. Tontura ou vertigem	0	1	2	3
12. Náusea, diarreia ou problemas estomacais	0	1	2	3
13. Aumento na urgência urinária	0	1	2	3
14. Rubores (calores) ou calafrios	0	1	2	3

15. Dificuldade para engolir ou “nó na garganta”	0	1	2	3
16. Sentindo-se tenso ou excitado	0	1	2	3
17. Facilmente assustado	0	1	2	3
18. Dificuldade de concentração	0	1	2	3
19. Dificuldade para adormecer ou dormir	0	1	2	3
20. Irritabilidade	0	1	2	3
21. Evitando lugares onde posso ficar ansioso	0	1	2	3
22. Pensamentos de perigo	0	1	2	3
23. Sentindo-me incapaz de lidar com as dificuldades	0	1	2	3
24. Pensamentos de que algo terrível irá acontecer	0	1	2	3
Escore (soma dos números circulados)				

ANEXO B – Parecer consubstanciado do CEP

CENTRO UNIVERSITÁRIO
BARÃO DE MAUÁ

**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

Título da Pesquisa: A ansiedade no retorno ao ensino presencial: fatores protetivos e estressores em graduandos de psicologia

Pesquisador: Alessandra Ackel Rodrigues

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 57855622.0.0000.5378

Instituição Proponente: ORGANIZACAO EDUCACIONAL BARAO DE MAUA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.391.249

Apresentação do Projeto:

A entrada na universidade é uma transição cercada de mudanças em diversas áreas, tais como cognitiva, afetiva, social e comportamental. Em 2020, os alunos tiveram mais um fator estressor e que precisou de adaptação, a pandemia da COVID-19, que exigiu isolamento social e, como consequência, os alunos passaram a ter aulas remotas. No ano 2022, os alunos estão passando por uma nova adaptação, o retorno das aulas presenciais. Devido a essas mudanças, os estudantes podem ficar mais preocupados e muitos sintomas de ansiedade podem se manifestar. O objetivo geral deste estudo é avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial. Participarão deste estudo uma amostra de conveniência de 50 alunos ingressantes do curso de psicologia no ano de 2020 de uma instituição de ensino privada, localizada na cidade de Ribeirão Preto. Para a coleta dos dados, serão utilizados um questionário sociodemográfico e um questionário de vida acadêmica elaborado pelas pesquisadoras, bem como o Inventário de Ansiedade de A Mente Vencendo o Humor. O contato com os estudantes acontecerá de modo presencial, porém eles serão solicitados a responderem ao protocolo de pesquisa em ambiente virtual. Os dados serão

Endereço: RAMOS DE AZEVEDO

Bairro: JARDIM PAULISTA

CEP: 14.090-180

UF: SP

Município: RIBEIRAO PRETO

Telefone: (16)3603-6600

Fax: (16)3618-6102

E-mail: cepbm@baraodemaua.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO BARÃO DE MAUÁ



Continuação do Parecer: 5.391.249

analisados de forma quantitativa, com estatística descritiva e inferencial.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Este estudo tem como objetivo geral avaliar os níveis de sintomas ansiosos em estudantes universitários com o retorno ao ensino presencial.

Objetivo Secundário:

Como objetivos específicos, propõe-se descrever o perfil sociodemográfico da amostra, mensurar sintomas ansiosos na amostra de estudantes ingressantes na universidade em 2020 e identificar os fatores protetivos e estressores associados ao retorno ao ensino presencial.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Considera-se que esta pesquisa tem riscos mínimos. Os principais desconfortos esperados são o cansaço ao responder as questões ou mobilização emocional pelo conteúdo abordado. Como forma de atenuar esses possíveis riscos, foram planejadas questões curtas e caso ao responder essas questões o participante sinta algum desconforto e/ou constrangimento, os contatos das pesquisadoras estarão à disposição para orientações e encaminhamentos necessários. Além disso, o participante poderá não responder a qualquer questão que cause algum desconforto e interromper sua participação imediatamente, momentânea ou definitivamente.

No que se refere à coleta de dados em ambiente virtual, não será solicitada nenhuma informação que poderia pessoalmente identificar o participante, tais como seu nome, telefone, e-mail, etc. Além disso, assim que finalizada a coleta dos dados, as pesquisadoras imediatamente removerão o arquivo com as informações obtidas da nuvem, ficando o acesso único e exclusivo das pesquisadoras, garantindo, assim, a confidencialidade das informações.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Benefícios:

Endereço: RAMOS DE AZEVEDO			
Bairro: JARDIM PAULISTA	CEP: 14.090-180		
UF: SP	Município: RIBEIRÃO PRETO		
Telefone: (16)3603-6600	Fax: (16)3618-6102	E-mail: cepbm@baraodemaua.br	

CENTRO UNIVERSITÁRIO BARÃO DE MAUÁ



Continuação do Parecer: 5.391.249

Com relação aos benefícios da participação na pesquisa, acredita-se que o participante terá uma oportunidade de refletir sobre como a ansiedade tem afetado sua vida, especialmente no contexto universitário e com o retorno ao ensino presencial. Ao pensar sobre como a ansiedade afeta seu dia a dia, o participante também poderá refletir sobre a forma como tem lidado com ela, se seu modo de lidar o ajuda ou atrapalha. De modo amplo, a participação na pesquisa produzirá informações que ajudarão a entender os impactos do retorno ao ensino presencial na saúde mental dos estudantes e a pensar estratégias de intervenção no futuro.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O projeto de pesquisa está muito bem redigido, todos os termos de apresentação obrigatórios foram anexados na Plataforma e o TCLE atende as exigências da Resolução CNS 466/12.

Recomendações:

Não há recomendações a serem feitas.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Todos os documentos obrigatórios foram apresentados e o TCLE atende integralmente as disposições da Resolução CNS 466/12.

-Diante do exposto, o Comitê de Ética em Pesquisa, de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS nº 466 de 2012 e na Norma Operacional nº 001 de 2013 do CNS, manifesta-se pela aprovação do projeto de pesquisa.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1926701.pdf	13/04/2022 23:19:33		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoCEPAansiedade.docx	13/04/2022 23:18:49	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito
Cronograma	Cronogramaansiedade.pdf	13/04/2022 23:18:28	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito
Folha de Rosto	FRansiedade.pdf	13/04/2022 23:14:27	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito

Endereço: RAMOS DE AZEVEDO

Bairro: JARDIM PAULISTA

CEP: 14.090-180

UF: SP

Município: RIBEIRAO PRETO

Telefone: (16)3603-6600

Fax: (16)3618-6102

E-mail: cepbm@baraodemaua.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO
BARÃO DE MAUÁ**



Continuação do Parecer: 5.391.249

Outros	Questionarioansiedade.docx	13/04/2022 23:12:23	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEansiedade.docx	13/04/2022 23:12:07	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito
Outros	autorizapsico.pdf	13/04/2022 23:11:55	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito
Declaração de Pesquisadores	termopesquisador.pdf	13/04/2022 11:11:40	Alessandra Ackel Rodrigues	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RIBEIRAO PRETO, 05 de Maio de 2022

**Assinado por:
Cristina Endo
(Coordenador(a))**

Endereço: RAMOS DE AZEVEDO

Bairro: JARDIM PAULISTA

CEP: 14.090-180

UF: SP

Município: RIBEIRAO PRETO

Telefone: (16)3603-6600

Fax: (16)3618-6102

E-mail: cepbm@baraodemaua.br