

UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ  
COORDENAÇÃO DO CURSO DE ENGENHARIA FLORESTAL  
CAMPUS DOIS VIZINHOS

VICTOR DOMINGUES TRIGO

**ÍNDICE DO DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DO  
CURSO DE ENGENHARIA FLORESTAL DA UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA  
FEDERAL DO PARANÁ DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

DOIS VIZINHOS

2021

VICTOR DOMINGUES TRIGO

**ÍNDICE DO DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DO  
CURSO DE ENGENHARIA FLORESTAL DA UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA  
FEDERAL DO PARANÁ DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

Trabalho apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Bacharelado em Engenharia Florestal, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, como requisito para obtenção da aprovação na disciplina de Conclusão de Curso II.

Orientador: Prof<sup>a</sup>. Dra. Mara Luciane Kovalski

DOIS VIZINHOS

2021



Ministério da Educação  
**Universidade Tecnológica Federal do Paraná**  
Câmpus Dois Vizinhos



Curso de Engenharia Florestal

---

## **TERMO DE APROVAÇÃO**

**ÍNDICE DO DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DO CURSO DE ENGENHARIA FLORESTAL DA UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

por

**VICTOR DOMINGUES TRIGO**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi apresentado em 07 de Maio de 2021 como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Engenharia Florestal. O candidato foi arguido pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho aprovado.

---

Prof. Dr<sup>a</sup>. Mara Luciane Kovalski  
Orientador(a)

---

Prof. Dr. Álvaro Boson de Castro Faria  
Membro titular (UTFPR)

---

Prof. Dr<sup>a</sup>. Flavia Alves Pareira  
Membro titular (UTFPR)

- O Termo de Aprovação assinado encontra-se na Coordenação do Curso -

## RESUMO

A ansiedade é um sentimento que compõe a vida do ser humano, e muitas vezes assume um caráter preventivo, preparando fisiologicamente o corpo para um perigo iminente. Porém, pode ser substancial quando ultrapassa os limites funcionais e passa a influenciar a cognição e os comportamentos dos indivíduos, afetando aspectos psicológicos e fisiológicos. No meio acadêmico, o universitário é posto frente a adversidades que testam suas capacidades e, quando o nível de ansiedade se sobrepõe os limites aceitos pela saúde mental, pode influenciar o desempenho acadêmico dos estudantes desde o início da graduação. Partindo disto, o presente estudo teve como objetivo o levantamento do índice de desenvolvimento de ansiedade dos estudantes do curso de Engenharia Florestal da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, e assim identificar, através de uma metodologia composta por um questionário sociodemográfico juntamente com o inventário de Beck-BAI, um levantamento dos níveis de ansiedade por períodos e também por classes de gêneros. Os resultados obtidos neste trabalho apontaram, segundo a classificação dos níveis de ansiedade de BAI, que o gênero feminino possui a maior porcentagem de nível grave de ansiedade, com 12%. O segundo parâmetro avaliado foi o tipo de moradia, conforme as situações destes acadêmicos se moram sozinhos, com familiares ou se dividem despesas em pensionatos ou repúblicas, assim constatou-se que 16,22% dos estudantes que residem com os familiares se enquadram no nível grave de ansiedade, enquanto que 14,29% dos acadêmicos que não trabalham e apenas estudam apresentam este nível. Em relação aos níveis de ansiedade por período acadêmico foi possível observar que houve grande variabilidade, ou seja, há ocorrência de níveis graves e moderados em quase todos os períodos, não há especificamente a ocorrência em apenas um. Pode se concluir que há níveis de ansiedade dentro do curso que requerem atenção e que medidas devem ser tomadas, sendo propostos medidas de recreação, lazer, cultura e ambiente que forneça profissionais da saúde com maior disponibilidade.

**Palavras-chaves:** Saúde mental, Acadêmicos, Inventário de Beck-BAI.

## ABSTRACT

Anxiety is a feeling that makes up the life of human beings, and often takes on a preventive character, physiologically preparing the body for imminent danger. However, it can be substantial when it exceeds the functional limits and starts to influence the cognition and behavior of individuals, affecting psychological and physiological aspects. In the academic environment, the university student faces a lot of adversities that test his abilities and, when the level of anxiety overlaps the limits accepted by mental health, it can influence the academic performance of students since the beginning of undergraduate education. Based on this, the present study aimed to collect information about the anxiety development index of students in the Forest Engineering degree course at Federal Technological University of Paraná, and thus, identify through a methodology made up of a sociodemographic questionnaire together with the inventory Beck-BAI, a survey of anxiety levels by periods and also by gender classes. The results obtained in this study, showed, according to the BAI anxiety level classification, that the female gender has the highest percentage of severe anxiety level, with 12%. The second parameter evaluated was the type of housing, according to the situation of these students if they live alone, with family members and or if they share expenses in boarding houses or republics, so it was found that 16.22% of students who live with family members show severe level of anxiety, whilst 14.29% of students who only study show this level of anxiety. With regard to the anxiety levels by academic period, it was possible to observe that there was great variability, i.e, severe and moderate levels occur in almost all periods, there is not specifically the occurrence in only one. It can be concluded that there are levels of anxiety within the course that require attention and some measures should be taken, such as recreation, leisure, culture and environment being proposed to provide great availability for health professionals.

**Keywords:** Mental health, Academics, Beck-BAI inventory.

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Descrição da quantidade de alunos ativos por período considerando o ano de 2019/1. ....	19
Tabela 2 – Percentual dos gêneros amostrados no presente trabalho.....	20
Tabela 3 – Distribuição do percentual dos participantes por classe de idade.....	20
Tabela 4 – Percentual de participação por período do curso de Engenharia Florestal.....	21

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Obrigatoriedade de aceitar o TCLE para ter acesso aos questionários.....	18
Figura 2 – Porcentagens dos níveis de Ansiedade pela classificação de BAI de acordo com o Gênero.....	22
Figura 3 – Porcentagem dos níveis de Ansiedade através da classificação de BAI de acordo com a Residência.....	23
Figura 4 - Porcentagem dos níveis de Ansiedade conforme a classificação de BAI e de acordo com o tipo de atividade exercida.....	24
Figura 5 - Correlação do percentual de níveis de ansiedade segundo BAI por período acadêmico.....	27

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO .....	8
2 OBJETIVOS.....	9
2.1 Objetivo geral.....	9
2.2 Objetivos Específicos .....	9
3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA .....	10
3.1 Principais desafios da vida acadêmica .....	10
3.2 Saúde mental.....	11
3.2.1 Diferentes conceituações de ansiedade .....	12
3.3.1 Inventário de Beck de Ansiedade (BAI) .....	15
4 METODOLOGIA.....	17
4.1 Tipo de Estudo.....	17
4.2 Local de estudo .....	17
4.3 Instrumentos de coleta de dados .....	17
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	19
5.1 Perfis Acadêmicos.....	19
5.2 Os níveis de ansiedade de acordo com o Gênero .....	21
5.3 Os níveis de Ansiedade de acordo com a Residência.....	22
5.4 Os níveis de ansiedade conforme a atividade exercida pelo estudante .....	24
5.5 Os níveis de Ansiedade segundo o Período Acadêmico .....	25
6 CONCLUSÃO.....	29
7 REFERÊNCIAS .....	30

## 1 INTRODUÇÃO

Durante o processo de educação superior os estudantes vivenciam diversas experiências desde a saída do conforto familiar, do afastamento do convívio com os amigos, da estabilidade emocional adquirida no processo de crescimento pessoal, entre outras. Quando estes entram em uma graduação adquirem não só a oportunidade de construir conhecimento, mas também novos desafios se somam a esta experiência. O período inicial do curso se caracteriza por novas descobertas e amizades, o período intermediário é caracterizado pelos novos contatos profissionais e o período final também marcado pela ansiedade e excesso de preocupação devido ao fato de estar próximo ao término do curso e um passo de entrar no mercado de trabalho.

A ansiedade é uma sensação direta ou indireta de apreensão, tensão e varia conforme o estresse ou perigo possível em determinadas situações, e o perigo abstrato criado perante as situações. É um fenômeno que quando começa a influenciar o cotidiano do estudante pode causar desistência de um trabalho, seminário, aulas ou até mesmo, dos desafios mais simples na academia (GUIMARÃES, 2014).

Os sintomas ansiosos são contextualizados como uma mistura de sentimentos e reações patológicas e somáticas, comportamentais e cognitivas, sendo comportamentos afetivos normais. Mas que, ao se intensificar e se tornar um hábito estes estímulos tornam se um comportamento de risco e podem se tornar características da personalidade do indivíduo (SANTOS-JÚNIOR, 2016).

## **2 OBJETIVOS**

### 2.1 Objetivo geral

O objetivo do presente trabalho foi realizar o levantamento e a análise do índice de desenvolvimento de ansiedade dos estudantes do curso de Engenharia Florestal da Universidade Tecnológica Federal do Paraná durante a pandemia da COVID-19.

### 2.2 Objetivos Específicos

- Apresentar o percentual de ansiedade nas classes de gênero.
- Avaliar as relações entre os níveis de ansiedade com os dados sociodemográficos
- Apresentar estratégias que tragam benefícios e melhorias para os acadêmicos que apresentem ou não níveis graves de ansiedade.

### 3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

#### 3.1 Principais desafios da vida acadêmica

Devido aos novos desafios relacionados a escolha de uma profissão ou até mesmo na busca de um sonho, os estudantes quando ingressam na vida acadêmica sofrem uma grande e profunda pressão em relação as suas escolhas e, as consequências que estas se associam tendem a desenvolver problemas que afetam tanto a saúde mental quanto a saúde física.

Isto deve se ao fato de que estes novos desafios estão relacionados a uma vida independente, pois, enfrentam na maioria das vezes a primeira saída da zona de conforto, da casa de criação e passam a ter mais responsabilidades. Associado a isto, ainda existem os desafios acadêmicos que tendem a surgir nos primeiros anos como uma novidade, gerando uma forte tensão e apreensão em enfrentar o que a universidade proporciona, e na maioria das vezes surge como surpresa na vida destes, sendo o desafio acadêmico a questão de maior prevalência como indicador de “*start*” para os transtornos e as síndromes, sejam de ansiedade, depressão a partir do estresse.

Ferreira et al (2009), apresenta que a ansiedade pode estar relacionada com alguns fatores como, a estrutura do ciclo básico, formulação da grade curricular e que está diretamente relacionada a educação que acompanha estes alunos, horários disponíveis aos alunos, entre outros, ligados ao início da graduação. E inerente aos alunos estão fundamentadas características como, características individuais, personalidade, visão geral dos contextos propostos pela sociedade, e maneira de reação destas frentes aos desafios básicos.

Segundo Silva e Costa (2012), outro fator acadêmico que influencia no desencadeamento do estresse, ansiedade e depressão também pode variar de acordo com o período do curso no qual o aluno se encontra. Estes períodos são enquadrados em três grandes momentos: inicial, que apresenta a transição do ensino médio para o ensino superior. Este período trata-se do conhecimento de novas experiências que provoca mudanças nos hábitos, amizades, alimentação e o sucesso depende de muitos fatores, onde muitos deles nem sempre estão ligados à vida acadêmica.

Sendo assim, neste primeiro grande momento, o processo de transição é potencialmente propenso ao estresse e ansiedade, vivida de variadas formas por cada um e repercute dependendo da experiência de forma drástica no desenvolvimento psicológico ou aprofundamento de problemas na saúde mental já existentes (COSTA; LEAL, 2004).

Um segundo grande momento está na metade da graduação que em geral, é um período marcado pelos inícios de projetos, estágios, e os primeiros contatos profissionais, na escolha das áreas que buscam seguir. Sendo que neste período há uma maior demanda de esforços intelectuais e de tomada de decisões, apesar de ser marcado pelo firmamento de algumas novas amizades. O terceiro momento é o final, marcado pelo começo do processo de desligamento da universidade, das apreensões relacionadas ao que está por vir, quais serão os passos que se deve tomar, se o que foi construído nestes períodos tomaram forma e moldarão o indivíduo que irá encarar as adversidades do mercado de trabalho, a inserção neste, o medo de novamente passar por mudanças (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

### 3.2 Saúde mental

Segundo Bredow e Dravanz (2010), para definirmos a saúde mental o processo de entendimento se estende além do que é visto pela patologia, e considera uma complexa rede de fatores, definições e compreende questões sociais, culturais e econômicas que desenvolvem e intensificam o adoecimento de forma direta ou indireta.

A saúde mental parte da complexidade de que a mesma possui suas vertentes boas ou más. Vaillant (2003) apresenta a concepção em partes da Saúde Mental, como é o caso dela estar contextualizada como um estado mental, que caracteriza as personalidades de um indivíduo como um ser capaz de amar, trabalhar, agir, estar apto a resolver os problemas, e ter autonomia na vida.

O mesmo autor apresenta outras representações da Saúde Mental como ideal, considerando a vertente positiva ele analisa a sabedoria, temperança, coragem, justiça e transcendência. Outro termo aplicado é o de maturidade, que aponta a aceitação realista dos condicionalismos local, expectativas realistas, objetivos pessoais e esperança (VAILLANT, 2003).

A saúde mental descrita nos modelos de Vaillant (2003) é caracterizada como um modelo de resiliência onde, está relacionada a uma boa adaptação, capacidade de se auto reconstruir após um evento de perturbação e ao bem-estar subjetivo onde, o indivíduo apresenta estar alegre e satisfeito. Sendo assim, só se tem saúde integral quando há saúde mental, equilíbrio social e qualidade nas condições de vida.

### 3.2.1 Diferentes conceituações de ansiedade

Segundo estimativas apresentadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgada em fevereiro de 2017 é evidente que os transtornos de ansiedade têm aumentado. Segundo a OMS, 9,3% das pessoas que vivem no Brasil sofrem de ansiedade, que é considerado por alguns como o mal do século. Isso pode ser movido pelas grandes transformações que aconteceram e acontecem no nível cultural e econômico, marcados por mudanças psicossociais as quais os estudantes têm que aprender a lidar, não necessariamente sendo a única explicação.

Brandtner e Bardagi (2009) apresentam que em alguns casos a ansiedade aparece como benéfica uma vez que, demonstra sinais de alerta, aviso de perigo iminente. Porém, na presença de estressores podem gerar situações de ansiedade maléfica, o que traz sérios danos à saúde física e mental.

Conforme a quinta edição do Manual Diagnostico e Estatístico de Transtornos Mentais (DMS-V) a ansiedade é descrita como uma antecipação do futuro, sejam suas experiências de caráter bom ou ameaçadoras. A partir destes comportamentos ansiosos desencadeiam os transtornos de ansiedade, que abordam sensações de medo, sendo uma resposta a ameaças reais ou notadas.

Spilberget et al. (1970) (apud CHAVES et al., 2015), acrescenta que desde a década de 70 já houve definições de ansiedade e que esta seria uma reação natural frente aos objetivos propostos pela independência de vida e que os motiva a persistir. Contudo quando encontrado em altos níveis as reações podem se tornar patológicas e assim desenvolver barreiras que dificulte o indivíduo a enfrentar as adversidades diárias. Os autores também apontam dois tipos de ansiedade que denominam como Estado de Ansiedade e o Traço de Ansiedade.

Para Spilberget et al. (1970) (apud CHAVE et al., 2015) o Estado de Ansiedade é considerado periódico, ou seja, é um momento transitório que se caracteriza por um sentimento de apreensão, tensão, medo, o que patologicamente desenvolve o aumento das atividades do sistema nervoso a partir dos estressores. Já o Traço de Ansiedade está intrínseco as características que compõem o ser, sendo assim, a personalidade de cada indivíduo e assim cada percepção e reação frente as situações consideradas de risco. Sendo assim, pessoas com alto traço de ansiedade estão mais susceptíveis a percepção das situações estressoras e conseqüentemente ao aumento do Estado de Ansiedade.

Para Lewis (1979), a ansiedade pode ser considerada, leve ou grave; benéfica ou maléfica; pode ocorrer em episódios ou ser persistente; ter causas ou patológicas; advir de outro transtorno como a depressão ou acontecer de forma natural. Ramos (2008) discorre que a ansiedade em níveis leves, é um sinal de alerta e pode capacitar as pessoas a tomarem medidas para enfrentar ameaças sejam elas de forma interna ou externa, e capacita algumas pessoas a tem funções adaptativas.

Para Kaplan et al., (1997) a sensação de ansiedade é de vivencia comum entre os indivíduos, sendo um sentimento difuso, acompanhado por reações autonômicas. Estes abordam que é vantajoso reagir com ansiedade em algumas circunstâncias ameaçadoras, considerada um acompanhamento normal de crescimento e está diretamente relacionada as mudanças, experiências novas e inéditas, responsável pelo sentido da vida e designo da própria identidade, porém a ansiedade patológica, quando comparada a ansiedade benéfica, é uma forma inadequada de se responder a um determinado estímulo, em função da sua intensidade ou duração.

Gray (2000) apresenta um sistema de detecção de erro através do processamento consciente, a qual tendenciados a evitar erros quando nos mantemos conscientes de nossas ações, e compara esta função como explicação para o processamento da informação que subjaz a ansiedade, demonstrando uma relação entre experiência consciente e a emoção.

Fernandes et al. (2018) apresentam em sua pesquisa sintomas apresentados por estudantes universitários advindos da ansiedade, sendo os mais evidenciados: o nervosismo, sensação de estar assustado, indigestão, desconforto abdominal.

Os sintomas mais representativos apresentados por Beck (1970 apud FERNANDES et al. 2018) foram: tristeza, pessimismo, sensação de fracasso, ausência de satisfação, punição, autoacusação, irritabilidade, crises de choro, indecisão, ideias suicidas, inibição do trabalho, distúrbios de sono, fadiga, alteração no apetite, alteração de peso, preocupação somática e diminuição da libido.

Almeida (2014), aponta que a ansiedade apresenta diferentes sintomas somáticos além dos apresentados pelos autores acima como: tremores, sudorese, palpitações, redução da força muscular, hiperventilação (respiração acelerada). E os sintomas cognitivos apresentados são: apreensão, inquietação, distractibilidade, perda da concentração, insônias.

Chaves et al. (2015) apontam como fatores protetores a estes estímulos: a espiritualidade como porto seguro, atividades físicas que atuam na liberação do estresse e a vida social como abrigo dos amigos, períodos de lazer que também atuam contra o estresse diário. Constataram assim, que os estudantes que não possuíam altos níveis de ansiedade sejam no traço como no estado, não possuíam desconfortos físicos como os supracitados nesta revisão.

O risco de desenvolver níveis prejudiciais de ansiedade, se agrava quando os comportamentos ansiosos se tornam parte de nossas condutas, tais repercutidas negativamente quando se tornam hábitos, e estes podem se tornar um estilo de vida do estudante, reestruturando valores, normas e crenças (CÂMARA, 2005).

Os fatores que influenciam o jovem estudante são advindos de frustrações nas relações familiares, na forma de separação/desvinculação parental, limitações em atividades sociais e dificuldades no desenvolvimento da sua própria identidade. Tais características manifestam-se através de alguns comportamentos apresentados como risco, tais como: baixa da autoestima, segregação do grupo, dispensa escolar, baixo rendimento relacionados as atividades acadêmicas, disfunção sexual e alguns sintomas depressivos (NEINSTEIN E ZELTZER 1996, apud ALMEIDA, 2014).

Almeida (2014), apresenta um estudo de caso em seu referencial sobre comportamentos de risco dentro da universidade tais como: O consumo excessivo de álcool, o que conduzem há comportamentos imprevisíveis e irresponsáveis em sala de

aula, diminuição no desempenho, comportamentos violentos, a troca do dia pela noite, ou pela maior parte do tempo desleixado. Também comportamentos como falta às aulas, hospitalização, ato sexual desprotegido, alimentação irregular, hábitos tabagistas.

### 3.3 Formas para levantamento e avaliação destes comportamentos

Durante o processo de avaliação dos comportamentos ansiosos devem ser levados em consideração: os protagonistas, as diferenças entre os tipos de ansiedade e um entendimento do que lhes afetam.

O Inventário dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (ICGF-5) é um instrumento que analisa a personalidade e se baseia em cinco fatores relacionados aos traços de personalidade de extrema importância como: abertura, conscienciosidade (personalidade de honestidade, generosidade), extroversão, amabilidade, neuroticismo. Sendo imposto uma classificação de 1 a 5 quanto ao seu nível de concordância e estes afirmam as características cabíveis a sua realidade (ANDRADE, 2008).

#### 3.3.1 Inventário de Beck de Ansiedade (BAI)

O Inventário de Beck de Ansiedade (BAI) é um método de autopreenchimento, onde tem por estrutura 21 questões que possuem múltiplas escolhas, de auto avaliação sobre a visão ansiosa dos indivíduos relacionada ao período de 7 dias que antecedem o levantamento. O escore total varia de 0 a 63, e permite que seja identificado o nível de intensidade da ansiedade, e assim descrito no manual é indicado que os níveis sejam classificados em mínimo (0-7), leve (8-15), moderado (16-25) ou grave (26-63). (CUNHA, 2001).

Segundo Cunha (2001) o instrumento demonstra-se apropriado para a população não clínica que neste se classificam os universitários, bombeiros, adolescentes, idosos, funcionários de hospital e de outras empresas também este inventário é de ampla utilização devido ao conjunto de critérios seguros e válidos que este usa para ajudar na diferenciação entre ansiedade e depressão.

Outro método acerca do assunto é o questionário de levantamento de dados sócio-demográficos dos participantes que é composto por oito itens, elaborados por pesquisadores e que estão associadas ao perfil dos estudantes como: Sexo, Idade,

Curso, Período, Trabalho, Profissão e Estado Civil, onde são associados a métodos específicos (JÚNIO et al., 2019).

Um instrumento mais específico é o Inventário de Ansiedade traço-estado (IDATE), onde é construído por 40 afirmações acerca dos sentimentos dos indivíduos e são dispostos em dois contextos: o estado e o traço. Cada um desses tipos possui 20 afirmações que possuem escalas de quatro pontos e indica os graus de ansiedade: baixo, médio e elevado (BIAGGIO, 1979 apud CHAVES et al., 2015).

## **4 METODOLOGIA**

### **4.1 Tipo de Estudo**

O estudo realizado é caracterizado como de abordagem quali-quantitativa, com características exploratórias.

### **4.2 Local de estudo**

Este trabalho foi desenvolvido na Universidade Tecnológica Federal do Paraná, localizada na estrada para Boa Esperança, cidade de Dois Vizinhos, Paraná. A universidade possui os seguintes cursos de graduação: Ciências Biológicas, Engenharia de Bioprocessos e Biotecnologia, Engenharia Florestal, Engenharia de Software, Zootecnia e Educação no Campo. O curso de Engenharia Florestal o objeto de estudo deste trabalho possui dez períodos letivos e é constituído por 209 discentes.

### **4.3 Instrumentos de coleta de dados**

No levantamento dos dados foi aplicado um questionário (anexo I) através do Inventário de Beck de Ansiedade (BAI), o qual possui 21 questões de múltiplas escolhas, que avalia em uma escala de 0 (“ausente”) a 3 (“severo, quase não consigo suportar”) a gravidade dos sintomas ansiosos. Os graus de ansiedade, segundo este instrumento são classificados como: 0-9, Normalidade; 10-18, Ansiedade Leve; 19-29, Severidade Moderada; e 30-63, Ansiedade Grave, para obtenção destes será realizado um escore total de cada questionário.

Em conjunto foi aplicado um questionário (Anexo II) sócio demográfico contendo 6 itens (gênero, idade, período letivo, estado civil, atividade, aonde reside) no intuito de classificar quanto aos objetivos propostos.

O projeto de pesquisa em questão foi enviado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos da UTFPR, inscrito pelo CAAE: 38193620.4.0000.5547.

Os questionários foram enviados para todos os estudantes (total de 209) do curso de Engenharia Florestal via e-mail, pela coordenação do curso. Os alunos responderam os questionários de forma online no mês de março de 2021. Todos os alunos

matriculados no curso de Engenharia Florestal receberam o link de acesso aos questionários via e-mail.

No cabeçalho do questionário a pesquisa foi apresentada e antes de responderem aos questionários o aluno obrigatoriamente deveria ler e concordar com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da pesquisa. O aluno ao responder “Sim” foi direcionado para os questionários, e caso a opção de resposta fosse o “Não” este foi direcionado para a sessão 4, conforme a Figura 1. Os dados de ambos os questionários foram analisados de forma quantitativa. Posteriormente redigidos em planilha Excel 2016 e enquadrados por períodos, gênero e Índice de Desenvolvimento de Ansiedade a partir destes, gerados gráficos informativos para a discussão dos dados.

Figura 1. Obrigatoriedade de aceitar o TCLE para ter acesso aos questionários.

Você leu o TCLE e concorda em participar da pesquisa?

Sim

Ir para a seção 2 (QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO)

Não

Ir para a seção 4 (OBRIGADA PELA ATENÇÃO)

Adicionar opção ou [adicionar "Outro"](#)

Múltipla escolha

Obrigatória

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um dos riscos que podem ter afetado este trabalho está relacionado ao momento que o mundo está trilhando. E como abordado por Faro *et al.* (2020), ainda não se tem estudos consolidados a respeito da saúde nos diferentes níveis, devido a pandemia da COVID 19, pois o evento ainda está em curso, também devido aos diferentes estágios da pandemia (medidas, restrições) em diferentes regiões do país e entre países.

Os resultados encontrados referem-se aos scores médios de ansiedade segundo o Inventário de Beck de Ansiedade (BAI) dos estudantes de Engenharia Florestal da UTFPR. A amostra deste trabalho foi composta por 90 acadêmicos e todos os períodos participaram deste levantamento.

### 5.1 Perfis Acadêmicos

Com base nos dados fornecidos pelo sistema interno da UTFPR, do Relatório Analítico de Gestão, no curso de Engenharia Florestal, atualmente encontram-se matriculados 217 alunos em período regular, enquanto 14 estão com a matrícula trancada e 5 afastados (Tabela 1)

Tabela 1 – Descrição da quantidade de alunos ativos por período considerando o ano de 2019/1 do curso de Engenharia Florestal.

<b>Período letivo</b>	<b>Nº de alunos matriculados</b>
1	57
2	32
3	16
4	10
5	27
6	16
7	15
8	21
9	13
10	29

Os participantes foram divididos em 3 classes de gêneros, em que 55,56% dos envolvidos se enquadraram como gênero Feminino. Conforme abordado por Guimarães (2014), a classe feminina aponta predominância no âmbito de graduação, sendo uma tendência nacional. O segundo grupo Masculino com 35,36% e as Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transexuais e Travestis, Queer (LGBTQ) representando 8,89%, conforme a Tabela 2.

Tabela 2 – Percentual de acadêmicos de Engenharia Florestal seccionados por Gênero.

<b>Gênero</b>	<b>(%)</b>
Feminino	55,56
LGBTQ	8,89
Masculino	35,36
<b>Total Geral</b>	<b>100</b>

A maior representatividade feminina como supracitada, pode ser explicada por Dados Governamentais (MEC, 2017), referentes ao Plano Nacional de Qualificação, do Ministério do Trabalho e Previdência Social onde estimam que este gênero é o mais presente dentre as universidades e cursos qualificantes, e crescem em todos os níveis estudantis.

Os participantes desta pesquisa possuem idades que variam de 18 a 44 anos, os participantes mais jovens de 18 a 21 anos compreendem 33,71%, seguidos da classe mais abrangente com 35,96% na idade de 22 a 25 anos, a classe de 26 a 29 anos com percentual de 22,47% e pôr fim a de menor representatividade com 7,87% acadêmicos acima de 30 anos, de acordo com a Tabela 3.

Tabela 3 – Distribuição do percentual dos acadêmicos participantes por classe de idade variando de 18 a 44 anos do curso de Engenharia Florestal.

<b>Idade (anos)</b>	<b>(%)</b>
18 a 21	33,71
22 a 25	35,96
26 a 29	22,47
acima de 30	7,87
<b>Total</b>	<b>100</b>

Conforme a Tabela 4 podemos aferir a distribuição da participação dos acadêmicos por períodos, sendo o 1º e 8º os períodos que apresentaram maior percentual de participação com 22,22% e 15,56% respectivamente. Nota-se um grande percentual de evasão após a entrada dos alunos na universidade. em que do primeiro para o segundo período já cai pela metade o percentual de participação. Essa relação entre evasão e percentual de participação também se nota no 4º período em que há matriculados atualmente 10 alunos, a menor sala e com participação de apenas uma pessoa correspondendo a 2,22% do total de participantes.

Tabela 4 – Percentual de participação por período do curso de Engenharia Florestal.

<b>Período</b>	<b>(%)</b>
1º	22,22
2º	12,22
3º	6,67
4º	2,22
5º	8,89
6º	6,67
7º	6,67
8º	15,56
9º	8,89
10º	10,00
<b>Total</b>	100

## 5.2 Os níveis de ansiedade de acordo com o Gênero

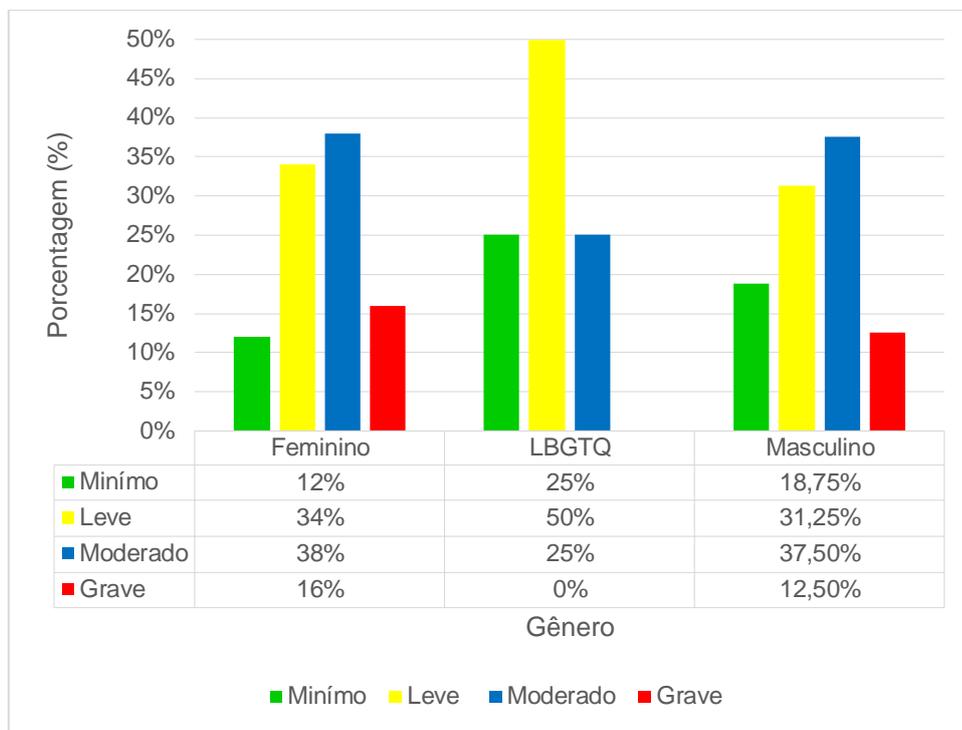
Neste levantamento foi possível identificar que o gênero feminino atingiu níveis mais consideráveis de ansiedade, quando comparados aos outros gêneros. Os níveis de ansiedade moderada e grave representado por um percentual de 38% e 16% respectivamente, entre este público (Figura 2).

Isto propõe algumas observações como cita Carvalho et al. (2015), em que o gênero feminino é posto a uma sociedade onde ainda há maiores dificuldades de inserção o, com maiores obstáculos, para alcançar a independência social, quando comparado aos homens, enfrentam maiores conflitos. Medeiros e Bittencourt (2017) também constataram valores mais significativos em alunos de uma universidade particular em Vitória da Conquista-BA atribuídos ao sexo feminino quando comparado com o masculino.

Apontando esta perspectiva sobre os níveis elevados do gênero feminino também não pode descartar os índices apresentados pelo gênero masculino que apresentou

valores significativos, onde as classificações quanto a níveis de ansiedades moderado e grave compreenderam 37,50 e 12,50% respectivamente.

Figura 2 – Percentagens dos níveis de Ansiedade pela classificação de BAI de acordo com o Gênero.



### 5.3 Os níveis de Ansiedade de acordo com a Residência

Ao avaliar os resultados do BAI para a forma de residência (Figura 3) classificadas em: moradia com familiares (41,11%), em república/pensão (35,36%) e sozinhos (23,33%), é possível apontar que neste estudo os acadêmicos que obtiveram valores acima dos demais estão categorizados como aqueles que moram com os familiares, considerando os dois níveis mais altos (moderado e grave) apresentam 37,84% e 16,24% respectivamente.

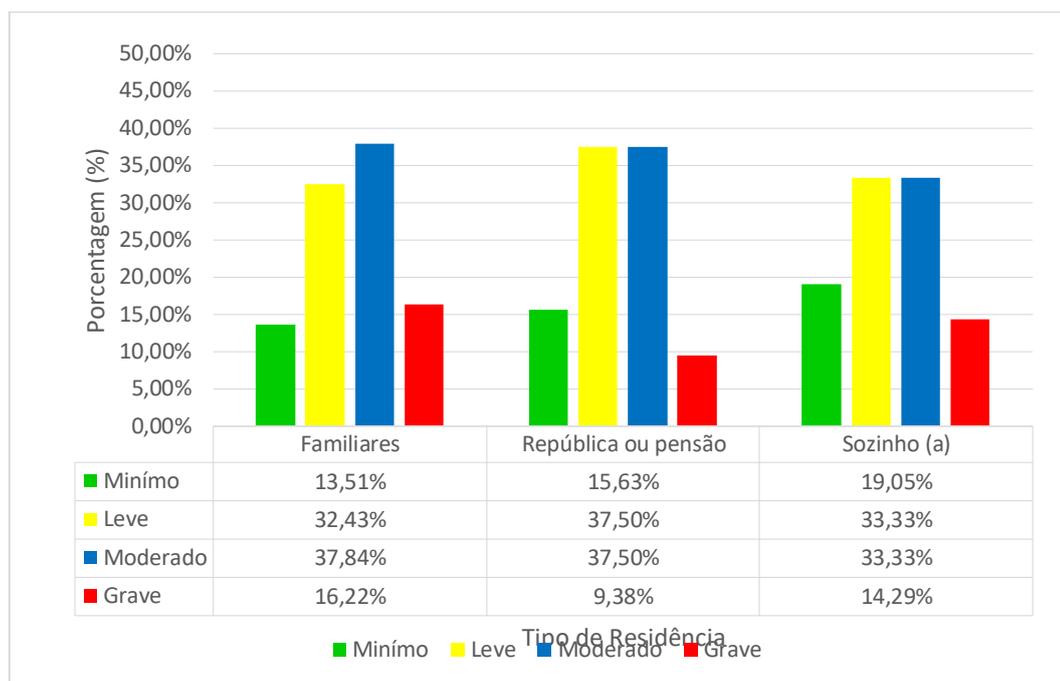
A percepção do suporte familiar pode ser um fator chave no desenvolvimento do acadêmico e interfere nos processos de saúde mental. Esta forma de suporte pode ou não estar relacionada com o estudante estar no ambiente familiar, mas não possui o suporte psicológico necessário. Baptista e Oliveira (2004) definem que a percepção do sujeito ao suporte familiar se dá através da concessão de atenção, formas de carinho, comunicação e empatia entre os membros que a compõem.

Enquanto aqueles que dividem moradia com colegas, ou seja, republicas/pensionato acompanham o mesmo nível de ansiedade aqueles que moram com os familiares apresentando 37,50% no nível moderado e é a classe mais baixa dentre os níveis graves de ansiedade. Esta questão pode ser compreendida pelo fato de que, quando há a presença de outras pessoas ou que estão iniciando a mesma trajetória ou que já passaram por esta fase, é possível abordar um certo suporte a esta divisão residencial.

Santo et al. (2015), reportam que os colegas conseguem oferecer e suprir a necessidade de apoio emocional, afetivo e instrumental. Apresentando assim que a amizade possui certa relevância nos desafios e adversidades cooperadas e coletivas.

Já os que residem sozinhos para cursar a tão sonhada graduação, apresentam níveis de ansiedade grave (14,29%), próximo ao encontrado por acadêmicos que moram com familiares. Leão et al. (2018) fazem uma correlação entre a residência e os níveis de ansiedade apontando que os níveis estavam diretamente relacionados ao fator de convivência social predominando em estudantes insatisfeitos com familiares, amigos e colegas.

Figura 3 – Porcentagem dos níveis de Ansiedade através da classificação de BAI de acordo com a Residência.



#### 5.4 Os níveis de ansiedade conforme a atividade exercida pelo estudante

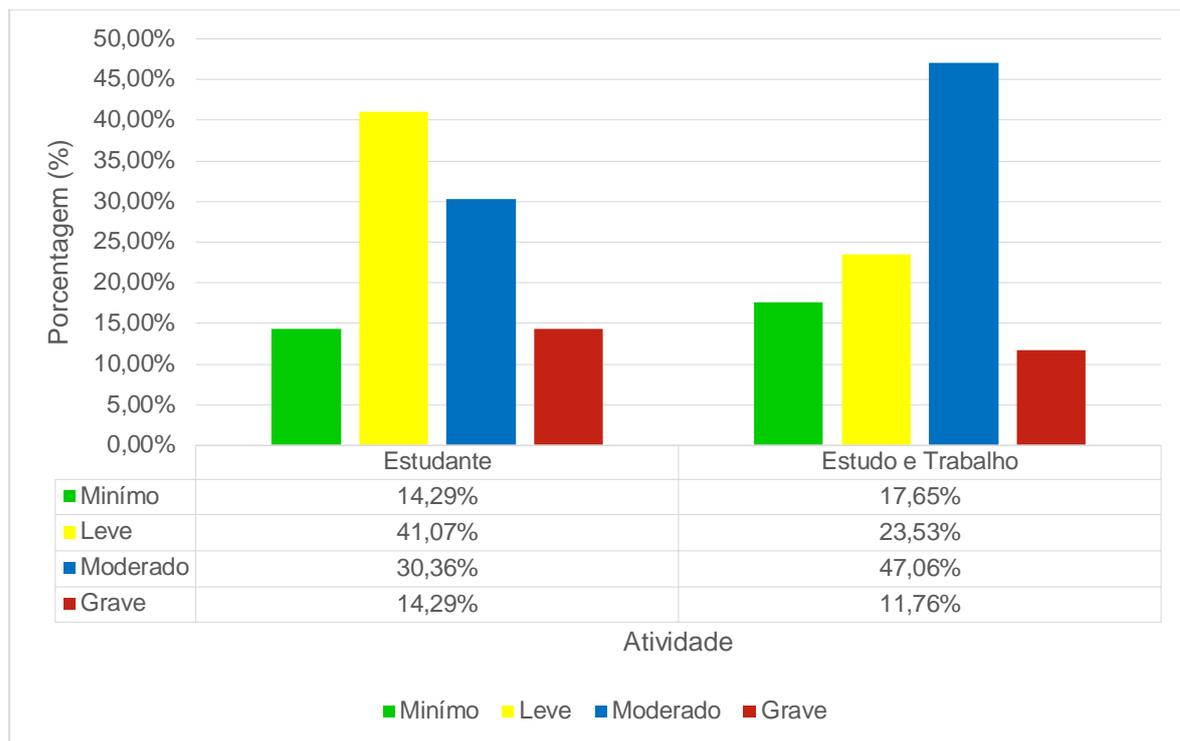
Nesta amostragem o quesito atividade foi classificado em acadêmicos que apenas estudam e aqueles que conciliam o trabalho com os estudos. Sendo que da quantidade total de respostas os acadêmicos que apenas estudam representaram 62,22% enquanto a outra alternativa foi responsável por 37,78% dos participantes.

Estes resultados apontam que acadêmicos que apenas estudam e os que também trabalham sofrem com os transtornos de ansiedade, isto porque as atividades exigidas na universidade também são consideradas atividades de trabalho. Quando se tem uma rotina de trabalho externo fora da universidade, ocorre também um desvio da atenção de problemas pois há o contato com outras pessoas externas do ambiente universitário.

Caballero et al. (2015) abordam que desempenhar atividades universitárias são consideradas funções laborais, onde acadêmicos são considerados trabalhadores pois realizam tarefas que necessitam de esforços para o cumprimento de demandas que incluem rendimentos avaliados por profissionais da educação, bem como a uma supervisão de trabalho.

Analisando os resultados obtidos, na figura abaixo se pode notar que a atividade que obteve níveis de ansiedade grave corresponde à 14,29% daqueles que apenas estudam em contrapartida com 11,76% aqueles que conciliam o trabalho.

Figura 4: Porcentagem dos níveis de Ansiedade conforme a classificação de BAI e de acordo com o tipo de atividade exercida.



### 5.5 Os níveis de Ansiedade segundo o Período Acadêmico

Analisando os níveis de ansiedade através da segmentação pelos períodos acadêmicos (Figura 5), podemos notar que há uma similaridade no comportamento dos estudantes dos primeiros períodos e os últimos quando relacionamos níveis de ansiedade moderado.

Os estudantes do segundo e décimo período apresentaram níveis de ansiedade moderado segundo a classificação de BAI, com 54,55% e 55,56% respectivamente. Isto pode ser consequência das transformações que acontecem e impactam a vida destes mesmos estudantes. A aflição e ao mesmo tempo o desejo por passar pelas provas da vida são como “lobos” que se enfrentam todos os dias dentro destes seres.

Os primeiros períodos são marcados pela iniciação na vida acadêmica, o marco de transição entre a adolescência e a vida adulta, assumir responsabilidade, riscos, muitas vezes morar longe de suas famílias, seus portos seguros, mas tudo em prol de um grande sonho ou de realizações pessoais.

Cardozo et al. (2016) aborda que responsabilidades morando fora da casa dos pais, inseguranças na nova jornada de responsabilidades, conhecer novas pessoas e

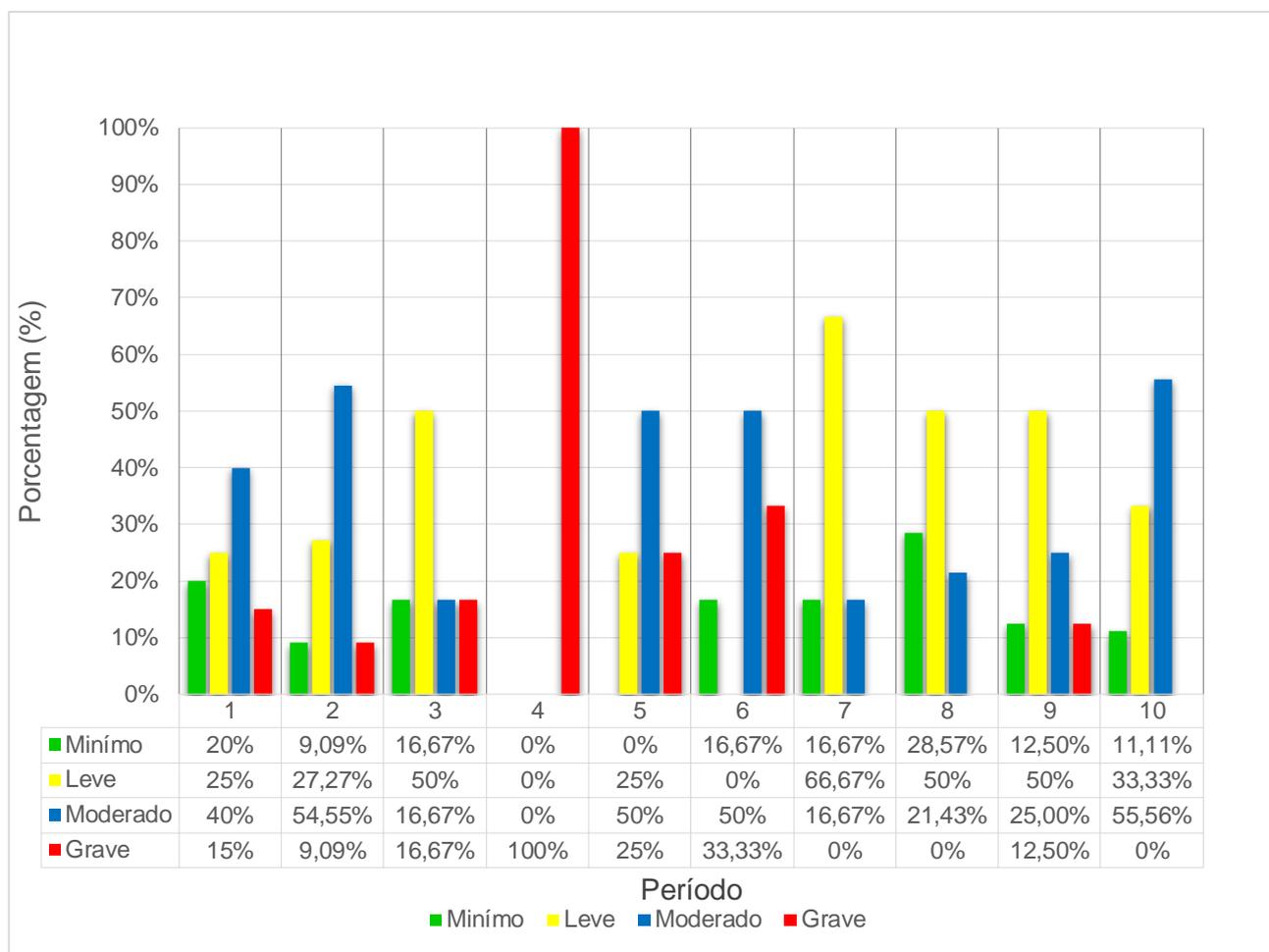
formar vínculos ou até mesmo o medo do desconhecido gera inevitavelmente um sentimento de ansiedade.

Já, nos períodos mais avançados, predomina o sentimento de mudanças para a vida profissional, o medo de não atender as expectativas, de não arrumar emprego, de ter de voltar para a casa dos familiares.

Níveis conceituados como grave, segundo a classificação de BAI, tem maior incidência no 4º período, apesar de se possuir apenas uma amostra, mas considerada relevante perante a importância que cada um tem, o 5º e 6º com respectivamente 25% e 33,33%. Estes períodos dentro do curso de Engenharia Florestal são considerados o período de choque, onde as matérias pulam de “básicas” para as direcionadas ao profissionalizante, causando um certo desconforto inicial com provas, trabalhos e novos projetos.

Os 7º e 8º períodos apresentaram menores níveis de ansiedade grave e moderado, porém ainda apresentam as taxas mais elevadas do nível leve, isto pode estar relacionado com a passagem do período de choque e passam a observar mais na prática a vivência da profissão.

Figura 5: Correlação do percentual de níveis de ansiedade segundo BAI por período acadêmico.



Considerando o cenário das universidades públicas e federais que já demandam um certo desgaste emocional para obter o acesso, de um modo geral a verdadeira fonte de desgaste não é somente relacionada a isto, mas sim a expectativa atribuída a esta transição pessoal e profissional, seja de egresso ou de formação.

Lelis et al. (2020) aponta que os transtornos de humor mais presentes no dia a dia universitário são a depressão e a ansiedade e, que estes podem ser desencadeados pela demanda que as atividades acadêmicas apresentam, as maçantes cargas horárias de aula e pensamentos de insegurança associadas ao futuro profissional.

Uma das premissas por parte das universidades é instruir os docentes que façam esse relato visual e que conheçam seus alunos, há uma grande necessidade por parte

dos alunos em se ter um contato a mais fora das salas de aulas com seus professores. Há alguns estudos que apontam que essa aproximação é vista como uma válvula de escape para as seriedades do dia a dia, reduzindo queixas e angustias (TEIXEIRA; CASTRO; ZOLTOWSKI, 2012).

Sendo assim algumas medidas e atividades podem ser apresentadas abaixo, com o intuito de melhorar a convivência proporcionando ambientes aconchegantes, atividades socializantes e assistência médica para os acadêmicos da universidade, sendo:

A implantação de aulas de musicais, como o aprendizado para tocar instrumentos musicais como: Violão, Guitarra, Violão, Teclado. Para estimular a liberação de novos dons e novos sentidos.

- Aulas de Teatro que auxiliam na interação entre as pessoas e que muitas vezes serão de períodos de diferentes, ocorre a integração entre os períodos da universidade.

- Técnicas de relaxamento como citado por Neves et al. (2010) onde aborda que as terapêuticas holísticas estimulam uma participação ativa, na busca por qualidade de vida, através de equilíbrio e autoconhecimento. As Práticas terapêuticas sugeridas neste trabalho são:

- Cultivos de Hortas proporciona o bem estar quando há a relação entre homem e natureza, onde existe o carinho em se cultivar o que se alimenta outras pessoas e a si mesmo. Criando vínculos entre pessoas universitárias, professores e prestadores de serviços.

- Criação de jardins sensoriais, que caracteriza pela criação de espaços recreativos e de lazer onde neste ambiente, são acolhido pelo despertar dos sentidos como: o plantio de flores com cheiros agradáveis, calçamento com texturas diferentes para o tato, espécies frutíferas para a aguçar o paladar, vegetação com cores que traga o conforto visual para um todo estimulando os sentidos.

- Pinturas e recreações em gerais

- Ampliação dos números de profissionais de saúde para atender não somente o curso de Engenharia Florestal como todos os outros.

## **6 CONCLUSÃO**

Diante da problemática discutida, é necessário que seja desenvolvido programas de atendimento juntos a estudos de casos que enfoquem a temática estudada nesta pesquisa, principalmente na identificação dos principais motivos de evasão do curso, das correlações com os níveis de ansiedade apresentados, pois o processo de graduação consiste no início, permanência e desenvolvimento saudável por completo dos novos profissionais que serão disponibilizados ao mercado de trabalho.

A partir das considerações abordadas podemos notar que a fragilidade em nível de ansiedade do gênero feminino no meio acadêmico se mostrou superior. Diante disso, é necessário, dentro da universidade, que a temática seja abordada com este público, bem como, quais os paradigmas que as mulheres passam, para assim conseguir desenvolver planos ou ações que mitiguem os níveis graves de ansiedade.

Quando os níveis de Ansiedade são correlacionados com parâmetros como: onde o acadêmico reside e qual o período se encontra devemos nos atentar que por mais versáteis que os níveis se apresentaram, todos requerem atenção, pois o grande número de evasão da metade do curso pode estar relacionado com a forma e os níveis de ansiedade que estes podem ter durante a graduação, sendo assim a atenção a esta questão é de extrema necessidade para que seja possível desenvolver programas que se apliquem a todos os parâmetros aqui abordados.

Levantando a questão participativa destes períodos podemos associar ao fato de que como universidade por completo, devemos não apenas garantir que sejamos referências em atrair concorrência para vagas, mas sim que haja proposições como sociedade, condições para que o estudante se mantenha inscrito na universidade e participe ativamente de suas atividades.

## 7 REFERÊNCIAS

ALMEIDA J. S. P. **A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: estudo de prevalência e correlação.** Tese de Doutorado Ciências da vida – Saúde Mental/1ª edição, 2014.

ANDRADE, J. M. de. **Evidencias de validade do inventário dos cinco grandes fatores de personalidade para o Brasil.** Tese de Doutorado em Psicologia Social – Universidade de Brasília, Instituto de Psicologia. Brasília: UnB, 2008. Disponível em: [http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/1751/12008\\_JosembergMouraAndrade.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/1751/12008_JosembergMouraAndrade.pdf)  
Acesso em: 15 de Set. 2014.

ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Rev. Psicologia de Pesquisa, v.12 n.3, 2018.** DOI: <https://doi.org/10.24879/2018001200300544>

BAPTISTA, M. N., OLIVEIRA, A. A. Sintomatologia de depressão e suporte familiar em adolescentes: Um estudo de correlação. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, n.14, p. 58-57. DOI: 10.7322/jhgd.40168

BREDOW, S. G., DRAVANZ, G. M. **“Atuação do serviço social na saúde mental: entre os desafios e as perspectivas para efetivação de uma política intersetorial, integral e resolutiva”.** Revista Textos & Contextos, Porto Alegre, RS, 2010.

BRANDTNER,M; BARDAGI,M. Sintomalogia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Uberlândia-MG, 2009.

CABARELLO, C.C.; BRESO, É.; GUTIÉRREZ, O. G. Burnot en estudiantes universitarios. **Psicologia desde el caribe.** 2015.

CARDOZO, M. Q.; GOMES, K. M.; FAN, L. G.; SORATTO, M. T. Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina. **Revista Saúde e Pesquisa**, v.9, n.2, p.251-262, maio/ago, 2016. Disponível em: <<http://177.129.73.3/index.php/saudpesq/article/view/4747>> Acesso em: 28 de abril de 2021.

CARVALHO, E. A.; BERTOLINI, S. M. M. G.; MILANI, R. G.; MARTINS, M. C. Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v.14, n.3, p. 1290-1298, 2015.

CHAVES E. C. L.; IUNES D. H.; MOURA C. de C.; CARVALHO L. C.; SILVA A. M.; de CARVALHO E. C. Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study. **Rev. Bras. Enferm.** 2015;68(3):444-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>

COSTA, E. F., LEAL, I. Estratégias de coping e saúde mental em estudantes universitários de Viseu. In **Acta do 5º Congresso Nacional de Psicologia de Saúde. (pp.157-162)**. Lisboa: Fundação Caloute Gulbenkian. Disponível em: <<http://www.isabel-leal.com/portals/1/pdfs/estrategias%20de%20coping%20e%20saude%20mental%20em%20estudantes%20universitarios%20de%20viseu.pdf>> Acesso em: Setembro de 2019.

CUNHA, J. C. **Manual da versão em português das Escalas Beck**. São Paulo: Casa do psicólogo, 2001.

FERNANDES M. A.; VIEIRA F. E. R.; e SILVA J. S.; AVELINO F. V. S. D.; SANTOS J. D. M. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a

publicinstitution. Rev. Bras. Enferm [Internet]. 2018;71 (Suppl 5):2169-75. [Thematic Issue: Mental health] DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>.

FERREIRA, C. L., de ALMONDES K. M., BRAGA, L. P., MATA, A. N. de S., LEMOS, C. A., MAIA, E. M. C. Universidade, contexto ansiogênico; Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. **Ciência da saúde coletiva** **14 (3): 973-981, 2009**. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v14n3/33.pdf>> Acesso em: Setembro de 2019.

GRAY, J. A. Cognition, emotion, conscious experience and the brain. In: **Handbook of cognition and emotion**. New York: John Wiley & Sons, p. 83-102, 2000.

GUIMARÃES, M. F. **Depressão, ansiedade estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada**. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2014.

JÚNIOR, J. A. dos S.; TENÓRIO, S. B.; FERMOSELI, A. F. de O.; LIMA, D. V. B.; LOPES, A. P. Relação entre traços de personalidade e ansiedade em estudantes universitários. **Interfaces Científicas – Saúde e Ambiente, Aracaju, v.4, N.3, p.51-62, Jun, 2016**. ISSN 2316-3798 DOI: 10.175864/2316-3798.2016v4n3p51-62

JÚNIOR, J. A. dos S.; LIMA D. V. B.; TENÓRIO, S. B.; LOPES A. P.; FERMOSELI, A. F. de O. Prevalência de ansiedade em estudantes de medicina de Alagoas. **Interfaces Científicas – Humanas e Sociais- Aracaju, v. 8, n.1,p. 103-110, abril/maio/junho – 2019**. DOI: 10.17564/2316-3801.2019v7n3p47-56

KAPLAN, H.; SADOCK, B. J.; GREBB, J. A. Compendio de psiquiatria: ciências do comportamento e psiquiatria clínica. 7ª edição. **Porto Alegre: Artes médicas**, 1997.

LEÃO, A. M.; GOMES, I. P.; FERREIRA, M. J. M.; CAVALCANTI, L. P. GÓES DE. Prevalência de fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**. 2018. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015V42n4RB20180092>> Acesso em: 24 de abril de 2021.

LELIS, K. C.; BRITO, R. V.; PINHO, S. DE; PINHO, L. Sintomas de Depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental** (23), p. 09-14, 2020. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.191.31/rpesm.0267>>

LEWIS, A. Problems presented by the ambiguous word “anxiety” as used in psychopathology. In: **The later papers of Sir Aubrey Lewis**. Oxford: Oxford University Press, 1979.

MANUAL DIAGNOSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS (DMS-V). **American Psychiatric Association, ARTMED**, 5ª ed., 2014. ISBN 978-85-8271-089-0.

MEC – Ministério da Educação e Cultura. Cresce a presença feminina em todos os níveis de ensino. **Portal Brasil**. 2017. Disponível em: [www.mec.gov.br](http://www.mec.gov.br) Acesso em: 18 de Abril de 2021.

MEDEIROS, P. P.; BITTENCOURT, F. O. Fatores associados à Ansiedade em estudantes de uma faculdade particular. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, vol. 10, n.33, p. 43-55, 2017. ISSN: 1981-1179

NEVES, L. C. P.; SELLI, L.; JUNGER, R. A integralidade na terapia floral e a viabilidade de sua inserção no Sistema Único de Saúde. **O Munda da Saúde**. São Paulo, v.3, n.1, p. 57-64,2010.

RAMOS, R.T. Somatização e transtornos de ansiedade. **Psicologia da saúde: teoria e pesquisa**, p. 13-24, 2ª ed., São Bernardo do Campo UMESP, 2008.

SANTOS, A. S.; OLIVEIRA, C. T. DE; DIAS, A. C. G. Características das relações dos universitários e seus pares: implicações na adaptação acadêmica. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, v.17, n.1, p.150-163, 2015. Disponível em : <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v17n1/13.pdf>> Acesso em: 20 de abril de 2021.

SILVA, R. S., COSTA, L. A. Prevalência de Transtornos Mentais comuns entre Estudantes Universitários da Área da Saúde. **Encontro Revista de Psicologia**, 15, 2012.

TEIXEIRA, M. A. P.; CASTRO, A. K. DOS S. S. DE; ZOLTOWSKI, A. P. C. Integração Acadêmica e Integração Social nas Primeiras Semanas na Universidade: Percepções de Estudantes Universitários. **Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 5;n.1, p. 69-85, 2012. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202012000100006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202012000100006)>. Acesso em: 21 de Abril de 2021.

TEIXEIRA, M. A.; DIAS, A. C.; WOTTRICH, S. H.; OLIVEIRA, A. M. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Rev. Semestral Da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional, Vol. 12 (1), 185-202, 2018.**

VAILLANT, G. Mental Health: reviews and overviews. **American Journal of Psychiatry, 160, 2003.**

## **ANEXOS**

### ANEXO I

## INVENTÁRIO DE ANSIEDADE DE BECK

Abaixo está uma lista de sintomas comuns de ansiedade. Por favor, leia cuidadosamente cada item da lista. Identifique o quanto você tem sido incomodado por cada sintoma durante a **última semana, incluindo hoje**, colocando um “x” no espaço correspondente, na mesma linha de cada sintoma.

	Absolutamente não	Levemente Não me incomodou muito	Moderadamente Foi muito desagradável mas pode suportar	Gravemente Difícilmente pode suportar
1. Dormência ou formigamento				
2. Sensação de calor				
3. Tremores nas pernas				
4. Incapaz de relaxar				
5. Medo que aconteça o pior				
6. Atordoado ou tonto				
7. Palpitação ou aceleração do coração				
8. Sem equilíbrio				
9. Aterrorizado				
10. Nervoso				
11. Sensação de sufocação				
12. Tremores nas mãos				
13. Trêmulo				
14. Medo de perder o controle				
15. Dificuldade de respirar				
16. Medo de morrer				
17. Assustado				
18. Indigestão ou desconforto no abdômen				
19. Sensação de desmaio				
20. Rosto afogueado				
21. Suor (não devido ao calor)				

## ANEXO II

### QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

**Gênero :** ( ) Feminino ( ) Masculino LGBTQ ( )

**Idade:** \_\_\_\_\_ anos.

**Período Letivo:** ( ) 1º | ( ) 2º | ( ) 3º | ( ) 4º | ( ) 5º | ( ) 6º | ( ) 7º | ( ) 8º | ( ) 9º

**Estado Civil:** ( ) Solteiro(a) | ( ) Casado(a) | ( ) Divorciado(a) | ( ) Viúvo(a)

**Atividade:** ( ) Estudante | ( ) Estudo/Trabalho

**Reside:** ( ) Familiares | ( ) República/Pensão | ( ) Sozinho(a)

## ANEXO III

### **ABORDAGEM EM SALA DE AULA**

Cumprimento, meu nome é Victor Domingues Trigo sou acadêmico do curso de Engenharia Florestal, estou atualmente no 9º período e estou trabalhando em meu TCC com o tema de Índice de Desenvolvimento de Ansiedade no curso da Engenharia Florestal e irei aplicar um questionário para avaliar este índice e gostaria da colaboração destes presentes, mas peço que quem for menor de 18 anos ou não se sentir a vontade em responder este, que se identifiquem para que sejam contabilizados para a exclusão do levantamento bem como os acadêmicos de outros cursos. Desde já agradeço a atenção de todos.