

**ANÁLISE DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE ESTRESSE E ANSIEDADE EM VESTIBULANDOS**

Larissa Joyce Nunes de Araujo Gomes<sup>1</sup>, Bruna Yamaguti Fernandes<sup>2</sup>, Geovana Mellisa Castrezano Anacleto<sup>3</sup>, Adriana Aparecida Ferreira de Souza<sup>4</sup>

1. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: [larissaaraujo2599@gmail.com](mailto:larissaaraujo2599@gmail.com)
2. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: [brunayfernandes@gmail.com](mailto:brunayfernandes@gmail.com)
3. Professora da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: [geovanamc@umc.br](mailto:geovanamc@umc.br)
4. Professora da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: [adrianaaf@umc.br](mailto:adrianaaf@umc.br)

**Área de conhecimento:** Psicologia social

**Palavras-chave:** Estresse, Stress, Ansiedade, Vestibular, Vestibulandos.

**INTRODUÇÃO**

O vestibular é caracterizado por ser um método de avaliação onde são testados os conhecimentos de estudantes sobre os conteúdos aprendidos durante os três anos do ensino médio, tendo como objetivo a possibilidade do ingresso desses indivíduos em instituições de ensino superior, públicas ou privadas, para a obtenção de título acadêmico, e é considerado possível desencadeador de estresse e ansiedade (PERUZZO et al, 2008; SCHÖNHOFEN et al, 2020). A população marcada pelo período do vestibular são os adolescentes, visto que ocorre a maioria das vezes nessa fase. Considera-se como adolescência o período transitório de construção da personalidade do indivíduo, onde este se prepara para o ingresso na vida adulta, é um período de descobertas e mudanças físicas, psíquicas e emocionais (PAPALIA E FELDMAN, 2013). Espera-se que o adolescente transite por essa fase e alcance a maturação necessária para tornar-se um adulto responsável e corresponder aos requisitos sociais (PALHARES et al., 2018). Inúmeros componentes estressores caracterizam o estágio de desenvolvimento do adolescente, além das modificações fisiológicas, emocionais e cognitivas (PAPALIA E FELDMAN, 2013). O processo de crescimento assume características singulares, com enfoque na busca da independência, identidade, relacionamento interpessoal, elaboração de planos de vida e sexualidade, fazendo com que o jovem sofra com picos de estresse na tentativa de administrar tais situações, havendo uma caracterização de ambivalência (SCHERMANN et al., 2014). O estresse é uma forma representativa de uma movimentação total de forças com o objetivo de se defender, onde o organismo busca uma adaptação com o evento estressor, mas que para isso necessita gastar muita energia (OLIVEIRA, 2011). Para Oliveira (2011), estresse é uma modificação ocorrida no meio (externo ou interno), gerando uma instabilidade que ativa reações fisiológicas em cadeia; provocando uma atribuição significativa expressada por meio de uma reação emocional que se sobrepõe e coexistir com as reações fisiológicas, sendo a mesma, potencial para um ciclo de geração de mais estresse. Outra variável psicológica de interesse nessa pesquisa é a ansiedade, que é caracterizada como um sentimento de medo vago e desagradável, é carregado por tensão derivada da antecipação de algum perigo, do desconhecido, daquilo que cabe ao indivíduo como estranho, entende-se que a ansiedade como um fenômeno ambivalente que age tanto como benefício, quando faz com que o organismo entre em ação, quanto como prejuízo, quando faz com que o organismo paralise (CASTILLO et al., 2000). Reconhece-se como patológica quando se expressa de maneira exagerada, desproporcional em relação ao estímulo, impedindo que o indivíduo exerça atividades básicas do cotidiano para evitar as reações somáticas do transtorno (ZUARDI, 2017). A partir da

apresentação da temática, surge o interesse de averiguação sobre como se dá a produção científica sobre estresse e ansiedade em vestibulandos, especificamente Identificar a) ano de publicação; b) autoria quanto ao número de autores, sexo e profissão; c) tipo de pesquisa quanto a natureza, tempo e delineamento; d) referencial teórico-analítico das pesquisas e e) as definições de estresse, ansiedade, vestibular e contexto.

## **METODOLOGIA**

Esta pesquisa é definida como Teórica do tipo do estado da arte. Quanto ao objetivo trata-se de uma pesquisa de caráter exploratório, transversal de levantamento. Para a busca de materiais foram utilizadas como descritores: estresse, estresse, ansiedade, vestibulandos, vestibular, em conjunto, nas bases de dados e portais BVS (biblioteca virtual em saúde), Scielo.com, Scielo.Org, Periódicos CAPES, LILACS, Index Psicologia, MEDLINE. Foram selecionados os materiais entre os anos de 2007 e 2018, em português, com temas atrelados às palavras chaves selecionadas. Os critérios de exclusão foram materiais duplicados entre as bases (n=13), todos e quaisquer outros trabalhos que não fossem artigos (n=1), não são pertencentes aos temas de ansiedade e estresse no vestibular ou com a população de adolescentes e/ou vestibulandos (n=24), também foram excluídos os artigos que correlacionavam as variáveis estresse e ansiedade a temas da Odontologia, como o vestibulo mandibular (n=1). A partir dos critérios de inclusão e exclusão foram encontrados treze artigos válidos. Após a leitura integral de cada um dos artigos filtrados, houve exclusão de mais um artigo que, apesar de ter palavras-chave em comum, não se correlaciona ao tema, totalizando doze artigos para análise final. O processo de extração dos resultados dos artigos de acordo com os objetivos, foi realizado a partir da leitura minuciosa de todos os materiais. A interpretação dos dados coletados partiu de uma análise quantitativa, com o objetivo de identificar, contabilizar e observar fatores (DAL SASSO MENDES et. al 2008).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A frequência das publicações apresenta-se equilibrada ao longo dos anos, no entanto, no ano de 2017 as pesquisas relacionadas a estresse e ansiedade em vestibulando apresentaram um aumento com 4 pesquisas, sendo o ano em que mais obtiveram materiais publicados. A relação entre as profissões exercidas pelos autores dos artigos selecionados e seus respectivos sexos, foram identificados 47 autores, média de quatro autores por material, sendo em sua maioria de 80% do sexo feminino. Quanto a profissão que mais escreveu sobre o tema 44,7% foram psicólogos, seguidos de licenciados com 19,1% e médicos com 2,1%. Os estudantes de psicologia e odontologia somaram sua participação em 12,8% e em 21,3% dos materiais não constavam a profissão dos autores. Foram expressados os dados quanto a metodologia das pesquisas, referindo-se à natureza, esta divide-se em teórica e aplicada, quanto ao tempo, dividindo-se em transversal e longitudinal, e quanto ao delineamento de pesquisa, sendo levantamento, correlacional, quase-experimental e experimental. Todos os trabalhos coletados são aplicados, sendo 84% transversal e de levantamento e 16% longitudinais e quase-experimentais, isto porque os trabalhos buscaram gerar conhecimento científico, de forma prática, para temáticas específicas. Quanto à Natureza dos trabalhos, Andrade (2011) define que a finalidade das pesquisas teóricas são para “acrescentar conhecimento sobre os fenômenos ou problemas da realidade”(p.18) e a finalidade das pesquisas prática são que “todo o conhecimento teórico deve ser aplicado a um determinado objetivo prático, mesmo que ele não tenha, a priori, tal finalidade” (p.18). Assim a ausência de revisões teóricas reforça a relevância do presente projeto, dada a importância de mapeamentos teóricos para conduzir futuros trabalhos sobre produções literárias acerca de um tema específico, para que, a partir disso, sejam considerados os estudos seguintes, de modo a facilitar a revisão e retificação de erros e possibilidades de avanços em trabalhos futuros. A realidade apresentada por pesquisas em sua maioria transversais de levantamento, ou seja, trabalhos que em suas pesquisas não houve intervenções, são observacionais e

buscam analisar dados “como são” ou “como estão” e devem ser pesquisados em uma população alvo, que nesta pesquisa são os vestibulandos. Essas pesquisas têm como característica principal a apresentação dos fenômenos, sem a intenção de explicação ou desenvolvimento de relações causais, mas dão base para esses tipos de pesquisa, como também para pesquisas intervencionistas. Já os outro grupo de pesquisas caracterizadas como longitudinais e quase experimentais são aquelas onde há uma intervenção, e a coleta de dados ocorre em dois momentos do período de tempo em que a pesquisa foi realizada, considerando um momento anterior e um posterior; além de serem estudos observacionais, eles buscam comprovar hipóteses por meio da coleta de dados obtidos por meio de intervenções. As pesquisas quase-experimentais, uma vez que as amostras populacionais trabalhada neles não são representativas para toda a população do país. Os dados de referencial teórico, definições e contextos dos artigos analisados. Os referenciais teórico-analíticos dos artigos foram apresentados em apenas 3 trabalhos, sendo Terapia Comportamental Cognitiva, Psicodrama e Psicanálise. As definições adotadas por cada artigo sobre estresse, ansiedade e vestibular, além de qual foi o contexto utilizado, não foram apresentadas em todos os materiais, e as algumas definições não foram claras sobre os termos, percebe-se que nenhum dos artigos analisados apresenta as definições dos três conceitos requeridos na pesquisa atual. Quanto ao contexto um fator também encontrado por meio deste mapeamento é o de que muitos dos indivíduos em período pré-vestibular não apresentam repertório adequado e suficiente para lidar com as pressões e o estresse derivados dos estudos e, para, além disto, há aqueles que apresentam maior nível de estresse e ansiedade devido à dúvida de qual curso escolher, seria importante, então, desenvolver trabalhos científicos que levassem em conta estas demandas e propusessem intervenções cabíveis para manejá-las (PAGGIARO e CALAIS 2009).

## **CONCLUSÕES**

Por meio da realização desta análise das produções científicas sobre estresse e ansiedade em vestibulandos, torna-se possível compreender que o estresse e ansiedade são fatores associados ao período pré-vestibular e vestibular, mas com um número sutil de pesquisas durante o período estudado. De maneira geral, considerando as especificidades desta pesquisa, esse volume de material pode ter sido limitado pelos critérios estabelecidos, contudo, é possível perceber que, apesar de pequena, há uma crescente na produção científica sobre esse assunto no último ano estudado. Em suma, além de todos os objetivos propostos terem sido alcançados, este trabalho expressou as demandas que continuam persistindo no contexto educacional brasileiro no que tange ao processo de estudo e preparo para o vestibular e nos contextos estressores e ansiosos que podem surgir deste período. Ademais, aponta-se a expressiva necessidade de novas produções científicas que conduzam a um aprofundamento e intervencionismo adequados para melhorar a situação do período vestibular e, também, que sirvam de base para os futuros profissionais e estudantes que possam realizar produções contribuintes.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ANDRADE, S.M.O. de. **A pesquisa científica em saúde: concepção e execução**. Campo Grande-MS, 2011.

CASTILLO. Ana Regina et al. Transtornos de ansiedade. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v. 22, supl. 2, pp. 20-23, São Paulo, Dec. 2000.

DAL SASSO MENDES. Karina et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 17, n.4, pp. 758-764, Santa Catarina, Out-Dez, 2008.

OLIVEIRA. Edson Alves. **Delimitando o conceito de estresse**. Ensaios e Ciência, 2006

PAGGIARO. Patrícia Bergatin Soares; CALAIS. Sandra Leal. **Estresse e escolha profissional: um difícil problema para alunos de curso pré-vestibular**. Contextos Clín. 2(2). Pág 97-105. jul-dez, 2009

PALHARES. Fernanda, FREITAS. Lia Beatriz de Lucca, SILVA. Doralúcia Gil, GIACOMONI. Claudia Hofbeinz. **Adolescentes Materialistas Brasileiros Estão Satisfeitos Com Suas Vidas?** Psico-USF, v. 23, n. 4, pp. 731-740, Bragança Paulista Out-Dez. 2018.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth D.. **Desenvolvimento humano**. Artmed editora, Porto Alegre, 2013

PERUZZO. Alice Schwanke et al. **Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens**. Psicol. Argum; 26(55); pg 319-327 out-dez, 2008

SCHÖNHOFEN, Frederico de Lima, Lucas Neiva-Silva, Raimundo Bittencourt de Almeida, Maria Eduarda Centena Duarte Vieira, and Lauro Miranda Demenech. "Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular." *Jornal Brasileiro de Psiquiatria AHEAD* (2020).

SCHERMANN. Lígia Braun et al. **Estresse em adolescentes: estudo com escolares de uma cidade do sul do Brasil**. Aletheia. no.43-44, pp. 160-173. Canoas, ago. 2014.

ZUARD. Antonio W. **Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada**. Medicina Online. Supl.1, pp. 51-55, Jan-Fev, 2017.