

## FATORES ASSOCIADOS À ANSIEDADE: O QUE EXPRESSAM ALUNOS DE UM CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

Lucas de Pádua da Silva Maia<sup>1</sup>  
Vinícius Carvalho Pereira<sup>2</sup>  
Andreza Alencar Colares Botelho<sup>3</sup>  
Jeanne Barros Leal de Pontes Medeiros<sup>4</sup>

### RESUMO

A saúde mental dos estudantes universitários tem despertado a atenção de diversas pesquisas, demonstrando a importância de se avaliar as condições psicológicas dos alunos no decorrer da graduação. Este trabalho teve como objetivo avaliar os fatores associados ao nível de ansiedade dos estudantes do curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual do Ceará (UECE). Para isto, realizou-se uma pesquisa de natureza qualiquantitativa com 9 estudantes de diferentes semestres do curso. Para tanto, utilizou-se o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) e foram feitas entrevistas semiestruturadas com os estudantes. Observou-se que os estudantes apresentaram o grau mínimo e moderado de ansiedade, havendo uma maior prevalência de estudantes do sexo feminino com o nível moderado. Os sujeitos apontaram como principal motivador das crises de ansiedade e situações de desconforto, a má relação professor/aluno dentro do curso. Os resultados apontam para a necessidade de reavaliação das situações geradoras de ansiedade dentro do curso, com o intuito de gerar uma melhora no bem-estar e no desenvolvimento da aprendizagem dos estudantes do curso.

**Palavras-Chave:** Ansiedade. Aprendizagem. Universitários.

### INTRODUÇÃO

A saúde mental dos estudantes universitários tem despertado a atenção de diversas pesquisas, demonstrando a importância de avaliar as condições psicológicas dos alunos ao decorrer da graduação. Isso acontece devido ao aumento de complicações psiquiátricas neste público, uma vez que ao longo do percurso acadêmico o estudante encara diversas situações que podem ocasionar momentos de esgotamento emocional e físico (BRANDTNER; BARDAGI, 2009; SILVEIRA et. al., 2011; MEDEIROS; BITTENCOURT, 2017).

A ansiedade é uma situação que faz parte do desenvolvimento normal do ser humano, porém quando a mesma se apresenta de maneira desproporcional ao evento conflitante e acaba influenciando na qualidade de vida do indivíduo, pode ser considerada patológica

<sup>1</sup>Graduando do Curso de Ciências Biológicas Licenciatura Plena da Universidade Estadual do Ceará - UECE, [lucaspadua98@gmail.com](mailto:lucaspadua98@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduando do Curso de Ciências Biológicas Licenciatura Plena da Universidade Estadual do Ceará - UECE, [viniciuscarvalhopereira99@gmail.com](mailto:viniciuscarvalhopereira99@gmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Ciências Bilógicas Licenciatura Plena da Universidade Estadual do Ceará - UECE, [andreza.a.c.b@hotmail.com](mailto:andreza.a.c.b@hotmail.com);

<sup>4</sup>Doutora em Educação – Universidade Estadual do Ceará – UECE, [jeanne.pontes@uece.br](mailto:jeanne.pontes@uece.br).

(CASTILLO et al., 2000; BAPTISTA; CARVALHO; LORY, 2005; CARVALHO; et al., 2015).

Além de afetar o bem-estar psicológico dos estudantes, os níveis elevados de ansiedade dificultam o processo de aprendizagem uma vez que acaba interferindo sobre alguns aspectos cognitivos do aluno, como uma tendência de questionar suas habilidades intelectuais, interferindo na absorção de informações na memória e levando a um bloqueio na compreensão (BARDAGI; HUTZ, 2011; OLIVEIRA; DUARTE, 2004; OLIVEIRA et al., 2006).

No curso de Licenciatura em Ciências Biológicas é comum testemunhar estudantes falando sobre o peso da rotina da graduação e as conseqüentes aflições geradas. Dentre os relatos dos colegas de curso estão: sensação constante de sobrecarga, de crises de choro, mudanças nos padrões de sono, nervosismo recorrente, altos níveis de stress, sentimento de incapacidade, dentre outros. E sobre isso, Marchi et al. (2013), afirmam que, apesar de o período de graduação oferecer sentimentos positivos, eventualmente transforma-se num período crítico e de vulnerabilidade para os estudantes.

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo avaliar os fatores associados ao nível de ansiedade dos graduandos do curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual do Ceará.

## **METODOLOGIA**

A pesquisa foi realizada na Universidade Estadual do Ceará (UECE), na cidade de Fortaleza (CE), no ano de 2018. Participaram da pesquisa 9 alunos do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas. Os critérios utilizados para a inclusão de sujeitos foram: indivíduos de ambos os sexos, sem especificação de idades, que aceitaram participar do estudo e que estão regularmente matriculados no curso. A cada estudante foi dado um nome fictício, resguardando a identidade dos mesmos.

Optou-se pelos métodos quantitativo e qualitativo. Sendo o método quantitativo ancorado pela utilização do Inventário de Ansiedade de Beck (Beck Anxiety Inventory - BAI), que segundo Santos (2014) é composto por 21 itens que avaliam sintomas de ansiedade. O nível de ansiedade dos estudantes é dado pela somatória dos escores individuais que varia de 0-3. O resultado final do inventário pode variar entre 0-63 (0-10, Mínimo; 11-19, Leve; 20-30, Moderado; 31-63, Grave).

Os dados obtidos foram organizados numa tabela na qual foram separados em colunas de acordo com o semestre, o sexo, a pontuação no BAI e seu respectivo grau de

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

[www.conedu.com.br](http://www.conedu.com.br)

ansiedade de acordo com o inventário. Em seguida, foram expressas por meio de gráfico com as porcentagens dos níveis de ansiedade dos estudantes de acordo com o semestre.

No método qualitativo foi utilizada entrevista semiestruturada, que, de acordo com Brito Júnior e Feres Júnior (2011) é uma estratégia para dirigir de maneira eficaz um conteúdo sistemático de conhecimentos sobre as questões levantadas. Os dados obtidos a partir das entrevistas foram transcritos e depois segmentados em eixos temáticos, afim de identificar os principais temas citados pelos sujeitos.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para análise quantitativa dos dados, obtidos a partir do Inventário de Ansiedade de Beck, observamos os níveis de ansiedade apresentados pelos estudantes na Quadro 1.

**Quadro 1 – Níveis de ansiedade dos estudantes avaliados pelas variáveis: Semestre, Sexo e Pontuação.**

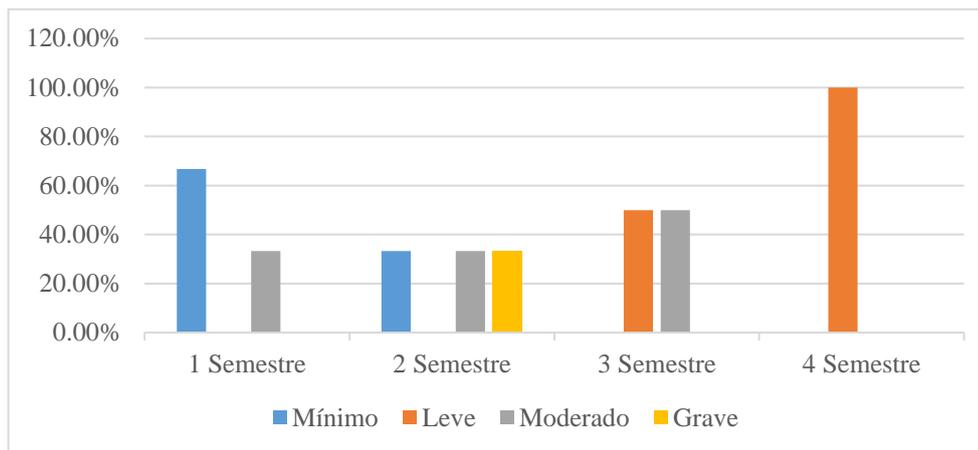
<b>Semestre</b>	2°	4°	1°	2°	1°	3°	2°	3°	1°
<b>Sexo</b>	Feminino	Masculino	Masculino	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	Masculino	Masculino
<b>Pontuação</b>	21	16	9	5	26	27	45	11	1
<b>Grau de ansiedade</b>	Moderado	Leve	Mínimo	Mínimo	Moderado	Moderado	Severo	Leve	Mínimo

Fonte: Elaborado pelos autores.

Tratando-se da porcentagem geral, 33,3% (3) dos estudantes apresentaram grau mínimo de ansiedade, 22,2% (2) grau leve de ansiedade, 33,3% (3) grau moderado de ansiedade e 11,1% (1) apresentou grau severo de ansiedade. Assim, observamos a prevalência de dois graus de ansiedade: Mínimo e Moderado. Porém, deve-se destacar que 11,1%, referente a 1 aluno, apresenta o grau de ansiedade mais grave.

A prevalência dos sintomas ansiosos em alguns estudantes deve ser acompanhada com atenção pela instituição de ensino, uma vez que a ansiedade, quando em intensidade excessiva deixa de ser um fator que proporciona o desempenho e passa a ser prejudicial tanto nos aspectos acadêmicos como em sua qualidade de vida (LANTYER et al., 2016).

Os níveis de ansiedade por semestre são apresentados no gráfico 1. Para cada semestre, foi calculada uma média de pontuação no BAI: 1° semestre – 12 pontos, 2° semestre 23,6 pontos, 3° semestre – 19 pontos e 4° semestre – 16 pontos.



**Gráfico 1 – Níveis de ansiedade dos alunos de acordo com seus respectivos semestres.**

Analisando os dados junto ao gráfico, observamos a prevalência dos maiores níveis ansiosos nos estudantes do 2º semestre do curso, sendo que 33,3% dos estudantes apresentam o nível mínimo de ansiedade, 33,3% apresenta o nível moderado e os 33,3% restantes apresentam o maior nível de ansiedade, o severo. Vale ressaltar que os demais semestres, como o 1º e o 3º também apresentaram o nível moderado de ansiedade, sendo o 1º semestre com o maior índice de estudantes com nível de ansiedade mínima, representado por 2/3 dos alunos. O 4º semestre, é composto apenas por um nível de ansiedade, o leve.

As entrevistas com os estudantes foram alocadas em 3 eixos temáticos: ingresso no curso, motivadores de ansiedade e impacto da ansiedade na aprendizagem, descritos a seguir.

### **Ingresso no Curso:**

#### **Satisfação com o Curso**

Os relatos dos entrevistados evidenciam que a maioria dos estudantes se encontram satisfeitos com o curso, porém, a partir dos padrões de respostas, podemos dividir sistematicamente os estudantes em dois grupos. Os que dizem estar satisfeitos com o curso relatam:

***Mia (2º semestre):** “Criei muita expectativa quanto ao curso e minhas expectativas estão sendo supridas, estou na universidade que eu queria, no curso que eu queria, fazendo a modalidade que eu queria, então eu estou bem feliz.”*

***Lupita (1º semestre):** “Sim. Estou fazendo o que sempre quis, e o pessoal é muito acolhedor. E também no primeiro semestre eles dão muita oportunidade para você se envolver com os projetos do curso, então é muito bom”.*

Langame et al. (2016) aponta que a satisfação com a vida acadêmica se relaciona com diversos aspectos, como senso de identidade, personalidade, rendimento acadêmico e satisfação com as atividades desenvolvidas no curso, sendo um fator essencial para o desenvolvimento do estudante como futuro profissional. Assim, a fala dos estudantes do

primeiro grupo se enquadraram em alguns desses aspectos, como no senso de identidade e satisfação com as atividades desenvolvidas no curso. Além disso, de acordo com Ramos et al. (2015), a satisfação acadêmica se associa à qualidade da aprendizagem dos estudantes e sua avaliação é essencial para as instituições de ensino, pois fornece subsídios para a melhoria da qualidade do ensino dos cursos de uma instituição.

### **Atividades Complementares**

Santos et al. (2013) e Abrão (2015) afirmam que a participação dos estudantes em atividades extracurriculares é muito importante na formação dos universitários, além de permitirem a flexibilização e contextualização do currículo, sendo percebida pelos próprios alunos como um diferencial para sua vida pessoal e profissional.

Sob esse aspecto, a maioria dos estudantes informou estar envolvido em mais de uma atividade extracurricular:

*Mia (2º semestre): “Eu faço parte da Empresa Júnior da Biologia – HARPIA e sou bolsista do PIBID. ”*

*León (4º semestre): “Participo de 2 laboratórios. ”*

*Téo (1º semestre): “Por enquanto, só o PET. ”*

*Miguel (3º semestre): “Eu sou bolsista do Pet e sou consultor administrativo financeiro na Harpia. ”*

As falas demonstram a realidade levantada Sampaio (2011), quando afirma que as disciplinas da graduação não são os únicos compromissos universitários, pois existem outros aspectos da vida no campus, dentre eles a responsabilidade com as atividades extracurriculares.

### **Mudanças de Hábitos**

Carlotto, Teixeira e Dias (2015) destacam que nos anos iniciais diversas mudanças são geradas no cotidiano dos ingressos, os estudantes passam a enfrentar desafios pontuais que, além do âmbito acadêmico, envolvem os âmbitos social, pessoal, institucional e vocacional.

A análise das respostas obtidas demonstra mudanças nas horas de sono dos jovens, além de alterações nas atividades de lazer e nas atitudes pessoais dos mesmos.

*Mia (2º semestre): “Estou tendo problemas com minhas horas de sono. Já cheguei a dormir às 3 e acordar às 5. E em relação às atividades de lazer, abro mão de sair para fazer algo da faculdade, Harpia ou Pibid, mas como gosto dessas coisas, sinto que são trocas. ”*

*León (4º semestre): “Agora sou mais responsável, sou menos dependente dos outros. Quanto ao sono, sempre dormi pouco até porque tinha problemas de insônia, mas já resolvi. Na faculdade, depois que entrei, durmo em média 5 horas por dia. ”*

**Giovanni (2º semestre):** *“No final do semestre durmo menos, as vezes dormia de madrugada para acordar de manhã cedo de novo, dormindo 1 ou 2 horas. ”*

**Miguel (3º semestre):** *“Eu acho que eu estou saindo bem mais depois que entrei no curso, mais pelo fato de ter conhecido pessoas que gostam mais de sair, e a bolsa também me propiciou isso, eu tenho dinheiro agora para poder sair. ”*

**Roberta (2º semestre):** *“Agora preciso escolher, mas tento manter a vida social. ”*

**Diego (3º semestre):** *“Viro a noite estudando, nesse semestre principalmente, eu estou mais cansado, estou me sentindo desestimulado. ”*

Sobre esse aspecto, Almondes e Araújo (2003) alertam sobre a interação entre as alterações nas horas de sono e o comportamento emocional, mais precisamente, entre o sono e a ansiedade. Uma rotina de sono desregulada pode acarretar, além de estados ansiosos, o cansaço, perda da concentração, fadiga, nervosismo, ideias irracionais, perda de apetite, entre outros (SANTOS, 2014).

Em relação às mudanças nas horas de lazer, observamos estudantes que se privaram de fazer determinadas atividades ou tiveram que redistribuir melhor seu tempo, e estudantes que afirmam ter aumentado suas horas de lazer. Apesar dos dois padrões observados, ambas as afirmativas apontam que os estudantes mudaram seus hábitos, principalmente, nesse caso, se tratando dos aspectos sociais, o que ratifica as afirmativas de Carlotto, Teixeira e Dias (2015) que afirma que esses estudantes, em diversos momentos da graduação, passam por mudanças, inclusive no que diz respeito aos aspectos sociais, sendo essa mudança e gestão de tempo, um desafio para os alunos de graduação. Porém, foi possível perceber entre alunos do primeiro semestre que não houve mudanças significativas da rotina dos mesmo sem virtude da graduação.

### **Motivadores da Ansiedade:**

#### **Administração do tempo**

De acordo com Bardagi e Hutz (2011), a ansiedade e a dificuldade de administração do tempo são os principais responsáveis do estresse acadêmico. Os relatos da pesquisa evidenciam que um grupo de estudantes consegue conciliar bem seu tempo entre as atividades realizadas pelos mesmos.

**Mia (2º semestre):** *“Concilio bem meu tempo, tem momentos que eu me sinto sufocada, mas geralmente eu estou bem em relação às minhas atividades. ”*

**Téo (1º semestre):** *“Acho que concilio bem meu tempo, relativamente, consigo cumprir minhas atividades. ”*

**Roberta (2º semestre):** *“Eu acho que consigo conciliar. ”*

**Diego (3º semestre):** *“Neste semestre? (Risos). Esse semestre foi complicado, mas sim, estou conseguindo conciliar meu tempo. ”*

A fala desses estudantes “conversam” com as respostas acerca da participação em atividades complementares, alguns até tomam a participação nas atividades como um dificultador no cumprimento das atividades advindas das disciplinas, reafirmando mais uma vez as ideias de Sampaio (2011), de que a gerência dessas demandas acadêmicas são um desafio contínuo para o universitário.

Mas um segundo grupo é composto por alunos que acreditam não conciliar bem o tempo, devido ao trabalho concomitante com a graduação.

A administração do tempo pode constituir uma das vivências que gera maior dificuldade quando o estudante ingressa no ensino superior, e essa dificuldade pode ser ainda maior para os estudantes que trabalham, visto que precisam conciliar as atividades exigidas no trabalho, nos estudos e em outros contextos presentes em suas vidas (OLIVEIRA; TEIXEIRA; CARLOTTO; DIAS, 2016).

Percebe-se também nas falas a dificuldade de conciliar o tempo devido ao excesso de atividades da universidade para fazer, como, por exemplo:

**Giovanni (2º semestre):** *“Quando participava de um laboratório, conseguia conciliar mais ou menos o meu tempo, eu me sentia com muita coisa para fazer e não tinha tempo para fazer, era muito cansativo, aí só fazia mais dormir. Eu até me sentia um pouco culpado.”*

Através dessa fala, retomamos para a afirmativa de Sampaio (2011) acerca da importância da gestão das atividades, porém se inclui a ideia procrastinação, também abordada pelo estudante, sendo essa procrastinação, de acordo com Ackerman e Gross (2005), muito difundida dentro de um contexto acadêmico, os autores também afirmam que vários estudos revelam que a procrastinação afeta cerca de 50% a 95% dos alunos de graduação.

## **Disciplinas**

Segundo Santos (2014), o período de ingresso, como estudante, em instituições de ensino superior pode fazer com que os jovens vivenciem um período de crise, pela exigência em se adaptar a um novo papel social, além disso, de acordo com Sampaio (2011), grande parte das disciplinas oferecidas no ensino superior tem caráter denso e, muitas vezes, exigem a realização simultânea de inúmeras atividades.

Sobre as disciplinas, os estudantes apresentaram testemunhos variados. O primeiro grupo de estudantes afirma ter vivenciado crises de ansiedade ou situações de desconforto relacionados a algumas disciplinas no curso e durante os relatos, alguns estudantes se emocionaram lembrando de algumas situações vivenciadas pelos mesmos.

**Mia (2º semestre):** *“Nas disciplinas de Bioquímica e Cálculo. Eu acredito que não tenha sido uma crise de ansiedade, mas para mim, se uma disciplina me faz chegar em casa e chorar, já me mostra que alguma coisa está errada. ”*

**Miguel (3º semestre):** *“No primeiro (semestre) foi química, mas acho que não foi culpa da cadeira, porque eu achava que estava muito mal, mas eu não. No segundo semestre, foi mais por motivos pessoais, aí influenciou numa cadeira que estava com muita dificuldade. Esse semestre, eu já tive problema com mais de uma cadeira, biomol (Biologia Molecular) principalmente, mas por questão de dificuldades com o jeito que a professora ensinava, com algumas coisas que ela fazia e isso me deixou bem mal em alguns momentos. ”*

**Roberta (2º semestre):** *“Em todas as cadeiras eu tive algum momento de desconforto... Eu tenho ansiedade, então eu tive crise de ansiedade antes de uma apresentação. Eu tive crise de ansiedade em casa por causa de bioquímica.”*

**Giovanni (2º semestre):** *“Não, mas conheço amigos que passaram por isso. Uma amiga minha foi apresentar um seminário e o professor a tratou mal na frente de todos, ela começou a chorar na frente da turma e teve uma crise, não conseguia falar. Em biofísica muita gente trancou, pois, achou que ia reprovar, tinha com gente que sentia dificuldade para respirar, estavam muito nervosos. ”*

A vida de estudantes universitários conta com diversos fatores ansiogênicos, sendo esse grupo muito propício ao desenvolvimento de ansiedade, podendo gerar sentimentos de desorganização, desesperança, tristeza, confusão e até pânico, dependendo do nível (SÁ; WERLANG; PARANHOS, 2008; MARCHI et al., 2013).

Outro grupo focou nas dificuldades que encontram em algumas disciplinas, seja pela metodologia de alguns professores ou pelas formas de avaliação.

**Diego (3º semestre):** *“Nas provas de Zoologia, que eu me mato de estudar e tiro nota baixa e é revoltante, estou com medo de reprovar, mas acho que crise, não. ”*

**Franco (1º semestre):** *“Estou com um desconforto na cadeira de Biologia Celular, pois é a única que eu estou com dificuldade, tenho medo de ter que repetir. ”*

**Téo (1º semestre):** *“Não, mas eu me sinto mal em psicologia, porque fico desconfortável com a metodologia da cadeira. ”*

**León (4º semestre):** *“Acredito que não, não por causa da disciplina. ”*

**Lupita (1º semestre):** *“Disciplina não... talvez um pouco da sobrecarga de tudo junto tenha causado algo do tipo, mas nada preocupante ou nada grave. ”*

Devido à complexidade das disciplinas do curso, os estudantes frequentemente desenvolvem sentimentos de incapacidade frente às atividades exigidas durante sua formação profissional, como as avaliações, por exemplo. Isto pode fazer com que os mesmos possam desenvolver problemas originados da ansiedade e do estresse, como baixa capacidade de

concentração e memorização, influenciando na diminuição do rendimento acadêmico (MONTEIRO; FREITAS; RIBEIRO, 2007).

As falas dos sujeitos evidenciam as afirmações levantadas, pois, segundo alguns trechos dos discursos, pode-se perceber sentimentos de desânimo e medo em relação a determinadas disciplinas, o que pode desencadear uma série de problemas afetando o desempenho dos mesmos.

Podemos concluir que quando o estudante constrói uma percepção de falta de capacidade para a realização das atividades de uma ou mais disciplinas, a base desses sintomas possui características da ansiedade e envolve o decréscimo de bons desempenhos (BORRALHA, 2012).

### **Busca de Especialistas e Uso de Medicamentos**

Aos estudantes que acreditam ter vivenciado crises de ansiedade, perguntamos se os mesmos buscaram ajudas de especialistas para a resolução dos problemas. Dois dos 4 alunos que já haviam passado por crises não procuraram ajuda de um especialista, um aluno havia buscado e já se sentia melhor quanto à ansiedade e uma aluna havia buscado ajuda, porém, no momento, não estava em acompanhamento, mas tem a pretensão de retomá-lo.

A meta principal do acompanhamento terapêutico é auxiliar o indivíduo na recuperação do nível de funcionamento que possuía antes do evento que gerou a crise (SÁ; WERLANG; PARANHOS, 2008). Porém, de acordo com Santos (2014), apesar de 14% a 19% dos estudantes apresentarem algum transtorno psicológico durante a vida acadêmica, apenas um quarto procura ajuda profissional. Nossos dados apontam que 50% dos estudantes realizam essa procura, porém, devido ao pequeno número amostral, isso não invalida a afirmativa do autor.

Os mesmos estudantes foram perguntados sobre a utilização de medicamentos durante os períodos de crise, e obtivemos respostas semelhantes às que foram ditas na busca por especialistas. Os estudantes que não buscaram a ajuda de especialistas não se medicaram, contrariamente aos estudantes que buscaram ajuda e afirmaram ter utilizado medicamentos.

Marchi et al. (2013) informam que a busca pela adaptação ao âmbito acadêmico leva o indivíduo a utilização de psicofármacos, que muitas vezes ocorre de forma indevida. Não observamos essa predominância da utilização indevida de psicofármacos nos estudantes entrevistados, como visto nas falas acima, apenas os estudantes que tiveram um acompanhamento de um especialista realizaram o uso desses remédios, porém há a necessidade que se amplie o estudo e contemple-se um maior número de estudantes para uma melhor averiguação dessa realidade nos estudantes do nosso curso.

### **Impacto da Ansiedade na Aprendizagem:**

Ao serem perguntados sobre a ligação existente entre ansiedade e aprendizagem os alguns estudantes disseram que isso está mais ligado à relação professor-aluno. Brait et al. (2010) mostra que a relação professor-aluno depende do ambiente estabelecido pelo professor e da relação empática com seus alunos, criando pontes entre o seu conhecimento e o deles.

Na fala dos alunos percebe-se que a relação professor aluno é muitas vezes esquecida, o que pode gerar insatisfação, além de comprometer a aprendizagem dos estudantes, sendo essa realidade mais grave se considerarmos que acontece em um curso de licenciatura.

Um outro grupo de alunos ressaltou os sintomas gerados pela ansiedade como os principais dificultadores no processo da aprendizagem.

**León (4º semestre):** *“Não tenha dúvida, quem tem ansiedade, por experiência própria, tem um certo grau de negatividade, como eu trabalhava muito fora e eu tinha que ajudar minha mãe em casa, tudo isso gerava um stress muito grande e eu ficava muito ansioso. Era muito ruim, suava frio, quando eu parava para estudar, achava que não ia conseguir, que não ia ser o suficiente e atrapalhava demais.”*

**Diego (3º semestre):** *“Sim, porque é uma pressão muito forte e ter uma crise de ansiedade só piora tudo, deixa você desmotivado com tudo.”*

**Franco (1º semestre):** *“Atrapalha, porque se a pessoa fica ansiosa demais, ela acaba se desconcentrando dos afazeres dela e repentinamente ela vai piorando.”*

Sobre essa realidade, Marchi et al. (2013) afirmam que apesar de os níveis moderados de ansiedade serem comuns à aprendizagem, níveis mais elevados atrapalham e nesse sentido, Oliveira et al. (2006) complementam que o alto nível de ansiedade interfere em alguns aspectos cognitivos do aluno, influenciando no processamento de informações na memória e levando a déficit no raciocínio. Logo, a partir das falas dos sujeitos pesquisados, é necessário que se reavalie situações geradoras de ansiedade dentro do curso, principalmente naquilo que surge pela ação negativa de professores, pois isso poderá produzir bem-estar e contribuir para melhorar a aprendizagem dos estudantes.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estudo mostrou que existem alunos com diferentes perfis de ansiedade (desde o leve ao severo) dentro do curso de Ciências Biológicas da UECE, e, dentre as argumentações dos entrevistados, observou-se que a má relação professor/aluno foi o principal aspecto citado como complicador do processo de aprendizagem.

Dessa forma, faz-se necessário uma avaliação mais ampla desta temática, abordando mais estudantes e incluindo, também, o corpo docente, para que essa problemática seja

melhor observada e discutida a fim de gerar um ambiente mais favorável ao processo de aprendizagem dentro do curso.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABRÃO, M. A **IMPORTÂNCIA DAS ATIVIDADES COMPLEMENTARES NA FORMAÇÃO DOS ALUNOS DA GRADUAÇÃO**. Tese (doutorado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação - Campinas, SP, 2015.
- ACKERMAN, D. S.; GROSS, B. L. **My Instructor Made Me Do It: Task Characteristics of Procrastination**. Downloaded from: [jmd.sagepub.com](http://jmd.sagepub.com) at CALIFORNIA ST UNIV NORTHRIDGE on August 19, 2014.
- ALMONDES, K. M.; ARAÚJO, J. F. **Padrão do ciclo sono-vigília e sua relação com a ansiedade em estudantes universitários**. Estudos de Psicologia 2003.
- BAPTISTA, A.; CARVALHO, M.; LORY, F. **O MEDO, A ANSIEDADE E AS SUAS PERTURBAÇÕES**. Psicologia, XIX, 1/2, 266 – 277, 2005.
- BARDAGI, M. P., HUTZ, C. S. **Eventos estressores no contexto acadêmico: Uma breve revisão da literatura**. Interação em Psicologia, 15(1), 111-119, 2011.
- BARDAGI, M. P.; HUTZ, C. S. **"Não havia outra saída": percepções de alunos evadidos sobre o abandono do curso superior**. Revista: Psico-USF, vol. 14, núm. 1, abril, 2009.
- BORRALHA, S. **ANSIEDADE EM SITUAÇÕES DE AVALIAÇÃO**. Portal dos Psicólogos: psicologia, 2012.
- BRAIT, L. F. R.; MACEDO, K. M. F.; SILVA, F. B.; SILVA, M. R.; SOUZA, A. L. R. **A RELAÇÃO PROFESSOR/ALUNO NO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM**. Revista Eletrônica do Curso de Pedagogia do Campus Jataí – UFG, V.8 N.1. 2010.
- BRANDTNER, M.; BARDAGI, M. **Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul**. Revista Interinstitucional de Psicologia, Uberlândia-MG, 2009.
- BRITTO JÚNIOR, A. F. B.; FERES JÚNIOR, N. **A utilização da técnica da entrevista em trabalhos científicos**. Revista: Evidência, Araxá, v.7, n.7, p. 237-250, 2011.
- CARLOTTO, R. C.; TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G. **Adaptação Acadêmica e Coping em Estudantes Universitários**. Psico-USF, Bragança Paulista, v. 20, n. 3, p. 421-432, set./dez. 2015.
- CARVALHO, E. A.; BERTOLINI, S. M. M. G.; MILANI, R. G.; MARTINS, M. C. **ÍNDICE DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS INGRESSANTES E CONCLUINTE DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR**. Revista:Ciência, Cuidado e Saúde. v.14, 2015.
- CASTILLO, A. R. G. L.; RECONDO, R.; ASBAHR, F. R.; MANFRO, G. G. **Transtornos de ansiedade**. São Paulo:Revista Brasileira de Psiquiatria. v.22, 2000.
- LANGAME, A. P.; NETO, J. A. A.; MELO, L. N. B.; CASTELANO, M. L.; CUNHA, M.; FERREIRA, R. E. **QUALIDADE DE VIDA DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO E O RENDIMENTO ACADÊMICO**. Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza, 29(3): 313-325, jul./set., 2016.
- LANTYER, A. S.; VARANDA, C. C.; SOUZA, F. G.; PADOVANI, R. C.; VIANA, M. B. **Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção**. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, Volume XVIII n.2, 4-9, 2016.
- MARCHI, K. C.; BÁRBARO, A. M.; MIASSO, A. I.; TIRAPELLI, C. R. **Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública**. Revista Eletrônica de Enfermagem, 2013.

- MEDEIROS, P. P.; BITTENCOURT, F. O. **Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular.** Revista: Id on Line, Multidisciplinar e de Psicologia. V.10, N. 33, 2017.
- MONTEIRO, C. F. S.; FREITAS, J. F. M.; RIBEIRO, A. A. P. **ESTRESSE NO COTIDIANO ACADÊMICO: O OLHAR DOS ALUNOS DE ENFERMAGEM DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ.** Esc Anna Nery R Enferm, Piauí, 2007.
- OLIVEIRA, C. T.; CARLOTTO, R. C.; TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G. **Oficinas de Gestão do Tempo com Estudantes Universitários.** Psicologia: Ciência e Profissão, vol. 36, n.1, 224-233, 2016.
- OLIVEIRA, K. L.; SANTOS, A. A. A.; CRUVINEI, M.; NÉRI, A. L. **Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos.** Revista: Psicologia em Estudo, Maringá, v.11, n.2, p. 351-359, mai/ago. 2006.
- OLIVEIRA, M. A.; DUARTE, A. M. M. **Controle de Respostas de Ansiedade em Universitários em Situações de Exposições Oraís.** Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva. Vol. VI, n. 2. 2004.
- RAMOS, A. M.; BARLEM, J. G. T.; LUNARDI, V. L.; BARLEM, E. L. D.; SILVEIRA, R. S.; BORDIGNON, S. S. **SATISFAÇÃO COM A EXPERIÊNCIA ACADÊMICA ENTRE ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM.** Texto Contexto Enferm., Florianópolis, 2015.
- SÃ, S. D.; WERLANG, B. S. G.; PARANHOS, M. S. **Intervenção em crise.** Revista Brasileira de Terapia Cognitiva, 2008.
- SAMPAIO, R. K. N. Procrastinação acadêmica e autorregulação da aprendizagem em estudantes universitários. Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação – Campinas, SP, 2011.
- SANTOS, A. A. A.; POLYDORO, S. A. J.; SCORTEGAGNA, S. A.; LINDEN, M. S. S. **Integração ao ensino superior e satisfação acadêmica em universitários.** Revista: *Psicol. cienc. prof.* [online, vol 33, n.4, pp 780-793, 2013.
- SANTOS, R. M. **Perfil de ansiedade em Estudantes Universitários de cursos da área da saúde.** Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Universidade Estadual da Paraíba, Pró-Reitoria de Pós-Graduação, 2014.
- SILVEIRA, C.; NORTON, A.; BRANDÃO, I.; TORRES, A.R. **Saúde mental em estudantes universitários, Experiência da Consulta de Psiquiatria do Centro Hospitalar São João.** Acta Med Port., n. 24(S2), 2011.