

NÍVEIS DE ANSIEDADE ENTRE OS UNIVERSITÁRIOS: um relato de experiência

Pillar Gomes Fraga Guimarães¹
Anna Laura Macedo da Silva²
Cleusa Souza de Moraes Araújo³
Lígia Maria Francisca Caetano⁴
José da Rocha⁵

RESUMO

Relato de experiência da pesquisa que teve como objetivo mensurar os níveis de ansiedade entre os discentes do Centro Universitário Universo Goiânia, considerando o impacto desse fenômeno contemporâneo na vida acadêmica e pessoal. A ansiedade, embora seja uma resposta natural de alerta diante de situações de ameaça, pode tornar-se disfuncional quando excessiva, resultando em prejuízos emocionais, cognitivos e comportamentais. A pesquisa, de caráter quantitativo, foi realizada no dia 17 de outubro de 2025, com uma amostra de 55 estudantes dos períodos matutino e noturno, pertencentes a diferentes cursos do campus. O instrumento utilizado foi um questionário estruturado, aplicado de forma presencial, com o intuito de avaliar a intensidade dos sintomas ansiosos. Após o tratamento dos dados, observou-se que 54,55% dos participantes apresentaram nível moderado de ansiedade, enquanto 14,55% apresentaram nível alto, totalizando 69,10% dos estudantes com sintomas que variam de moderados a intensos. Esses resultados apontam para uma incidência significativa de ansiedade na população acadêmica pesquisada, indicando a necessidade de maior atenção institucional à saúde mental dos universitários. A experiência de pesquisa proporcionou aos envolvidos uma compreensão mais profunda sobre a prevalência da ansiedade no contexto educacional, além de destacar a importância de estratégias de prevenção e promoção do bem-estar psicológico no ambiente universitário.

Palavras-chave: ansiedade; saúde mental; universitários

¹ Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia

² Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia

³ Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia

⁴ Discente no Curso de Psicologia pela Universidade Salgado de Oliveira

⁵ Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia. Mestre em Psicologia Experimental pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás