

ANSIEDADE EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO: ANÁLISE NOS CURSOS

ANXIETY IN INTEGRATED HIGH SCHOOL ADOLESCENTS: COURSE ANALYSIS

ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA INTEGRADA: ANÁLISIS DEL CURSO

Neide de Brito Cunha¹
Cybele Maria dos Santos Martins²

Artigo recebido em agosto de 2022
Artigo publicado em outubro de 2022

RESUMO

A ansiedade cumpre uma função adaptativa e, por vezes, essencial à sobrevivência, ela é uma reação natural do ser humano a que todas as pessoas estão expostas. Contudo, as suas reações podem se tornar extremas, trazendo prejuízos ao indivíduo. Em se tratando do Ensino Integrado, um sistema no qual o estudante realiza dois cursos conjuntamente, os sintomas ansiosos e outros problemas de ordem psíquica também são recorrentes. Dessa forma, o presente estudo objetivou levantar os níveis de sintomas ansiosos dos estudantes pelos cursos ofertados na instituição. Participaram da pesquisa 257 estudantes, de ambos os sexos, com idades entre 14 e 18 anos, matriculados nos 1^{os}, 2^{os} e 3^{os} anos do Ensino Técnico Integrado ao Ensino Médio, nas áreas de Administração, Edificações e Informática, de uma instituição pública de ensino de uma cidade sul mineira. Foi utilizado um questionário para o levantamento das características pessoais e de níveis de ansiedade. Os resultados apontaram que o Curso Técnico em Administração apresentou maior nível de ansiedade entre os alunos, seguido pelo Curso Técnico em Edificações e pelo Curso Técnico em Informática.

Palavras-chave: Ansiedade. Adolescência. Ensino Médio Integrado.

ABSTRACT

Anxiety, a natural reaction of the human being and to which all people are exposed, fulfills an adaptive function and, sometimes, essential to survival. However, their reactions can become extreme, causing harm to the individual. In the case of Integrated Teaching, a system in which the student takes two courses together, anxiety symptoms and other psychological problems are also recurrent. Thus, the present study aimed to verify the frequency of anxiety symptoms in high school students for courses. A total of 257 students participated in the research, of both sexes, aged between 14 and 18 years old, enrolled in the 1st, 2nd and 3rd years of Technical Education Integrated to High School, in the areas of Administration, Buildings and Informatics, from a public educational institution of a southern mining town. The instrument used was a Personal Questionnaire to survey personal characteristics. Regarding

¹ Docente do Mestrado Profissional em Educação Profissional do Centro Paula Souza. E-mail: neidedebritocunha@gmail.com. Orcid: orcid.org/0000-0003-4945-4495.

² Mestre em educação e psicóloga do Instituto Federal do Sul de Minas. E-mail: cybele.martins@yahoo.com.br. Orcid: orcid.org/0000-0002-1694-5338.

the difference between the courses, the Technical Course in Administration showed a higher level of anxiety, followed by the Technical Course in Buildings and the Technical Course in Informatics. The results of the Personal Questionnaire contributed to the quantitative and qualitative analyzes of the Scales. It was possible to realize that anxiety is a complex issue, which does not involve only clinical or statistical data - issues such as subjectivity and emotional susceptibility make the difference between what can be considered normal or not. The school context, as a protective factor or as an anxiogenic agent, was also evident.

Keywords: Anxiety. Adolescence. Integrated High School.

RESUMEN

La ansiedad cumple una función adaptativa y, en ocasiones, imprescindible para la supervivencia, es una reacción natural del ser humano a que todas las personas están expuestas. Sin embargo, sus reacciones pueden volverse extremas, trayendo daño al individuo. Cuando se trata de la Enseñanza Integrada, un sistema en el que el estudiante toma dos cursos juntos, también son recurrentes los síntomas de ansiedad y otros problemas psíquicos. Así, el presente estudio tuvo como objetivo levantar los niveles de síntomas ansiosos de los estudiantes de los cursos ofrecidos en la institución. En la investigación participaron un total de 257 estudiantes, de ambos sexos, con edades entre 14 y 18 años, matriculados en el 1º, 2º y 3º año de Educación Técnica Integrada con Bachillerato, en las áreas de Administración, Edificaciones e Informática, de una institución educativa pública de un pueblo del sur de Minas Gerais-Brasil. Se utilizó un cuestionario para encuestar las características personales y los niveles de ansiedad. Los resultados mostraron que el Curso Técnico en Administración presentó el mayor nivel de ansiedad entre los estudiantes, seguido del Curso Técnico en Edificaciones y el Curso Técnico en Informática.

Palabras clave: Ansiedad. Adolescencia. Escuela Secundaria Integrada.

1 INTRODUÇÃO

Em nível mundial, a Organização Mundial de Saúde (OMS) aponta que entre 10 e 20% dos adolescentes experimentam transtornos mentais que não são diagnosticados e nem são tratados adequadamente e que aparecem antes dos 14 anos de idade (OMS, 1993). Também em nível mundial, a ansiedade ocupa o nono lugar como enfermidade mental mais frequente entre os adolescentes de 15 a 19 anos e o sexto lugar entre os de 10 a 14 anos. A Academia Americana de Pediatria reportou um incremento na ansiedade em adolescentes, de até 20% no período compreendido de 2007 a 2012 (MCCARTHY, 2019).

Para o Brasil, as estimativas da OMS apontam que se trata do país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo. Os fatores socioeconômicos, como pobreza e desemprego, e ambientais, como o estilo de vida em grandes cidades são os que mais pesam nessa estimativa. Especificamente no contexto escolar, Rocha et al. (2022) realizaram uma revisão integrativa da literatura sobre a ansiedade em alunos do Ensino Médio. A pesquisa foi realizada em artigos publicados no intervalo de 2016 a 2021, nas plataformas: BVS, CAPES, LILACS e SciELO. Foram selecionados 20 deles, os quais apontaram que a pressão psicológica, sobrecarga de atividades escolares, a pressão familiar com relação à escolha profissional, a indecisão com o futuro, a dificuldade para estabelecer a própria identidade, contribuíram para que os participantes ficassem vulneráveis ao transtorno de ansiedade.

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DMS-5) tem um capítulo específico sobre os Transtornos de Ansiedade, que possuem em comum o medo excessivo, ansiedade persistente, comportamento de esquiva e ideação cognitiva associada (APA, 2014). Nele, encontram-se descritos os diagnósticos de Fobia Específica, Transtorno de Ansiedade Social, Transtorno do Pânico, Agorafobia e Transtorno de Ansiedade Generalizada e outros. Esses quadros costumam se desenvolver na infância e a perseverar até a vida adulta, se não tratados.

Na Coordenadoria de Assistência Estudantil (CAE) de um Instituto Federal do Sul de Minas Gerais, no atendimento psicológico, observou-se que a forma como os adolescentes passaram a lidar com problemas e situações consideradas habituais na adolescência tem despertado o aparecimento de sintomas de adoecimento mental que até então não eram presenciados. Os estudantes que buscavam ajuda ou eram encaminhados, na maioria eram politizados, engajados em causas sociais, que aparentavam defender de forma mais incisiva o que acreditavam ser sua autonomia ou sua individualidade e aquilo que entendiam ser seus direitos. Eram adolescentes que procuravam “levantar bandeiras de luta”, que se impunham e se opunham às regras familiares, sociais e institucionais, e que acreditavam ser protagonistas de suas histórias, demonstrando independência e senso de identidade.

No entanto, esses mesmos adolescentes demonstravam fragilidade emocional, mesmo que buscassem simular o contrário. Eles apresentavam baixa resiliência à frustração e às adversidades do cotidiano e notória insegurança acerca das suas capacidades e potencialidades pessoais. Tudo isso colocava esses adolescentes em estado de sofrimento psíquico, desencadeando comportamentos e reações muitas vezes intensificados e até mesmo patologias mentais e físicas.

Eram indivíduos que, em um trabalho de orientação profissional, por exemplo, mesmo não apresentando muitas dúvidas sobre a carreira que pretendiam abraçar, sofriam e se angustiavam por não conseguirem se confrontar com as incertezas naturais deste processo. Às vezes eles não conseguiam lidar tampouco com sua angústia frente a suas notas insatisfatórias, suas próprias cobranças ou as de seus pais referentes ao desempenho escolar, apresentando uma descompensação psíquica.

Essa descompensação pode ser identificada em vários aspectos de sua vida, seja diante de uma desavença familiar ou decepção amorosa, seja frente às demandas escolares, cujas queixas eram frequentes e rotineiramente motivo para apresentarem estresse, tensão, ansiedade e rebeldia. Ou seja, sentimentos diante de angústias que seriam naturais da idade, mas que se percebeu que eram exacerbadamente vividos e expressos.

Os transtornos mentais clinicamente comprovados tem tido o uso comum de suas terminologias para sintomas aparentemente análogos; ou seja, tem sido habitual, por exemplo, um aluno ficar nervoso perante uma avaliação, que é considerado algo natural pela literatura, buscar ajuda ou ser ajudado por colegas com queixa de estar em “crise de pânico”. Em outras palavras, sobretudo os sintomas alusivos à ansiedade e à depressão têm sido generalizados pelos adolescentes, causando mais sofrimento e comoção entre a comunidade escolar.

Nesse contexto, o presente estudo busca ampliar os conhecimentos acerca do panorama da saúde mental e dos transtornos de ansiedade, especificamente, enfrentados pelos adolescentes dessa unidade escolar. Além disso, espera-se que esta pesquisa possa fomentar reflexões e possibilidades de iniciativas, intervenções e atividades educacionais a favor do bem-estar físico e emocional dos estudantes. Para tanto, objetiva-se verificar se há diferenças nos níveis de sintomas de ansiedade entre os cursos dos participantes por meio de um Questionário Pessoal especialmente elaborado para este estudo.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Há tantas definições de ansiedade quanto as causas de sua manifestação. Ela é considerada um estímulo motivacional indispensável em muitas situações, já que se constitui de significados adaptativo e evolutivo para o ser humano. Para o autor, a ansiedade é entendida como um estado subjetivo de aflição ou tensão, indefinido ou confuso, causado pela probabilidade de um evento inusitado, seja um perigo, um sofrimento físico ou algo que demande um empenho específico do indivíduo (BRANDÃO 2001; DAVIDOFF, 2001; MAY, 1980).

Assim sendo, a ansiedade pode ser útil e, por vezes, imprescindível em seu papel de advertir o indivíduo sobre os riscos iminentes, seja sobre um possível dano à sua integridade física, uma situação dolorosa, uma provável perda ou uma presumível frustração. Desse modo, Sadock e Sadock (2007) argumentam que ela protege o organismo, na medida em que o estimula a tomar as providências necessárias para evitar ou minimizar ameaças, neste caso ela é considerada normal e motiva e prepara o organismo para desempenhar as tarefas necessárias a sua autopreservação.

Contudo, a partir do ponto em que as reações da ansiedade passam a se tornar extremas, não só em nível de intensidade como em frequência, no lugar de beneficiar o desenvolvimento e a adaptação do indivíduo, ela passa a trazer prejuízos, como conceituado por (DUMAS, 2011) por ansiedade patológica. Em ambos os casos, entretanto, os sintomas psicológicos e fisiológicos da ansiedade são basicamente os mesmos e são resultantes do processamento de estímulos externos, compreendidos como uma ameaça ao indivíduo, feito pelo sistema nervoso central, como explicado por Davidoff (2001).

Embora o conjunto de sintomas possa variar de uma pessoa para outra, Sadock e Sadock (2007) elencam o que eles chamam de manifestações periféricas de ansiedade, como: diarreia, vertigem, suor excessivo, aumento dos reflexos e da pressão arterial, palpitações, dilatação da pupila, agitação, perda dos sentidos, aceleração dos batimentos cardíacos, formigamento das extremidades, tremores, irritação gástrica e alteração na frequência urinária. Outros estudiosos detalharam mais esses sintomas, como Gelder, Mayou e Cowen (2006), Herdman (2015) e Méndez, Olivares e Bermejo (2005).

Contudo, a despeito de apresentarem sintomas congêneres, ou talvez justamente devido a isto, diferenciar a ansiedade normal da patológica não constitui tarefa simples. Isso demanda uma avaliação subjetiva que deverá levar em consideração a intensidade do fenômeno ansioso, as circunstâncias de seu aparecimento, a disfuncionalidade gerada por sua ocorrência e o sofrimento em questão, além de outros elementos possivelmente presentes (DAVIDOFF, 2001; SCHMIDT; MONTEIRO; GASPARETTO, 2007; SILVA, 2012).

Dumas (2011), ao abordar a variedade de sintomas presentes na ansiedade, argumenta que dificilmente o indivíduo irá apresentar todos os sintomas ansiosos. Geralmente, as pessoas apresentam um ou dois deles. Além disso, é muito comum os indivíduos ansiosos aprenderem a dominar os sintomas, principalmente se eles já advêm de muito tempo. Isso faz com que o transtorno ansioso seja parcialmente mascarado e que as dificuldades que o indivíduo possui pareçam menores do que realmente são.

As reações fisiológicas geradas pela ansiedade, sobretudo por aquela considerada patológica, resultam em confusão e deturpações nos processos perceptivos do indivíduo, seja na percepção do tempo, do espaço e das relacionadas às demais pessoais ou a fatos ocorridos. Essas distorções da percepção sobre a parte cognitiva, por exemplo, costumam afetar o processo

de aprendizagem, pois diminuem a concentração, reduzem a memória e interferem na capacidade do indivíduo de estabelecer relações (MAY, 1980; SADOCK; SADOCK, 2007).

Com referência ao acometimento dos transtornos mentais em adolescentes, parece ser justificado que esse público seja vulnerável a eles, visto que essa é uma fase caracterizada por inúmeras transformações, não somente físicas, como psicológicas. E essas mudanças, por sua vez, demandam do indivíduo uma série de competências para que ele se integre de forma produtiva e autônoma ao mundo (BRESSAN *et al.*, 2014). Na visão de Dumas (2011), os transtornos mentais, quando acometidos na infância e na adolescência, são potencialmente crônicos, em sua maioria, e apresentam impactos negativos e, por vezes, sérios, na idade adulta.

Os transtornos mentais acarretam importantes falhas adaptativas ao indivíduo, por isto, é muito comum que não só a família e o grupo de amigos percebam as alterações de ordem emocional, comportamental ou social do jovem, como também é muito recorrente que na escola estas mudanças sejam ainda mais evidentes. Isso se deve ao fato de os transtornos trazerem, geralmente, prejuízos com relação ao rendimento acadêmico, além de comportamentos como tendência ao negativismo e ao isolamento, irritabilidade e agressividade, explicam Fleitlich-Bilyk *et al.* (2014). Além disso, os transtornos mentais também corroboram para o aumento do índice de evasão escolar ou, com o tempo, para o aumento de índice de falta às aulas (DUMAS, 2011; VIEIRA *et al.*, 2014).

Os transtornos de ansiedade podem interferir no desempenho intelectual a ponto de o indivíduo se sentir menos capaz do que realmente é, sobretudo no ambiente escolar. Afinal, nesse ambiente o indivíduo é constantemente colocado sob observação, como em situação de apresentação de trabalhos e em avaliações, por exemplo, que, por si só, já são consideradas situações ansiogênicas. Assim, a perturbação do funcionamento adaptativo de adolescentes interessa não só por que limita o seu desenvolvimento global e interfere em seu progresso escolar, como também, futuramente, poderá influenciar sua vida profissional (DUMAS, 2011).

Segundo Boruchovitch e Costa (2001), os estudantes podem apresentar diversos níveis de ansiedade durante sua vida acadêmica, sendo que sua influência no contexto escolar tem sido investigada por estudiosos de diferentes abordagens. As autoras esclarecem que a temática da ansiedade no ambiente escolar passou a receber maior atenção a partir da década de 1950, envolvendo principalmente a tentativa de identificação dos seguintes aspectos: os fatores que causam tensão para os estudantes; as consequências desta tensão no processo de aprendizagem; quais são os alunos mais afetados por ela e as formas de tratá-la.

De acordo com as referidas autoras, não apenas as situações de avaliação (provas, trabalhos, dentre outros), mas também circunstâncias que envolvam professores, disciplinas escolares e colegas podem causar ansiedade, manifestada por um sentimento muito grande de medo a tudo que se refere ao contexto escolar (BORUCHOVITCH; COSTA, 2001). Contudo, continuam as autoras, dentro do ambiente escolar, a forma mais clara de a ansiedade se manifestar é diante de situações de avaliação, sendo esta questão foco da preocupação de muitos educadores. Oliveira *et al.* (2016) esclarecem que a ansiedade frente às provas é a que tem sido mais investigada pelos estudiosos do assunto.

A ansiedade pode afetar tanto o aluno com alto como com baixo desempenho, embora ela seja mais frequente, de forma geral, dentre aqueles que estejam apresentando um desempenho escolar não satisfatório (BORUCHOVITCH; COSTA, 2001; OLIVEIRA *et al.*, 2016). Os efeitos nocivos da ansiedade ocorrem em função de seu grau, esclarecem Boruchovitch e Costa (2001). Quando em alto grau, Davidoff (2001) argumenta que ela altera o processamento das informações, ou seja, a capacidade de codificar e de recuperar a

informação presente na memória, interferindo na aprendizagem. Por isso os estudantes que sofrem com a ansiedade nas avaliações e provas dizem que ficam bloqueados.

Todos esses fatores parecem justificar a decisão da Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1984, de passar a disseminar a concepção de promoção de saúde considerando a importância do contexto escolar. Essa nova concepção visa não só o tratamento das doenças, mas sua profilaxia, tendo em vista a alta incidência de problemas de ordem emocional e comportamental dos alunos, assim como dos profissionais envolvidos no processo educacional.

Para se fazer conhecer o contexto particular que abarca o público deste estudo, o Ensino Médio Integrado (EMI) constitui-se em uma proposta desafiadora, expõe Krawczyk (2012). Ele consiste em um curso único, com matrícula única, cumprindo duas finalidades complementares, e cuja característica integrada e interdependente faz com que seus componentes curriculares sejam ofertados de forma conjunta, do início ao final do curso. Assim, não é possível completar o Ensino Médio sem que se tenha concluído o Ensino Técnico de Nível Médio, e o mesmo acontece de forma recíproca. Os Cursos Técnicos Integrados ao Ensino Médio que contextualizam o presente estudo, independentemente de sua área (Administração, Edificações ou Informática), consistem em cursos não apenas integrados, mas também de período integral, com aulas matutinas e vespertinas na maioria dos dias da semana.

Pesquisas com alunos do ensino médio são escassas e no levantamento realizado para este estudo, nos últimos cinco anos foram encontradas somente as apresentadas a seguir. Colunga-Rodríguez et al. (2021) investigaram a relação entre ansiedade e rendimento acadêmico em estudantes do ensino médio mexicanos. Participaram 156 estudantes que responderam a Escala de Ansiedade Manifesta em Crianças e um questionário de dados sociodemográficos e o rendimento acadêmico foi calculado pela média de notas obtidas nas disciplinas. Os resultados mostraram indícios de ansiedade em 28.8% dos estudantes.

A média de ansiedade mais alta ocorreu entre os estudantes com rendimento baixo, em comparação com os que tiveram rendimento médio ou alto. Ao comparar os grupos de estudantes com diferente rendimento com a presença ou não de ansiedade houve correlação estatisticamente significativa. A relação entre maior ansiedade e menor rendimento acadêmico, de acordo com os autores, sugere a necessidade de avaliar periodicamente tanto a ansiedade como outros transtornos psicoafetivos entre os estudantes por meio de vigilância psicoepidemiológica, conjuntamente com o rendimento escolar, com a finalidade de intervir com estratégias de atuação preventivas e corretoras.

Souza e Cunha (2021) analisaram a relação entre os níveis de ansiedade e o desempenho escolar de 96 alunos do ensino médio profissionalizante de uma escola particular do Sul do Estado de Minas Gerais. Os objetivos específicos foram os de explorar diferenças entre o sexo e ano escolar. Para tanto utilizaram a Escala de Autoavaliação da Ansiedade de Zung, a Escala de Ansiedade do Adolescente e as notas dos alunos nas disciplinas cursadas. Nos resultados, os níveis de ansiedade dos participantes nas duas escalas foram considerados normais. Quanto aos sexos, as estudantes apresentaram maior nível de ansiedade, com diferença estatisticamente significativa somente para a ansiedade antecipatória. Para os anos escolares não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas e o Desempenho Escolar não se correlacionou significativamente com os resultados das escalas.

Martins e Cunha (2021) objetivaram medir a frequência dos sintomas ansiosos de estudantes de três Cursos Integrados ao Ensino Médio de uma instituição pública de ensino de uma cidade sul mineira. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Ansiedade do Adolescente e de Ansiedade de Autoavaliação de Zung. Os resultados apontaram níveis de ansiedade normais e as meninas mais ansiosas que os meninos.

Horn, Silva e Patias (2021) pesquisaram se haveria correlação entre desempenho escolar, sintomas de depressão, ansiedade e estresse em 432 estudantes de escolas públicas, de idades entre 15 e 18 anos. Foram utilizadas para o estudo uma ficha de dados sociodemográfica, a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse e as notas nas disciplinas dos três trimestres letivos. Foi verificada correlação fraca e negativa entre desempenho escolar e sintomas de ansiedade e depressão. Os adolescentes de escolas de turno integral tiveram maior desempenho e menores sintomas de depressão e ansiedade que os da escola regular. Os estudantes mais novos apresentaram maiores sintomas de estresse e as meninas tiveram maiores sintomas de depressão e ansiedade.

3 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa de campo com enfoque qualitativo.

3.1 Participantes

Estudantes do primeiro, segundo e terceiro ano dos três Cursos Técnicos Integrados ao Ensino Médio, de uma instituição pública de ensino de uma cidade do sul de Minas Gerais, perfazendo o total de 9 turmas. O total da amostra foi de 257 estudantes, sendo 86 do Técnico em Administração (33,46%), 86 do Técnico em Edificações (33,46%) e 85 do Técnico em Informática (33,08%). Dentre os 257 participantes, 153 estudantes (59,53%) eram do sexo feminino e 104 (40,47%) do sexo masculino. Com relação às idades, a faixa etária foi de 14 a 18 anos (M=15,89).

3.2 Instrumento (questionário pessoal)

Foi desenvolvido para a presente pesquisa e objetivou levantar características pessoais dos participantes e quanto aos níveis de ansiedade. Ele é composto por seis perguntas fechadas (exemplo: “está satisfeito(a) com a escola?”, sendo as respostas possíveis “muito”, “razoavelmente” e “pouco”), e duas abertas: “você acha que seu nível de ansiedade aumentou quando você entrou no Ensino Médio Integrado? Em caso afirmativo, explique por que” e “você acha que seu curso causa mais ansiedade que os demais cursos oferecidos no Ensino Médio Integrado? Por quê?”. Para análise das respostas realizou-se a leitura completa e exploratória a fim de encontrar informações dos estudantes relativas à ansiedade na escola.

3.3 Procedimentos da Pesquisa

Foram obedecidas as normas regulamentares e diretrizes constantes da Resolução nº 512, de 2016, do Ministério da Saúde, referentes às pesquisas envolvendo seres humanos. Assim, sob o Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) 04755118.0.0000.5102 e Parecer Consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade do Vale do Sapucaí, Parecer nº 3.345.853, a coleta de dados foi autorizada.

Após contato com a Coordenação de Ensino da instituição onde a coleta de dados seria realizada e sua anuência, foram feitos contatos com alguns professores para que autorizassem a entrada da pesquisadora em sala de aula. Foi esclarecido também que a participação dos

estudantes menores de 18 anos dependeria da anuência de seus responsáveis, por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, além da assinatura, dos pesquisados, do Termo de Assentimento.

A aplicação do questionário impresso foi realizada em uma única vez em cada turma, de forma coletiva, e durou em média 40 minutos, além do tempo destinado às explicações de cada instrumento. Foram necessários, ao todo, cinco dias para a aplicação dos três instrumentos nas nove turmas participantes da pesquisa, que foi realizada no ano de 2019.

3.4 Procedimento de Análise dos Dados

Em relação aos dados oferecidos pela coleta do Questionário Pessoal, foi realizada a leitura inicial e exploratória dos 257 protocolos. Para análise das respostas referentes às perguntas 1 e 4, do tipo aberta, foi utilizada uma amostra aleatória de cada turma, no total de dez, sendo cinco de cada sexo. Considerando que o montante de turmas participantes da pesquisa foi nove, a amostragem das respostas abertas do Questionário totalizou 90 participantes. Acredita-se que a representatividade da amostragem em cerca de 35% do total de participantes e a equidade entre os sexos conferem boa veracidade aos resultados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados das características pessoais dos participantes foram levantados por meio do Questionário Pessoal e serão tratados de forma prioritariamente qualitativa. Como resposta à pergunta 1 - De quem foi a ideia de estudar nesta instituição?, os dados apontaram que a maioria dos estudantes fez sua escolha por iniciativa própria (143 participantes), ou seja, 55,64% do total. Aqueles que alegaram que a ideia de estudar na instituição foi de seus pais somaram o total de 79 estudantes (30,74%). Índices menores apontaram que a ideia de estudar na instituição se originou de “outros” (7,39%, ou seja, 19 estudantes) ou de amigos (16 estudantes, totalizando 6,23%).

Quando perguntado se 2 - Está satisfeito (a) com a escola?, a porcentagem maior de estudantes respondeu que estava razoavelmente satisfeita (53,31%), ou seja, o total de 137 participantes. A porcentagem dos estudantes que se declarou muito satisfeita correspondeu a 33,85%, representando 87 participantes, enquanto 33 estudantes (12,84%) responderam que estavam pouco satisfeitos com a instituição.

Ao se verificar que a maioria dos estudantes (55,64%) respondeu que a escolha por estudar na instituição onde se deu a pesquisa foi realizada por decisão pessoal, assim como também se considerou razoavelmente satisfeita com a escola (53,31% dos estudantes), pode-se deduzir que estes fatores sejam considerados normais. Acredita-se que eles atuem como fatores protetivos, favorecendo o bem-estar dos estudantes na instituição e lhes conferindo menores probabilidades de apresentarem um nível elevado de ansiedade, embora em outros momentos da pesquisa, como nos resultados a seguir, a percepção deles seja diferente.

No tocante à pergunta 3 - Você se considera uma pessoa ansiosa? houve pouca diferença percentual entre as respostas dos participantes. Contudo, um percentual maior de estudantes se considerou muito ansioso, ou seja, 145 participantes (56,42%), enquanto os que se declararam pouco ansiosos compreenderam o total de 112 estudantes (43,58%).

De acordo com Sadock e Sadock (2007) e Dumas (2011), verifica-se certo nível de ansiedade, já que ela é uma reação natural do organismo, um sinal de alerta e algo que todas as pessoas experimentam. Contudo, quando a maioria da amostra se considerou muito ansiosa, esse contraste talvez se deva à natureza subjetiva da ansiedade, como aventado por May (1980), ao argumentar que a forma como o indivíduo percebe e interpreta os agentes estressores são mais importantes que eles próprios. Brandão (2001) corrobora com essa percepção de conceituar a ansiedade como sendo um estado pessoal, subjetivo de aflição ou tensão. Ou seja, pode ser que o indivíduo se perceba e se considere muito ansioso, quando, na verdade, essa ansiedade possa ser natural. É comum também sentimentos como a angústia e o medo serem confundidos com ansiedade (DUMAS, 2011), fortalecendo a citada contraposição entre os resultados.

Para a exposição dos resultados das perguntas 4 e 5 do Questionário Pessoal, cujas respostas são do tipo objetiva (ou fechada), as frequências de escolha das respostas estão apresentadas qualitativamente. Os dados da pergunta 4 – “Qual situação lhe provoca mais ansiedade nesta Instituição?”. Destaca-se que, para responder a essa pergunta, os participantes deveriam escolher 2 itens como alternativas de resposta. As alternativas eram: a) quantidade de avaliações; b) quantidade de trabalhos; c) nível dos trabalhos/avaliações; d) problemas de relacionamento com colegas; e) problemas de relacionamento com professores e f) ficar dois períodos na escola (ensino integral).

Foi possível verificar as maiores incidências de respostas dos estudantes do Curso Técnico em Administração à pergunta 2: a escolha mais expressiva desta turma foi feita por 17 estudantes (70,83%), para a alternativa “b” (quantidade de trabalhos), no segundo ano. A segunda maior incidência de resposta para a pergunta se deu pela turma do primeiro ano, na alternativa “c” (nível dos trabalhos/avaliações), escolhida por 21 estudantes (60%). E o terceiro item mais escolhido foi na turma de terceiro ano, que apontou a alternativa “a” (quantidade de avaliações), eleita por 14 respondentes (51,85%). Nenhuma alternativa de resposta deixou de ser escolhida no curso de Administração como apontamento da causa da ansiedade entre os estudantes.

Para os resultados do Curso Técnico em Edificações, na turma do primeiro ano verificou-se que, em termos gerais, houve pouca diferença entre os percentuais da alternativa “c” (nível dos trabalhos/avaliações), escolhida por 21 estudantes (63,64%) e da alternativa “b” (quantidade de trabalhos), opção marcada por 18 estudantes (54,55%). O item “b” (quantidade de trabalhos) foi a alternativa marcada pela maioria dos estudantes do segundo ano de Edificações, ou seja, por 19 estudantes, representando 70,37% do total. A alternativa “b” (quantidade de trabalhos) também representou a opinião da maioria dos estudantes do terceiro ano do curso (23 estudantes, ou seja, 88,46% do total)

Notou-se que no Curso Técnico em Informática, em suas turmas do primeiro ao terceiro ano, prevaleceu a escolha pela alternativa “b” (quantidade de trabalhos). Essa resposta representou a opinião de 21 estudantes do primeiro ano (63,64%), 19 estudantes (63,33% da turma) do segundo ano e 15 estudantes (68,18%) do terceiro ano do curso de Informática. Esse item de escolha em primeiro lugar informa que a maior causa das situações de ansiedade, na opinião dos estudantes do curso, é a quantidade de trabalhos que devem atender.

É possível perceber que, embora praticamente todas as alternativas tenham sido apontadas pelas nove turmas, a concentração de respostas se deu nos itens de cunho pedagógico como focos causadores de ansiedade no Ensino Médio Integrado: “quantidade de trabalhos”, “nível dos trabalhos/avaliações”, e “quantidade de avaliações”, nesta ordem, para os três cursos. Salienta-se que outro item que recebeu uma votação expressiva dos três cursos foi o “f” (“ficar dois períodos na escola – ensino integral”), sendo que no Curso Técnico em Administração este

item recebeu a média de 38,10% dos votos, seguido pelo Curso Técnico em Informática (média de 32,83%), e o Curso Técnico em Edificações, com a média de 28,92% das opiniões.

Entende-se que esses são fatores decorrentes da natureza do sistema de ensino em que os estudantes estão inseridos. O Ensino Médio Integrado, com sua natureza integrada e interdependente, caracteriza-se por ofertar seus componentes curriculares (do ensino propedêutico e do ensino técnico) de forma conjunta, ou seja, por “integrar teoria e prática, trabalho manual e intelectual, cultura técnica e cultura geral [...]” (KRAWCZYK, 2012, s/p). Embora seja natural, pois, que as exigências desse sistema de ensino sejam maiores que as do Ensino Médio regular, faz-se necessário não se perder de vista a questão da ansiedade no ambiente escolar, conforme já mencionado.

A ansiedade no contexto escolar, independentemente de suas causas, tem sido estudada por diversos autores, pois além de outros aspectos, geralmente acarreta prejuízos não só com relação ao rendimento acadêmico, mas pode gerar comportamentos como agressividade, irritabilidade, tendência ao negativismo e ao isolamento, além de favorecer o aumento da evasão escolar ou o aumento do índice de faltas às aulas (BORUCHOVITCH; COSTA, 2001; DAVIDOFF, 2001; DUMAS, 2011; FLEITLICH-BILYK *et al.*, 2014; VIEIRA *et al.*, 2014). Como resume Davidoff (2001), a ansiedade pode causar impactos em larga escala, interferindo não só na aprendizagem, como também na saúde física e mental dos estudantes.

Prosseguindo com a análise das questões objetivas/fechadas, os itens de respostas da pergunta 5 – “O seu nível de ansiedade quando tem que realizar uma avaliação depende mais do(a)” – são apresentados. As alternativas de respostas eram: a) professor; b) disciplina; c) tempo que teve para estudar e d) tipo de avaliação (objetiva, discursiva, com consulta etc.).

No Curso Técnico em Administração a incidência das respostas à pergunta “O seu nível de ansiedade quando tem que realizar uma avaliação depende mais do(a)” foi prevalente na alternativa “b” (disciplina): no primeiro ano, 18 estudantes (51,43%); no segundo, 13 (54,17%), e no terceiro ano, 14 estudantes (51,85%) destacaram o item neste curso. As respostas do Curso Técnico em Edificações, para a mesma pergunta, também ocorreram expressivamente pela escolha da alternativa “b” (disciplina), que foi selecionada por 23 estudantes do primeiro ano (69,70%), por 16 (59,26%) do segundo ano e por 53,85% da turma do terceiro ano, ou seja, o total de 14 estudantes.

O Curso Técnico em Informática, em todas as turmas, do primeiro ao terceiro ano, corroborou com as escolhas feitas pelos demais cursos assinalando prevalentemente a alternativa “b” (disciplina) para a pergunta 5 do Questionário Pessoal: no primeiro ano, totalizou 63,64% da opinião da turma (21 estudantes); na turma do segundo ano, 53,33% das escolhas foram marcadas por 16 estudantes e no terceiro ano do curso de Informática 10 estudantes elegeram a alternativa “b”, ou seja, 45,45% da turma. Nessa questão ficou evidente que os estudantes, independentemente do curso ou ano, acreditam que as disciplinas são o fator de maior causa de ansiedade entre eles referente às avaliações escolares. Ainda de acordo com essas respostas, em segundo lugar como fator causador de ansiedade nessa situação, apontado por todas as turmas, aparece a alternativa “c” (tempo que teve para estudar).

As análises desses resultados apontam para algumas vertentes: por um lado se verifica, novamente, a peculiaridade de cada indivíduo. Afinal, embora a maioria tenha apontado as disciplinas como principal fator ansiogênico quando se refere à realização de avaliações, faz-se necessário entender que as dificuldades de um estudante em determinada(s) disciplina(s) não significa, necessariamente, a dificuldade de outro; isto é, as disciplinas que causam ansiedade em uns podem não causar em outros, motivo que amplia e dificulta as discussões a respeito.

Porém, quando se revela que a segunda maior causa de ansiedade frente às avaliações escolares diz respeito ao tempo que o estudante teve para se preparar, acredita-se que o motivo deixa de ser exclusivamente pessoal e recai também sobre as demandas impostas pelo curso e/ou pela Instituição. Essa dedução se deve, por exemplo, aos resultados e às que apontaram questões relacionadas à quantidade de avaliações e de trabalhos proposta pelo Ensino Médio Integrado. Além disso, têm-se as justificativas já elencadas pela maioria dos estudantes pesquisados, sobretudo quando se indagou, na pergunta de número 6 do Questionário Pessoal, se os estudantes consideravam que sua ansiedade aumentou quando entraram para o Ensino Médio Integrado. Como exemplo de justificativa de uma resposta afirmativa tem-se: “Porque tenho uma maior cobrança, tenho pouco tempo e muita coisa para realizar” (Estudante 174).

Por fim, independentemente do fator com maior ou menor probabilidade de influenciar os níveis de ansiedade frente às avaliações, apontados pelos estudantes da pesquisa, Boruchovitch e Costa (2001) mencionam que muitos são os fatores ansiogênicos no contexto escolar: os professores, as disciplinas, os colegas, dentre outros. Contudo, o contexto avaliativo tem sido indicado como um dos principais agentes estressores e causadores de ansiedade no ambiente escolar, asseveram Boruchovitch e Costa (2001) e Karino (2014). É sabido que indivíduos ansiosos não são capazes de acessar aquilo que decodificaram; por esta razão, inclusive, que estudantes que sofrem de ansiedade diante de situações de provas e avaliações relatam que ficam bloqueados e que dá um branco (DAVIDOFF, 2001).

Gonzaga, Silva e Enumo (2018), em sua pesquisa feita com 345 estudantes do 1º ao 3º ano do Ensino Médio, em uma escola pública de São Paulo, avaliaram se a ansiedade de prova era um dos fatores que afetavam o desempenho acadêmico. Os resultados mostraram que os estudantes avaliavam a situação de prova mais como um desafio do que como uma ameaça e que apresentavam um repertório maior de estratégias de enfrentamento adaptativas antes e durante e depois da prova. Não é sem motivos, portanto que Oliveira (2012) afirma que a ansiedade frente às situações de avaliação tem sido o tema mais investigado pelos estudiosos do assunto.

É inevitável, pois, não associar o tema avaliação à questão do sucesso acadêmico. Por isso, faz-se importante também lembrar as palavras de Bressan *et al.* (2014), que sugerem que o conceito de sucesso acadêmico não seja entendido simplesmente como sinônimo de boas notas, mas, sim, como a capacidade de o estudante aprender e aprimorar suas habilidades socioemocionais, algo considerado extremamente importante para seu sucesso escolar e em sua vida como um todo.

Para a pergunta 6 - Você acha que seu nível de ansiedade aumentou quando você entrou no Ensino Médio Integrado? Em caso afirmativo, explique por que - que tem dois tipos de respostas, havia para a análise quantitativa das possibilidades de responder “sim” ou “não” à indagação, foram consideradas as respostas de todos os participantes (N=257) do estudo. Como resultado, observou-se que 212 participantes responderam “sim” (82,49%), que acreditavam que seu nível de ansiedade aumentou quando entraram para o Ensino Médio Integrado (EMI). Aqueles que responderam negativamente totalizaram 45 estudantes (17,51%).

Quanto à pergunta 7 - Você acha que seu curso causa mais ansiedade que os demais cursos oferecidos no Ensino Médio Integrado? Por quê?, ambos do tipo dissertativo, foram analisadas as respostas dadas por apenas uma amostragem de 10 participantes por turma, dentre o total de respondentes, sendo cinco do sexo masculino e cinco do sexo feminino. As respostas foram escolhidas aleatoriamente por curso e suas respectivas turmas e foram categorizadas pelas mais comuns ou prevalentes. Quanto aos resultados quantitativos da pergunta 1, eles apontaram que 82,49% dentre os 257 estudantes responderam afirmativamente ao serem perguntados se consideravam que seu nível de ansiedade aumentou ao entrarem no Ensino

Médio Integrado. Avalia-se ser natural, dentro de um determinado grau, que esse fato ocorra, tendo em vista as mudanças que ocorrem entre um nível de ensino e outro – do Fundamental para o Ensino Médio, no caso, e as possíveis inseguranças que isto pode acarretar.

As justificativas dadas pela amostragem de 10 participantes por turma a essa mesma pergunta contemplaram, em síntese, fatores tais como: o aumento das pressões - tanto por parte da instituição de ensino, da família, como de si mesmo - que enfrentavam no Ensino Médio Integrado; o excesso de atividades escolares; a falta de tempo para o lazer e o descanso; o aumento das responsabilidades e do estresse; as angústias próprias da adolescência; até fatores intrínsecos, como inseguranças frente ao novo, aumento das crises existenciais e sentimento de incapacidade.

Pode-se atribuir essas justificativas, sobretudo, às demandas do Ensino Médio Integrado, que é uma proposta desafiadora, conforme aponta Krawczyk (2012), em que a necessidade de adaptação e maior envolvimento dos estudantes é inevitável. Somado a isso, a própria adolescência já traz ao jovem a necessidade de adaptações de ordem psicológica e emocional, também carregadas geralmente de muitos conflitos, tensões, angústia e estresse – é o período da “descoberta de si mesmo”, conforme resume Pereira (2005), mesmo sendo um período caracterizado, em contrapartida, pelo incremento intelectual e de outras habilidades (DAVIS, 1981-1982; SHAFFER; KIPP, 2012; JACOWSKI *et al.*, 2014). Erikson (1987) considera que a adolescência é uma crise normativa, uma fase normal de conflitos ou então, um período de transição, adaptação e ajustamento. É importante salientar, entretanto, que são todos esses fatores que justamente fomentam a necessidade de se estar atendo à ansiedade no ambiente escolar, já que é exatamente durante os anos escolares que as habilidades socioemocionais são colocadas à prova, devido a demandas de diferentes ordens (BRESSAN *et al.*, 2014).

Com relação aos resultados da pergunta 7 (“Você acha que seu curso causa mais ansiedade que os demais cursos oferecidos no Ensino Médio Integrado? Por quê?”), pelos dados quantitativos foi possível perceber que nas três turmas do Curso Técnico em Administração as respostas foram negativas; no Curso Técnico em Edificações, duas turmas responderam afirmativamente, enquanto a outra apresentou porcentagens iguais entre resposta positiva e negativa; já no Curso Técnico em Informática, duas turmas responderam negativamente, em oposição à outra turma, que respondeu que sim. No cômputo geral, portanto, tem-se que a maioria das turmas respondeu negativamente, ou seja, que não considerava que seu curso causasse mais ansiedade que os demais cursos oferecidos no Ensino Médio Integrado.

Já o resultado qualitativo da pergunta 7 aponta justificativas bastante diversificadas. Ressalta-se, contudo, que para aquelas que se referiram à menor ou maior carga horária, cabe lembrar que todos os três cursos pesquisados possuem praticamente o mesmo total de horas - 2.600 horas referentes à Base Nacional Comum e Parte Diversificada, 1.200 horas para o ensino profissional, e 120 horas de estágio obrigatório. A exceção se encontra apenas no total de horas para o ensino profissional (1.000 horas) do Curso Técnico em Administração (IFSULDEMINAS, 2015a; IFSULDEMINAS, 2015b; IFSULDEMINAS, 2016), fato apontado, inclusive, pelas 3 turmas deste curso.

Uma argumentação, porém, foi praticamente unânime entre as 9 turmas da pesquisa: independente de considerarem o seu respectivo curso maior ou menor gerador de ansiedade dentre os demais, os estudantes argumentaram que acreditavam que todos os cursos do Ensino Médio Integrado causassem certo nível de ansiedade, devido as suas exigências e/ou às características particulares de cada estudante. Com relação às particularidades de cada estudante, esta justificativa vem ao encontro do que expõe May (1980), que relata que cada

indivíduo possui suas limitações e difere enormemente quanto a sua capacidade de enfrentar as situações adversas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se que o objetivo geral deste trabalho, que era analisar e traçar um perfil da prevalência dos níveis ansiosos de estudantes de três Cursos Integrados ao Ensino Médio de uma Instituição de ensino de uma cidade do sul de Minas Gerais tenha sido atingido por meio de seus objetivos específicos. Nesse sentido, é possível afirmar que as análises dos resultados desta pesquisa tenham conseguido evidenciar a complexidade do tema, principalmente quando foram feitas realizadas análises das respostas e justificativas apresentadas no Questionário Pessoal.

O que se pretende apontar com essa observação é que a pesquisa revelou não haver diferenças importantes, mas no curso de Administração o nível de ansiedade foi maior do que no de Edificações, e neste foi maior que no de Informática. Isso é, além desses importantes e indispensáveis dados, foi interessante e muito rico constatar a importância e a influência da percepção individual, da singularidade de cada indivíduo e até mesmo de algumas visões talvez equivocadas sobre si mesmo ao se pesquisar a ansiedade.

Até mesmo aqueles resultados para cujas análises não foi possível encontrar uma justificativa clara ou plausível, contribuíram para a visão idiossincrática do tema. Assim, a maioria das análises dos resultados da pesquisa se tornou, de certa forma, um desafio, mesmo frente ao cabedal teórico trazido para o presente trabalho: como explicar as diferenças humanas quando elas, em si, não carecem ou não podem ser explicadas, tendo em vista que é justamente isto que as tornam humanas.

Outro fato desafiador foi explorar o tema da ansiedade dentro de um sistema de ensino carente de referências científicas voltadas para a área da saúde mental, dificultando, pois, análises comparativas ou embasamentos teóricos na leitura dos resultados da pesquisa. O Questionário Pessoal, trouxe o tema à tona sob a visão dos próprios estudantes e foi fundamental para esclarecer que os fatores extrínsecos e intrínsecos se coadunam, assim como descreve a literatura a respeito ao explicar a etiologia da ansiedade, como a genética, fatores externos e internos interagem, não sendo possível isolar a ação de cada um deles. O Ensino Médio Integrado, por suas características, acarreta o aumento das pressões sobre seus estudantes, que por sua vez, talvez principalmente por serem jovens, ficam à mercê de sua natureza pessoal com maior ou menor estrutura emocional para lidar com essas pressões, embora todos estejam sempre sujeitos a certo grau de ansiedade.

Embora o recorte empírico realizado tenha trazido apenas uma pequena parte da realidade, acredita-se que este estudo tenha conseguido demonstrar que o sofrimento mental e os transtornos de ansiedade na adolescência necessitam de atenção. A própria Organização Mundial de Saúde considera as instituições de ensino como os principais agentes para prevenir e promover a saúde – mental e geral. Nesse caso, elas podem e devem agir na direção de reduzir os fatores de risco de seus estudantes, agindo como agentes protetores.

Propõe-se o desafio de as instituições educacionais pensarem em iniciativas, principalmente pedagógicas, visando intervir para minimizar os impactos negativos sobre a saúde mental de seus alunos. Parece que esse fato ficou evidente nas “falas” dos participantes

da pesquisa sobre as pressões sofridas devido às demandas do Ensino Médio Integrado. Entretanto, sabe-se que a responsabilidade dessas instituições é apenas parte de um contexto maior, visto que há o caráter subjetivo de cada estudante frente aos transtornos de ansiedade e da saúde mental como um todo.

Cabe reforçar que há que se ter cuidado ao conceituar um transtorno mental ao se identificar os sintomas. É preciso que haja precauções que visem à busca do tratamento adequado com vistas a evitar o sofrimento e o desgaste emocional que uma eventual interpretação equivocada dos sintomas possa acarretar.

Para finalizar estas considerações, entende-se que este tipo de estudo não pode acabar aqui. Futuras pesquisas deverão auxiliar aqueles que vivenciam o problema por meio de instrumentos validados e adequados de mensuração da ansiedade, o que foi uma dificuldade neste trabalho, ou por meio de instrumentos elaborados pelo pesquisador para este fim, o que pareceu ser um complemento muito rico nesta pesquisa.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Tradução: Maria Inês C. Nascimento. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BORUCHOVITCH, E.; COSTA, E. R. da. O impacto da ansiedade no rendimento escolar e na motivação de alunos. *In*: BORUCHOVITCH, E.; BZUNECK, J. A. (org.). **A motivação do aluno**: contribuições da psicologia contemporânea. 3. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001. p. 134-147.

BRANDÃO, M. L. **Psicofisiologia**: as bases fisiológicas do comportamento. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2001.

BRESSAN, R. A. *et al.* Promoção da saúde mental e prevenção de transtornos mentais no contexto escolar. *In*: ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. (org.). **Saúde Mental na escola**: o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 37-47.

COLUNGA-RODRÍGUEZ, C.; ÁNGEL-GONZÁLEZ, M.; VÁZQUEZ-COLUNGA. J. C.; VÁZQUEZ-JUÁREZ, C. L.; Colunga-Rodríguez B. A. Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria. **Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación**, v. 8, n. 2, 2021. DOI: <https://doi.org/10.17979/reipe.2021.8.2.8457>

DAVIDOFF, L. L. **Introdução à Psicologia**. Tradução: Lenke Peres. 3. ed. São Paulo: Pearson Makron Books, 2001.

DAVIS, C. Desenvolvimento cognitivo na adolescência - Período de operações formais. *In*: RAPPAPORT, C. R.; FIORI, W. R.; DAVIS, C. **Psicologia do Desenvolvimento**: a idade escolar e a adolescência. São Paulo: EPU, 1981-1982, v. 4, p. 69-79.

DUMAS, J. E. **Psicopatologia da infância e da adolescência**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

ERIKSON, H. E. **Identidade juventude e crise**. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 1987.

FLEITLICH-BILYK, B. *et al.* Saúde e transtornos mentais. *In:* ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. (org.). **Saúde Mental na escola**: o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 25-36.

GELDER, M. G.; MAYOU, R.; COWEN, P. **Tratado de psiquiatria**. Tradução: Fernando D. Mundim, Martha L. Quintella. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

GONZAGA, L. R. V.; ENUMO, S. R. F. Lidando com a ansiedade de provas: avaliação e relações com o desempenho acadêmico. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, v. 38, n. 95, p. 266-277, 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2018000200014&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 23 ago. 2022.

HERDMAN, T. H. Enfrentamento/tolerância ao estresse. *In:* HERDMAN, T. H.; KAMITSURU, S. (org.). **Diagnóstico de enfermagem da NANDA**: definições e classificação 2015-2017. Tradução: Regina M. Garcez. 10. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015. p. 303-347.

HORN, A. M.; SILVA, K. A. da; PATIAS, N. D. Desempenho escolar e sintomas de depressão, ansiedade e estresse em adolescentes. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 37, e372021, 2021. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e372117>

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUL DE MINAS GERAIS (IFSULDEMINAS). **Resolução CONSUP nº 88**, de 17 de dezembro de 2015a. Dispõe sobre a aprovação da reformulação e atualização do PPC do Curso Técnico em Informática integrado – Campus Pouso Alegre - IFSULDEMINAS. Pouso Alegre, 2015a. Disponível em: https://portal.ifsuldeminas.edu.br/images/PDFs/Conselho_Superior_/resolucoes/2015/58-100/resolucao88.pdf. Acesso em: 11 ago. 2019.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUL DE MINAS GERAIS (IFSULDEMINAS). **Resolução CONSUP nº 89**, de 17 de dezembro de 2015b. Dispõe sobre a aprovação da reformulação e atualização do PPC do Curso Técnico em Administração integrado – Campus Pouso Alegre - IFSULDEMINAS. Pouso Alegre, 2015b. Disponível em: https://portal.ifsuldeminas.edu.br/images/PDFs/Conselho_Superior_/resolucoes/2015/58-100/resolucao89.pdf. Acesso em: 11 ago. 2019.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUL DE MINAS GERAIS (IFSULDEMINAS). **Resolução CONSUP nº 63**, de 14 de setembro de 2016. Dispõe sobre a Homologação da Resolução “ad referendum” 055/2016 que trata da Criação do Curso Técnico em Edificações Integrado ao Ensino Médio – Campus Pouso Alegre. Pouso Alegre, 2016. Disponível em: https://portal.poa.ifsuldeminas.edu.br/images/2018/Outubro/11/Resolu%C3%A7%C3%A3o_edifica%C3%A7%C3%B5es.pdf. Acesso em: 11 ago. 2019.

JACOWSKI, A. P. *et al.* Desenvolvimento normal no período escolar. *In:* ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. (org.). **Saúde Mental na escola**: o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 81-100.

KARINO, C. A.; LAROS, J. A. Ansiedade em situações de prova: evidências de validade de duas escalas. **Psico-USF**, v. 19, n. 1, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-82712014000100004>

KRAWCZYK, N. Novos formatos escolares para novas demandas sociais: o Ensino Médio Integrado. **Archivos de Ciencias de la Educación**, v. 6, n. 6, 2012. Disponível em:

http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5928/pr.5928.pdf. Acesso em: 11 ago. 2019.

McCARTHY, C. La ansiedad en los adolescentes va en aumento: ¿qué está pasando?, 2019. **American Academy of Pediatrics**. Disponível em: <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Anxiety-Disorders.aspx>. Acesso em: 11 ago. 2019.

MARTINS, C. M. dos S.; CUNHA, N. B. Ansiedade na adolescência: o ensino médio integrado em foco. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, v. 5, n. 1, 2021. DOI: <https://doi.org/10.36524/profept.v5i1.832>

MAY, R. **O significado da ansiedade**: as causas da integração e desintegração da personalidade. Tradução: Álvaro Cabral. Rio de Janeiro: Zahar Editores S.A., 1980.

MÉNDEZ, F. X.; OLIVARES, J.; BERMEJO, R. M. Características clínicas e tratamento dos medos, fobias e ansiedades específicas. In: CABALLO, V. E., SIMÓN, M. A. (org.). **Manual de psicologia clínica infantil e do adolescente – Transtornos Gerais**. Tradução: Sandra M. Dolinsky. São Paulo: Livraria Santos Editora, 2005. p. 59-92.

OLIVEIRA, S. M. da S. S.; JOLY, M. C. R. A.; FERNANDES, D. C. Ansiedade infantil em contextos escolares: tudo do inventário de ansiedade escolar usando Rasch. **Educ. Form.**, v. 1, n. 2, 2016. DOI: <https://doi.org/10.25053/edufor.v1i2.1610>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Classificação de transtornos mentais e de comportamento da CID-10**: descrições clínicas e diretrizes diagnósticas. Tradução: Dorgival Caetano. Porto Alegre: Artmed, 1993.

ROCHA, J. B. A.; ARAGÃO, Z. M. X.; MARQUES, A. J. L. DA C.; CARVALHO, S. T. A.; ROCHA, A. S.; CAVALCANTE, A. K. S. Ansiedade em estudantes do ensino médio: uma revisão integrativa da literatura. **Id on Line Rev. Psic.**, v. 16, n. 60, 2022. DOI: <https://doi.org/10.14295/online.v16i60.3418>

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A. **Kaplan & Sadock – Compêndio de psiquiatria**: ciência do comportamento e psiquiatria clínica. Tradução: Cláudia Dornelles *et al.* 9. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

SCHMIDT, E.; MONTEIRO, A. B.; GASPARETTO, M. A. Sofrimento mental “neurótico” e atenção primária: transtornos de ansiedade típicos, atípicos e transtornos de personalidade. In: RIBEIRO, M. S. (org.). **Ferramentas para descomplicar a Atenção Básica em Saúde Mental**. Juiz de Fora: Ed. UFJF, 2007. p. 117-140.

SHAFFER, D. R.; KIPP, K. **Psicologia do Desenvolvimento – Infância e adolescência**. 8. ed. São Paulo: Cengage Learning, 2012.

SILVA, F. D. Transtornos de ansiedade. In: GUSSO, G.; LOPES, J. M. C. (org.). **Tratado de medicina de família e comunidade**: princípios, formação e prática. Porto Alegre: Artmed, 2012, v. 2, p. 1916-1923.

SOUZA, C. M.; CUNHA, N. B. Desempenho escolar e níveis de ansiedade no Ensino Médio. **Revista Humanidades e Inovação**, v. 8, n. 52, p. 308-321, 2021. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/3575>. Acesso: 11 ago. 2022.

VIEIRA, M. A. *et al.* Saúde mental na escola. In: ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. (org.). **Saúde Mental na escola**: o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 13-23.