

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS  
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS  
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS SOCIAIS**

Cleusa Maria Pereira Ricardo

**OS FATORES GERADORES DE ESTRESSE E ANSIEDADE PARA OS  
ESTUDANTES QUE RESIDEM NAS MORADIAS ESTUDANTIS DA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA**

**Santa Maria, RS**

**2018**

**Cleusa Maria Pereira Ricardo**

**OS FATORES GERADORES DE ESTRESSE E ANSIEDADE  
PARA OS ESTUDANTES QUE RESIDEM NAS  
MORADIAS ESTUDANTIS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA**

Artigo de Conclusão apresentado ao Curso de Ciências Sociais - Licenciatura Plena, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do grau de **Licenciado em Ciências Sociais**.

**Aprovado em \_\_\_\_\_ de janeiro de 2019:**

---

**Mari Cleise Sandalowski, Dr<sup>a</sup>. (UFSM)**  
(Presidente / Orientador)

---

**Everton Lazzaretti Picolotto, Dr. (UFSM)**

---

**Ricardo Meyer, Dr. (UFSM)**

Santa Maria, RS  
2018

**OS FATORES GERADORES DE ESTRESSE E ANSIEDADE  
PARA OS ESTUDANTES QUE RESIDEM NAS  
MORADIAS ESTUDANTIS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA**

THE FACTOR GENERATORS OF STRESS AND ANXIETY TO STUDENTS THAT  
RESIDE ON THE STUDENTS HOUSES OF THE FEDERAL UNIVERSITY OF SANTA  
MARIA

**Cleusa Maria Pereira Ricardo<sup>1</sup> Mari Cleise Sandalowski<sup>2</sup>**

**RESUMO**

A ausência da família como suporte, as pressões cotidianas do ambiente acadêmico e as expectativas enquanto ao mercado de trabalho gera nos indivíduos altos índices de estresse e por consequência crises de ansiedade. Esses temas, estresse e ansiedade, estão sendo amplamente discutidos em um número expressivo de trabalhos acadêmicos. Nesta pesquisa, buscou-se identificar, os fatores causadores de estresse e ansiedade para alunos moradores das residências estudantis da Universidade Federal de Santa Maria, denominada como Casa do Estudante Universitário (CEU). Para tanto foi realizada uma pesquisa explicativa, com abordagem qualitativa, a partir da realização de entrevista com estudantes moradores das CEUs. Como resultados foram identificados estressores tanto na vida cotidiana destes estudantes bem como no ambiente acadêmico.

**Palavras-chave:** Estudantes. Estressores. Ambiente Acadêmico.

**ABSTRACT**

The absence of family as a support for the everyday pressures of the academic environment and the expectations about the business market creates high stress index on individuals, and for consequence, anxiety crises. These themes, stress and anxiety, are being widely discussed in an expressive number of scholarly works. In search to identify with this work the factors that cause stress and anxiety to students residents of the students residence of the Universidade Federal de Santa Maria named as University Student House (USH). For this was realized a explanatory research with qualitative approach starting from the realization of interviews with the students residents of the student residences, the USHs. As a

---

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Ciências Sociais Licenciatura da Universidade Federal de Santa Maria.

<sup>2</sup> Orientador. Graduada em Ciências Sociais pela Universidade Federal de Santa Maria, mestrado em Sociologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, Doutora em Sociologia pelo Programa de Pós-Graduação em Sociologia pela UFRGS.

result, were identify as stressors in the daily life of the students as in the academic environment.

**Keywords:** Student. Stressors. Academic Environment.

## 1 INTRODUÇÃO

Os temas estresse e ansiedade têm sido amplamente discutidos na atualidade, tanto nos meios de comunicação bem como em trabalhos acadêmicos. A própria Organização Mundial da Saúde (OMS), considera que esses temas (estresse e ansiedade) são o mal do século XXI. Segundo relatório publicado pela OMS em 23 de fevereiro de 2017, o número de pessoas com depressão aumentou 18% entre 2005 e 2015. De acordo com esta publicação, há 332 milhões de pessoas vivendo com este transtorno mental no mundo. Estes dados mostram também que a depressão atinge 5,8% da população brasileira, ou seja, mais de 11 milhões de brasileiros. Já os distúrbios relacionados com ansiedade afetam 9,3% (18 milhões) da população que vive no Brasil.

O número significativo de trabalhos acadêmicos sobre estresse e ansiedade no ambiente universitário demonstra uma sensibilização crescente sobre esta realidade. Sendo assim, este artigo buscou identificar quais os fatores causadores de estresse e ansiedade para estudantes moradores das casas estudantis, CEU I e II da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).

O estudo parte da hipótese de que estes fatores estão associados não apenas às mudanças as quais a sociedade esta vivenciando, mas às cobranças que são imputadas aos indivíduos decorrentes destas mudanças. Vivemos em mundo onde competir é a palavra de ordem, e no ambiente acadêmico esta “ordem” não foge à regra. Alunos disputam bolsas na universidade, lugares em grupos de pesquisas ou simplesmente notas que possam lhes dar destaque. As incertezas do que virá depois, torna a busca por tudo que possa dar visibilidade aos currículos uma obrigação, pois, atualmente o fato de estarem fazendo um curso superior não é mais garantia de sucesso, conforme diz Bourdieu (1997, P. 482):

Agora inserido em um espaço em que o jovem julgava por vezes ser a solução para a sua vida futura ela percebe que não é bem assim (...). Depois de um período de ilusão, e até de euforia, os novos beneficiários começaram a perceber que não era suficiente ter acesso ao ensino secundário para ter sucesso nele, e que não era suficiente ter sucesso para ter acesso às posições sociais.

Deste modo, conforme já mencionado, dentre as causas do estresse destacam-se as condições de sobrecarga de todos os tipos (cobranças de desempenho, incertezas de inserção no mercado de trabalho, etc.), além de mudanças de estilos de vida associados a isolamentos sociais e frustrações.

A problemática de pesquisa desta investigação teve como proposta analisar o que os moradores das residências estudantis consideram como fatores de estresse e ansiedade no ambiente no qual estão inseridos.

Este estudo trata-se de uma pesquisa explicativa, cuja principal preocupação consiste em identificar “os fatores que determinam ou que contribuem para a ocorrência dos fenômenos” (GIL, 2007, p.43). Ou seja, este tipo de pesquisa explica o porquê das coisas através dos resultados oferecidos. Segundo Gil (2007), uma pesquisa explicativa pode ser a continuação de outra descritiva, posto que a identificação de fatores que determinam um fenômeno exige que este esteja suficientemente descrito e detalhado. Para tanto, utilizou-se a abordagem qualitativa, que de acordo com Minayo (2001) este tipo de pesquisa responde a questões muito particulares relativas às ciências sociais, ou seja, põe como tarefa central a compreensão da realidade humana vivida socialmente.

A fim de reunir o corpus de dados foram utilizadas entrevistas semi-estruturadas. Após a autorização dos sujeitos, foi utilizado um gravador para os registros dos relatos para logo após seguir as transcrições. A entrevista semi-estruturada, conforme Taylor e Bogodan (cit.in Olaboenaga,1996. p.167), é definida como sendo um instrumento de pesquisa que privilegia o encontro face a face entre investigador e informante, encontro esse dirigido para a compreensão das perspectivas que o informante tem a cerca das suas vidas experiências e situações.

Já para Minayo (2001), esta ferramenta é o procedimento mais usual no trabalho de campo. Através dela, o pesquisador busca obter informes contidos na fala dos atores sociais. Ela não significa uma conversa despreziosa e neutra, uma vez que se insere como meio de coleta dos fatos relatados pelos atores, enquanto sujeitos-objeto da pesquisa que vivenciam uma determinada realidade que está sendo focalizada. Suas formas de realização podem ser de natureza individual e/ou coletiva. (MINAYO, 2001, P 57).

O universo de pesquisa deste estudo foi composto por estudantes de graduação, que residem nas Casas de Estudantes da Universidade Federal de Santa Maria. No total foram realizadas seis entrevistas semi-estruturadas com discentes de diferentes centros de ensino da Instituição.

Este trabalho justifica-se pela pertinência da temática proposta, pois conhecendo os fatores estressores identificados por estudantes ocupantes das moradias estudantis, torna-se imperativo compreender, a partir da perspectiva das ciências sociais, os motivos, de ordem social, que podem estar influenciando no crescimento de indicadores relacionados ao estresse e ansiedade entre estudantes do ensino superior.

## 2 DESENVOLVIMENTO

### 2.1 CONCEITO DE ESTRESSE E ANSIEDADE

A palavra estresse amplamente banalizada nos dias atuais, é segundo Murray (1933) uma palavra derivada do latim muito utilizada no século XVII como forma de identificar **fadiga (cansaço)**.

**Na física**, o estresse é a quantidade média de força aplicada por uma unidade de área. Um sinônimo de estresse aplicado à física é a **tensão**.

Para Has Selye (1936), pioneiro no estudo da temática, o estresse é

Uma reação do organismo que ocorre frente à situação que exija o máximo de esforço, além do que o mesmo pode aguentar, ou seja, além do seu limite e estratégias de *coping* mal empregadas, podem culminar em agravamento da situação. Sendo que o estresse pode dificultar a sensação de bem-estar, qualidade de vida do ser humano e saúde.

Na psicologia a palavra estresse também está relacionada à forma como encaramos os eventos cotidianos.

O modo como nos sentimos estressados depende da maneira como avaliamos os eventos. Uma pessoa sozinha numa casa pode ignorar os rangidos e não experimentar qualquer estresse; outra pode desconfiar da presença de um intruso e ficar alarmada. Uma pessoa pode encarar um novo emprego como um desafio bem vindo; outra pode considerá-lo como um risco de fracasso. (MYERS, 1999, p. 365).

Fatores como mudanças e afastamento do convívio de familiares são fatores comuns que influenciam o bem estar psicossocial dos estudantes podendo, se não gerenciado de forma adequada, por desencadear situações de estresse.

O estresse fisiológico é uma adaptação normal; quando a resposta é patológica, em indivíduo mal adaptado, registra-se uma disfunção, que leva a distúrbios transitórios ou a doenças graves, mas, no mínimo agrava as já existentes e pode desencadear aquelas para as quais a pessoa é geneticamente predisposta (SELYE, 1936)

O estresse está relacionado com situações que aparecem como ameaçadoras ao bem estar físico, segundo Atkinson e Cols, (2002, p. 509) “estas situações normalmente são chamadas de estressores e as reações das pessoas a elas são denominadas de respostas ao estresse.”

Para além das reações emocionais o estresse também acarreta prejuízos cognitivos, para Atkinson e Cols. (2002, p.508) os estudantes são um dos públicos mais vulneráveis, pois:

[...] podem ficar estressados quando seu relacionamento com os colegas não vai bem, quando precisam decidir que curso acadêmico seguir ou quando se aproximam os exames finais.

Em referência a fase universitária Lacerda, A.N (2015), explica que:

A fase universitária, por sua vez, é uma fase em que concerne tarefas evolutivas fundamentais, como o desenvolvimento de amizades, relacionamentos amorosos mais estáveis, comprometimento com o mundo acadêmico e, posteriormente, com o mundo do trabalho.

No entanto Rocha e Campos (1996) Apud Lacerda , A. N, (2015) percebe.

[...] o início de uma faculdade como um marco divisor entre a adolescência e a vida adulta, visto que mudam o ambiente, as responsabilidades e as exigências dentro e fora da instituição de ensino. Assim, surgem fatores capazes de levar o universitário ao estresse, comprometendo o seu desempenho acadêmico.

Aparentemente estresse e ansiedade poderiam ter o mesmo conceito, mas segundo estudos realizado a **ansiedade** é um **estado psíquico** de apreensão ou medo provocado pela antecipação de uma situação desagradável ou perigosa. A palavra "**ansiedade**" tem origem no latim anxietas, que significa "angústia", "**ansiedade**", de anxius = "perturbado", "pouco à vontade", de anguere = "apertar", "sufocar" (www.significados.com.br, 2014).

Na psicologia ansiedade é uma resposta de nosso corpo a uma situação desagradável. O conceito de ansiedade não traz apenas um preceito, principalmente se for avaliado pelo lado psicopatológico. A ansiedade pode se manifestar de várias formas, sendo comum as pessoas se referirem a ela como a causa do desassossego, angústia, mal estar geral, no entanto, é um conjunto de sintomas que se somatizam, e alguns deles se apresentam na forma de:

- Aumento da frequência cardíaca e respiratória;
- Náuseas;
- Sudorese e tensão muscular;
- Dificuldades de concentração;
- E dificuldades no sono.

Estresse e ansiedade poderiam ser sinônimos, visto que o estresse é um dos causadores das crises de ansiedade. No entanto, esses termos trazem significados distintos conforme May (1998), que aponta o estresse como uma resposta fisiológica que consiste em parte da situação de ameaça, já a ansiedade é como manobramos o estresse, portanto a nossa reação global à situação de ameaça.

A ansiedade tem um propósito: proteger-nos dos perigos que ameaçam a nossa existência ou os nossos valores. Ela é útil, portanto, para a sobrevivência e para o nosso desenvolvimento, desde que mantida em níveis suportáveis, quando atua como um estímulo a consciência, a vigilância e a ação (MAY, 1980).

Alguns estudantes relacionam a ansiedade ao nível de expectativas criadas, tanto por eles quanto pela família, em relação ao curso ou ao simples fato de estar frequentando uma universidade pública. Sendo que o difícil é manter essa ansiedade no nível em que todos chamam de aceitáveis. Segundo Mello (2004,apud J Claudino, R Cordeiro 2006):



[...] os melhores alunos são os que desenvolvem com mais facilidade crises de ansiedade [...] porque são eles que possuem maiores expectativas e põem mais exigências relativamente ao seu desempenho escolar.

## 2.2 FATORES SOCIOLÓGICOS DO ESTRESSE E DA ANSIEDADE

Analisar os fatores sociológicos do estresse e da ansiedade significa pensar na maneira pela qual os indivíduos estão se relacionando com o meio e com todas as interfaces que se fazem presentes. Visto que a sociologia se encarrega de tentar compreender o comportamento destes indivíduos frente às socializações e às estruturas das quais todo o ser humano faz parte.

O mundo foi palco de mudanças rápidas e profundas nas últimas décadas, exigindo uma maior capacidade de adaptação. As mudanças nos padrões sociais deixaram jovens e adultos mais vulneráveis para estas novas configurações de paradigmas apresentadas, causando uma sobrecarga emocional nos indivíduos. Neste sentido, a ansiedade pode estar relacionada à adaptação destas mudanças, pois emergem como mecanismos de pressão social e fuga frente aos processos de transformação desencadeados pelos distintos fenômenos sociais (MEDEIROS, P.P.; BITTENCOURT, F.O, 2007, 44).

Existem vários tipos de estressores, podendo ser classificados como estressores internos, e externos; e ainda estresses ambientais caracterizados por estressores que possam estar mantendo o indivíduo acordado, como: sirene, cão latindo ao lado da porta, vizinhança barulhenta, áreas consideradas com alto índice de criminalidade, entre outros. E existem também os estressores sociais, caracterizados pela falta de condições de vida como desemprego, pressão financeira, dívidas, discriminação racial e sexual, assédios, falta de apoio social que diminuem a qualidade de vida. Estressores são muito comuns para alunos que, além de estudar, trabalham.

As pressões internas do estresse podem advir das dificuldades enfrentadas na vida cotidiana que seriam as incertezas, atitudes pessimistas, autocrítica, expectativas ou crenças irreais, baixo autoestima e a falta de assertividades. Barbosa (2006) observa que ao sentirem à margem dos processos sociais e econômicos os indivíduos somatizam suas dores mais profundas.

(...) pode-se supor que os indivíduos, ao lidarem com a complexidade do mundo social, com sua subjetividade fragmentada, se vêem submetidos em seu cotidiano à dificuldade de lidar com o mesmo, já que as sociedades complexas podem patentear para todos, ou para um grande número de indivíduos, exclusão à participação política efetiva e dificuldades para compreender como operam em seu cotidiano os processos de globalização e aumento da violência em escala planetária, por exemplo.(...) (BARBOSA. S. R, 2006, p. 320)

Conforme Malagrís e Fiorito (2006), de forma geral os eventos não são em si estressantes, pois o que vai determinar essa condição é o modo como eles são interpretados.

Dessa forma, pode se analisar sociologicamente que alguns dos fatores de estresse e ansiedade seriam relacionados às estruturas sociais as quais os indivíduos estão inseridos e também pelo acúmulo de capitais simbólicos que a estes são inerentes. Pensando na contribuição de Bourdieu (1998) esses capitais poderiam ser então um determinante do quão longe estes indivíduos podem chegar.

Embora o autor reconheça que estes indivíduos tenham sim o poder de agência e de escolha sobre qual caminho seguir, a facticidade existe. Estes agentes sociais estão subordinados às estruturas coercitivas das organizações sociais e estas vão impor-lhes limites pela origem e pelo capital social que estes indivíduos detêm.

### 2.3 INDIVÍDUO E SOCIEDADE: REFLEXÃO SOCIOLÓGICA SOBRE AS INCERTEZAS E INSEGURANÇAS DA CONTEMPORANEIDADE.

Estamos destinados a incertezas, afirma Dubar (2006). “Para o mal ou para o bem, para o mal porque ela é uma fonte inesgotável de nossa miséria: Para o bem porque ela é também a principal causa de nossa glória da inventividade e da criatividade humanas, assim como de nossa capacidade de transcender, um a um, os limites que a incerteza impõe ao potencial humano”.

Esta reflexão é, ou torna-se, muito relevante ao considerarmos que as estruturas na leitura de Bourdieu e Passeron (1965) acabam por impor a certos indivíduos os limites de sua condição social; ou seja, para que indivíduos possam seguir seus caminhos sejam estes profissionais ou acadêmicos existem os limites que seriam seus capitais simbólicos. Embora este autor não descarte o poder de agência dos indivíduos de tentar transpor os caminhos para chegar às possibilidades, os indivíduos necessitam de acesso a certo capital cultural, pois as possibilidades não se apresentam de forma igualitária.

Neste sentido só se pode pensar em meritocracia entre iguais. Mas afinal, o que é ser igual? Os indivíduos não são iguais, eles são singulares e únicos dentro de suas próprias trajetórias de lutas. E ao pensar no ambiente acadêmico ou começando pelo ambiente escolar que, segundo o autor, reproduz uma estrutura hegemônica de poder da sociedade, o sistema escolar, em especial o acadêmico, é marcado pela presença de discentes que possuem distintas trajetórias e percursos sociais, em especial na última década<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> A constatação do Governo Federal sobre elitização no acesso à educação superior como uma forma de exclusão social culminou com a decisão de ampliação de oportunidade de acesso ao ensino superior. A partir do ano de 2003 foi criado o programa de expansão do ensino superior federal visando à inclusão de alunos de diferentes segmentos sociais, a partir da política de cotas e aumento do número de vagas. Este ingresso, se de um lado, foi muito bem vindo, por outro tornou mais expressiva as diferenças de capitais culturais entre o alunado.

Considerando já começar no ambiente escolar esta reprodução das estruturas hegemônicas, no ambiente acadêmico elas apenas se intensificam, pois, é neste espaço que o indivíduo toma consciência que está em um ambiente de disputas, inclusive na busca dos capitais que lhes são escassos.

Sobre estes capitais Bourdieu (1998, p. 67) define o capital social como sendo:

[...] conjunto dos recursos reais ou potenciais que estão ligados à posse de uma rede durável de relações mais ou menos institucionalizadas de interconhecimento e de inter-reconhecimento mútuos; ou, em outros termos, à vinculação a um grupo, como o conjunto de agentes que não somente são dotados de propriedades comuns (passíveis de serem percebidas pelo observador, pelos outros e por eles mesmos), mas também que são unidos por ligações permanentes e úteis.

O capital cultural, por sua vez, é definido como sendo um tipo de capital que é acumulado pelos agentes sociais desde a infância, sendo

[...] pressuposto de uma apropriação rápida e sem esforço de todo tipo de capacidades úteis – só ocorre sem demora ou perda de tempo, naquelas famílias possuidoras de um capital cultural tão sólido que fazem com que todo o período de socialização seja, ao mesmo tempo, acumulação. Por conseqüência, a transmissão do capital cultural é, sem dúvida, a mais dissimulada forma de transmissão hereditária de capital. (BOURDIEU, 1998, p. 86).

O autor identifica o capital cultural como sendo a educação, salientando que, em termos de valoração, se equipara ao valor atribuído ao capital econômico. No sistema educacional, as oportunidades não são igualitárias, posto que as estruturas e os indivíduos possuem suas próprias trajetórias, o que dificulta as transformações sociais pelas reproduções das estruturas e dos limites internalizados. Sendo assim, moradores das residências estudantis da UFSM, devido às diversidades sociais configuradas neste espaço, além da necessidade de transporem dificuldades impostas pela ausência da família, das novas interações sociais que emergem na fase de adaptação, necessitam transpor os obstáculos referidos pelo autor.

A expansão do ensino superior trouxe para o espaço universitário indivíduos que por questões estruturais não faziam parte deste universo. O sistema de ensino não é na verdade uma promoção de mobilidade social, visto que as instituições de ensino, principalmente de ensino superior, distinguem por méritos os estudantes, sem levar em consideração a sua origem social, que influenciou de maneira determinante sua trajetória até chegar à academia.

Portanto, ao avaliar sociologicamente os fatores de estresse e ansiedade para o público alvo desta pesquisa, faz-se necessário averiguar, não apenas o comportamento dos indivíduos neste meio, mas também, levar em conta diferenças sociais e culturais deste universo. Isto é, identificar como a posse de distintos capitais culturais pelos estudantes que utilizam a moradia estudantil da instituição influencia no desenvolvimento de situações de estresse e ansiedade.

## 2.4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DE DADOS

A análise de conteúdo, em sua vertente qualitativa, parte de uma série de pressupostos, os quais, no exame de um texto, servem de suporte para captar seu sentido simbólico. Esse sentido nem sempre é manifesto e o seu significado não é único. Poderá ser focado em função de diferentes perspectivas. Por isso, um texto contém muitos significados (OLABUENAGA e ISPIZÚA (1989, p.185).

As categorias de análise utilizadas para a sistematização e exame dos dados para a escrita deste artigo pode ser observada no Quadro 1. A idéia inicial era realizar entrevistas com moradores das três residências estudantis da UFSM, mas, devido às questões relacionadas ao acesso aos informantes, foi possível coletar dados apenas com estudantes moradores da CEU I e II. A amostra foi composta por seis estudantes, com média etária de 24 anos, todos eles (a) estudantes solteiros e sem filhos.

**Quadro 1:**

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>
1 Identificação	1-1 Idade média
	1-2 Grau de instrução dos pais e irmãos
	1-3 Renda Familiar
2 Escola e universidade	2-1 Tipo de escola pública ou privada
	2-2 forma de ingresso
	2-3 influencia na escolha do curso
	2-4 Satisfação com o curso
3 Trabalho	3-1 Expectativas quanto ao mercado de trabalho, anterior e posterior e preocupação c/currículo.
4 Experiência acadêmica e vivência na moradia estudantil	4-1 Discriminação no ambiente acadêmico na moradia estudantil
	4-2 Relacionamento com colegas e professores
	4-3 Desconforto e angustia no ambiente acadêmico
	4-4 Conhecimento sobre serviços psicológicos
	4-5 estressores no ambiente acadêmico
	4-6 adaptação na CEU
	4-7 Perfil do aluno que se adapta melhor na universidade

No que diz respeito à análise dos dados, a primeira constatação ao realizar as entrevistas diz respeito à categoria de análise “identificação”, cujo objetivo é identificar a origem familiar dos entrevistados. Dentre os informantes desta pesquisa, quatro dos alunos têm pais que não concluíram o ensino médio, tendo cursado somente o ensino fundamental completo ou incompleto. Em 2016 foi apresentada uma pesquisa do IBGE a qual apontava

que a escolarização dos pais influencia na formação profissional e no rendimento dos filhos (PENAD, 2014, IBGE). Nesta pesquisa, foram considerados o grau de instrução, a formação profissional e a renda para ser analisada a formação sócio-ocupacional dos alunos, além disso, a pesquisa também apurou que a presença de pais com uma escolaridade maior influenciava diretamente na escolaridade e nos rendimentos dos filhos. (G1, Globo,2016)

Ao falar dos capitais, Bourdieu (1998), está referindo-se também ao capital cultural advindo da educação familiar e este também está relacionado às possíveis dificuldades de ascensão no ambiente escolar de alunos que são filhos de pais que não são detentores destes capitais. Estes capitais estão também demonstrados quando se trata da renda familiar dos alunos entrevistados, cujas rendas variam de um salário mínimo à no máximo 3 salários.

Não há dúvida de que os julgamentos que pretendem aplicar-se a pessoas em seu todo levam em conta não somente a aparência física propriamente dita, que é sempre socialmente marcada (através de índices como corpulência, cor, forma do rosto), mas também o corpo socialmente tratado (com a roupa, os adereços, a cosmética e, principalmente, as maneiras e a conduta). (BOURDIEU, 1998, p. 193).

Percebe-se ao falar-se em capitais, que estes estão entrelaçados, ou seja, capital social e capital econômico não se excluem e nem são atomizados. O acúmulo destes capitais, ainda que não de forma consciente, tem suas origens em famílias que detêm certo capital cultural. Considerando que estas famílias terão maior facilidade em transmitir estes capitais aos seus filhos e, na posse destes capitais, um estudante de classe média terá maiores oportunidades de acesso ao sistema escolar superior e de adaptação acadêmica neste espaço, que um aluno, cuja origem social provém de grupos populares.

Em relação ao segundo grupo de análise (escola e universidade), constatou-se que todos os respondentes são oriundos de escola pública. Quanto ao serem questionados, sobre a qualidade de ensino nestas escolas, as respostas apresentam variações, conforme relatos que seguem:

Entrevista -1 (...) na minha cidade a escola tinha histórico de ser a melhor escola pública de ensino médio. (...) era na época que eu estudava lá. (...)é um nível bem alto, em nível de escola pública.

Entrevista -2 (...) em relação à escola de estado ela é muito boa, mas em comparação com uma escola particular ela deixa a desejar (...).

Entrevista-3 (...) na verdade o ensino era bom, a infra-estrutura que era ruim, porque a escola sofreu vários cortes (...).

Entrevista-4 (...) era bem inferior ao daqui, quando eu cheguei aqui eu apanhei um pouco (...).

O índice de desenvolvimento da educação básica- IDEB foi criado em 2007, em uma escala de zero a dez que sintetiza dois conceitos para a qualidade da educação. Os conceitos são aprovação a partir da média de desempenho de estudantes em língua portuguesa e matemática. Este indicador é calculado partindo de dados sobre aprovação escolar com dados dos censos escolares e das médias de desempenhos do INEP, o SAEB. A maneira como é realizado esse monitoramento é através do rendimento escolar (aprovação) e desempenho medido por meio das provas de proficiências em exames padronizados, como a Prova Brasil e o SAEB.

As críticas a este teste de qualidade partem do entendimento que se tem sobre rendimento escolar baseado em índice de aprovações, pois na percepção do Ministério da Educação (MEC), as repetidas reprovações de um aluno tornam-se um fator decisivo para que este aluno abandone a escola. A meta do país é atingir a média seis até o ano de 2022, mas nas últimas avaliações a média das escolas públicas ficaram entre 4.2 (mínima) e 4.7 (máxima) nos anos finais do ensino fundamental, considerando o período entre 2011 até 2017, e médias de 3.2 (mínima) e 3,5 (máxima), no mesmo período, para os anos finais do ensino médio. Nessa avaliação do MEC, apenas 5% das escolas foram classificadas como “adequadas”. Os resultados do SAEB indicam que a maioria dos alunos não conseguem atingir os níveis mínimos esperados em cada nível de ensino. “Quanto mais elevado o nível de ensino, maior a distância entre a realidade e o esperado.” (OLIVEIRA E SCHWARTZMAN, 2002, p.25). Sendo assim, tornam-se compreensíveis as dificuldades enfrentadas por esses alunos ao se depararem com provas que avaliam seus conhecimentos de modo geral como é o caso do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) e, anteriormente, dos vestibulares.

A questão educacional não pode proceder de forma abstrata, imprecisa, genérica, desvinculada do contexto histórico-social e existencial do educando. Ao pensarmos educação, devemos antes de qualquer coisa compreendê-la a partir da concepção de homem que devemos formar. O conteúdo dessa educação deve emergir das condições materiais e existenciais das massas populares, e possuía uma visão positiva a respeito das massas populares, concebendo-as como construtoras do processo de desenvolvimento nacional. Existem lacunas ainda na educação pelo fato de que tradicionalmente os programas voltados à educação de adultos muitas vezes os tem tratado como crianças, utilizando materiais didáticos, metodologias e práticas que não condizem com as especificidades desta faixa etária. Nesse sentido, o ato de educar para o desenvolvimento não se reduz à transmissão de conteúdos particulares de conhecimento, nem tampouco o ensino de determinadas matérias; é muito mais do que isto, pois se trata de preparar o educando para um novo modo de pensar e de sentir a existência em face das condições sociais com que se defronta; é dar-lhe a consciência de sua constante relação com comunidade, país e mundo, e que todo o seu saber deve contribuir para o empenho coletivo de transformação da realidade. (PINTO, 2007 ).

Sobre a forma de ingresso e a escolha do curso da categoria 2.2 - Forma de Ingresso e 2.3 - Influência na Escolha do Curso, os entrevistados responderam que entraram na

universidade por cotas e pelo SISU. A escolha dos cursos de graduação, muitas vezes, está relacionada às notas dos processos seletivos, pois os alunos, ao acompanharem suas inscrições, já sabem da possibilidade de disputar determinados cursos tendo em vista o seu ponto de corte. Observa-se que a escolha por determinado curso nem sempre é feita com base na área de interesse do aluno, mas sim pela nota obtida no processo seletivo, fator este que indica a existência de uma racionalidade pragmática por parte dos informantes desta pesquisa. Diante disso, podem ocorrer frustrações, culminando com a possibilidade de abandono de curso, ou ainda a satisfação pela escolha, visto que a opção por um curso superior nem sempre é orientada por identificação ou afinidade com uma determinada área de conhecimento, mas por uma possibilidade concreta de ingressar no ensino superior.

Varias são as questões que determinam a permanência em um curso. Muito além da satisfação, às vezes a necessidade ou as cobranças externas pressionam de tal forma os indivíduos que estes se observam aderindo a pressões da realidade em que vivem e optam por deixar o sonho de um curso que lhes traria satisfação pessoal em prol de outro, que lhes assegure segurança financeira. Outras vezes o curso é escolhido impulsivamente, por opiniões de familiares, amigos ou até por modismo.

Esses são fatores que geram desgaste emocional, situações de angústia e crises de ansiedade em estudantes independente de classe social. E, muitas vezes, alunos chegam ao limite quando já na etapa final de um curso, que não corresponde suas expectativas, acabam por desistir. No caso dos entrevistados, estes deixaram claro que a escolha do curso não fazia parte da decisão de querer fazer um curso superior como é demonstrado na categoria (3)

educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho (CF, 1988, Seção I, Art. 205 ).

A categoria de número 3 – Trabalho traz as questões de expectativas que estes alunos tinham antes de entrar na faculdade; além de questioná-los sobre a preocupação com mercado de trabalho e também se existem por parte destes alunos preocupação com o currículo acadêmico.

As políticas de inclusão social impactaram de forma definitiva no acesso ao ensino superior no Brasil. Com a ampliação das vagas na última década um percentual maior de jovens entre 18 e 24 anos buscou nesta modalidade de ensino um meio de superar as diferenças sociais como forma de obter não apenas melhores salários, mas, também uma possível mobilidade social crescente, que supostamente pode ser viabilizada ao se obter um diploma.

Ao responderem a primeira pergunta sobre as expectativas anteriores ao ingresso na vida acadêmica, observou-se que a maioria dos entrevistados pensava apenas em ingressar na Universidade, independente do curso; enquanto que a minoria já tinha determinado sua área de interesse.

Entrevistado -1 (..) minhas expectativas eram bem baixas, eu queria sair da minha cidade e fazer um curso superior e hoje minha expectativa é me formar e continuar um tempo no meio acadêmico e fazer mestrado tentar mestrado, porque a gente não sabe como está a nossa realidade para trabalhar.

Entrevistado-2 (...) eu queria fazer mestrado, doutorado e hoje minhas expectativas continuam as mesmas(...)

Entrevista -3 (...) eu só queria fazer uma graduação e voltar para minha cidade e acabar dando aula lá. (...) vim para cá e descobri as oportunidades. (...) de querer ficar estudando cada vez mais.

Entrevista -4 (...) as expectativas antes de entrar no curso, acho que são as mesmas de hoje, quero aprender o que eu to aprendendo ali.(...) eu acho que vou fazer mestrado depois e aí tentar seguir a área de eletrotécnica em alguma empresa.

Entrevista -5 (...) minha expectativa era atuar na educação e hoje é fazer algum projeto ligado a educação.

Entrevista -6 (...) eu queria fazer uma faculdade, mas agora por problemas pessoais eu vou dar um tempo, vou sair e ver se meu curso, se o que aprendi no curso até aqui, vai servir para a vida lá fora.

A educação tem sim o potencial de diminuir as diferenças sociais, mas a escola, não sendo um espaço neutro, apenas reforça estas desigualdades. Pois não levam em conta os aspectos subjetivos da vida de cada aluno; sendo assim, ela reproduz conceitos de méritos desacreditando na potencialidade daqueles que não trazem consigo uma boa bagagem cultural. Estes indivíduos necessitam de mais tempo e esforço para absorver conhecimentos e alavancar seus estudos, uma vez que as diferenças na educação básica e no ensino médio no



Brasil são bastante significativas, quando se leva em consideração as distinções existentes no próprio sistema escolar.

A escola, considerada um local de mostrar as possibilidades, torna-se um espaço que deixa claro as dificuldades apresentadas caso a opção for permanecer com os estudos. Portanto, é natural que indivíduos de classes desfavorecidas socialmente optem por cursos onde não se apresente uma grande concorrência. Estes internalizam as dificuldades dos pais e das estruturas que lhes cercam; isso significa que não é permitido sonhar, não que seja proibido, mas são as limitações impostas pelos próprios grupos sociais nos quais estão inseridos, que os levam à ações mediadas por racionalidades pragmáticas. Sendo assim, reduzem as expectativas e as possíveis decepções ao não escolherem um curso, mas ter apenas um desejo, o de fazer uma faculdade

Imersos num meio no qual se sabe manejar a palavra, onde a língua culta é a língua natural, esses jovens integram desde a infância as regras do saber-viver intelectual e do saber pensar. (CATANI, 2002, p. 71).

A percepção da falsa democracia da educação foi analisada por Bourdieu na década de 60 e é apresentada por (Nogueira e Nogueira, 2002, p.26)

Onde se via igualdade de oportunidades, meritocracia, justiça social, Bourdieu passa a ver reprodução e legitimação das desigualdades sociais. A educação, na teoria de Bourdieu, perde o papel que lhe fora atribuído de instância transformadora e democratizadora das sociedades e passa a ser vista como uma das principais instituições por meio da qual se mantêm e se legitimam os privilégios sociais.

A categoria (4) abrange as questões mais relevantes para esta pesquisa. Nela são abordadas as experiências acadêmicas dos entrevistados e a vivência nas residências estudantis da UFSM.

Neste momento foi possível observar praticamente a forma como o sistema escolar é responsável pela reprodução das desigualdades sociais, ao se levar em consideração, para fins de análise, as trajetórias escolares desses discentes.

Entrevista- 1 (...) tem um pouco. (...) a partir dos professores, uma educação, uma educação um tanto quanto elitista, que assume que a gente teve as mesmas oportunidades, que todo mundo teve o mesmo acesso as mesmas coisas nos mesmos momentos, e que ignora um pouco de onde a gente veio. Qual a nossa realidade, de onde a gente saiu, e ai acabam criando em algum aspecto até uma competitividade entre os alunos que não é muito saudável né. Eu diria que isso é uma discriminação de classe.

Entrevista-6 (...) sim por professores, o curso é muito elitista e eles acham, os professores acham que você tem que saber tudo antes, tipo ter um conhecimento prévio. Eles

meio que desfazem de você porque você não sabe os termos e não entende certos autores. Ninguém pergunta de que escola eu vim ou o que eu passei, cobram as coisas e você se sente muito mal por não saber e eles te desdenham mesmo. (...) isso está me dando muitos problemas, eu tive varias crises, já reprovei, hoje faço acompanhamento psicológico que é como enfrento minhas dificuldades, mas está bem difícil sabe. (...) eu vou sair agora, vou dar um tempo para ver se vale a pena continuar assim com este curso. (...) eu gosto do curso, não é ele o problema, mas é um curso elitizado de pessoas que acham que sabem tudo e você é um nada e nem sabe o porquê está ali.

Mesmo após seis anos da criação da lei de cotas (Lei nº 12.711/2012), que possibilitou o ingresso de estudantes oriundos de escola pública e/ou de baixa renda; que em sua maioria é detentor de um menor capital social e cultural, percebe-se, diante as respostas anteriores, que a universidade ainda não está adaptada para receber aquele público que, até então, não tinha acesso ao ensino superior. Dessa forma, ela não está exercendo o seu papel de agente de transformação no meio social.

Quanto subcategoria 4-2, os entrevistados referem terem na maioria das vezes um bom relacionamento com a maioria dos colegas e também com grande parte dos professores.

Na próxima subcategoria 4-3, na qual se pergunta se existem angústias ou desconfortos nos ambientes, foram observadas as seguintes colocações, dentre as quais destacam-se principalmente as dificuldades que estes alunos apresentam em conciliar um determinado conhecimento escolar adquirido na sua educação básica e no seu ensino médio que, muitas vezes, contrastam significativamente com as demandas apresentadas na academia. Em outras palavras, o que se observou são as diferenças significativas existentes entre distintos capitais culturais e sociais que se entrecruzam neste espaço.

Entrevista -2 (...) eu tive no quarto semestre, que eu acho que é um semestre muito difícil, que é até o semestre que eu peguei o primeiro exame de graduação, que eu tive muita ansiedade, ansiedade de não dormir de noite.

Entrevista-3 (...) ter que produzir muito, ter que ler muito e de uma vez, então às vezes tu (...) eu consigo conciliar bem por causa da minha bolsa, mas se tu trabalha em outras tu está sempre interagindo, está sempre - como é a palavra - está sempre correndo, está sempre ocupado com as leituras, em vencer as leituras, em fazer projetos, então isso é angustiante, é bem angustiante.

Entrevista-4 (...) o que mais me causa angustia é a falta de conhecimento. (...) geralmente tu sente vergonha de pedir ajuda para um colega, alguma coisas que tu não entende. Tu pergunta, ele explica e tu continua não entendendo.

Entrevista – 6 (...) a maneira como os professores te julgam como aluno, como se fosse obrigado a saber do curso para poder cursar. Se eu não sei nada sobre os autores famosos da área, eles ficam perguntando, como estou aqui se não sei, como se precisasse saber dos autores famosos para cursar, e isso me causa muito desconforto. Eu já reprovei várias vezes por isso e agora eu to realmente pensando em sair do curso.

A partir dos relatos dos informantes desta pesquisa, identificou-se que os fatores que causam angústia e desconforto no ambiente acadêmico estão relacionados a alta produtividade, traduzida em cobrança de prazos, excesso de leitura e produção de trabalhos, muitas vezes devendo ser conciliados com bolsas remuneradas.

Estes fatores geram situações de estresse e angústia entre parte destes estudantes no ambiente acadêmico, conforme pode-se observar nos relatos a seguir:

Entrevista-1 (...) excesso de alunos em uma mesma moradia, o que dificulta os estudos e momentos de concentração.

Entrevista -2 (...) pressão por notas.

Entrevista-3 (...) excesso de leituras em prazos curtos, impossibilitando de aproveitar os textos que são fragmentados.

Entrevista-4 (...) falta de tempo. Muitas tarefas para fazer em pouco tempo.

Entrevista-5 (...) métodos de avaliação, cobrança de prazos e maneira como as aulas são conduzidas.

Entrevista-6 (...) dificuldade de morar com pessoas desconhecidas.

Em relação à adaptação dos alunos entrevistados à rotina da casa do estudante, os mesmos relataram que as principais dificuldades consistem em conviver com estudantes que são desconhecidos em um primeiro momento e que possuem hábitos culturais e sociais bastante distintos (deve-se levar em consideração aqui que parte dos moradores da casa de estudantes são oriundas de pequenas cidades do interior do Estado do RS, principalmente) e estar afastado do ambiente familiar, ou seja, da família de origem.

Ao serem questionados sobre o perfil de alunos que se “dá bem na universidade” os entrevistados relatam como fatores determinantes características tanto individuais (facilidade de expressão, sociabilidade, extroversão) quanto sociais (renda, capital cultural prévio, raça, etc.)

### **3 CONCLUSÃO**

Conclui-se que são vários os fatores geradores de estresse e ansiedade identificados por alunos moradores das CEUs. Estes estressores são observados no cotidiano destes alunos no que se refere à estrutura da casa, convívio entre moradores, números de moradores na mesma casa e hábitos de cada estudante que é morador. Em relação ao ambiente acadêmico eles identificaram estressores ao considerar que a pressão por produção, por prazos, a quantidade de leituras exigidas e a cobrança por uma boa média os levam a situações identificadas como sendo muito estressantes, se agravando mais em épocas de provas.

Os alunos entrevistados no geral mostram descontentamento com várias situações no cotidiano da vida acadêmica. Estes alunos falam de violência simbólica quando relatam a desqualificação por parte de um professor ao exporem suas ideias, na pergunta sobre discriminação no ambiente acadêmico (entrevista -3), violência de gênero, quando o professor naturaliza ser a mulher responsável pelos serviços da casa (entrevista 2) ou violência de classe como relatam as entrevistas (1,5,6).

Sendo a violência simbólica exercida sem a coação física é provável que seja naturalizada no contexto acadêmico. Violência simbólica conceito social elaborado por Bourdieu segundo este autor é um meio de exercício do poder simbólico.

[...] assim, as relações de comunicação são, de modo inseparável, sempre, relações de poder que dependem, na forma e no conteúdo, do poder material e simbólico acumulados pelos agentes [...] o que ocorre é uma relação de luta, principalmente, simbólica que as diferentes classes estão envolvidas para imporem a definição do mundo social conforme seus interesses. (BOURDIEU, 1998, p. 11).

Sendo as aulas espaços de interações legítimas da luta pelo monopólio do conhecimento os alunos são os agentes que se auto identificam como tendo menor poder de fala, seja por estratos sociais ou de gênero, legitimam este poder estruturante das classes dominantes. Sendo assim a violência simbólica nem sempre é um ato consciente entre quem exerce ou quem está sofrendo.

Do mesmo modo, foi possível observar as diferentes formas como o ambiente universitário impacta o cotidiano desses discentes, quando se leva em consideração a origem social dos mesmos, principalmente, o tipo de sistema escolar por eles frequentado na educação básica e no ensino médio. Sabendo das diferenças existentes no sistema escolar do

país, principalmente no que diz respeito às condições estruturais das escolas (falta de professores, turmas muito grandes, violência, condições físicas dos prédios bastante degradadas, falta de investimentos, baixa remuneração dos professores, etc.), os conflitos e dificuldades vivenciados por estes discentes são gritantes.

Deste modo, embora as políticas de cotas possibilitaram o ingresso de parcelas da população (até então excluídas) na universidade, por outro lado, não foi observado um investimento significativo na educação básica e no ensino médio nas escolas públicas do Brasil, espaço do qual os informantes desta pesquisa são oriundos. Estas diferenças de acesso impactam significativamente nos fatores estressores identificados pelos entrevistados.

Diante deste quadro, o sistema escolar de forma em geral, e o sistema acadêmico em particular, continuam cumprindo o seu papel de perpetuação das desigualdades sociais, conforme já apontado por Bourdieu.

## REFERENCIAS

ATKINSON, Rita L. **Introdução à Psicologia** de Hilgard/Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, Edward E. Smith, Dary J. Bem, Susan Nolen-Hoeksema e Carolyn D. Smith; tradução Daniel Bueno, - 13ª. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

BARBOSA S. R. C. S. **Complexidade social e Subjetividade: considerações sociológicas acerca da depressão**. Teoria e Pesquisa, UFSCar, São Carlos, Vol 1, n. 48, jan./jun., p. 105-132. 2006

BITTAR, Mariluce; ALMEIDA, Carina E. Maciel de. **Mitos e Controvérsias sobre a Política de Cotas para Negros na Educação Superior**. In: Jr, João dos Reis; Oliveira, João Ferreira de; Mancebo, Deise (org). Reforma Universitária: dimensões e perspectivas. Campinas, São Paulo: Editora Alínea, 2006.

BORDIEU, Pierre. **Escritos de Educação**. Petrópolis: Vozes, 1998

BOURDIEU, Pierre. **Sobre o poder simbólico**. In: BOURDIEU, Pierre. O Poder Simbólico. Trad. Fernando Tomaz. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001,

BOURDIEU, Pierre e PASSERON, Jean C.. **A Reprodução: Elementos para uma teoria do sistema de ensino**. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2014.

CARREIRA, D.; PINTO, J. M. R. **Custo aluno qualidade inicial: rumo à educação pública de qualidade no Brasil.** São Paulo: Global: Campanha Nacional pelo direito à Educação, 2007.

DUBAR, CLAUDE **A crise das identidades: a interpretação de uma mutação** TRAD. BARROS, MARY AMAZONAS LEITE DE. ISBN 10: 85-314-1118-1. ISBN 13.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social** . 6. ed. São Paulo: Atlas , 2008.

LACERDA, Ana Nere de. **Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários.** 2015. xx, 66 f., il. Monografia (Licenciatura em Pedagogia)—Universidade de Brasília, Brasília, 2015.

LIPP, M.N.( ORG),**pesquisa sobre estresse no Brasil: saúde ocupação e Grupos de risco.** SP:Papirus, 1996.

**MALAGRIS. & A.C.C.. FIORITO.** Estudos de Psicologia I Campinas I 23(4) I 391-398 I outubro -.dezembro **2006.**

MAROTO, G. N. V., **Depressão e Sociedade: estudo das representações sociais da depressão em um grupo de pessoas adultas da cidade de São Carlos.** Campinas – SP 2002.

MAY, R. (1980). *O significado da ansiedade.* Rio de Janeiro: Zahar.

MEDEIROS, P.P.; BITTENCOURT, F.O. **Fatores associados à internados no Serviço de Psiquiatria do Hospital Militar Principal em 2007.**

MELLO, S. A. A Escola de Vigotsky. In: CARRARA, K. (Org.) Introdução à Psicologia da Educação: seis abordagens. São Paulo: Avercamp, 2004.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade.** 18 ed. **Petrópolis:** Vozes, 2001.

MINAYO, M.C. de S. "**Fase de trabalho de campo**". In: **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo/Rio de Janeiro: 2001.

MURRAY, JAMES H. .Oxford: Oxford University Press, 1933.

MYERS, D. G. **Pensando criticamente com a ciência psicológica**. In: \_\_\_\_ **Introdução à psicologia geral**. 5ª ed. São Paulo: Copyright, **1999**.

OLABUENAGA, J.I. R.; ISPIZUA, M.A. La **descodificacion de la vida cotidiana: metodos de investigacion cualitativa**. Bilbao, Universidad de deusto, 1989.

OLIVEIRA, João Batista Araújo e SCHWARTZMAN, Simon. **A escola vista por dentro** Belo Horizonte, Alfa Educativa, p. 12-31, 2002.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Determinantes sociais e riscos para a saúde, doenças crônicas não transmissíveis e saúde mental: **Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo**. Disponível em: <[http://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839](http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839)>. Acesso em: 10 set. 2018.

PINTO, Álvaro Vieira. Sete lições sobre educação de adultos. São Paulo: Autores Associados : Cortez, 1987.

SCHWARTZMAN, Simon. **Equidade e Qualidade da Educação Brasileira**. São Paulo, Moderna, p. 8, 2008.

SIGNIFICADOS. [www.significados.com.br](http://www.significados.com.br). (17 de Outubro de 2014), disponível em:<<https://www.significados.com.br/ansiedade/>>. Acesso em 10 de Setembro de 2018.

SELYE, H. A. (1965). **Stress: A tensão da vida** (2a ed.). (F. Branco, Trad.). São Paulo: Ibrasa.