



■ PELA EXPRESSÃO DE CONCENTRAÇÃO DOS VESTIBULANDOS, PODE-SE PERCEBER A TENSÃO COM QUE ELES ENCARAM OS EXAMES SELETIVOS PARA INGRESSO NAS UNIVERSIDADES

ESTUDO MAIORIA DOS ALUNOS TEM SINTOMAS DE ANSIEDADE, DE LEVE A GRAVE

# Tensão pré-vestibular

**J**aneiro é a época do ano em que ocorre a maior concentração de vestibulares. É nesse período, portanto, que os estudantes que vão enfrentar o processo seletivo para entrar nas universidades sofrem com a ansiedade, tanto pela realização das provas quanto para saber o resultado da seleção.

Na Universidade de Brasília (UnB), as provas do vestibular 2009 para preencher 1.364 vagas de 73 graduações, serão realizadas nos dias 17 e 18 de janeiro. Os portões dos locais de provas serão fechados às 13h e os candidatos terão cinco horas, em cada dia, para realizar as provas seletivas.

Nesse período que antecede as provas do vestibular, grande parte dos estudantes vivem dias de tensão. Um levantamento com 1.046 vestibulandos verificou que 56,3% deles apre-

sentaram sintomas de ansiedade, considerando os níveis de intensidade leve, moderado e grave. As candidatas do sexo feminino se mostraram mais ansiosas do que os homens.

A ansiedade é um estado emocional caracterizado por um conjunto de reações psicológicas e fisiológicas relacionadas a situações de perigo. Segundo o estudo, os cinco sintomas mais frequentes identificados com o problema foram nervosismo, medo de que aconteça o pior, incapacidade de relaxar, sensação de calor e indigestão.

Os participantes do estudo foram selecionados em quatro cursos de pré-vestibulares na cidade de Porto Alegre (RS). Esse trabalho teve seus resultados publicados na *Revista de Psiquiatria Clínica*, do Departamento e Instituto de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Uni-

versidade de São Paulo (USP).

"Em seus diferentes níveis, a ansiedade pode ser saudável e motivar os candidatos a estudar mais, fazendo com que se preparem melhor para o vestibular. Mas a ansiedade também é uma doença que prejudica o rendimento, a concentração e a memorização", diz o médico psiquiatra Daniel Guzinski Rodrigues, pesquisador do Departamento de Psiquiatria da Universidade Luterana do Brasil (Ulbra) e um dos autores deste estudo com os vestibulandos.

## ■ Avaliação

A avaliação dos candidatos foi realizada por meio de um questionário estruturado e pela aplicação da Escala Beck de Ansiedade (BAI), que mede a intensidade dos sintomas relacionados à ansiedade.

O questionário tinha 24

questões que abordavam o perfil sociodemográfico e a escolha profissional, enquanto a BAI é constituída de 21 afirmações descritivas de sintomas de ansiedade que foram avaliadas a partir de uma escala de quatro pontos. Ali estavam incluídos itens como incapacidade de relaxar, aceleração do coração, dificuldade de respirar, nervosismo, sensação de sufocação, tremores nas mãos e medo de perder o controle.

Esse estudo foi realizado por Rodrigues e pela psicóloga Cátula Pelisoli, pesquisadora da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), e os alunos entrevistados pelo trabalho tinham idade média de 18 anos, sendo que 88,1% deles apenas estudavam e 1,6% estudavam e trabalhavam.

Além da escolha decisiva por uma profissão ocorrer na ado-

lescência, o que exige o conhecimento prematuro de variáveis como mercado de trabalho, área de atuação e salário, outro fator que contribui para a ansiedade, segundo os autores do estudo, é o fato de os processos seletivos se caracterizarem por uma acirrada competição que não depende apenas do próprio esforço do candidato, mas também do desempenho dos outros.

"Os alunos de cursos pré-vestibulares vivem sob pressão, o que pode estar relacionado com a instalação de quadros de ansiedade generalizada. Para que a ansiedade não gere problemas mentais mais graves, levando a transtornos como síndrome do pânico, depressão e estresse pós-traumático, a preparação para provas ou concursos deve ser psicoeducacional", assegura Rodrigues.