

# CORRELAÇÃO ESTRESSE, HORAS DE ESTUDO E TEMPO DE CURSINHO NA INCIDÊNCIA DE IDEAÇÃO SUICIDA EM ESTUDANTES PRÉ-VESTIBULANDOS EGRESSOS DO ENSINO MÉDIO

Professor orientador: Sérgio Henrique de Souza Alves

Alunas: Giovanna Borges da Silva Melo e  
Paloma dos Santos de Albuquerque Costa

PROGRAMA DE  
INICIAÇÃO CIENTÍFICA  
PIC/CEUB

**RELATÓRIOS DE PESQUISA**  
VOLUME 9 Nº 1- JAN/DEZ  
**•2023•**





**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - CEUB  
PROGRAMA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA**

**GIOVANNA BORGES DA SILVA MELO  
E PALOMA DOS SANTOS DE ALBUQUERQUE COSTA**

**CORRELAÇÃO ESTRESSE, HORAS DE ESTUDO E TEMPO DE CURSINHO NA  
INCIDÊNCIA DE IDEAÇÃO SUICIDA EM ESTUDANTES PRÉ-VESTIBULANDOS  
EGRESSOS DO ENSINO MÉDIO**

Relatório final de pesquisa de Iniciação Científica apresentado à Assessoria de Pós-Graduação e Pesquisa.

Orientação: Sérgio Henrique de Souza Alves

**BRASÍLIA**

**2024**

## DEDICATÓRIA

Dedicamos esse estudo a todos aqueles que optam ou precisam cursar um preparatório para as provas de vestibular, a fim de melhor se prepararem e buscarem pelo curso desejado, bem como aos seus familiares e amigos que acompanham e auxiliam no processo.

## AGRADECIMENTOS

À minha colega de pesquisa, por aceitar realizar esse estudo comigo e embarcar ao meu lado nessa aventura que é o mundo acadêmico.

Ao nosso orientador por nos receber, nos acolher e guiar nesse processo, nos ajudando nos primeiros passos rumo à área acadêmica.

Ao professor Henrique Landim que desde o período no qual eu era estudante de pré vestibular me acolheu, auxiliou e orientou, além de ter aceitado divulgar nossa pesquisa para seus atuais alunos de cursinho preparatório, contribuindo significativamente para o alcance da meta de participantes estabelecida.

Aqueles que aceitaram participar da pesquisa, responderam ao formulário e, assim, contribuíram com nossos estudos.

À equipe de assessoria do departamento de pesquisa do Centro Universitário de Brasília (Ceub), sempre bastante solícitos e atenciosos, nos acompanhando em cada etapa do processo e, em especial, à Rafaella Rocha que acompanhou de perto, orientando e sanando nossas dúvidas.

Ao amigo Artur Carvalho, Estatístico formado pela Universidade de Brasília, que prontamente aceitou nos auxiliar e guiar durante a realização das diferentes análises estatísticas e quantitativas realizadas.

E, aos nossos familiares que acompanharam e incentivaram durante todo o processo, procurando sempre contribuir de alguma maneira, ainda que indiretamente ou ao menos servindo de ponto de apoio.

*“Sozinho no escuro qual bicho do mato,  
sem teogonia, sem parede nua para se  
encostar, sem cavalo preto que fuja a  
galope, você marcha, José! José, para  
onde?”*

(Carlos Drummond de Andrade)

## RESUMO

O presente estudo investigou a saúde mental de pré-vestibulandos, com ênfase na relação entre estresse, carga horária de estudos e tempo de permanência em cursinhos pré-vestibulares, procurando observar possível ligação com a incidência de ideação suicida. Dado o crescente estresse e a pressão enfrentada por esses estudantes na preparação para o vestibular, esta pesquisa buscou entender como essas variáveis influenciam a saúde mental dessa parcela populacional. A investigação se deu por meio de um estudo quantitativo, realizado mediante formulário online, com a utilização de testes psicológicos e um formulário sociodemográfico. Foram coletados dados de 103 pré-vestibulandos, sendo esta uma amostra por conveniência. A análise utilizou métodos como a correlação de Spearman, teste ANOVA e Kruskal-Wallis para interpretação dos dados. Como resultado foram encontradas correlações moderadas entre altos níveis de estresse e níveis elevados de ideação suicida, extensas horas de estudo por dia ou maior quantidade de dias de estudo por semana e maiores níveis de estresse, já em relação a longos períodos em cursinhos e o aumento de ideação suicida ou nível de estresse entre os participantes as correlações não foram encontradas. Além disso, foi possível perceber que a grande maioria dos estudantes idealiza a aprovação no curso de Medicina e que a média geral de participantes da amostra analisada encontra-se com elevados níveis de estresse. Esses achados ressaltam a necessidade de intervenções que promovam o bem-estar mental e estratégias de enfrentamento para esse grupo demográfico, entretanto é importante realizar novas investigações que viabilizem sanar algumas limitações aqui presentes, como tamanho da amostra, variáveis investigadas e análises estatísticas escolhidas para a interpretação dos dados. Outro ponto relevante é que, apesar de ter sido o foco principal do estudo, os níveis de ideação atualmente encontram-se dentro da normalidade na amostra coletada, entretanto a correlação existente entre estresse e ideação suicida se mostrou significativa e a média geral dos estudantes que contribuíram com a pesquisa demonstrou níveis elevados de estresse, enquadrando-se na categoria de estressados. Assim, é possível perceber que, a longo prazo, deve-se voltar a atenção para essa parcela populacional e um possível cenário de desenvolvimento de ideação suicida por níveis elevados de estresse.

### **Palavras-chave:**

**sobrecarga; pressão acadêmica; cursinho pré vestibular.**

## SUMÁRIO

|   |    |
|---|----|
| 1. INTRODUÇÃO                           | 9  |
| OBJETIVOS                               | 12 |
| 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA                | 12 |
| 3. MÉTODO                               | 17 |
| 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO               | 19 |
| 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS (OU CONCLUSÕES) | 34 |
| REFERÊNCIAS                             | 36 |

## 1. INTRODUÇÃO

O aumento da competitividade para o ingresso em instituições de ensino superior no Brasil tem levado muitos estudantes a procurarem cursinhos preparatórios para os exames vestibulares. Nesse âmbito, na medida em que há o aumento da concorrência por uma vaga em uma faculdade, há, por consequência, o crescimento do nível de ansiedade nos jovens, que se veem obrigados não apenas a estudar, mas, também a disputar com outras pessoas a entrada em determinado curso superior (Boruszewski, 2022).

O período denominado pré-vestibular, este no qual a dedicação está voltada aos estudos que, possivelmente, levarão à aprovação em uma universidade, se caracteriza por diversos fatores que podem ser significativos no surgimento de altos níveis de estresse e ansiedade, além de ser marcado pela experiência da incerteza. Alunos que se preparam para esse tipo de concurso reportam que o vestibular provoca sensações negativas, como ansiedade, medo, insegurança e aflição (Peruzzo DG, 2008). Em um inquérito com 1.046 estudantes de pré-vestibular, 23,5% da amostra apresentou ansiedade considerada moderada ou grave (Rodrigues DG, 2008). Em outra investigação, foi identificado que 33,8% dos vestibulandos apresentavam ansiedade clinicamente relevante (Terra DHP, 2013).

Além disso, existe uma parcela desses indivíduos denominados “pré-vestibulandos” que é composta por egressos do ensino médio, ou seja, aqueles que já concluíram os estudos no meio escolar, tendo se formado no Ensino Médio, os aqui chamados de pré-vestibulandos egressos do ensino médio.

A fim de elucidar algumas características dessa parcela populacional, é relevante abordar que o subgrupo de estudantes pré-vestibulandos egressos do ensino médio apresenta algumas particularidades em relação aos demais estudantes que se preparam para o vestibular, especificidades estas que podem ser fatores adicionais no desenvolvimento de comportamentos associados ao autoextermínio. Algumas dessas características são, a maior pressão por parte da família e da sociedade - em relação a apresentação de resultados positivos, como a aprovação ou notas altas-, a urgência e necessidade de ingressar em uma universidade e o sentimento de “atraso” em relação aos colegas que já estão cursando o ensino superior.

Além disso, no caso específico do grupo de estudantes pré-vestibulandos, é reconhecido na literatura que o exame vestibular é um evento estressor (Rocha et al, 2006, p. 96) e, associado a pressão acadêmica por bons resultados, pode gerar uma forte sobrecarga emocional levando a consequências como a ideação suicida neste grupo.

Todos esses períodos citados podem ser causadores de estresse ou influenciarem na saúde mental desses indivíduos, devido aos fatores estressores envolvidos. Entretanto, dentre essas diversas categorias de estudantes, àquela referente aos egressos do ensino médio que se encontram em cursinho pré-vestibular é, ainda, bastante invisibilizada, apresentando uma lacuna de estudos na literatura sobre a maneira como o estresse e as demandas desse período podem influenciar na saúde mental, e mais especificamente na incidência de ideação suicida desses estudantes.

Nesse sentido, procurando elucidar as variáveis analisadas, cabe ressaltar que o suicídio é um comportamento multifatorial complexo e que tem se mostrado um problema de saúde pública estando entre as duas ou três principais causas de morte em adolescentes e jovens adultos (Botega et al, 2006). Desse modo, a identificação das questões associadas ao comportamento suicida é um tema de grande relevância em estudos de saúde mental, tanto para o conhecimento das causas e fatores de risco, quanto para elaboração de possíveis propostas de prevenção e intervenção.

Outro ponto relevante, é que a ideação suicida e o comportamento suicida são conceitos distintos. Nesse sentido, a ideação suicida é caracterizada pela presença de pensamentos e desejos associados à morte, enquanto o comportamento suicida envolve ações planejadas ou impulsivas com o objetivo de tirar a própria vida, podendo resultar ou não em óbito. Apesar de não serem conceitos iguais, são fatores que estão correlacionados, portanto é relevante compreender os aspectos da ideação suicida porque sua presença pode indicar um maior risco de tentativa de suicídio.

Além disso, os níveis de estresse aparecem, em algumas literaturas e artigos (aqui referenciados) como fator, comum a diversos grupos sociais, de influência no índice de ideação suicida, desse modo a relação entre estresse e comportamento suicida tem sido amplamente estudada na literatura científica.

Nos últimos anos os problemas de saúde mental que afetam estudantes, incluindo a ideação suicida, vêm em uma crescente de casos, tornando-se cada vez mais comuns. Nesse sentido, cabe ressaltar que o termo “estudante” se aplica a diversos nichos de pessoas que se encontram, em alguma medida, em contato com o meio acadêmico, podendo ser estudantes do ensino médio, do ensino superior, da pós-graduação, ou àqueles que se dedicam a estudar buscando aprovação em determinados processos seletivos, como vestibulares para ingresso em universidades ou provas de concurso público.

Portanto, fez-se importante procurar compreender as peculiaridades existentes no período pré-vestibular e na experiência desses indivíduos, bem como evidenciar esse processo e como sendo um fator estressor, e o número de horas dedicadas ao estudo afetam a saúde mental pode oferecer informações valiosas para a implementação de ações preventivas e intervenções congruentes. Sob essa perspectiva, cabe citar que o pré-vestibular é visto como um período causador de estresse devido à pressão familiar, à expectativa da aprovação e às cobranças em relação ao curso escolhido (SANTOS, Fernando Silva et al, 2017). Dessa forma, os estudantes que estão em preparação para o vestibular, ao serem comparados com os demais estudantes de níveis escolares diferentes, possuem níveis mais elevados de estresse devido à cobrança, à concorrência e às altas notas de corte para ingressar na universidade (CALAIS, Sandra Leal, 2017).

A saúde mental, e aqui em específico a dos estudantes, é de extrema importância, visto que, o estado emocional do indivíduo exerce influência direta sobre seu desempenho acadêmico, relacionamentos interpessoais e desenvolvimento. Nesse sentido, quando o stress é percebido negativamente ou se torna excessivo, ocorre nos estudantes um enfraquecimento físico e psicológico (Murphy & Archer, 1996; Misra & McKean, 2000).

Nesse sentido, tendo em vista que essa é uma questão que interessa a sociedade, pois a competição acadêmica e as expectativas sociais existentes nessa questão são cada vez maiores e mais frequentes, além de a incidência de problemas de saúde mental em estudantes, incluindo a ideação suicida, se mostrar em crescimento nos últimos anos, gerando preocupação de autoridades, educadores e profissionais da saúde, fez-se necessário buscar compreender e abordar as condições relacionadas à

ideação suicida nesse grupo específico de estudantes, a fim obter conhecimento das causas e fatores de risco, possibilitando a elaboração de propostas voltadas a prevenção e intervenção.

## **OBJETIVOS**

Nesse sentido, o presente estudo visou correlacionar o estresse, as horas de estudo e o tempo que o indivíduo egresso do ensino médio se encontra cursando o pré-vestibular com a incidência de ideação suicida nessa parcela populacional, a fim de verificar se essas variáveis, características desse período específico da vida de alguns indivíduos, possuem influência nos índices de ideação suicida.

Além disso, procurou avaliar o nível de estresse percebido em estudantes pré-vestibulandos, medir o número médio de horas (por dia) de estudo dos participantes, identificar há quanto tempo o indivíduo egresso do ensino médio se encontra cursando o pré-vestibular e investigar se há uma correlação entre estresse, horas de estudo e tempo de cursinho na incidência de ideação suicida em estudantes pré-vestibulandos egressos do ensino médio.

## **2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

É relevante abordar, primeiramente, os aspectos e características dos estudantes de curso pré-vestibular, visto que estes, bem como sua saúde mental, serão o nosso objeto de estudo.

Nesse sentido, ao sair do ensino médio, a maioria dos estudantes almeja ingressar no ensino superior, porém esta não é uma realidade direta para todos. Muitos indivíduos, por diversas razões distintas, acabam não entrando em uma instituição de ensino superior logo em sequência à sua formação escolar. Nesse cenário, visando alcançar a oportunidade de cursar o ensino superior, estes optam por se matricularem em cursos preparatórios para as provas de vestibulares que viabilizam o ingresso em instituições que ofertam a graduação desejada.

Assim, durante esse período estes indivíduos acabam por não seguirem o fluxo sequencial de vida socialmente idealizado. Dessa forma, “a máquina do tempo social nem sempre respeita o tempo de cada um” (Levenfus, 1993, p. 10), o que implica em uma sensação de atraso e ausência de pertencimento.

Este período é caracterizado por incertezas, marcadas pela transição entre o ambiente escolar, socialmente percebido como mais infantilizado, e a “vida adulta” nesse contexto representada pela experiência universitária, o que leva o indivíduo a uma ausência de identificação e a uma crescente autocrítica permeada por questionamentos de seus valores e potencialidades. Nesse âmbito, os vestibulandos se encontram em um momento em que não são mais estudantes de segundo grau, nem são ainda universitários, o que faz com que essa seja a etapa de maior angústia, visto que “pressupõe uma ruptura na linha de tempo e na identidade, típica das situações de crise” (Levenfus, 1997, p. 67).

Nesse âmbito, um estudo conduzido por Calais, Andrade e Lipp (2003) buscou compreender os aspectos que influenciam a manifestação do estresse em jovens adultos. As pesquisadoras, realizaram um comparativo do estresse em adultos jovens que estavam cursando o primeiro ano do ensino superior, o segundo ano do ensino superior e aqueles que estavam prestando vestibular e observaram que os alunos do curso pré-vestibular apresentaram o nível de estresse mais alto em comparação com os dois outros grupos, o que demonstra que o vestibular é um grande estressor para os jovens.

Além disso, Maia e Caldas (2023) realizaram um estudo de delineamento semelhante, que concluiu que os jovens envolvidos no contexto de preparação para o exame de admissão à faculdade estão experimentando um estado de estresse crônico elevado, independentemente das variáveis gênero e tipo de instituição educacional anterior, seja ela pública ou privada. Esse dado pode indicar que os estressores associados ao período pré vestibular estão intrinsecamente ligados a variáveis inerentes a esse período.

Sob essa perspectiva, o estresse nos jovens adultos é impulsionado pela pressão familiar, pela expectativa de aprovação e pelas cobranças em relação à escolha do curso (Santos et al., 2017). Nesse contexto, os estudantes que se preparam para o vestibular apresentam níveis de estresse significativamente mais elevados quando

comparados a estudantes de outros níveis escolares, devido às exigências constantes, à concorrência acirrada e às altas notas de corte necessárias para ingressar na universidade (Calais, Montanhaur & Salgado 2017).

Tendo conhecimento de que a Organização Mundial de Saúde (1946) define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”, é possível refletir acerca das implicações que este conceito traz em relação ao âmbito multifatorial que compõe a saúde de um indivíduo. Nesse sentido, estar saudável não é somente encontrar-se livre de algum laudo ou sintoma de adoecimento, mas também viver de maneira efetivamente boa.

Nesse contexto, além da pressão característica do período pré-vestibular, o desempenho esperado do estudante muitas vezes se mostra incompatível com a manutenção de atividades sociais (Grund, 2013). Essa incompatibilidade é corroborada pelo estudo de Melo et al. (2021), que revelou que 84,4% dos pré-vestibulandos acreditam que os estudos prejudicam suas relações com amigos. Essa dificuldade em equilibrar estudos e vida social pode contribuir para o adoecimento psíquico, uma vez que as relações sociais têm um impacto significativo na saúde mental e física, tanto a curto quanto a longo prazo (Umberson & Montez, 2010).

Desse modo, tendo em vista que o estresse é um fator que tem acometido cada vez mais indivíduos, é importante procurar compreender suas influências e consequências dentro do organismo, no âmbito físico, mental e social. Sob este viés, é importante mencionar que o estresse é caracterizado pela Secretaria de Saúde como “a resposta do organismo a determinados estímulos que representam circunstâncias súbitas ou ameaçadoras. Para se adaptar à nova situação, o corpo desencadeia reações que ativam a produção de hormônios, entre eles a adrenalina. Isso deixa o indivíduo em “estado de alerta” e em condições de “reagir”, apesar de não se encaixar como enfermidade ou afecção, quando em excesso ou repetição constante pode vir a se tornar um fator acometedor de doenças ou mal estar físico, emocional e psicológico.

Nesse âmbito, segundo Lipp e Novaes (2000, p. 12), o endocrinologista austríaco Hans Selye propõe a existência de três fases de estresse, também chamada por ele de “Síndrome de adaptação geral”. Dessa forma, Selye descreve as fases de Alarme, Resistência e Exaustão. A fase de alarme é a primeira e é caracterizada pela liberação dos hormônios do estresse que preparam o corpo para a situação

ameaçadora, em seguida, caso o estresse persista, o organismo entra na fase de resistência na qual o corpo tenta se adaptar ao estresse liberando hormônios em menor quantidade, por fim, caso a exposição ao estresse se mantenha por um período de tempo prolongado o corpo entra na fase de exaustão, na qual as reservas do organismo se esgotam e ocorre um colapso físico e mental, essa fase pode levar a problemas de saúde crônicos e doenças graves, a chamada “psicossomática”.

Além disso, estresse pode ser definido como um processo complexo que se estabelece como resultado da interação entre situações ou acontecimentos perturbadores em que o indivíduo se sente ameaçado e as reações do organismo e é uma condição de tensão que envolve componentes físicos, psicológicos, mentais e hormonais (Murakami et al., 2019). O que nos leva a ressaltar mais uma vez que, essas reações quando em excesso podem gerar desconforto, desgaste físico e emocional, podendo aumentar a vulnerabilidade a comportamentos de risco e promover o aparecimento de distúrbios psicológicos, sendo assim uma grande ameaça à saúde mental.

No contexto dos pré-vestibulandos alguns fatores estressores que podem influenciar na saúde mental destes indivíduos incluem a pressão para obter sucesso no vestibular, a carga horária intensa de estudos, a competição com outros estudantes e a ansiedade em relação ao futuro, fatores estes que podem contribuir para o desenvolvimento de estresse crônico e, potencialmente, a incidência de ideação suicida. Nesse sentido, foi encontrado na literatura que existe uma relação entre estresse e horas de estudo e que os alunos que estudam menos horas por dia apresentam menos estresse do que os que estudam mais tempo (Peruzzo et al., 2008), além disso, estudantes com mais horas de estudo geralmente apresentam menos tempo de sono e menor disponibilidade para eventos sociais e atividades de lazer, o que pode sobrecarregar o organismo e fazer com que ele se sinta ameaçado, desencadeando o estresse.

Todos esses fatores e aspectos mencionados anteriormente exercem influência sobre a saúde física e mental dessa parcela populacional, mas no que diz respeito especificamente ao emocional e a intervenções na saúde mental, o estresse em níveis elevados, podendo ter diversas causas e origens, pode ser um fator de influência nos níveis de ideação suicida apresentado por estes indivíduos. Portanto, é nessa linha de

análise que o presente estudo pretende seguir, procurando coletar dados e analisar a relação existente nesses fatores.

Sob este viés, é importante abordar o conceito de ideação suicida, além de realizar sua diferenciação em relação ao comportamento suicida, tendo em vista que o estudo aqui proposto busca verificar a incidência desse processo em um grupo social específico, o de estudantes pré-vestibulandos.

Nesse sentido, a ideação suicida se refere a pensamentos, ideias e desejos recorrentes sobre a possibilidade de tirar a própria vida, sem necessariamente realizar ações concretas em direção a isso. É importante fazer a distinção entre ideação suicida e comportamento suicida, o qual tem sido conceituado como um contínuo de pensamentos e comportamentos que vão desde a ideação suicida ao suicídio consumado (Ganz, Braquehais & Sher, 2010)

O fenômeno de ideação engloba pensamento ou ideias persistentes, que envolvem desejos, atitudes ou planos que o indivíduo tenha de se matar (Borges e Werlang, 2006; Minayo, Teixeira e Martins, 2016).

Tendo em vista que qualquer problema ou questão de saúde deve ser encarado como multifatorial e possuidor de diversas causas correlacionadas, cabe destacar que de acordo com o Ministério da Saúde (2022) o suicídio é um fenômeno complexo, multifacetado e de múltiplas determinações, que pode afetar indivíduos de diferentes origens, classes sociais, idades, orientações sexuais e identidades de gênero.

Nesse sentido, mesmo sendo um fenômeno complexo alguns dos fortes preditivos de mortes por suicídio reconhecidos são a ideação e tentativas de suicídio (Klonsky, May & Saffer, 2016), o que exige que esses eventos recebam um olhar atento e uma investigação. A mortalidade por suicídio tem aumentado significativamente nos últimos anos, situando-se entre as dez principais causas de morte, considerando todas as faixas etárias, e entre as duas ou três mais frequentes em adolescentes e adultos jovens. (Botega et al., 2006).

Portanto, tendo sido feita a diferenciação, é possível perceber que o processo de ideação suicida é bastante amplo, podendo atingir diversas parcelas populacionais e em diversos momentos da vida, assim é evidente a necessidade de procurar identificar fatores que, em determinado grupo durante um determinado período de suas vidas, exercem influência na incidência e nos níveis desses pensamentos, ideias e desejos de

possivelmente tirar a própria vida, caracterizados como ideação suicida, a fim de reconhecê-los e procurar maneiras de prevenir ou intervir.

### 3. MÉTODO

Foi realizada uma pesquisa básica, quantitativa e descritiva, com caráter de levantamento, visando analisar a saúde mental de estudantes pré-vestibulandos egressos do ensino médio, buscando coletar informações sobre os níveis de estresse percebido, as horas diárias de estudo, o tempo cursando o ensino pré-vestibular e os níveis de ideação suicida, por meio de um estudo transversal correlacional, realizado com alunos de cursos de pré-vestibular público e privado. Nesse sentido, vale ressaltar que o estudo transversal, é uma metodologia observacional, em que diferentes idades são estudadas em apenas um ponto do tempo, é mais utilizado, mais barato e fornece resultados úteis com rapidez (Cozby, 2003, p.250-251).

Além disso, o método correlacional, ou também chamado de método não experimental, observa e mensura variáveis, depois estuda as possíveis relações existentes entre elas. É uma metodologia que permite que haja uma investigação com baixa interferência do experimentador no meio, o que possibilita a diminuição de vieses (Cozby, 2003, p.88-90).

Para realização da coleta dos dados, disponibilizamos um questionário via Google Forms, no qual havia, primeiramente, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para que os participantes pudessem assinar concordando com sua participação. Em seguida o formulário contemplou todas as questões dos testes utilizados, sendo eles a Versão Brasileira da Escala de Estresse Percebido (Luft et al., 2007) e o Questionário de Ideação Suicida (QIS), versão traduzida e adaptada para a população portuguesa por Ferreira e Castela (1999), bem como as perguntas do questionário sociodemográfico formulado por nós. A amostra se deu de maneira aleatória e por conveniência, tendo sido feita a divulgação e o convite para realização do questionário por meio de nossos aplicativos das redes sociais WhatsApp e Instagram.

Para compor a amostra, era necessário que o participante pertencesse à parcela populacional que se encontra no período de estudos preparatórios para o vestibular, sendo portanto estudante de pré-vestibular, além disso somente foram incluídos aqueles egressos do ensino médio, ou seja, que já concluíram a formação escolar e que apresentassem idade entre 18 e 35 anos, de ambos os sexos (feminino e masculino).

A duração da coleta dos dados foi de cinco meses (de Dezembro de 2023 até Abril de 2024), período no qual foi possível completar a quantidade mínima necessária de participantes para a composição da amostra. Além disso, no período que se antecedeu à divulgação do formulário foram realizados estudos e leituras, procurando revisão complementar o conjunto bibliográfico utilizado como base teórica para a pesquisa, bem como reuniões e encontros entre os pesquisadores para concretização das etapas de submissão ao comitê de ética, validação do estudo, preparo dos instrumentos e, por fim, aplicação.

A escala utilizada para medir o grau de estresse dos estudantes é composta por 14 itens que indagam sobre os sentimentos e pensamentos dos participantes no último mês. A escala possui uma variação de pontuação de 0 a 4, onde o valor total é obtido pela soma das pontuações dos 14 itens, resultando em uma pontuação mínima de 0 e máxima de 56.

Já o instrumento para avaliar o grau de ideação suicida utilizado é constituído por 30 itens com respostas estruturadas em uma escala Likert variando de 0 a 7: 0 - nunca tive este pensamento; 1 - pensei nisto, mas não no último mês; 2 - cerca de uma vez por mês; 3 - duas vezes por mês; 4 - cerca de uma vez por semana; 5 - duas vezes por semana; 6 - quase todos os dias. A pontuação da escala é obtida somando-se as pontuações dos 30 itens, variando de 0 a 180 pontos. Quanto maior a pontuação, maior a ideação suicida.

Ademais, o questionário sociodemográfico que elaboramos coletou informações sobre a quantidade de horas que os participantes têm dedicado aos estudos, a quantidade de dias por semana que os participantes têm dedicado aos estudos, o tempo decorrido entre a formação no ensino médio e o momento atual, a quantidade de anos que os participantes estudaram em cursinhos pré-vestibulares, a modalidade de cursinho que era feita, a renda familiar, o curso almejado e a idade.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Ceub e após a aprovação iniciou-se a coleta dos dados por meio de um questionário via Google Forms, cuja amostra se deu de maneira aleatória e por conveniência. A divulgação e o convite para realização do questionário foram realizados por meio de aplicativos das redes sociais WhatsApp e Instagram.

Na primeira página do questionário, todos os participantes foram apresentados ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), além de serem questionados se possuíam mais de 18 anos e se são pré-vestibulandos no momento atual. O aceite ao TCLE e a confirmação das duas perguntas eram obrigatórios para que o participante tivesse acesso às questões subsequentes do questionário. Após essa etapa, os participante responderam à Escala de Estresse Percebido (Luft et al., 2007), ao Questionário de Ideação Suicida (Ferreira & Castela, 1999) e a um questionário sociodemográfico

Além disso, todos os dados foram coletados anonimamente e analisados estatisticamente utilizando o programa PSPP e o Microsoft Excel.

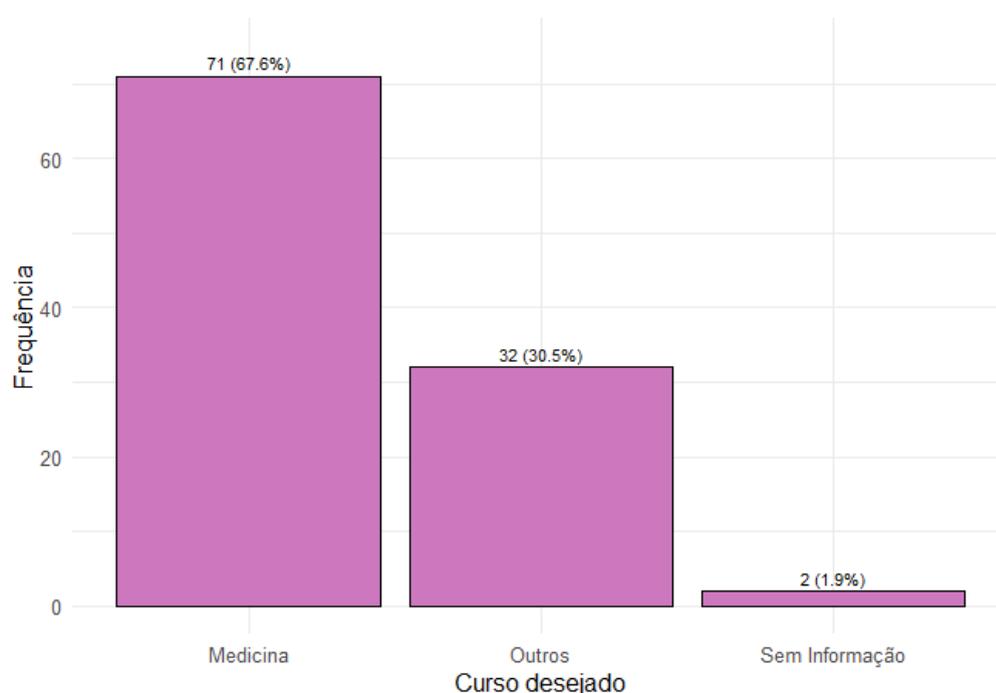
#### **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Após a coleta dos dados, foi realizada uma Análise Exploratória de Dados (AED) cuja finalidade é examinar os dados antes de aplicar uma técnica estatística, assim foi possível perceber o número total de participantes, a quantidade de contribuintes de acordo com o curso almejado, a média de idade e outros fatores que nos permitiram uma compreensão básica dos nossos dados, bem como das relações existentes entre a variáveis analisadas.

No total, participaram da pesquisa 103 estudantes pré-vestibulandos, dos quais 69 se dedicam para alcançar aprovação no curso de medicina, sendo este o curso que mais aparece em toda a amostra, contabilizando um total de 67% dos participantes. Desse modo, como podemos observar a partir do gráfico um, nota-se que quase 70% dos estudantes da amostra possuem foco em realizar o curso de Medicina. Conforme Peruzzo et al. (2008), o curso de medicina se destaca por sua tradição histórica, prestígio e o status que carrega no contexto brasileiro, bem como a possibilidade de

uma alta remuneração, o que pode explicar a alta porcentagem de estudantes que buscam a aprovação nesse curso. Nesse âmbito, 88,35% da amostra frequentava alguma modalidade de cursinho pré-vestibular, o que também pode justificar a grande porcentagem da amostra que deseja medicina, tendo em vista que os cursinhos costumam ser mais procurados por estudantes que buscam vagas em cursos mais concorridos em universidades públicas. Além disso, seis estudantes afirmaram buscar uma aprovação no curso de psicologia e os demais cursos tiveram cerca de uma a quatro sinalizações dentro das respostas obtidas.

**Gráfico 1. Curso desejado**



Os contribuintes do estudo tiveram uma média de idade de 20,25 anos (DP = 4,38), valor que se assemelha às médias de idade de 19,05 anos e 19,6 anos encontradas nos estudos de Peruzzo et al. (2008) e Santana (2019) respectivamente, que utilizaram delineamentos semelhantes com estudantes de cursinho pré-vestibular. Essa semelhança sugere que o perfil etário mais comum entre os estudantes de cursinho pré-vestibular situa-se na faixa dos 19 a 20 anos. Além disso, os estudantes da amostra passam em média cerca de 6,75 horas estudando por dia e a maioria dos respondentes é estudante de cursinho pré-vestibular há no mínimo um ano.

Tabela 1. Análise exploratória dos valores referentes aos anos de formado

|                 | <b>Mínimo</b> | <b>Média</b> | <b>Mediana</b> | <b>Máximo</b> | <b>Desvio Padrão</b> |
|-----------------|---------------|--------------|----------------|---------------|----------------------|
| Anos de formado | 0             | 3,82         | 2              | 38            | 5,55                 |

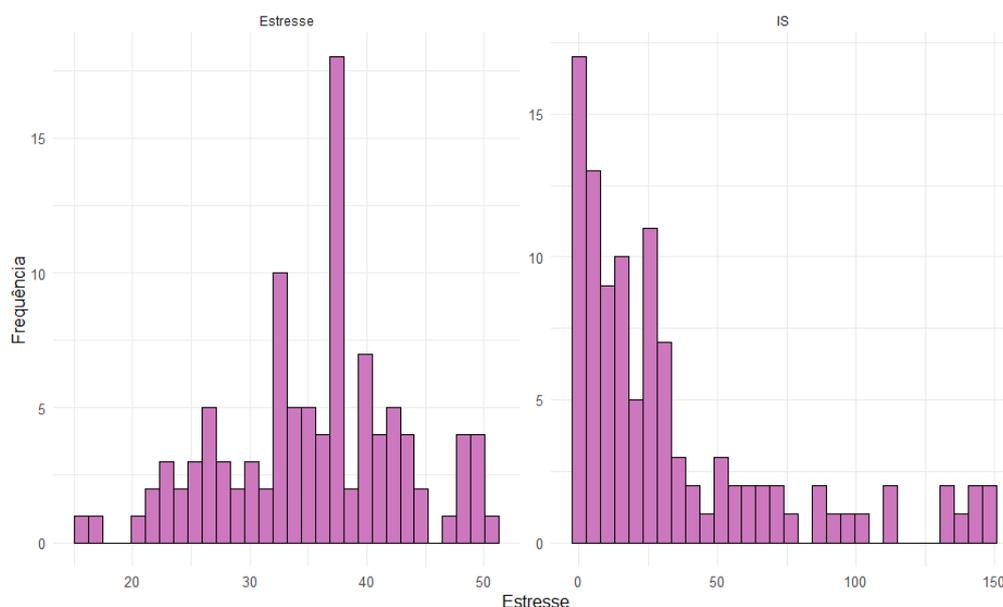
Após a primeira AED, foi possível realizar uma análise descritiva dos dados, podendo assim verificar os níveis de estresse percebido, de ideação suicida, bem como o tempo de cursinho, as horas de estudo por dia, e estabelecer algumas relações entre esses valores por meio de uma análise das respostas obtidas e do cálculo das correlações de Spearman. Em primeira instância, o idealizado era realizar a análise sob o viés da correlação de Pearson, entretanto essa modalidade interpretativa dos dados só é utilizada quando os dados seguem distribuição normal, sendo que dos testes utilizados no estudo apenas o de Estresse segue essa organização. Portanto, a fim de abarcar as distribuições de todos os instrumentos utilizados, optamos pela realização da análise seguindo a correlação de Spearman. Além disso, para alguns objetos de análise com distribuição normal e parte dos dados separados em categorias a verificação da correlação entre as variáveis se deu por meio do Teste ANOVA, o qual realiza a análise de variância.

Nesse sentido, para as análises que serão apresentadas a seguir, optou-se por considerar como um nível alto de estresse uma pontuação igual ou superior a 28 na Escala de Estresse Percebido (Luft et al., 2007). Da mesma forma, um nível alto de ideação suicida foi definido como uma pontuação igual ou superior a 90 no Questionário de Ideação Suicida (Ferreira & Castela, 1999).

Os níveis de estresse da amostra variaram entre 16 e 51, como explicitado na tabela dois. A média geral da amostra na Escala de Estresse foi de 35,5, o que indica que a média dos participantes está 6 pontos acima do critério estabelecido pela equipe pesquisadora como um valor alto de estresse.

Tabela 2. Análise exploratória dos valores de Estresse e Ideação Suicida

|                 | <b>Mínimo</b> | <b>Média</b> | <b>Mediana</b> | <b>Máximo</b> | <b>Desvio Padrão</b> |
|-----------------|---------------|--------------|----------------|---------------|----------------------|
| Estresse        | 16            | 35,50        | 36,50          | 51            | 7,73                 |
| Ideação Suicida | 0             | 34,34        | 19,50          | 148           | 30,31                |

**Gráfico 2. Histograma da distribuição dos valores de Estresse e Ideação Suicida**

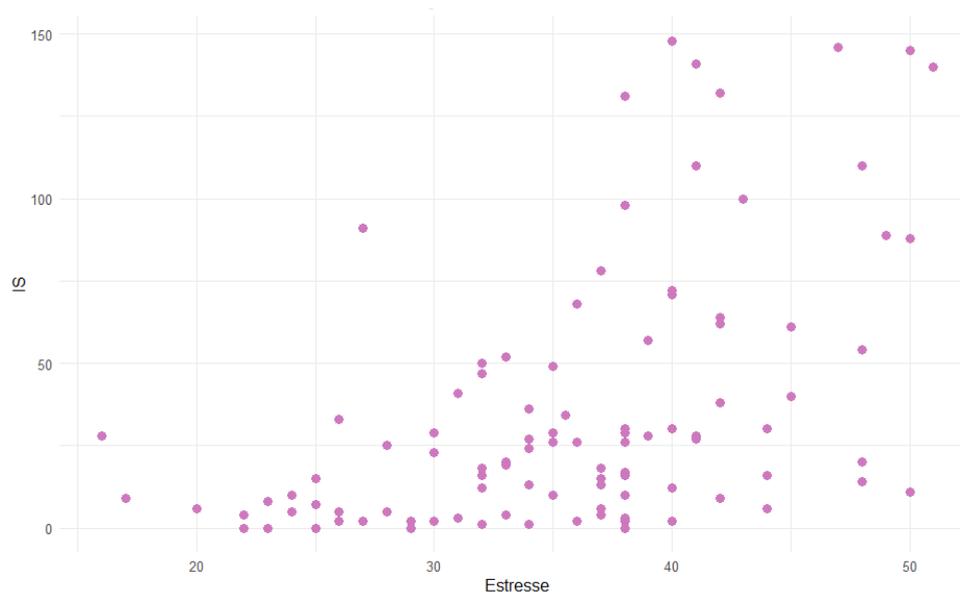
Essa média se aproxima da média de 37,85 encontrada em um estudo semelhante conduzido por Maia e Caldas (2023) utilizando a mesma escala. Nesse sentido, Calais, Andrade e Lipp (2003) realizaram um comparativo do estresse entre adultos jovens que estavam cursando o primeiro ano do ensino superior, o segundo ano do ensino superior e aqueles que estavam se dedicando ao vestibular e os alunos do curso pré-vestibular apresentaram o nível de estresse mais alto em comparação com os dois outros grupos, o que demonstra como o vestibular é um grande estressor para os jovens.

Nesse sentido, Heissel et al. (2021) analisaram a relação entre estresse fisiológico e testes de alta pressão, observando um aumento significativo nos níveis de cortisol dos estudantes tanto antes quanto durante a realização desses testes, o que indica uma resposta fisiológica de estresse. Além disso, o estudo revelou que o aumento nos níveis de cortisol apresentou uma correlação negativa com o desempenho nos testes, ou seja, estudantes com níveis mais elevados de cortisol tendiam a ter um desempenho inferior. Esse achado levanta um alerta importante para o desempenho futuro dos estudantes da amostra do presente estudo, sugerindo que níveis elevados de estresse fisiológico podem comprometer o desempenho acadêmico em situações de alta pressão como o exame vestibular.

Os níveis de ideação suicida da amostra variaram entre 0 e 148. A média geral foi de 34,24, um valor consideravelmente inferior ao critério estabelecido pela equipe como um valor alto de ideação suicida. Os dados evidenciaram que a maioria dos indivíduos apresentou baixos níveis de ideação suicida. Nesse contexto, 12 indivíduos pontuaram mais de 90 no questionário, o que representa 11,65% da amostra. Nesse sentido, foi possível verificar que a pontuação relativa à Ideação Suicida da amostra se mantém em valores menores, entre 0 e 30 pontos, considerando que a escala vai até 180. Entretanto, percebe-se que ainda são vistos alguns registros de pontuações extremas. Em contrapartida, o estresse já apresenta maior concentração em valores centrais, principalmente entre 30 e 40 pontos, além disso, é possível perceber que nenhum dos casos registrou pontuação máxima.

### Gráfico 3. Correlação de Spearman entre Estresse e Ideação suicida

- Rho ( $\rho$ ) = 0,52



A partir da análise do gráfico três e do resultado do teste de correlação, é possível perceber a existência de uma correlação moderada entre as variáveis, evidenciando que quanto maior o estresse maior será a Ideação suicida. Nesse âmbito, Pimentel et al. (2020) em um estudo com adolescentes, encontraram uma correlação de spearman de 0,45 entre estresse e ideação suicida.

Reynolds (1988) citado por Vasconcelos et al. (2016) estabelece uma pontuação igual ou superior a 41 como uma pontuação que deve levantar um alerta aos

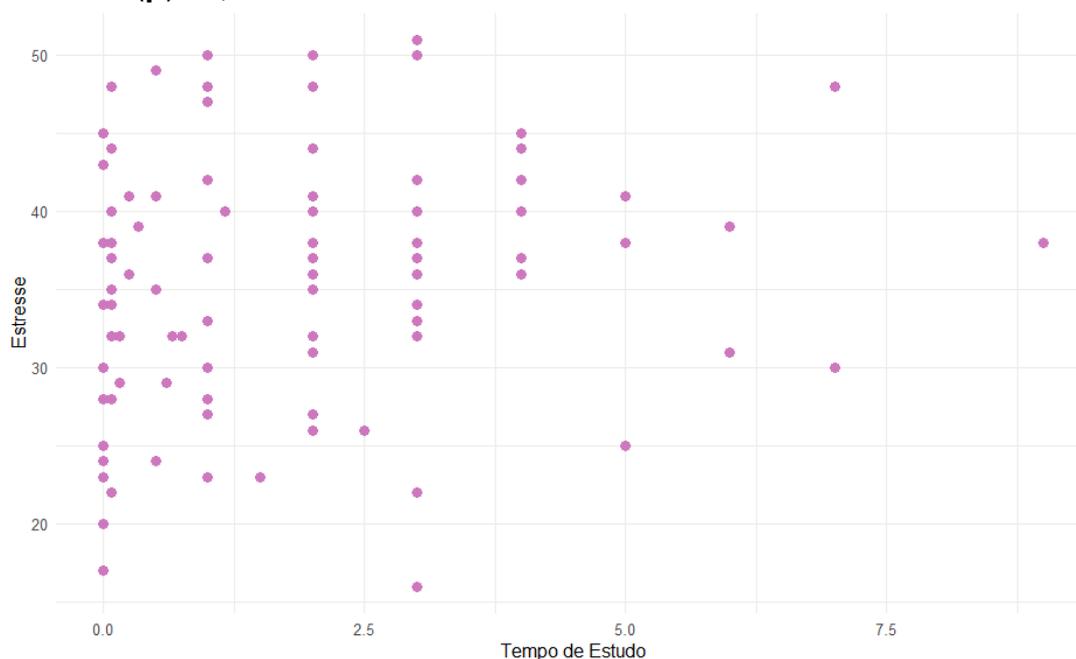
profissionais e responsáveis pelo adolescente ou jovem adulto. Sob essa perspectiva, 28 participantes obtiveram pontuações iguais ou superiores a 41, o que representa 27,18% da amostra. Nesse âmbito Sommerfeld e Malek (2019) observaram que a percepção de ser um fardo, o pertencimento frustrado e a desconexão com os pais e amigos foram correlacionados positivamente com a ideação suicida. Na mesma pesquisa, o perfeccionismo auto-orientado e o socialmente prescrito se apresentaram como um fator de risco superior para o desenvolvimento da ideação. Esses 5 aspectos podem ser observados na vivência do período pré-vestibular, o que pode explicar o número de indivíduos com pontuações altas e com pontuações que levantam um alerta.

Tabela 3. Análise exploratória dos valores de Tempo de Estudo (por dia)

|                 | Mínimo | Média | Mediana | Máximo | Desvio Padrão |
|-----------------|--------|-------|---------|--------|---------------|
| Tempo de Estudo | 0      | 1,87  | 2,00    | 9      | 1,85          |

#### Gráfico 4. Correlação de Spearman entre Estresse e Tempo de Estudo:

-  $Rho(\rho) = 0,23$

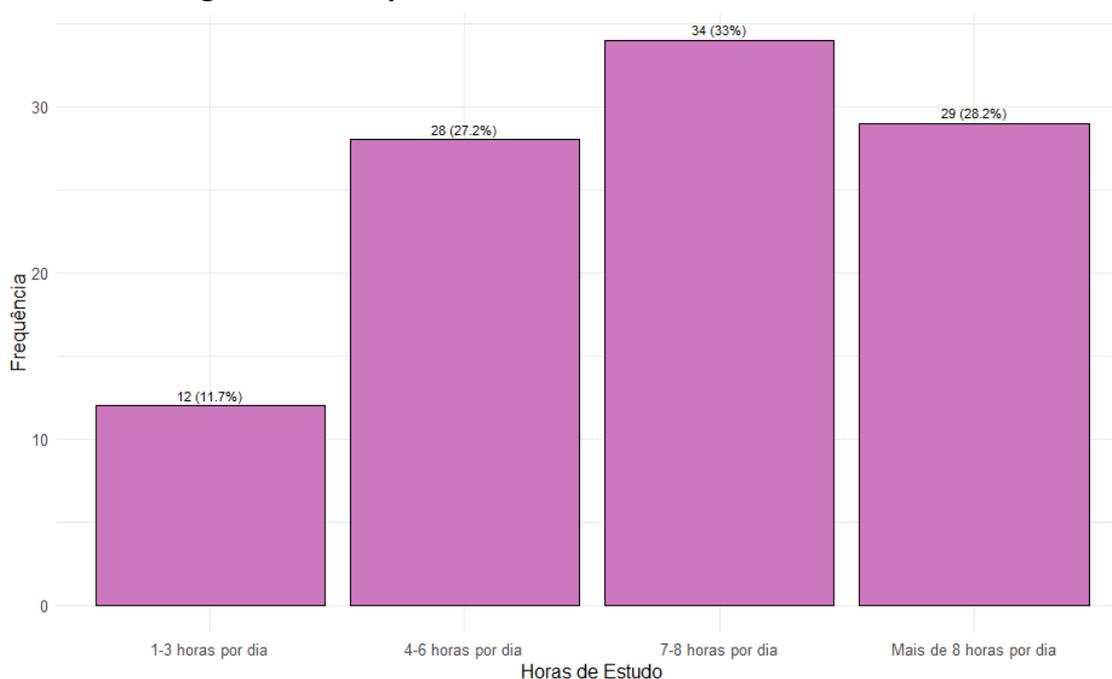


A partir do gráfico quatro podemos perceber de maneira evidente que existe uma correlação baixa entre o tempo de estudo e o estresse do estudante, assim

indicando que mesmo as pessoas que não apresentam um número maior de anos de estudo ainda possuem elevados índices de estresse.

O gráfico cinco, a seguir, torna evidente os números encontrados, os quais indicam que a grande maioria dos estudantes da amostra dedicam de 7 a 8 horas de estudo por dia. Ainda assim, são observados altos percentuais de indivíduos que estudam entre 4 e 6 horas e mais de 8 horas, 27% e 28% respectivamente.

**Gráfico 5. Histograma de Tempo de Estudo**



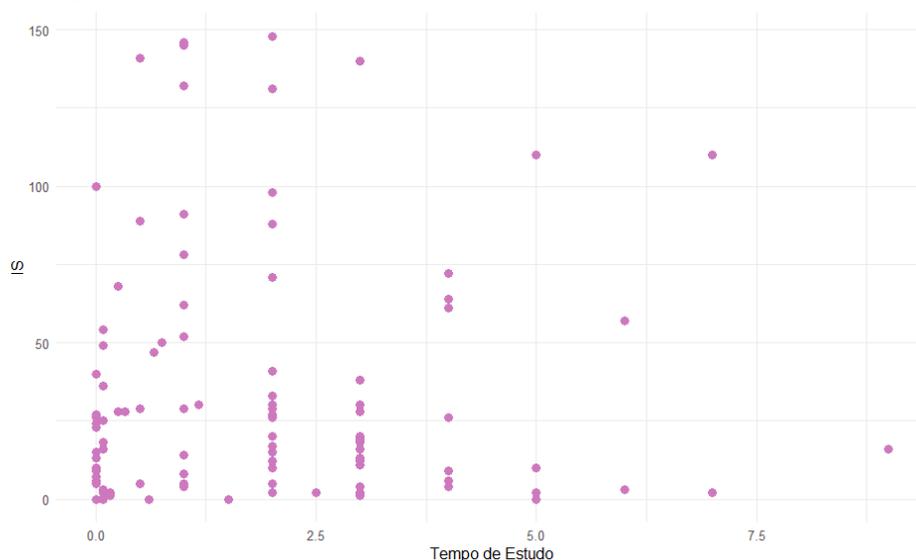
Além disso, foi possível observar que, na pergunta “Quantas horas do seu dia você tem dedicado aos estudos?”, 91,18% daqueles que indicaram estudar de 7 a 8 horas diárias apresentaram um alto nível de estresse na escala utilizada. Além disso, 83,33% daqueles que demonstraram um alto nível de ideação suicida relataram estudar mais de 7 horas por dia. Sobre esse aspecto, Carro e Nunes (2021) conduziram uma pesquisa que identificou uma forte relação entre a ideação suicida e a síndrome de burnout. Conforme apresentado, os achados do presente estudo revelam que os estudantes que dedicavam mais horas diárias ao estudo apresentaram níveis mais elevados de ideação suicida, o que sugere a possibilidade de que esses estudantes estejam passando por um processo de esgotamento similar ou compatível com a síndrome de burnout. Esse possível esgotamento evidenciaria a conexão existente

entre ideação suicida e burnout, conforme apontado na literatura. No entanto, é importante ressaltar que, embora essa relação seja possível, a presente pesquisa não pode afirmá-la com certeza, dado que este estudo não incluiu instrumentos específicos para a medição da síndrome de burnout.

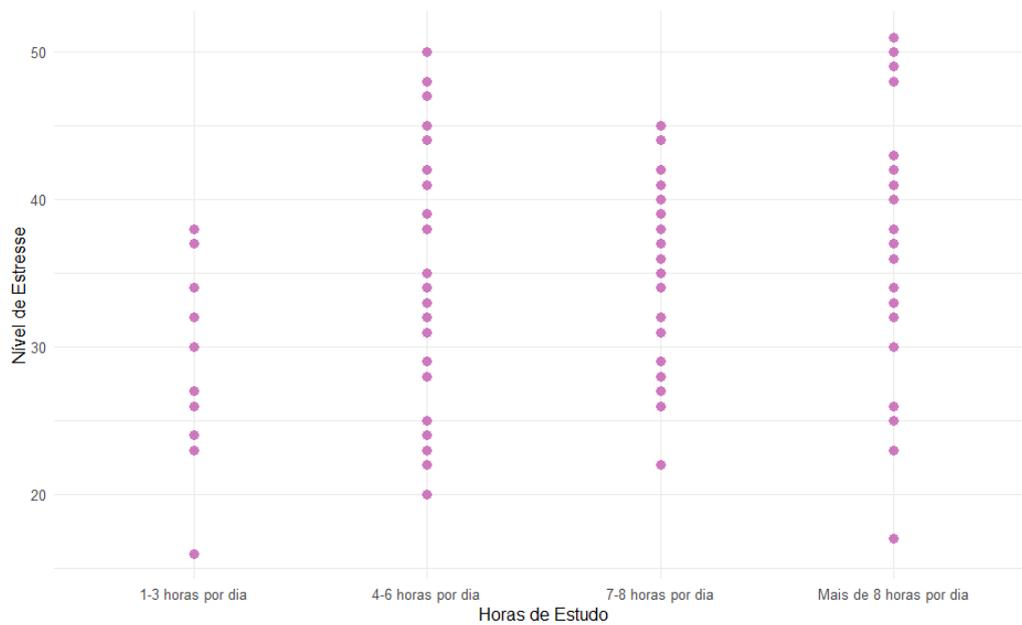
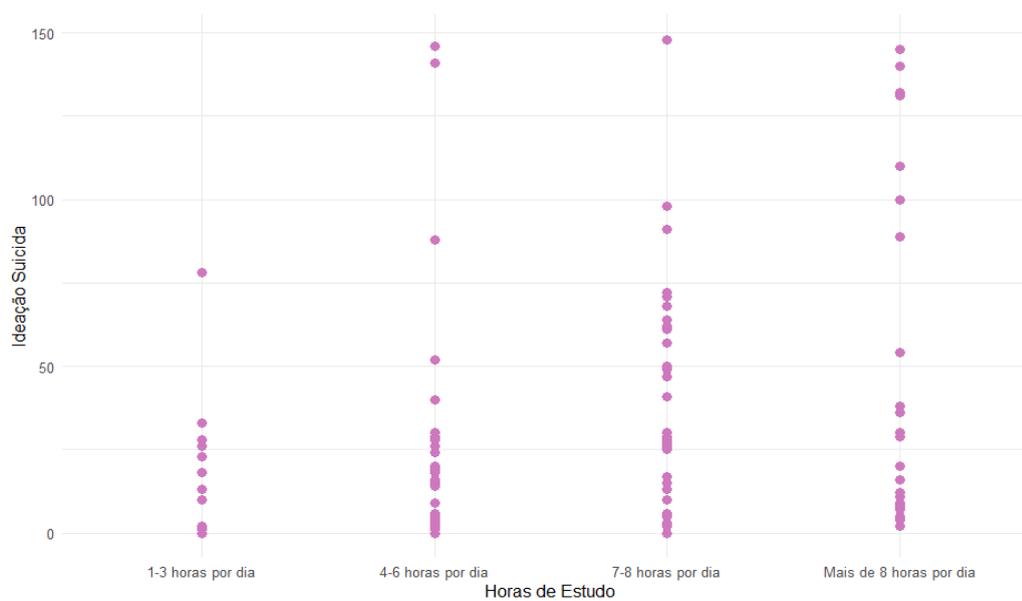
Entretanto, para além da análise das porcentagens, ao realizarmos uma investigação da correlação existente entre ideação suicida e o tempo de estudo, encontramos que não há relação entre o tempo de estudo e a Ideação suicida, pois foram verificados altos registros de ideação suicida mesmo com baixo tempo de estudo.

#### Gráfico 6. Correlação de Spearman entre IS e Tempo de Estudo

- Rho ( $\rho$ ) = 0,01



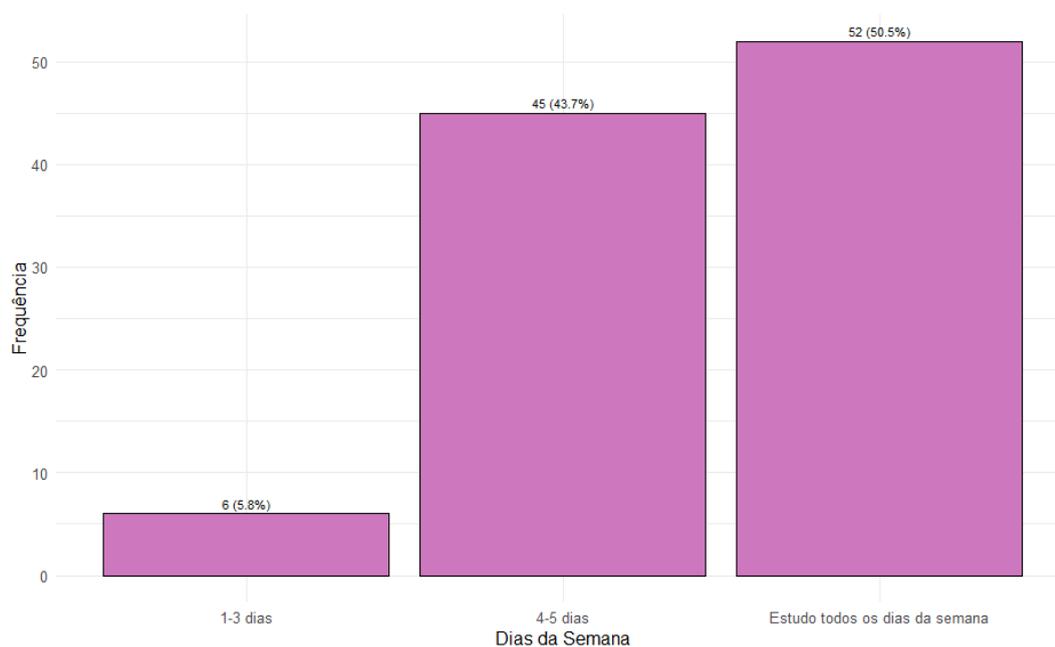
Nesse sentido, gráficos sete e oito, abaixo, evidenciam o que encontramos durante as análises, indicando que as pessoas que estudam menos horas por dia aparentam ter menos nível de estresse, apesar disso, para verificar se de fato existe essa relação foi necessário utilizar testes estatísticos como ANOVA ou Teste de Kruskal-Wallis, podendo assim analisar se há diferença significativa entre as médias por grupo.

**Gráfico 7. Distribuição dos Níveis de Estresse por horas de estudo****Gráfico 8. Distribuição dos Níveis de Ideação Suicida**

Com a realização do teste ANOVA, a partir do resultado foi possível perceber que não há relação entre o tempo de estudo e o estresse, a um nível de significância de 5%. Já em relação à Ideação Suicida, visto que esta não segue distribuição normal, o teste mais adequado para verificar se existe relação entre as variáveis é o Teste de Kruskal-Wallis. Desse modo, realizando a análise obtivemos um resultado que indica ausência de relação entre o tempo de estudo e a Ideação Suicida, a um nível de significância de 5%.

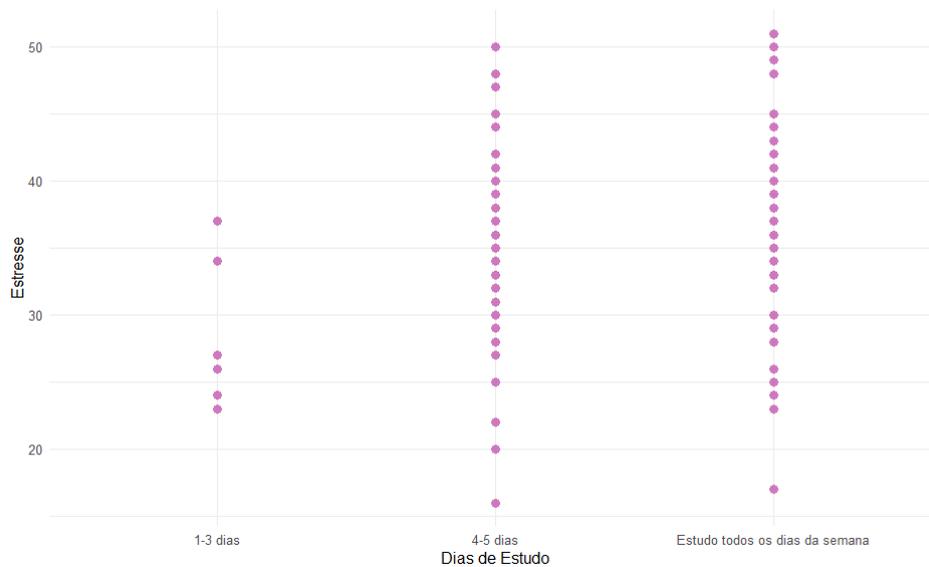
No item "Quantos dias por semana você dedica aos estudos?", observou-se que 84,4% daqueles que estudam de 4 a 5 dias por semana e 86,54% daqueles que estudam todos os dias da semana apresentaram um nível alto de estresse. Em comparação, apenas 33,33% daqueles que relataram estudar de 1 a 3 dias por semana apresentaram níveis elevados de estresse, o que se relaciona com os achados de Peruzzo et al. (2008), que observou que os alunos que estudam menos horas por dia apresentaram menos estresse do que aqueles que estudam mais tempo.

**Gráfico 9. Tempo de estudo ao longo da semana**

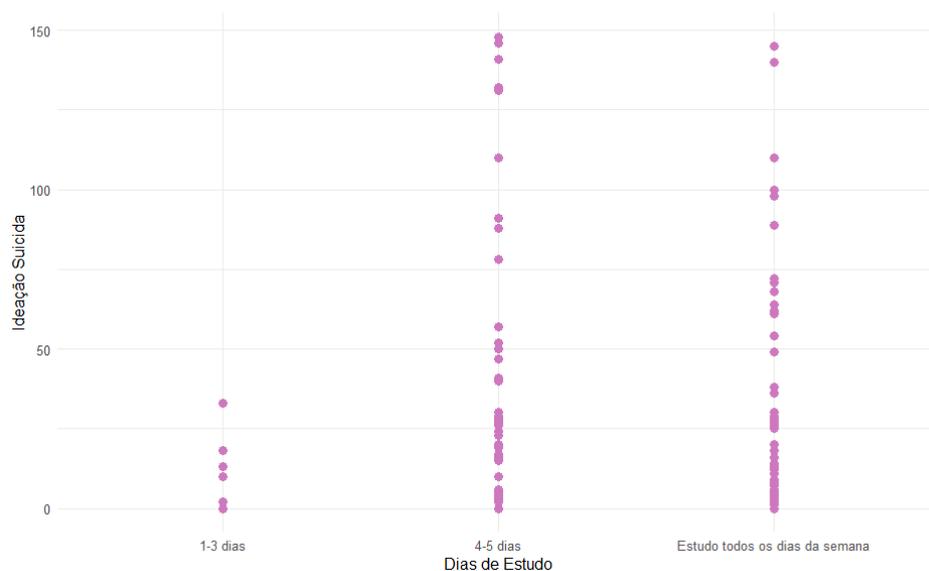


O gráfico nove demonstra que mais de 50% dos estudantes que responderam ao formulário afirmaram que dedicam todos os dias da semana para seus estudos. Além disso, aproximadamente 44% estudam a maioria dos dias úteis da semana, somente 6% estudam menos da metade dos dias da semana. Tendo em vista que a análise dos dias da semana é uma variável dividida em categorias, segue-se a mesma lógica das horas de estudo para realizar a comparação com o estresse e a ideação suicida.

**Gráfico 10. Distribuição dos Níveis de Estresse por quantidade de dias estudando**



**Gráfico 11. Distribuição dos Níveis de Ideação Suicida por quantidade de dias estudando**



A análise gráfica indicada nos gráficos dez e onze, evidencia que os indivíduos com menor quantidade de dias estudados ao longo da semana tendem a ter menor estresse e ideação suicida, para confirmar estas hipóteses foi necessário realizarmos os testes de ANOVA e Kruskal-Wallis. O resultado do teste ANOVA realizado indicou que há relação entre a quantidade de dias estudados na semana e o estresse, a um nível de significância de 5%. Já na análise Kruskal-Wallis foi possível perceber que não há

relação entre a quantidade de dias estudados na semana e a Ideação Suicida, a um nível de significância de 5%.

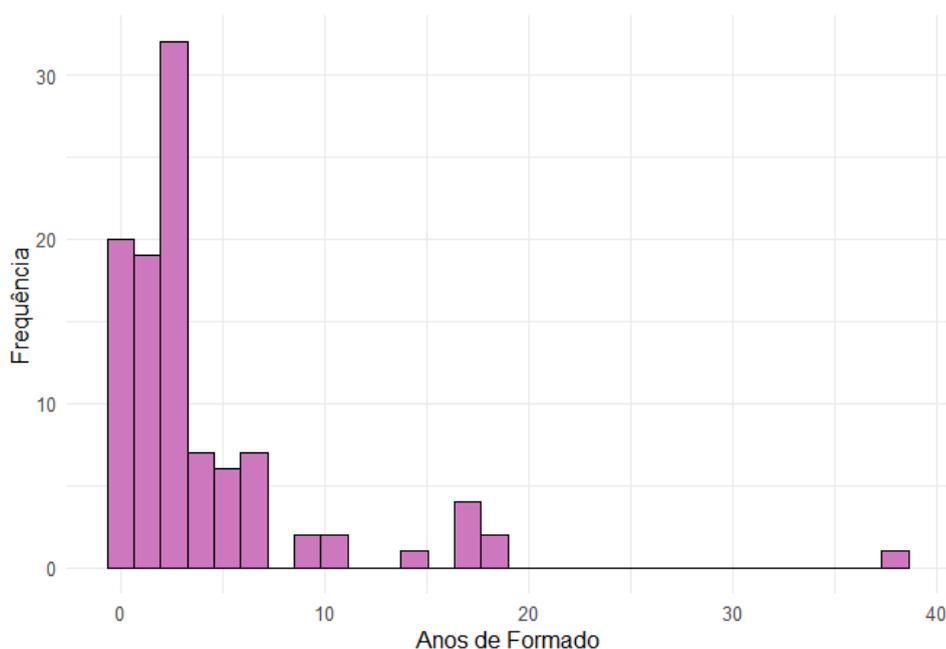
Além disso, 86,52% daqueles que relataram estar fazendo cursinho atualmente apresentaram um nível alto de estresse, enquanto, entre aqueles que indicaram não estar frequentando um cursinho pré-vestibular, 57,14% demonstraram um nível alto de estresse. Essa diferença pode ser atribuída ao fato de que com a intensificação da disputa por vagas nas universidades públicas, os cursinhos atuais têm se mostrado ambientes de intensa cobrança e pressão sobre os estudantes, o que potencialmente intensifica o estresse vivenciado durante esse período.

No item "Há quanto tempo você faz cursinho pré-vestibular?", 13 das 14 pessoas que frequentam o cursinho há 4 à 6 anos apresentaram um nível alto de estresse. Além disso, das 3 pessoas que indicaram frequentar cursinho há mais de 7 anos, todas apresentaram um nível alto de estresse.

Tabela 4. Análise exploratória dos valores de Anos de Formado

|                 | Mínimo | Média | Mediana | Máximo | Desvio Padrão |
|-----------------|--------|-------|---------|--------|---------------|
| Anos de Formado | 0      | 3,82  | 2,00    | 38     | 5,50          |

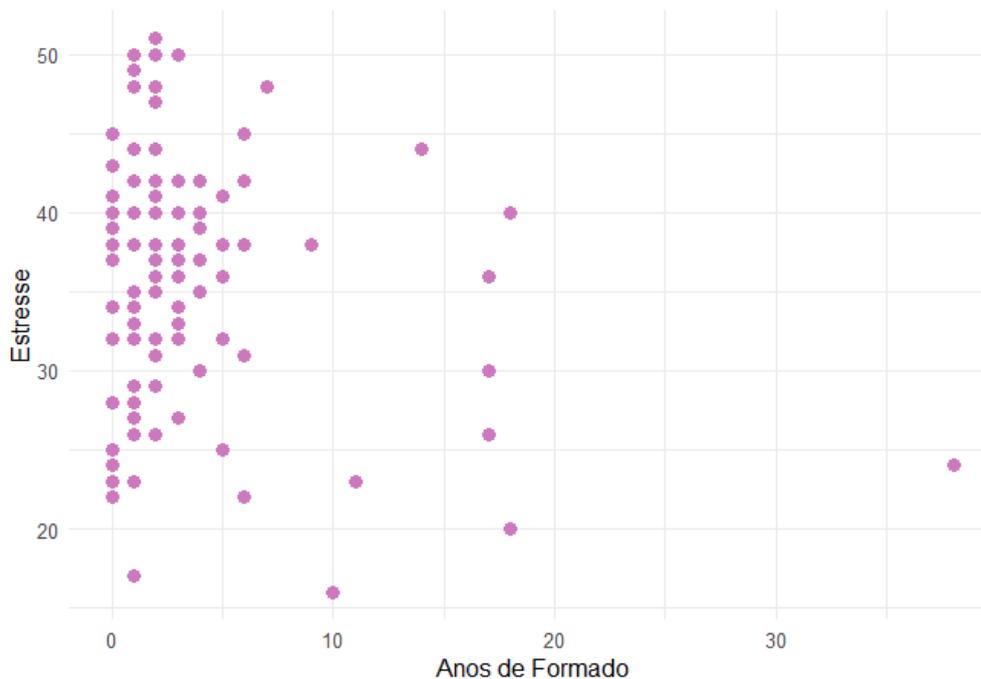
Gráfico 12. Histograma dos anos de formado



Devido ao fato da distribuição da variável “Anos de Formado” não ser normal, o ideal é realizar testes de correlação de Spearman.

**Gráfico 13. Correlação de Spearman entre Estresse e Anos de Formado**

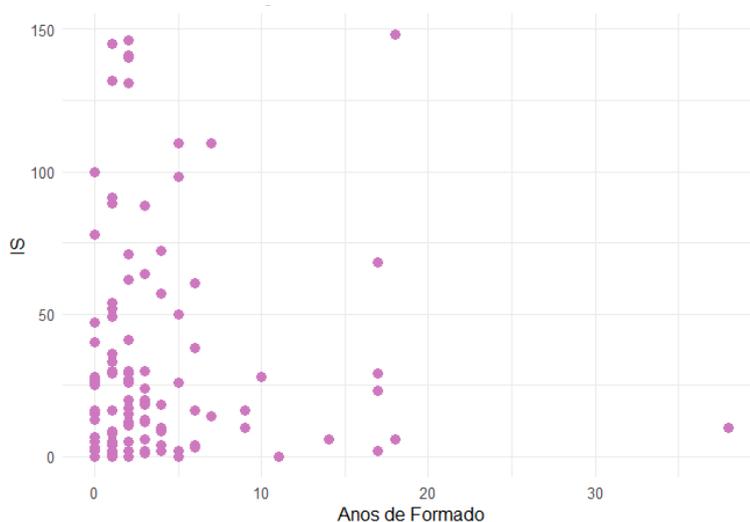
- Rho ( $\rho$ ) = 0,23



A partir da análise, podemos perceber que existe uma correlação baixa entre os anos de formado e o estresse do estudante. Ao observarmos o gráfico 13, fica evidente que pessoas com muitos anos de formado tendem a ter menores níveis de estresse. Apesar disso, ainda há registros de pessoas com pouco tempo de formado que apresentam baixos níveis de estresse.

**Gráfico 14. Correlação de Spearman entre IS e Anos de Formado**

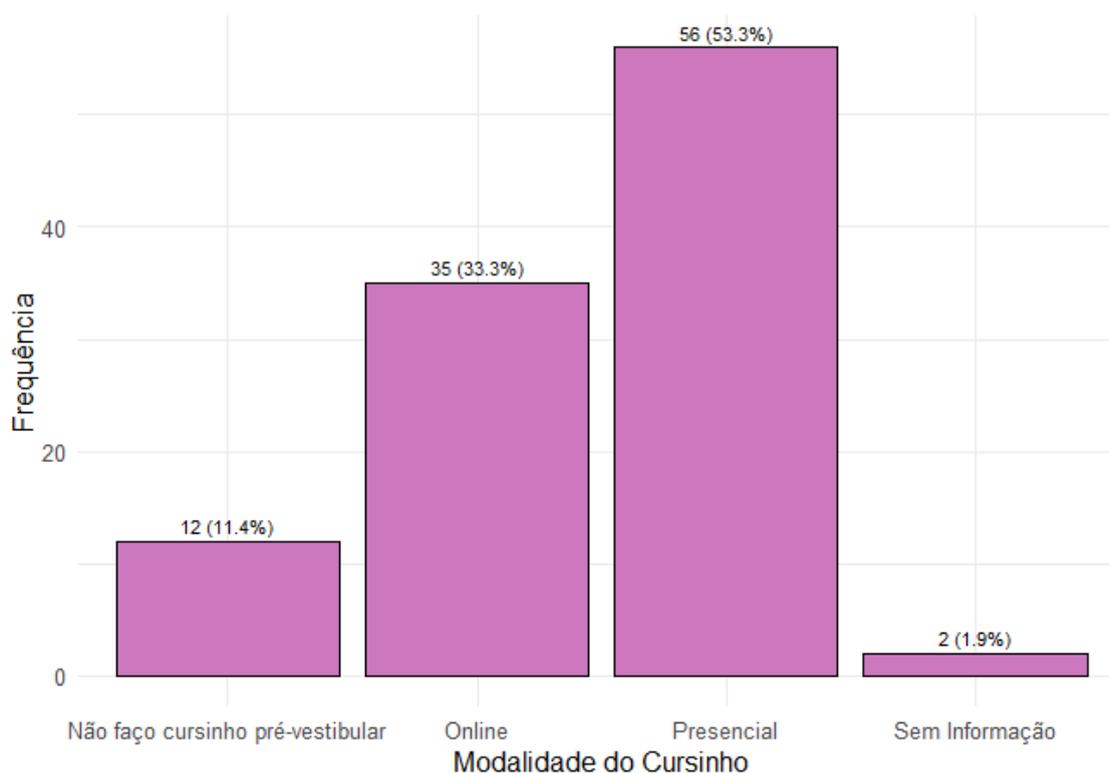
- Rho ( $\rho$ ) = 0,003



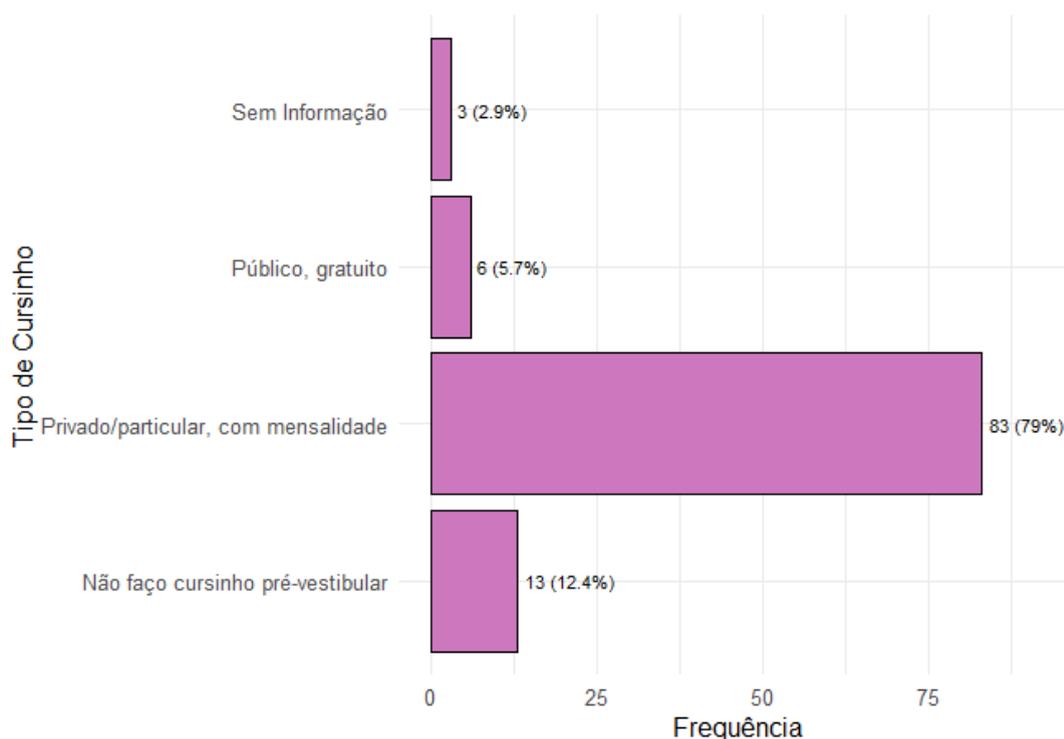
Portanto, ao analisarmos o gráfico 14, bem como o resultado do teste de correlação é possível concluir que não há relação entre os anos de formado e a Ideação suicida.

A respeito da modalidade de cursinho, constatou-se que, das 12 pessoas da amostra geral que apresentaram um nível alto de ideação suicida, 10 frequentavam cursinho do tipo presencial e particular.

**Gráfico 15. Distribuição das modalidades de cursinho**

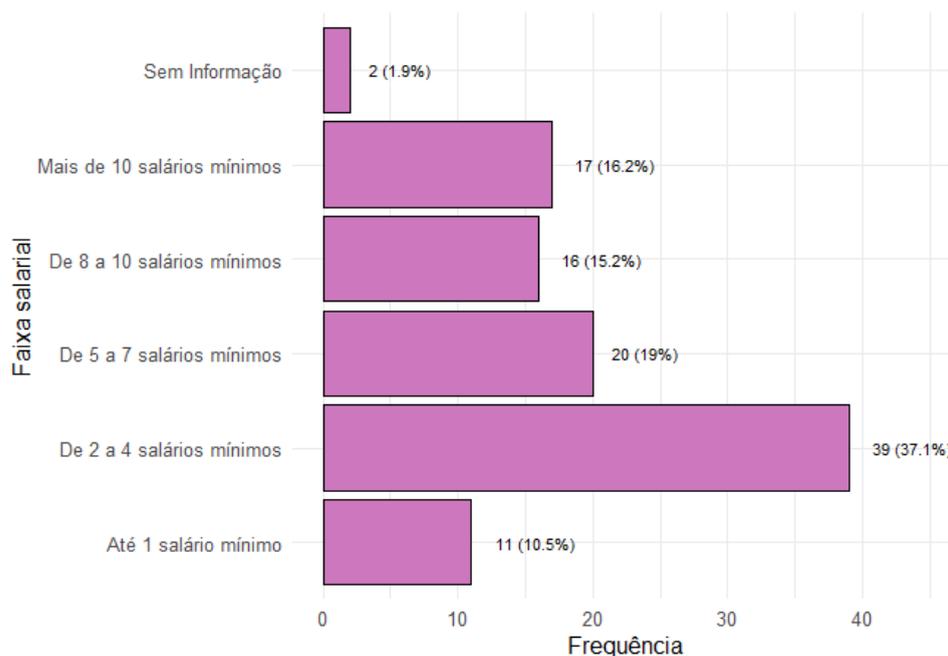


Desse modo, a partir da observação do gráfico 15 fica evidente que mais da metade dos estudantes avaliados realizam cursinho presencial, enquanto apenas 11% deles não utilizam de cursinhos em seus estudos. Já em relação ao tipo de cursinho, público, privado, verificou-se que quase 80% dos estudantes do estudo utilizam de cursinhos privados e pagam valores mensais para seus estudos, o que pode ser observado no gráfico 16, abaixo.

**Gráfico 16. Distribuição dos tipos de cursinho**

A respeito das opções de curso, dos 69 participantes que almejam medicina, 61 obtiveram um alto nível de estresse na escala utilizada. Ademais, 65,59% dos participantes que apresentaram um nível alto de estresse almejam medicina. Nesse contexto, 66,67% dos participantes que obtiveram um alto grau de ideação suicida também almejam medicina.

Em última instância, como evidenciado no gráfico 17, foi possível observar a distribuição salarial dos participantes. Nesse sentido, a faixa salarial mais comum entre os estudantes avaliados é de 2 a 4 salários mínimos. No entanto, também há uma porcentagem significativa de estudantes nas faixas salariais superiores: 5 a 7, 8 a 10 e mais de 10 salários mínimos. Desconsiderando aqueles sem informação, a categoria com menor frequência foi a de até um salário mínimo.

**Gráfico 17. Distribuição das faixas salariais**

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS (OU CONCLUSÕES)

O presente estudo buscou explorar a correlação entre estresse, horas de estudo e tempo de cursinho na incidência de ideação suicida em estudantes pré-vestibulandos egressos do ensino médio. A análise dos dados revelou uma correlação moderada entre estresse e ideação suicida, além de demonstrar que a maioria dos estudantes apresenta nível elevado de estresse independente do tempo que faz cursinho, podendo ser interpretado como um período de grande influência emocional já desde o início. Entretanto, o estudo apresentou algumas limitações que devem ser consideradas ao interpretar os resultados.

Nesse sentido, uma das principais limitações foi o tamanho reduzido da amostra, composta por 103 estudantes, o que pode influenciar na generalização dos achados para uma população maior de pré-vestibulandos. Outro ponto relevante foi a ausência de solicitação para que os participantes sinalizassem o gênero com o qual se identificam, assim inviabilizando a coleta dessa informação e possíveis observações

sobre maior ou menor nível de estresse ou ideação a depender da categoria na qual se encontra.

Além disso, o delineamento do estudo apresentou falhas que podem ter prejudicado a precisão das correlações, como a utilização de faixas de resposta para algumas perguntas, em vez de permitir que os participantes inserissem números exatos. Isso pode ter influenciado a análise da correlação entre variáveis, resultando em uma interpretação menos precisa dos dados.

Diante dessas limitações, futuras pesquisas podem se beneficiar de amostras maiores e mais representativas, bem como investigar as possíveis diferenças entre adolescentes que estão no último ano do ensino médio e jovens adultos que já terminaram essa etapa, a fim de melhor compreender como o estágio de vida pode impactar o estresse e a ideação suicida no contexto pré-vestibular. Além disso, pode ser interessante analisar possíveis variações de acordo com o gênero.

Outra linha de pesquisa relevante seria a inclusão de instrumentos específicos para avaliar a presença de burnout nos estudantes, dada a possível relação observada entre tempo de estudo, esgotamento e ideação suicida.

Outro ponto relevante é que, apesar de ter sido o foco principal do estudo, os níveis de ideação atualmente encontram-se dentro da normalidade na amostra coletada, entretanto a correlação existente entre estresse e ideação suicida se mostrou significativa e a média geral dos estudantes que contribuíram com a pesquisa demonstrou níveis elevados de estresse, enquadrando-se na categoria de estressados. Assim, é possível perceber que, a longo prazo, deve-se voltar a atenção para essa parcela populacional e um possível cenário de desenvolvimento de ideação suicida por níveis elevados de estresse.

## REFERÊNCIAS

Borges, Vivian Roxo; Werlang, Blanca Susana Guevara. Estudo de ideação suicida em adolescentes de 15 a 19 anos. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 11, p. 345-351, 2006.

Boruszewski, Davi Alexander. **Práticas institucionais em cursinhos pré-vestibulares e sofrimento psíquico de estudantes sob a perspectiva de uma experiência docente**. 2022. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

Botega, Neury José et al. Prevenção do comportamento suicida. **Psico**, v. 37, n. 3, p. 5, 2006.

Calais, Sandra Leal; Montanhaur, Carolina Daniel; Salgado, Manoel Henrique. Stress e qualidade de vida de pré-vestibulandos: Estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 19, n. 4, p. 62-73, 2017.

Carro, Ana Carolina; Nunes, Rodrigo Dias. Ideação suicida como fator associado à síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 2, p. 91-98, 2021.

Cozby, Paul C. **Métodos de pesquisa em ciências do comportamento**. São Paulo, Atlas, 2003. CYBIS, Walter de Abreu.

Estresse. Secretaria de Estado de Saúde, 2019. Disponível em: <https://www.saude.go.gov.br/biblioteca/7598-estresse>. Acesso: agosto de 2024.

Ferreira, Joaquim Amado; Castela, Maria Cristina. Questionário de ideação suicida (QIS). 1999.

Ganz, Debora; Braquehais, M. Dolores; Sher, Leo. Secondary prevention of suicide. **PLoS medicine**, v. 7, n. 6, p. e1000271, 2010.

Grund, Axel. Motivational profiles in study–leisure conflicts: quality and quantity of motivation matter. **Learning and Individual Differences**, v. 26, p. 201-211, 2013.

Heissel, Jennifer A. et al. Testing, stress, and performance: How students respond physiologically to high stakes testing. **Education Finance & Policy**, 2021.

Klonsky, E. David; May, Alexis M.; Saffer, Boaz Y. Suicide, suicide attempts, and suicidal ideation. **Annual review of clinical psychology**, v. 12, n. 1, p. 307-330, 2016.

Levenfus, Rosane Schotgues. Vestibular: Derrubando o mito. **Porto Alegre: Gente**, 1993.

Levenfus, R. S. Faça o vestibular com seu filho, faça o vestibular com seus filhos. Porto Alegre: **Artes Médicas**, 1997.

- Lipp, M. E. N.; Novaes, L. E. **O stress: conhecer e enfrentar**. São Paulo: Contexto, 2000.
- Luft, Caroline Di Bernardi et al. Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, p. 606-615, 2007.
- Maia, Maria Nogueira; Caldas, Roseli. The impact of the brazilian college admissions exam on the perceived stress of young adult. **Seven Editora**, 2023.
- Mata, Jenifer; Reis, Ana Isabel; Brás, Marta. Perfeccionismo, sintomatologia depressiva e acontecimentos de vida negativos na ideação suicida em jovens-adultos. **PSIQUE-Anais de Psicologia**, v. 17, p. 96-121, 2021.
- Melo, Caio Matheus Inácio et al. Ansiedade em alunos de pré-vestibular da cidade de Aracaju Anxiety in pre college admission test students in the city of Aracaju. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 3, p. 12470-12480, 2021.
- Minayo, Maria Cecília de Souza; Teixeira, Selena Mesquita de Oliveira; Martins, José Clerton de Oliveira. Tédio enquanto circunstância potencializadora de tentativas de suicídio na velhice. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 21, p. 36-45, 2016.
- Misra, Ranjita; McKean, Michelle. College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. **American Journal of Health studies**, v. 16, n. 1, p. 41, 2000.
- Murakami, Karolina et al. Estresse psicológico em estudantes de cursos de graduação da área da saúde: subsídios para promoção de saúde mental. **Revista de Medicina**, v. 98, n. 2, p. 108-113, 2019.
- Murphy, Michael C.; Archer, James. Stressors on the college campus: A comparison of 1985–1993. **Journal of College Student Development**, 1996.
- Novos dados reforçam a importância da prevenção do suicídio. Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2018/setembro/novos-dados-reforam-a-importancia-da-prevencao-do-suicidio>. Acesso: agosto de 2024.
- Organização Mundial da Saúde. Constitution of the World Health Organization. **Geneva: WHO**, 1946.
- Peruzzo, Alice Schwanke et al. Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens. **Psicologia Argumento**, v. 26, n. 55, p. 319-327, 2008.
- Pimentel, Fernanda de Oliveira; Della Méa, Cristina Pilla; Dapieve Patias, Naiana. Vítimas de bullying, sintomas depressivos, ansiedade, estresse e ideação suicida em adolescentes. **Acta Colombiana de Psicología**, v. 23, n. 2, p. 230-240, 2020.

Reynold, W. M. Suicidal ideation questionnaire: Professional manual. Odessa, FL: **Psychological Assessment Resources**, 1988.

Rocha, Tiago Humberto Rodrigues et al. Sintomas depressivos em adolescentes de um colégio particular. **Psico-USF**, v. 11, p. 95-102, 2006.

Rodrigues, Daniel Guzinski; Pelisoli, Cátula. Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 35, p. 171-177, 2008.

Santana, Claudiomar. Saúde mental: depressão, ansiedade e estresse de estudantes de pré-vestibular para o curso de medicina. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 2019.

Santos, Fernando Silva et al. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 2, p. 194-200, 2017.

Terra, Duane Helena Pereira et al. Ansiedade e depressão em vestibulandos. **Odontologia Clínico-Científica (Online)**, v. 12, n. 4, p. 273-276, 2013.

Umberson, Debra; Montez, Jennifer. Social relationships and health: A flashpoint for health policy. **Journal of health and social behavior**, v. 51, n. 1\_suppl, p. S54-S66, 2010.

Vasconcelos, José et al. Níveis de ideação suicida em jovens adultos. **Estudos de Psicologia (campinas)**, v. 33, n. 2, p. 345-354, 2016.