

O AUMENTO DO CONSUMO DE MEDICAMENTOS PARA ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NOS ÚLTIMOS ANOS

THE INCREASE IN CONSUMPTION OF ANXIETY MEDICATION AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN RECENT YEARS

BARBOSA, Daniel Igor Pimentel¹; MEIRELES, Yure Lopes²; SANTOS, Thais Dorneles Dos³; SARZEDA, Katiane Barbosa⁴; SILVA, Vitor Hugo de Deus⁵; SILVA, Ernandes Filho⁶.

RESUMO

O presente estudo investigou a frequência do uso de medicamentos ansiolíticos entre estudantes universitários da cidade de Goiânia e região metropolitana, buscando compreender os principais fatores associados ao consumo desses fármacos. Por meio de uma pesquisa de campo com abordagem quantitativa, foi aplicado um questionário online a 173 estudantes de diversas instituições de ensino superior, públicas e privadas. Os resultados revelaram que 89 pessoas relataram não possuir diagnóstico médico e não fazem uso de medicamentos; 68 pessoas possuem diagnóstico médico, utilizam medicamentos prescritos por um profissional de saúde; e 16 pessoas relataram não possuir diagnóstico médico. Além disso, identificou-se uma predominância significativa de casos entre estudantes do sexo feminino e entre aqueles matriculados em cursos da área da saúde. Entre os fármacos mais citados destacam-se os Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS), como sertralina e fluoxetina, além dos benzodiazepínicos, como clonazepam e diazepam. A pesquisa destaca a importância de políticas institucionais voltadas à saúde mental no ambiente universitário, com foco em conscientizar sobre o uso racional de medicamentos e suporte psicológico contínuo. Conclui-se que a ansiedade entre estudantes é uma condição multifatorial que demanda intervenções preventivas e tratamento adequado, a fim de preservar o bem-estar e o desempenho acadêmico dos discentes.

Palavras-chave: Ansiedade; Estudantes; Medicamentos.

ABSTRACT:

This study investigated the frequency of use of anxiolytic medications among university students in the city of Goiânia and its metropolitan region, seeking to understand the main factors associated with the consumption of these drugs. Through a field survey with a quantitative approach, an online questionnaire was applied to 173 students from several public and private higher education institutions. The results revealed that 89 people reported not having a medical diagnosis and do not use medications; 68 people have a medical diagnosis, use medications prescribed by a health professional; and 16 people reported not having a medical diagnosis. In addition, a significant predominance of cases was identified among female students and among those enrolled in health-related courses. Among the most cited drugs are Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs), such as sertraline and fluoxetine, in addition to benzodiazepines, such as clonazepam and diazepam. The research highlights the importance of institutional policies aimed at mental health in the university environment, with a focus on raising awareness about the rational use of medication and ongoing psychological support. It is concluded that anxiety among students is a multifactorial condition that requires preventive interventions and appropriate treatment in order to preserve the well-being and academic performance of students.

Keywords: Anxiety; Students; Medications.

¹ Graduando de Farmácia. (Daniel Igor Pimentel Barbosa. Farmácia. Danielhigor12@gmail.com)

² Graduando de Farmácia. (Yure Lopes Meireles. Farmácia. yurelm01@gmail.com)

³ Graduanda de Farmácia. (Thais Dorneles Dos Santos. Farmácia. Thais.dornelesdossantos@gmail.com)

⁴ Graduanda de Farmácia. (Katiane Barbosa Sarzeda. Farmácia. Katyanesarzeda01@gmail.com)

⁵ Graduando de Farmácia. (Vitor Hugo de Deus Silva. Farmácia. vitorhugooptimus@gmail.com)

⁶ Dr. em Medicina Tropical e Saúde Pública - Imunologia e Parasitologia pela UFG (Ernandes da Silva Filho. Farmácia. ernandes.filho@facunicamps.edu.br)

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, é possível perceber o aumento substancial do consumo de medicamentos para ansiedade, que indica a incidência de ansiedade e por consequência o consumo de medicamentos ansiolíticos em discentes da graduação da área da saúde em Campina Grande–PB (SANTOS, 2014). De acordo com dados recentes, em uma pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde e publicada pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, relata-se que em 10 anos (2013-2023) houve aumento de 36% nas internações de jovens e adolescentes entre 13 a 29 anos por motivos de ansiedade.

Sendo um dos transtornos mais comuns da sociedade moderna, como explicam alguns autores sobre a comorbidade, afirmando que a ansiedade é um sentimento de medo relacionado à antecipação do perigo, caracterizado por um sentimento biológico, natural dos seres humanos que estão escritos no genoma, fazendo-se essencial para a manutenção da espécie humana durante certo período (CASTILLO et. al., 2000). Todavia, nos dias atuais esse sentimento, quando exagerado, de longa duração ou que afetam a qualidade de vida, tem causado prejuízos em indivíduos mais predispostos.

Além disso, os sistemas econômicos, políticos e sociais podem estar influenciando o ambiente e, por consequência, causando excesso de cobrança, impactando diretamente a vida das pessoas e desencadeando diferentes emoções negativas (LENHARDTK e CALVETTI, 2017).

Diante disso, o transtorno de ansiedade, são comorbidades multifatoriais que podem incluir o desequilíbrio de neurotransmissores, exposição a eventos estressantes e traumáticos. Sendo os transtornos mais comuns o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) e o Transtorno do Pânico (TP), (MANGOLINI, 2019). Esses citados são apenas caracterizados quando os sintomas ansiosos são primários e não derivados de outros transtornos psiquiátricos.

Portanto, o objetivo do trabalho é investigar a frequência do uso de ansiolíticos entre estudantes universitários e comparar o consumo de medicamentos para ansiedade em diferentes grupos.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

O cérebro primitivo, também chamado de cérebro reptiliano, é a parte mais antiga do encéfalo em termos evolutivos e está diretamente ligado a funções instintivas e de sobrevivência. Ele engloba estruturas como a amígdala e o sistema septo hipocampal, responsáveis pelo controle de emoções básicas, como o medo e a ansiedade, além de respostas automáticas ao perigo

(NETTO, 2009). Quando um animal percebe uma ameaça à sua integridade física, essas regiões são hiperativas, desencadeando uma série de reações neurofisiológicas que preparam o organismo para lutar ou fugir, garantindo sua sobrevivência. Nos transtornos ansiosos, essa resposta pode ser disfuncional, levando a estados de alerta excessivos e reações desproporcionais aos estímulos que não apresentam um risco real (MARGIS et al., 2003).

Os transtornos de ansiedade generalizada (TAG) e de pânico (TP) estão fortemente associados a dois sistemas principais: o eixo Hipotálamo-Hipófise-Adrenal (HPA) e o Sistema Nervoso Simpático (SNS). Diante de um estressor, como uma ameaça ou uma situação de pressão, o hipotálamo, uma região do cérebro que regula várias funções do corpo, é ativado. Em resposta ao estresse, ele libera o hormônio liberador de corticotropina (CRH) na corrente sanguínea. O CRH então se direciona à hipófise, localizada na base do cérebro, que, por sua vez, libera o hormônio adrenocorticotrófico (ACTH). O ACTH circula até as glândulas suprarrenais, situadas sobre os rins, e as estimula a produzir e liberar o cortisol, o principal hormônio do estresse, (GRAEFF, 2007).

O SNS é uma parte do sistema nervoso autônomo, responsável por regular funções automáticas do corpo, como a frequência cardíaca, respiração e pressão arterial. Esse sistema desempenha um papel importante na resposta do corpo ao estresse, sendo conhecido por ser ativado durante situações de perigo ou de grande tensão emocional, um mecanismo muitas vezes descrito como "luta ou fuga". Nesse momento, o SNS intensifica a ação da adrenalina e noradrenalina, promovendo reações fisiológicas rápidas. Na ansiedade, esse sistema está frequentemente em um estado de hiperatividade, o que contribui para os sintomas típicos desses transtornos, (ZUARDI 2010).

Evidências sugerem que em pacientes com TAG, há uma hiperatividade do eixo HPA, resultando em níveis elevados e prolongados de cortisol, o que contribui para a manutenção do estado de preocupação crônica e tensão característica do transtorno. Por outro lado, no TP, a ativação predominante ocorre no sistema nervoso autônomo, especialmente no sistema simpático, levando a respostas intensas e súbitas, como aumento abrupto da frequência cardíaca, sudorese e hiperventilação, típicas das crises de pânico, (GRAEFF, 2007).

Quadro 1: Diferenciação dos Sistemas Ativados na Resposta Neurofisiológica à Ansiedade

CARACTERÍSTICAS	SNSIMPÁTICO	EIXO HPA
ATIVACÃO	Imediata (segundos)	Mais lenta (minutos a horas)

MEDIADORES	Adrenalina e noradrenalina	Cortisol
EFEITO	Resposta curta e intensa	Resposta mais duradoura
FUNÇÃO	Preparação para ação rápida ("luta ou fuga")	Manutenção da resposta ao estresse a longo prazo
IMPACTO NO CORPO	Acelera batimentos cardíacos, dilata pupilas, redireciona sangue aos músculos	Aumenta glicose no sangue, suprime o sistema imune, regula metabolismo

Fonte: GRAEFF (2007)

O tratamento medicamentoso é uma das principais abordagens, com destaque para os Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina (ISRS) e os Benzodiazepínicos (BDZ). Os ISRS são considerados a primeira escolha terapêutica devido à sua eficácia, segurança e boa tolerabilidade em tratamentos prolongados, além de apresentarem menor risco de dependência em comparação aos Benzodiazepínicos.

O mecanismo de ação dos ISRS baseia-se na inibição da recaptação da serotonina pelos neurônios. Normalmente, após ser liberada na fenda sináptica, a serotonina é reabsorvida pelo neurônio que a liberou, reduzindo sua disponibilidade. Os ISRS bloqueiam esse processo, aumentando a quantidade de serotonina ativa na sinapse, o que melhora a transmissão neural e alivia os sintomas da ansiedade. Embora o efeito terapêutico possa levar algumas semanas para se manifestar completamente, esses medicamentos são amplamente utilizados devido ao seu perfil de segurança e eficácia, (ANDREATINI et. al., 2001).

Amplamente utilizados na abordagem inicial dos transtornos de ansiedade, os benzodiazepínicos destacam-se pela ação rápida e pelos efeitos hipnóticos, sedativos e ansiolíticos. São comumente utilizados no início do tratamento e também em momentos de crise, quando há necessidade de controle imediato dos sintomas (BARBOSA et. al., 2021). Quando usados por curtos períodos, apresentam um bom perfil de segurança. Relatos clínicos indicam uma eficácia significativa, especialmente em crises de transtorno do pânico, proporcionando alívio rápido e redução da intensidade dos sintomas. No entanto, o uso prolongado desses medicamentos pode levar ao desenvolvimento de tolerância, dependência e a diversos efeitos adversos, o que limita sua indicação a longo prazo (LEONARDI et. al., 2017).

Durante estados ansiosos, há um desequilíbrio entre neurotransmissores excitatórios e inibitórios, favorecendo a excitação neuronal, o que leva a maior atividade elétrica no sistema

nervoso central, contribuindo para os sintomas característicos do transtorno. Nesse contexto, o organismo conta com um neurotransmissor inibitório chamado GABA (Ácido Gama-Aminobutírico), que atua naturalmente no sistema nervoso central, reduzindo a atividade neuronal. Esse neurotransmissor promove a entrada de íons cloreto (Cl^-) nos neurônios por meio da ativação dos receptores GABA-A (ROCHA e LARA, 2020).

A entrada desses íons torna o interior da célula mais eletronegativa, dificultando a geração de novos impulsos elétricos, o que leva a uma redução da excitabilidade neuronal. Os benzodiazepínicos atuam ligando-se a um sítio específico no receptor GABA-A, diferente do local onde o GABA se liga. Essa ligação potencializa a ação do GABA, facilitando ainda mais a entrada de íons cloreto na célula. Como resultado, há uma intensificação do efeito inibitório, o que explica os efeitos terapêuticos dos benzodiazepínicos (ABRAMOV et. al., 2022).

Quando exacerbada, a ansiedade afeta negativamente o funcionamento cognitivo, prejudica o sono, aumenta a irritabilidade e pode desencadear ou agravar doenças cardiovasculares, distúrbios gastrointestinais e outros transtornos físicos e mentais, comprometendo significativamente a qualidade de vida.

3. METODOLOGIA

A metodologia adotada para a realização da pesquisa foi a de pesquisa de campo que tem como base a análise de dados de determinada população, ou seja, uma pesquisa quantitativa, em que o público-alvo são estudantes universitários que residem em Goiânia e na região metropolitana. Sendo assim, para a realização da coleta dos dados foi utilizado o Google Forms.

Alguns critérios de inclusão foram utilizados, como por exemplo, ser estudante universitário regularmente matriculado em instituições de ensino superior, públicas ou privadas, e residir atualmente na cidade de Goiânia e na região metropolitana. Já os critérios de exclusão envolveram participantes que não se enquadrarem nas condições mencionadas, bem como respostas incompletas ou inconsistentes que pudessem comprometer a qualidade dos dados.

A coleta de dados foi realizada por meio do questionário online já mencionado, elaborado com 9 perguntas. O formulário ficou disponível para participação durante o período de 7 semanas, entre 19 de março e 10 de maio de 2025, permitindo ampla divulgação por meio de redes sociais e grupos acadêmicos.

O questionário abordou aspectos sociodemográficos, como: idade, sexo, curso, instituição de ensino, frequência de uso, orientação médica, além de questões, específicas relacionadas ao uso de medicamentos ansiolíticos e os principais motivos que levaram ao consumo desses fármacos.

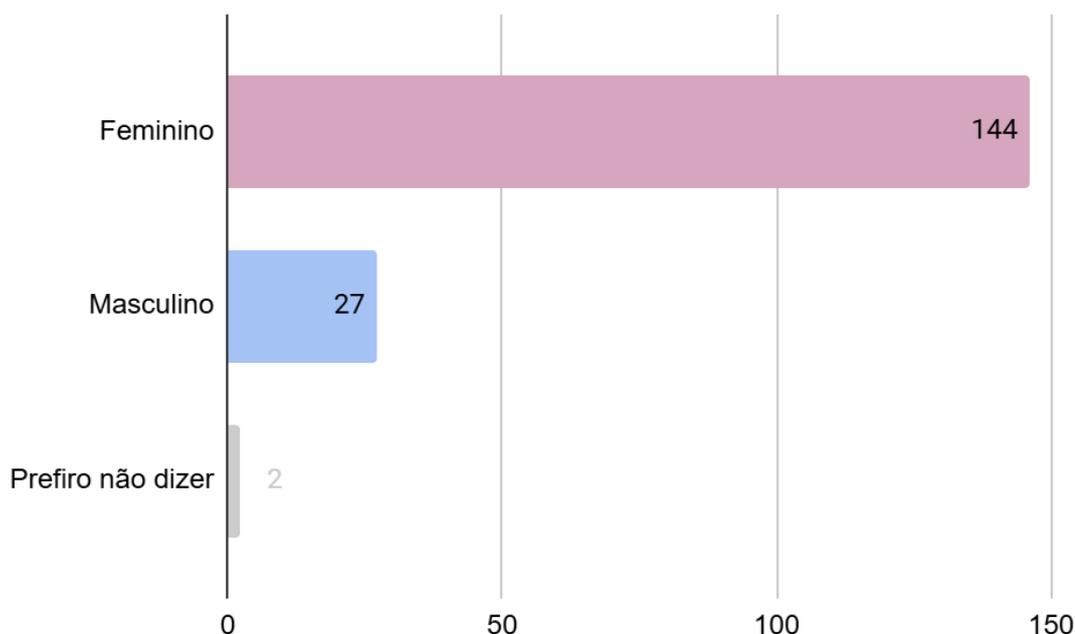
Os resultados obtidos foram organizados em gráficos e tabelas, permitindo uma visualização clara e objetiva das informações. A análise estatística descritiva dos dados possibilitou verificar a prevalência do uso de ansiolíticos na amostra, além de identificar possíveis padrões de comportamento entre os estudantes, como maior incidência em determinados cursos, faixas etárias e gêneros.

A partir desses dados, tornou-se possível refletir sobre a relação entre o ambiente universitário e o consumo de medicamentos ansiolíticos, apontando para a necessidade de ações preventivas e suporte emocional mais eficazes no contexto acadêmico.

4. ANÁLISE DOS DADOS DA PESQUISA

Dos 173 estudantes que responderam ao questionário, 83,2% se identificaram como do sexo feminino, 15,6% como masculino e 1,2% preferiram não informar, como podemos observar na figura 1.

Figura 1: Contagem de Gênero



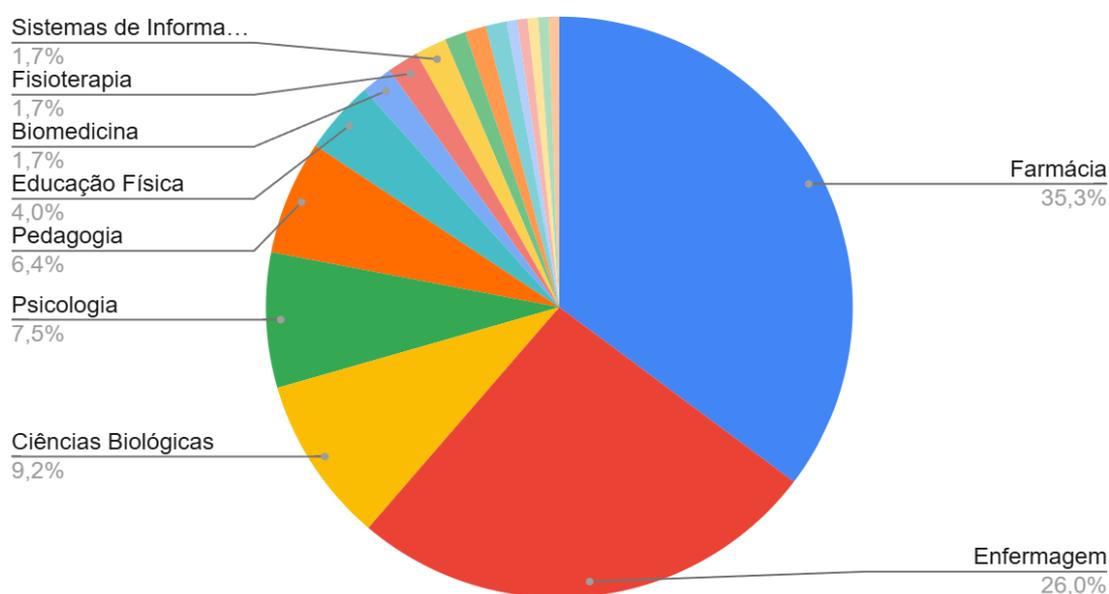
Fonte: Pesquisadores.

Embora a pesquisa tenha sido realizada em um contexto com prevalência feminina, o que é coerente com dados do INEP (2023), que indicam que cursos da área da saúde são

majoritariamente compostos por mulheres, os altos índices de ansiedade e de uso de medicamentos psicotrópicos observados não devem ser interpretados como algo esperado ou normalizado.

Concomitante a isso indicam que mulheres de todas as idades e grupo socioeconômico são mais propensas a desenvolver transtornos de ansiedade devido a uma combinação de fatores biológicos, hormonais e psicossociais, (COSTA et. al., 2019; BRAGA e PEGORARO, 2021). Além disso, estudantes de cursos da saúde estão entre os grupos com maior risco de sofrimento psíquico, uma vez que enfrentam uma rotina intensa, contato precoce com o sofrimento humano, pressão por desempenho e responsabilidades emocionais elevadas, o que contribui significativamente para quadros de ansiedade (SANTOS, 2014; SANTOS et. al., 2021).

Figura 2: Cursos de Graduação

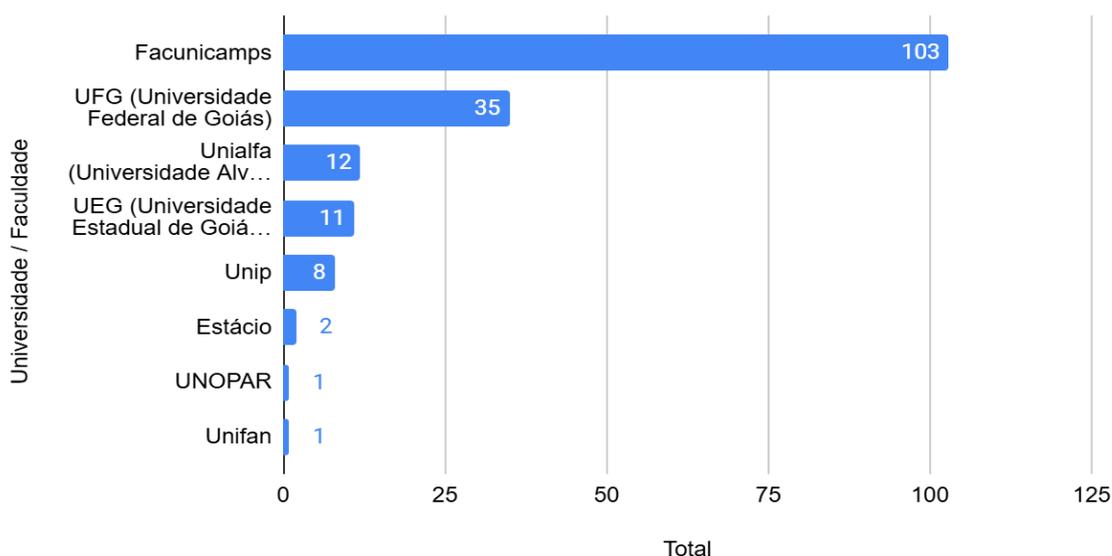


Fonte: Pesquisadores.

No entanto, mesmo diante dessas vulnerabilidades conhecidas, é preocupante que justamente essas estudantes que, teoricamente, têm maior acesso à informação sobre saúde mental estejam entre as mais afetadas. Isso revela que o conhecimento técnico, por si só, não tem sido suficiente para proteger esse grupo. Os dados sugerem falhas nos cuidados institucionais com a saúde emocional desses alunos, especialmente mulheres, que seguem sendo as maiores usuárias de ansiolíticos e as mais diagnosticadas com transtornos de ansiedade.

Os estudantes que participaram da pesquisa são, principalmente, da Faculdade Unida de Campinas (FacUnicamps), Universidade Federal de Goiás (UFG), Universidade Estadual de Goiás (UEG), Universidade Paulista (UNIP) e Unialfa. Destaca-se que a maioria dos respondentes pertence à FacUnicamps, o que se deve ao fato de a pesquisa ter sido majoritariamente divulgada entre alunos dessa instituição, já que os autores do trabalho também a integram. Ainda assim, a inclusão de estudantes de outras universidades e diferentes cursos enriquece a análise, permitindo uma visão mais abrangente sobre os impactos da ansiedade na vida acadêmica dos universitários. Essa distribuição pode ser visualizada na Figura 3.

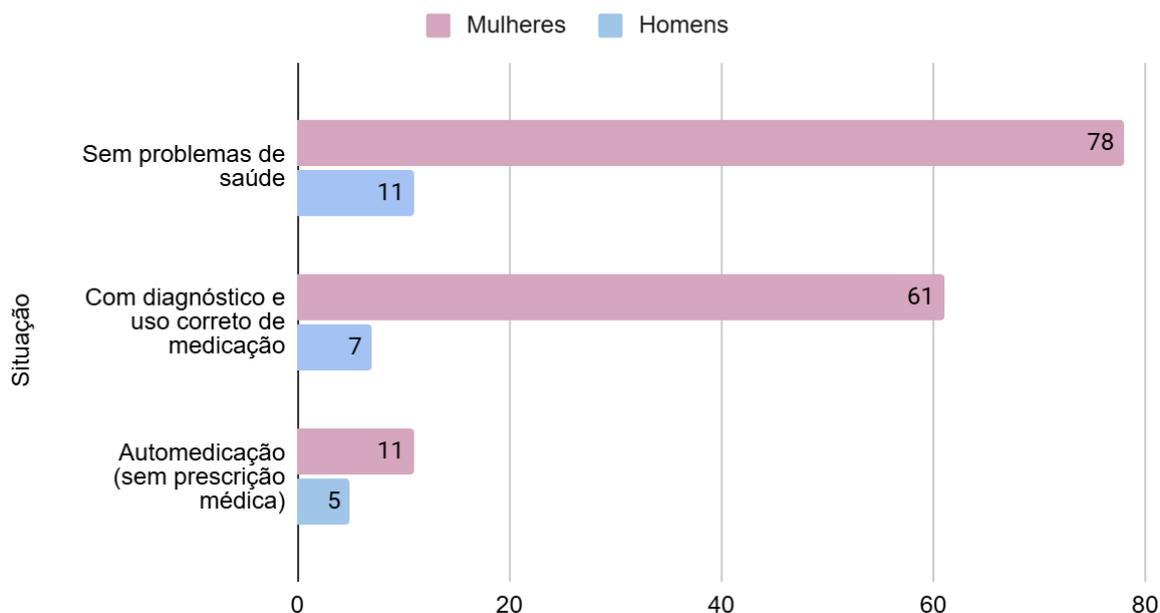
Figura 3: Universidade/Faculdade



Fonte: Pesquisadores.

Também foi analisado o perfil de uso de medicamentos e a existência (ou ausência) de diagnósticos médicos em uma amostra de indivíduos, resultando na seguinte distribuição: 89 pessoas (78 mulheres e 11 homens) relataram não possuir diagnóstico médico e não fazem uso de medicamentos; 68 pessoas (61 mulheres e 7 homens) possuem diagnóstico médico e utilizam medicamentos prescritos por um profissional de saúde; e 16 pessoas (11 mulheres e 5 homens) relataram não possuir diagnóstico médico, mas fazem uso de medicamentos por conta própria, ou seja, praticam a automedicação. Como consta na figura 4:

Figura 4: Quantidade de Pessoas versus Situação



Fonte: Pesquisadores.

O primeiro grupo, composto por 89 indivíduos (maioria da amostra), é caracterizado por pessoas que afirmam não ter nenhum tipo de diagnóstico clínico e que também não fazem uso de medicamentos. Este dado, à primeira vista, pode ser interpretado como indicativo de boa saúde. No entanto, é necessário refletir sobre outras possibilidades. A ausência de diagnóstico não necessariamente representa ausência de doenças.

O segundo grupo, formado por 68 pessoas, apresenta uma realidade mais segura do ponto de vista da saúde pública: todas essas pessoas têm diagnóstico confirmado e fazem uso de medicamentos prescritos por um médico. Este cenário é o mais desejável do ponto de vista clínico, pois representa o uso racional de medicamentos, definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a prática em que “os pacientes recebem medicamentos apropriados às suas condições clínicas, nas doses adequadas, por um período adequado de tempo e ao menor custo possível para eles e para a comunidade”. Esse grupo demonstra uma relação estruturada entre usuário e sistema de saúde, indicando acesso a consultas médicas, adesão ao tratamento prescrito e possivelmente um acompanhamento contínuo, fundamental para o controle de condições crônicas e melhora da qualidade de vida.

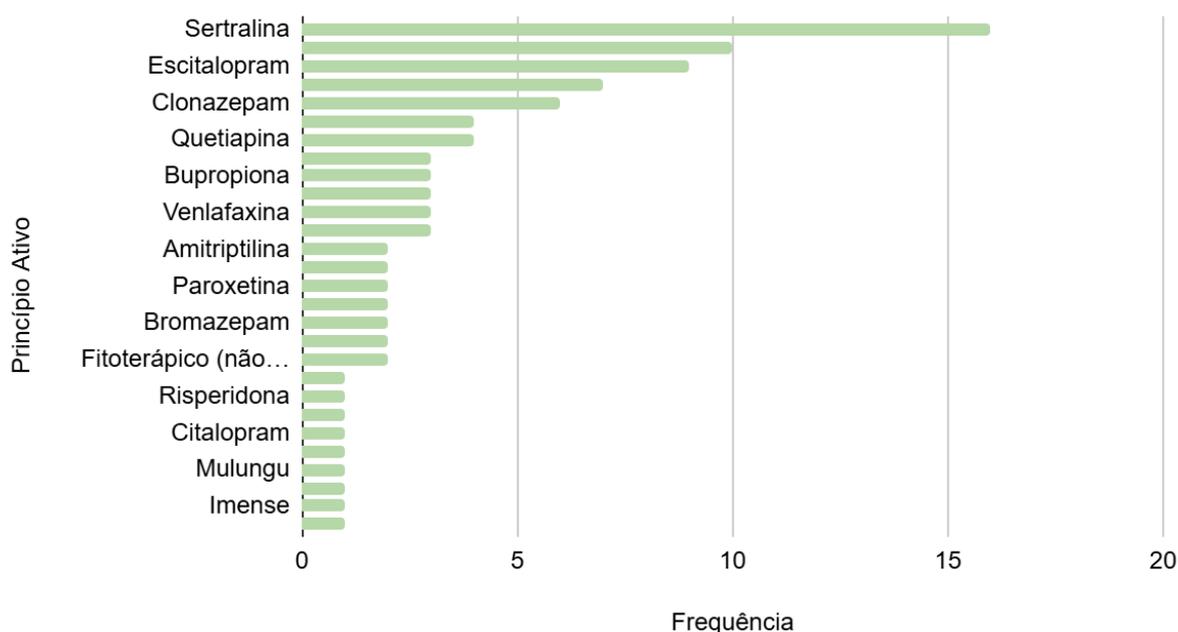
O terceiro grupo, composto por 16 pessoas, demanda atenção especial, pois reúne indivíduos que afirmam não possuir diagnóstico médico, mas que fazem uso de medicamentos por iniciativa própria, caracterizando claramente a prática da automedicação. Esta prática pode

ocorrer com medicamentos de venda livre (como analgésicos, anti-inflamatórios, antigripais) ou, de forma ainda mais perigosa, com medicamentos sujeitos a controle especial. Os riscos da automedicação incluem o agravamento de doenças, reações adversas, interações medicamentosas perigosas e até a resistência bacteriana no caso do uso indevido de antibióticos.

Outra questão que podemos ressaltar a partir do questionário é os medicamentos mais citados pelos participantes, que foram de diferentes classificações os Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS) destacaram: sertralina, fluoxetina, escitalopram, paroxetina; e também os Benzodiazepínicos: rivotril (Clonazepam), diazepam, alprazolam e outros: quetiapina, bupropiona, amitriptilina, fitoterápicos (maracugina, seakalm).

A preferência pelos ISRS confirma que a primeira linha de tratamento, com ação prolongada e menos risco de dependência (ANDREATINI et. al., 2001). Já o uso de benzodiazepínicos, mesmo com seus riscos, sugere a busca por resolução dos sintomas agudos de ansiedade (LEONARDI et. al., 2017).

Figura 5: Frequência versus Princípio Ativo

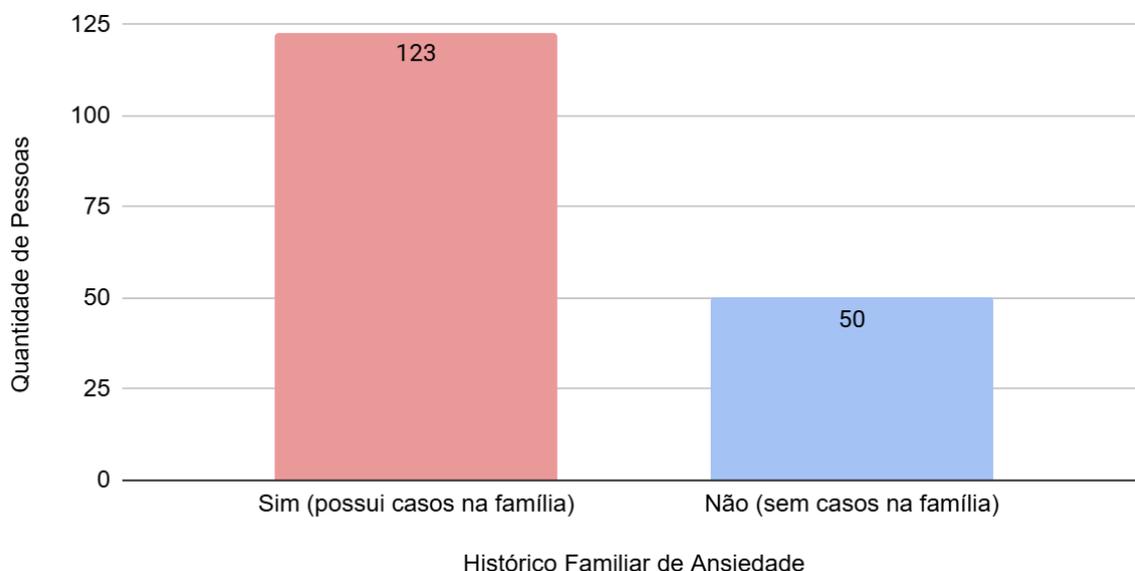


Fonte: Pesquisadores.

Estudos apontam que indivíduos com histórico familiar de transtornos de ansiedade possuem maior risco de desenvolver a condição ao longo da vida. A herdabilidade dos transtornos de ansiedade situa-se entre 30% e 40%, o que demonstra uma contribuição genética significativa, embora não determinante (HETTEMA, NEALE e KENDLER, 2001). Além dos aspectos genéticos, a exposição contínua a comportamentos ansiosos no ambiente familiar pode

gerar uma modelagem comportamental, em que o indivíduo aprende a responder ao estresse de forma disfuncional (BANDURA, 1977). Foi analisado através do questionário a quantidade de pessoas e o histórico familiar de ansiedade desses sujeitos, como consta na figura 6:

Figura 6: Quantidade de Pessoas versus Histórico Familiar de Ansiedade



Fonte: Pesquisadores.

Essa influência familiar pode também afetar a forma como o indivíduo lida com a ansiedade, incluindo a automedicação. A familiaridade com o uso de psicofármacos por parentes próximos pode contribuir para a utilização de medicamentos ansiolíticos sem prescrição médica, especialmente quando se acredita que o quadro clínico é semelhante. Assim, estudantes com histórico familiar de ansiedade podem estar mais propensos à automedicação, o que reforça a importância de intervenções educativas nas instituições de ensino superior sobre o uso racional de medicamentos e o acompanhamento psicológico adequado.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho evidenciou a crescente preocupação com a saúde mental no ambiente acadêmico, especialmente no que se refere à ansiedade e ao uso de medicamentos ansiolíticos entre estudantes universitários. Os dados coletados apontam para uma prevalência alarmante tanto de diagnósticos de transtornos ansiosos quanto do consumo de psicofármacos, muitas vezes de forma inadequada, como no caso da automedicação.

Constatou-se que a maioria dos estudantes afetados são mulheres, sobretudo da área da saúde, o que revela uma dupla vulnerabilidade: por um lado, o impacto da pressão acadêmica e emocional inerente ao curso; por outro, o paradoxo de que mesmo com maior acesso à informação sobre saúde, este conhecimento não tem sido suficiente para prevenir ou mitigar os efeitos da ansiedade.

A pesquisa também revelou a ampla utilização de Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS), bem como benzodiazepínicos, refletindo o padrão atual da prática clínica. Outro aspecto relevante identificado na pesquisa foi a influência do histórico familiar. Estudantes com antecedentes de transtornos ansiosos na família apresentaram maior propensão ao desenvolvimento desses quadros, o que corrobora dados da literatura que indicam uma herdabilidade entre 30% e 40% (HETTEMA, NEALE E KENDLER, 2001).

Diante deste cenário, torna-se evidente a necessidade urgente de ações institucionais e políticas públicas voltadas à prevenção e ao cuidado com a saúde mental dos universitários. Programas de acolhimento psicológico, campanhas de conscientização sobre os riscos da automedicação e fortalecimento de redes de apoio emocional são medidas essenciais para enfrentar esse problema que, embora silencioso, tem impactado significativamente o bem-estar e o desempenho acadêmico dos discentes.

Portanto, o enfrentamento da ansiedade no meio universitário não pode se restringir ao tratamento medicamentoso. Deve incluir uma abordagem ampla, integrada e contínua, que considere as múltiplas dimensões do sofrimento psíquico e promova um ambiente acadêmico mais saudável, acolhedor e menos adoecedor.

6. REFERÊNCIAS

ANDREATINI, Roberto; BOERNGEN-LACERDA, Roseli e FILHO, Dirceu Zorzetto.

Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada:

perspectivas futuras. Brazilian Journal of Psychiatry [online]. 2001, v. 23, n. 4.

Disponível em: < <https://doi.org/10.1590/S1516-4446200100040001> >. Epub 06 Mar 2002. ISSN 1809-452X. <https://doi.org/10.1590/S151644462001000400011>. Acesso em: 01/05/2025.

ABRAMOV, Amanda Kamil et. al. **Transtornos de ansiedade e abuso de benzodiazepínicos: Um desafio contemporâneo.** Anais do Simpósio do Programa Integrado de Neurofarmacologia e Extensão ISSN 2965-0372, 2022.

ABRAMOV, A. K.; KUBRUSLY, R. C. C. .; SILVA, B. T. Transtornos de ansiedade em mulheres: a carga biopsicossocial. **Neurociências & Sociedade**, v. 2, n. 1, p. e025003, 18 fev. 2025.

CASTILLO, Ana Regina GL; RECONDO, Rogéria; ASBAHR, Fernando R; MANFRO, Gisele G. **Transtornos de ansiedade**. Braz. J. Psychiatry 22 (suppl 2). Dez 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462000000600006>. Acesso em: 20/03/2025.

BARBOSA, Gean Cardoso Leite; FERRAZ, Jamille Leal; ALVES, Leia Alexandre. Impacto dos medicamentos benzodiazepínicos na qualidade de vida de pessoas com transtorno de ansiedade generalizada. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 10, n. 15, p. e523101523202, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i15.23202. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/23202>>. Acesso em: 11/05/2025.

BANDURA, A. **Social Learning Theory**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977.

BRAGA, R. de B.; PEGORARO, R. F. Uso de Benzodiazepínicos por Mulheres Brasileiras: Revisão Integrativa de Literatura. **Revista Psicologia e Saúde**, [S. l.], 2021. DOI: 10.20435/pssa.vi.940. Disponível em: <<https://pssa.ucdb.br/pssa/article/view/940>>. Acesso em: 11/05/2025.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP. *Censo da Educação Superior 2022: notas estatísticas*. Brasília, DF: INEP, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/centrais-de-conteudo/acervo-linha-editorial/publicacoes-institucionais/estatisticas-e-indicadores-educacionais/censo-da-educacao-superior-2022-notas-estatisticas>. Acesso em: 01/05/2025.

COSTA, Maria de Jesus Sampaio; CÂMARA, Suellen Maria dos Santos; ARAÚJO, Jéssica Soares de; SANTOS, Luana Camila Dias; OLIVEIRA, José Carlos Santana de. Prevalência e fatores associados aos transtornos de ansiedade entre adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 68, n. 3, p. 167–174, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/PSrDy4ZFSGDCzNgJfJwVRxz/>>. Acesso em: 01/05/2025.

GRAEFF, Frederico G. Ansiedade, pânico e o eixo hipotálamo-pituitária-adrenal. **Rev Bras Psiquiatr.** 2007; 29 (Supl I):S3-6.

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

HETTEMA, J. M.; NEALE, M. C.; KENDLER, K. S. **A review and meta-analysis of the genetic epidemiology of anxiety disorders**. *The American Journal of Psychiatry*, v. 158, n. 10, p. 1568–1578, 2001.

INSTITUTO DE PSICOLOGIA UNIVERSIDADE SÃO PAULO. **Incertezas têm contribuído para o adoecimento mental entre jovens**. Disponível em: <<https://www.ip.usp.br/site/noticia/incertezas-tem-contribuido-para-o-adoecimento-mental-entre-jovens/>>. Acesso em: 16/03/2025.

LEONARDI, Jéssica Gabriela; AZEVEDO, Bruna Marcacini; OLIVEIRA, A. C. C. Benzodiazepínicos e seus efeitos no sistema nervoso central. **Revista Saúde em Foco**, v. 9, p. 684-690, 2017.

LENHARDTK, Gabriela e CALVETTI, Prislá Ücker. **Quando a ansiedade vira doença?: Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental.** *Aletheia* [online]. 2017, vol.50, n.1-2 [citado 2025-03-18], pp.111-122. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942017000100010&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 18/03/2025.

MANGOLINI, Vitor Iglesias; ANDRADE, Laura Helena; WANG, Yuan-Pang. **Epidemiologia dos transtornos de ansiedade em regiões do Brasil: uma revisão de literatura.** *Rev Med (São Paulo)*. 2019 nov-dez;98(6):415-22.

MARGIS, R. et.al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista Psiquiatria**, v. 25, Supl. 1, p. 65-74, abr. 2003.

NETTO, Eduardo Ferreira de Carvalho. **Medo e ansiedade: aspectos comportamentais e neuroanatômicos.** *Arq Med Hosp Fac Cienc Med Santa Casa São Paulo*. 2009; 54(2): 62-5.

ROCHA, C. R. J.; LARA, J. N. A AMBIGUIDADE EXERCIDA PELO ÁCIDO γ -AMINOBUTÍRICO (GABA): UM RESUMO SOBRE O PAPEL DO GABA NA INIBIÇÃO E NA EXCITAÇÃO. **Revista Multidisciplinar de Educação e Meio Ambiente**, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 2, 2020. Disponível em:

<<https://editoraime.com.br/revistas/rema/article/view/18>>. Acesso em: 15/04/2025.

SANTOS, Rômulo Moreira dos Santos. **Perfil de Ansiedade em Estudantes do Curso da Área da Saúde.** 2014. Dissertação (Mestrado)- Universidade Federal da Paraíba, 2014. Orientadora: Profa. Dra. Mônica Oliveira da Silva Simões.

SANTOS, R. de B.; FEITOSA, GVS.; CARVALHO, LR de MCS. **Perfil dos transtornos de ansiedade e fatores associados em universitários de um centro universitário de Teresina.** *Piauí. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 6, pág. e14910615420, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i6.15420. Disponível em:

<<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/15420>>. Acesso em: 13/05/2025.

ZUARDI, Antonio Waldo. **Fisiologia do estresse e sua influência na saúde.**

Ceppsima, 2010. Disponível em:

<https://www.ceppsima.com.br/pdf/fisiologia_estresse.pdf>. Acesso em: 07/04/2025.