

**Qualidade de vida de estudantes em cursos preparatórios  
para vestibulares de medicina**

**Students' quality of life in preparatory courses for medicine  
entrance examination**

**Calidad de vida de estudiantes de cursos preparatorios  
para exámenes de ingreso a medicina**

**Aleska da Rosa Eli**

Atitus Educação, Passo Fundo/RS – Brasil

**Camila Rosa de Oliveira**

Atitus Educação, Passo Fundo/RS – Brasil

**Luís Henrique Paloski**

Atitus Educação, Passo Fundo/RS – Brasil

**Resumo**

Investigou-se a qualidade de vida de estudantes em cursos preparatórios para vestibulares de medicina, bem como se verificaram variáveis preditoras dos escores. A coleta foi realizada *on-line* e contou com 300 participantes, sendo 246 mulheres e 54 homens. Os estudantes responderam a uma ficha de dados sociodemográficos, a Escala de Depressão, Estresse e Ansiedade (DASS-21) e o *World Health Organization Quality of Life-BREF* (WHOQOL-BREF). Os achados apontaram que os participantes possuíam maiores pontuações no Domínio Meio Ambiente e a menores pontuações no Domínio Psicológico. Também se observou que os sintomas depressivos e de ansiedade foram variáveis preditoras da variação da pontuação em qualidade de vida. Por fim, verificou-se que os alunos que possuíam maiores pontuações em sintomas depressivos, de ansiedades e de estresse apresentaram menores escores em qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, Estudantes de medicina, Saúde dos estudantes

**Abstract**

We have investigated Students' quality of life (QoL) in preparatory courses for medical entrance exams, as well as predictive variables of QoL scores. The data collection was carried out online with 300 participants, 246 women and 54 men. The students answered a sociodemographic data sheet, the Depression, Stress and Anxiety Scale (DASS-21) and the World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF). The findings showed that the participants had higher scores in the Environment Domain and lower scores in the Psychological Domain. It was also observed that depressive and anxiety symptoms were predictive variables of the variation in the QoL score. Finally, it was found that students who had higher scores on depressive, anxiety and stress symptoms had lower QoL scores.

**Keywords:** Quality of life, Medical students, Student health

## Resumen

Se investigó la calidad de vida (CV) de los estudiantes de los cursos de preparación para los exámenes de acceso a la medicina, así como las variables predictoras de los puntajes de CV. La recogida se realizó online y contó con 300 participantes, 246 mujeres y 54 hombres. Los estudiantes respondieron una ficha de datos sociodemográficos, la Escala de Depresión, Estrés y Ansiedad (DASS-21) y la Calidad de Vida de la Organización Mundial de la Salud-BREF (WHOQOL-BREF). Los hallazgos mostraron que los participantes tenían puntajes más altos en el Dominio Ambiente y puntajes más bajos en el Dominio Psicológico, también se observó que los síntomas depresivos y de ansiedad fueron variables predictoras de la variación en el puntaje de la CV. Finalmente, se encontró que los estudiantes que tenían puntajes más altos en síntomas de depresión, ansiedad y estrés tenían puntajes más bajos en la CV.

**Palabras llave:** Calidad de vida; Estudiantes de medicina; Salud Estudiantil.

## 1. Introdução

Diferentes estudos apontam que a maioria dos ingressantes em faculdades de medicina no Brasil participou de cursos preparatórios para o vestibular (SILVA *et al.*, 2018; PAES *et al.*, 2018; REIS *et al.*, 2020; PESSANHA *et al.*, 2020). Dentro de cursos preparatórios generalistas (não focados para medicina), a maioria dos alunos buscou o vestibular para medicina, e essa procura, normalmente, está associada com a remuneração da futura profissão, o *status* social da/o médica/o e o incentivo da família (SANTOS *et al.*, 2017).

Assim, observa-se um aumento na busca por cursos preparatórios, privados ou públicos, presenciais ou a distância. O perfil dos alunos desses cursos é de adolescentes ou adultos jovens que ainda estão no ensino médio ou que o concluíram há pouco. Demandas referentes ao desenvolvimento e a excessiva sobrecarga dos cursinhos podem vir a prejudicar a qualidade de vida desses estudantes (SINDEUAX *et al.*, 2020).

A qualidade de vida engloba aspectos da saúde física, das relações sociais, da saúde psicológica e a da relação do indivíduo com o meio ambiente. Observa-se que o estado de saúde dos estudantes pode-se desgastar ao longo de uma jornada estudantil. O excesso de responsabilidades tende a causar sobrecarga e alterar a rotina de vida, afetando assim a qualidade de vida (MEYER, 2019).

Entre os aspectos que contribuem para a baixa de qualidade de vida e a piora dos indicadores de saúde mental dos estudantes, encontra-se a presença

de altos níveis de ansiedade (COSTA *et al.*, 2020), bem como o aumento nos níveis estresse (KAM *et al.*, 2019; SANTOS *et al.*, 2017) e o surgimento da presença de sintomas depressivos (BRESOLIN *et al.*, 2020).

Em um estudo feito com estudantes de medicina, encontrou-se que boa parte da amostra apresentava sintomas depressivos de ansiedade e de estresse. Reforça-se a importância de uma maior atenção para saúde mental e qualidade de vida desses estudantes (DANELUCI; HELENO, 2006).

Nessa perspectiva, o presente estudo buscou investigar a qualidade de vida de estudantes matriculados em cursos preparatórios para vestibulares de medicina, bem como examinar associações entre qualidade de vida e sintomas depressivos, de ansiedade e de estresse. Também buscou-se verificar possíveis variáveis preditoras da pontuação em qualidade de vida dos estudantes.

## **2. Método**

### **2.1. Delineamento**

Trata-se de uma pesquisa de cunho quantitativo e de corte transversal. Observou-se a relação entre as variáveis, medidas por instrumentos e analisadas estatisticamente com seus dados coletados em um determinado momento do tempo (CRESWELL, 2010).

### **2.2. Participantes**

A amostra foi composta por 300 estudantes (246 mulheres e 54 homens) de cursos preparatórios para vestibulares do curso de medicina. A faixa etária ficou entre 18 e 25 anos ( $M = 19.39$ ;  $DP = 1.44$ ), o processo de construção da amostra não foi probabilística. Responderam aos instrumentos participantes das cinco regiões do Brasil (sul = 241; sudeste = 50; centro-oeste = 1; nordeste = 7; norte = 1). Os participantes responderam a um formulário *on-line* divulgado em redes sociais.

O critério de inclusão adotado foi estar matriculado e realizando curso preparatório para vestibular de medicina em instituições públicas ou privadas. O critério de exclusão foi o preenchimento inadequado dos instrumentos de pesquisa. Assim, foram retirados os protocolos que não possuíam os instrumentos preenchidos em sua totalidade ( $n = 14$ ).

## 2.3 Instrumentos

**Ficha de dados sociodemográficos:** para o processo de avaliação dos dados sociodemográficos, construíram-se questões sobre as variáveis de faixa etária, município em que residia no momento da pesquisa, unidade federativa, gênero, faixa de renda e estado civil.

**World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF,** adaptado por Fleck *et al.*, 2000) o WHOQOL-BREF avalia diferentes dimensões da qualidade de vida em adultos. Consiste em uma versão abreviada do instrumento WHOQOL-100, o qual valoriza a percepção individual, auxiliando a avaliação da qualidade de vida em diferentes contextos, independentemente do nível de escolaridade.

O WHOQOL-bref é composto por 26 questões, organizadas em uma escala likert de cinco pontos. Duas questões se dividem em aspectos gerais da qualidade de vida, números 1 e 2; as outras 24 compõem as facetas gerais que completam o instrumento original.

Na sua versão abreviada brasileira, apresenta quatro domínios: 1) o domínio físico, que aborda aspectos relacionados à saúde física, como dor, energia e sono; 2) o domínio psicológico, que avalia fatores emocionais, cognitivos e espirituais; 3) o domínio das relações sociais, que explora a qualidade das interações sociais e o suporte social percebido; e 4) o domínio do ambiente, que inclui elementos como o padrão de vida, o ambiente físico e o acesso a serviços de saúde.

Estudos no Brasil da WHOQOL-BREF apresenta índices satisfatórios de consistência interna dos fatores, no qual valores de alfa de Cronbach variam de 0.72 a 0.92 nas amostras (FLECK *et al.*, 2000; BAMPI *et al.*, 2008).

**Escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS- 21,** adaptado por Vignola e Batistelli, 2014). A DASS- 21 está dividida em três fatores: sintomas depressivos, sintomas de ansiedade e estresse. Cada área avaliada (depressão, ansiedade e estresse), faz referência a sete itens (sendo cada item da escala uma afirmação simples que diz respeito aos construtos avaliados).

A intensidade dos sintomas foi classificada como mínima ( $\leq 13$  pontos para depressão,  $\leq 9$  pontos para ansiedade e  $\leq 18$  pontos para estresse),

moderada (14-20 pontos para depressão, 10-14 pontos para ansiedade e 19-25 pontos para estresse) e severo ( $\geq 21$  pontos para depressão,  $\geq 15$  pontos para ansiedade e  $\geq 26$  pontos para estresse). Estudos no Brasil revelaram índices satisfatórios de consistência interna dos fatores.

#### **2.4 Procedimentos éticos e coletas de dados**

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer CAAE: 33236620.5.0000.5319. Foram respeitadas as diretrizes para pesquisas com seres humanos. Todos os participantes do estudo concordaram com os termos da pesquisa, declarando o aceite ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Depois, responderam os questionários dos instrumentos utilizados para a pesquisa. A coleta dos dados foi realizada nos meses de julho, agosto e setembro de 2020, por meio do questionário *on-line* divulgado em redes sociais.

A pesquisa foi disponibilizada em ambiente virtual por via de formulário *on-line* (Google Forms) da seguinte maneira: anteriormente ao início do processo de resposta, o participante foi direcionado a um espaço de apresentação da pesquisa; em sequência, o indivíduo teve acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Quando ocorria o assentimento do participante, ele era conduzido à página que disponibilizava o formulário para preenchimento da ficha de dados sociodemográficos e, em seguida, aos instrumentos de pesquisa.

A pesquisa foi realizada observando todos os procedimentos éticos indicados pela Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2012), diretrizes e norma regulamentadora de pesquisas envolvendo seres humanos. Também se observaram as diretrizes da Resolução n. 510, de 07 de abril de 2016 (CNS, 2016).

#### **2.5 Procedimentos de análises de dados**

Os dados da pesquisa foram armazenados utilizando-se o MS Excel 2010 para Windows. Foram usadas análises descritivas como médias, desvios-padrão e percentuais para as variáveis numéricas. Os dados foram analisados no *software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*, versão 23.0 para Windows. A normalidade da distribuição dos dados foi verificada por meio do teste de Kolmogorov-Smirnov.

Com o objetivo de verificar a associação entre as variáveis investigadas, foram conduzidas análises de correlação de Pearson. As forças das correlações foram interpretadas com base na classificação proposta por Cohen (1988) fraca ( $\leq .299$ ), moderada (.300 - .499) e forte ( $\geq .500$ ). A seguir, foi conduzida uma regressão linear múltipla (método *Stepwise*) para verificar variáveis preditoras do escore em qualidade de vida.

### 3. Resultados

A Tabela 1 apresenta as características sociodemográficas dos participantes, bem como os escores obtidos nos instrumentos de DASS-21 e WHOQOL-BREF. Em relação à escolaridade, a maioria foi composta por estudantes com ensino médio completo.

Quanto ao estado civil, a maior parte da amostra relatou não possuir um companheiro/a. Além disso, a maioria dos indivíduos relatou uma renda familiar entre um e cinco salários-mínimos. Referente à qualidade de vida, observa-se que a maior pontuação foi no escore do Domínio Meio Ambiente e a menor pontuação foi no Domínio Psicológico.

**Tabela 1**

*Características sociodemográficas e escores obtidos pelos participantes (n = 300) nos instrumentos DASS-21 e WHOQOL-BREF.*

	N	%	M	DP
<i>Escolaridade</i>				
Ensino Médio Incompleto	4	1.3		
Ensino Médio Completo	268	89.40		
Ensino Superior Incompleto	25	8.30		
Ensino Superior Completo	3	1		
<i>Estado civil</i>				
Solteiro/a	292	97.30		
Casado/a ou união estável	8	2.70		
<i>Renda Familiar</i>				
1 a 3 salários-mínimos	97	32.30		
4 a 5 salários-mínimos	98	32.70		
6 a 9 salários-mínimos	72	24		

10 ou mais salários-mínimos	33	11		
<i>DASS-21</i>				
DASS_D			22.67	12.10
DASS_A			15.80	10.94
DASS_E			24.82	10.96
<i>WHOQOL-BREF</i>				
Domínio Físico			56.16	16.86
Domínio Psicológico			45.55	19.11
Domínio Relações sociais			57.02	23.88
Domínio Meio Ambiente			68.45	15.20
Escore Total de Qualidade de Vida			57.99	13.97

*Nota.* DASS-21 = Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse; DASS\_D = Domínio Depressão; DASS\_A = Domínio Ansiedade e DASS\_E = Domínio Estresse. WHOQOL-BREF = *World Health Organization Quality of Life*.

As análises de correlação de Pearson se encontram na Tabela 2. Ocorreram correlações negativas e significativas entre todas as variáveis. A associação mais forte foi entre os escores do Domínio Psicológico e os escores da DASS-D.

**Tabela 2** - Correlações de Pearson entre DASS-21 e domínios do WHOQOL-BREF.

	<i>DASS-21</i>		
	DASS-D	DASS-A	DASS-E
<i>WHOQOL-BREF</i>			
Domínio Físico	-0.554*	-0.483*	-0.466*
Domínio Psicológico	-0.747*	-0.535*	-0.562*
Domínio Relações sociais	-0.400*	-0.309*	-0.325*
Domínio Meio Ambiente	-0.317*	-0.266*	-0.287*
Escore Total de Qualidade de Vida	-0.642*	-0.512*	-0.523*

*Nota.* \*  $p \leq .001$ .

As variáveis que demonstraram associações significativas foram incluídas em um modelo de regressão linear múltipla (Tabela 3). Os resultados apontaram que as variáveis mantidas no modelo explicaram aproximadamente 42% da variância dos escores obtidos em qualidade de vida.

**Tabela 3** - Modelo de Regressão Linear Múltipla para o Escore Total de Qualidade de Vida (n = 300)

	B	95% IC	$\beta$	t	p
Constante	75.113	[72.524, 77.702]		57.098	$\leq .001$
DASS-D	-.633	[-.770, -.495]	-.548	-9.066	$\leq .001$
DASS-A	-.175	[-.327, -.024]	-.137	-2.273	.024

Nota.  $R^2$  ajustado = .418; IC = Intervalo de confiança para B; DASS-D = Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse, fator sintomas depressivos; DASS-A = Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse, fator sintomas de ansiedade.

#### 4. Discussão

O presente estudo buscou investigar qualidade de vida de estudantes de cursos preparatórios para vestibulares de medicina, bem como verificar possíveis variáveis preditoras dos escores em qualidade de vida dos estudantes.

Os principais achados apontam que os sintomas depressivos e de ansiedade foram variáveis preditoras da pontuação em qualidade de vida. Uma hipótese para explicar esse dado é que os sintomas depressivos e de ansiedade podem afetar negativamente a qualidade de vida dos estudantes em pré-vestibulares de medicina (CALAIS *et al.*, 2018; MACHADO *et al.*, 2019).

Referente ao gênero dos respondentes, observou-se que a grande maioria foi do gênero feminino. Esse achado pode sinalizar um grande avanço da luta de igualdade de gênero nas ciências médicas, área que historicamente foi dominada por homens (MINELLA, 2017).

Ainda hoje, mulheres sofrem discriminações no ingresso no mercado de trabalho (TEDESCO; SOUSA, 2020). A busca por uma maior inserção de mulheres na medicina reforça a importância de combater processos de exclusão baseados em gênero ou em qualquer outro aspecto da diversidade humana (BERTOTTI *et al.*, 2019).

Outro ponto apresentado nos achados foi a prevalência dos estudantes com estado civil de solteira(o). Esse resultado pode ser decorrente das preocupações e obrigações na fase de pré-vestibular. Em uma pesquisa realizada com estudantes de ensino superior, verificou-se também a predominância de solteiras(os). Na amostra, observou-se que os estudantes que estavam em um relacionamento conjugal tiveram menor desempenho, devido a



relatos de sobrecarga em relação aos cuidados de casa e da família, que historicamente afetam mais as mulheres que homens (MEDEIROS *et al.*, 2019).

No que tange às correlações entre os escores de sintomas depressivos, de ansiedade e de estresse e os domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) da qualidade de vida, observaram-se associações significativas e negativas entre todas as variáveis.

Esse achado vai ao encontro de um estudo longitudinal realizado com pré-vestibulandos, avaliando-os em três etapas diferentes do pré-vestibular. Os resultados apontaram que os estudantes tendem a ter sintomas de estresse desde a primeira etapa, isto é, durante as aulas, até a última, que é a realização da prova do vestibular. Assim, observa-se a presença de sintomas físicos e psicológicos durante todo o período de estudos, conseqüentemente, afetando sua qualidade de vida (CALAIS *et al.*, 2017).

Observa-se,, nesses últimos anos que vem crescendo a preocupação pelo entendimento de quais variáveis afetam a qualidade de vida da população (PEIXOTO *et al.*, 2020), do mesmo modo que a presença de sintomas de ansiedade podem vir a interferir nas mudanças de qualidade de vida (CALAIS *et al.*, 2017; SACRAMENTO *et al.*, 2021).

Ainda em relação à sintomatologia dos participantes, num trabalho com estudantes de cursinho pré-vestibular, observou-se que 41% apresentaram sentimentos de apatia, sintomas depressivos e de ansiedade (PERUZZO *et al.*, 2008).

Em estudo de revisão sistemática, observou-se que sintomas depressivos e de ansiedade avaliados em estudantes de pré-vestibulares para cursos de medicina, bem como estudantes universitários do curso de medicina podem produzir prejuízos à qualidade de vida de ambos os grupos (MACHADO *et al.*, 2019).

Outro estudo, encontrou altos níveis de estresse sobre essa população. Mais de 80% dos estudantes apresentaram sintomas de estresse. No estudo, os maiores índices pertenciam ao sexo feminino, aos estudantes que moravam com os seus familiares, os que usavam álcool e os que utilizavam medicamentos ansiolíticos (MARTINS *et al.*, 2021).

Os participantes da pesquisa, no domínio físico da qualidade de vida, apresentaram pontuações médias. Esse fator abrange diversos elementos, tais como dor, níveis de energia, qualidade do sono, atividades diárias e fadiga (CAVEIÃO *et al.*, 2017). Diante do referido resultado, é importante considerar a possibilidade de uso de substâncias psicoativas por estudantes de medicina, observado em diferentes estudos. Em uma pesquisa realizada com esse público acerca de tal temática, verificou que mais da metade dos estudantes utilizava estimulantes, inicialmente, o energético, podendo chegar em substâncias psicoativas ilícitas. Apesar de considerado benéfico pelos usuários, ao contrário, constatou-se que o uso aumenta os níveis de estresse e corrobora o impacto na qualidade de vida (MORGAN *et al.*, 2017).

Outra pesquisa realizada apenas com estudantes de pré-vestibular já aponta que eles têm pensamentos positivos sobre a utilização de estimulantes e que alguns já fazem o uso desde muito cedo (TRIGUEIRO; LEME, 2020). Achados do Conselho de Medicina apontam uma incidência significativa da má qualidade de vida, uma correlação entre o uso desses estimulantes desde o início da atuação como médicos (RAMBO *et al.*, 2017). Os distúrbios do sono também são encontrados com frequência em população pré-universitária (BODANESE *et al.*, 2021).

O domínio psicológico da qualidade de vida diz respeito ao bem-estar psicológico, sentimentos negativos, e espiritualidade (CAVEIÃO *et al.*, 2017). Nesse domínio, os participantes apresentaram as menores pontuações. Isso pode ocorrer porque os estudantes no curso preparatório enfrentam situações que geram cansaço físico e mental, como o excesso de horas de aula, tarefas e simulados, bem como os sentimentos que o vestibular desperta na vida do estudante (SINDEUAX *et al.*, 2020).

Em outra pesquisa, com estudantes de cursos pré-vestibulares, verificaram-se baixas pontuações nos domínios emocionais da qualidade de vida (BORGES; SAMPAIO, 2019). Também se observa na literatura, que a variável estresse em pré-vestibulandos, associada com a falta de atividade física, influencia significativamente os estados de exaustão emocional, o que, por sua vez, pode afetar o domínio psicológico da qualidade de vida.

O domínio das relações sociais diz respeito a sentimentos positivos, autoestima, concentração e religião (CAVEIÃO *et al.*, 2017). Escores elevados podem demonstrar um bom equilíbrio. Em uma pesquisa realizada com estudantes de medicina, verificou-se que aqueles que tinham alguma prática religiosa também possuíam melhor qualidade de vida (NOVARETTI *et al.*, 2015). Em outro estudo com estudantes de medicina, as pontuações foram menores, considerando, assim, o prejuízo e a falta desse equilíbrio nas relações sociais (CHAZAN; CAMPOS, 2010).

Em relação ao domínio meio ambiente da qualidade de vida, observou-se que foi aquele com os escores mais elevados. Esse domínio diz respeito à segurança, proteção, recursos monetários, saúde, lazer e acesso a serviços (CAVEIÃO *et al.*, 2017).

Em um estudo realizado com estudantes, observou-se que indivíduos com melhores condições de renda poderiam indicar maior pontuação no domínio, pois, quanto maior a renda, mais acesso à informação, acesso a ensino privado e uso de tecnologias (LIMA *et al.*, 2017; FARIAS *et al.*, 2020).

Estudos indicam que estudantes com maior renda frequentemente obtêm pontuações mais altas nesse domínio. Observa-se que a escolha pelo curso de medicina, muitas vezes, está vinculada ao *status* social, à liberdade profissional e à segurança financeira que essa área oferece no Brasil (DURAN; DUNNINGHAM, 2019; FARIAS *et al.*, 2020). Essa correlação entre recursos financeiros e desempenho ressalta a influência de fatores socioeconômicos na qualidade de vida dos estudantes, sugerindo uma relação complexa entre aspirações acadêmicas e contextos socioeconômicos.

O presente estudo investigou a qualidade de vida dos estudantes de cursos preparatórios de medicina. É importante ressaltar que uma possível limitação desse estudo foi a coleta de dados que aconteceu durante a pandemia da Covid-19. Tal aspecto pode ter influenciado as variáveis investigadas. Contudo, dados da literatura apontam que esse público apresenta sintomas depressivos, de ansiedade e de estresse (BORGES; SAMPAIO, 2019; CALAIS *et al.*, 2017), em períodos anteriores da pandemia, bem como alterações na qualidade de vida (MACHADO *et al.*, 2019).

Para tentar melhorar os indicadores de qualidade de vida dos estudantes de cursinhos pré-vestibulares, sugerem-se intervenções focais e o acompanhamento com profissionais da saúde mental na modalidade longitudinal, programas de desenvolvimento da saúde, principalmente, em casos de indivíduos que apresentam a maior presença de sintomas (BORGES; SAMPAIO, 2019). Também se considera fundamental a realização de outros estudos para investigar a qualidade de vida desse público em diferentes regiões do Brasil.

## **5. Considerações finais**

Por fim, o vestibular é um momento que exerce influência na qualidade de vida dos estudantes. A rotina extenuante sinaliza a necessidade de reavaliação de prioridades na vida acadêmica e profissional, destacando a importância de compreender a influência da pressão social nesse processo.

Este estudo apresentou dados significativos sobre a população de pré-vestibulandos de cursos preparatórios de medicina, observando que é um público com alterações na qualidade de vida e que apresenta sintomas depressivos, de ansiedade e de estresse.

Os estudantes de cursos preparatórios para o vestibular enfrentam uma rotina complexa, repleta de longas horas de estudo e pressão para absorver inúmeros conteúdos. Durante a pandemia de Covid-19, essas demandas se intensificaram, com a transição para o ensino remoto, incertezas sobre os exames e desafios relacionados à saúde mental.

Além das exigências acadêmicas, a adaptação a novas formas de aprendizado e a ausência de interações presenciais geraram estresse adicional. A resiliência e a capacidade de adaptação se tornaram cruciais. É essencial que a sociedade reconheça não apenas as demandas acadêmicas, mas também os desafios emocionais e sociais enfrentados pelos estudantes, proporcionando suporte adequado para promover um equilíbrio saudável durante esse período preparatório para o vestibular.

## Referências bibliográficas

APOSTOLO, J. L. A.; MENDES, A. C.; AZEREDO, Z. A. Adaptação para língua portuguesa da *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS). *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 14, n. 6, p. 863-871, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692006000600006>. Acesso em: 10 mar. 2020.

BAMPI, L. N. da S.; GUILHEM, D.; LIMA, D. D. Qualidade de vida em pessoas com lesão medular traumática: um estudo com o WHOQOL-bref. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 11, n. 1, p. 67-77, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2008000100006>. Acesso em: 10 mar. 2020.

BERTOTTI, B. M. *et al.* *Gênero & resistência*. Porto Alegre: Editorafi, 2019. v. 2.

BODANESE, Beatriz Carolina Schuta *et al.* Como a qualidade do sono e a ansiedade podem afetar estudantes que desejam cursar medicina - uma avaliação objetiva. *Revista de Medicina*, v. 100, n. 2, p. 96-101, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v100i2p96-101>. Acesso em: 15 mar. 2022.

BORGES, K. L. M.; SAMPAIO, L. C. Qualidade de vida de estudantes pré-universitários. *ID on Line Revista de Psicologia*, v. 13, n. 48, p. 444-454, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.14295/online.v13i48.2222>. Acesso em: 10 mar. 2020.

BRESOLIN, J. Z.; *et al.* Sintomas depressivos em estudantes universitários da área da saúde. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 28, e3239, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3210.3239>. Acesso em: 15 mar. 2020.

CALAIS, S. L.; MONTANHAUR, C. D.; SALGADO, M. H. Stress e qualidade de vida de pré-vestibulandos: estudo longitudinal. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, v. 19, n. 4, p. 1-14, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v19i4.1094>. Acesso em: 10 mar. 2020.

CAVEIÃO, C. *et al.* Perfil e qualidade de vida de docentes enfermeiros de universidades privadas e pública: estudo com WHOQOL-bref. *Revista de APS*, v. 20, n. 2, p. 1-11, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2017.v20.15819>. Acesso em: 10 mar. 2020.

CHAZAN, A. C. S.; CAMPOS, M. R.; PORTUGAL, B. F. Qualidade de vida de estudantes de medicina da Uerj por meio do Whoqol-bref: uma abordagem multivariada. *Revista Ciência & Saúde*, v. 20, n. 2, p. 1-11, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015202.05182014>. Acesso em: 10 mar. 2020.

CRESWELL, J. W. *Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

COHEN, J. *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2. ed. New Jersey: Lawrence Erlbaum, 1988.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. *Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012*. Brasília, 2012. Disponível em: [http://www.conselho.saude.gov.br/web\\_comissoes/conep/index.html](http://www.conselho.saude.gov.br/web_comissoes/conep/index.html). Acesso em: 30 out. 2019.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. *Resolução nº 510/2016, de 07 de abril de 2016*. Brasília, 2016. Disponível em:

<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em: 30 out. 2019.

COSTA, D. S. *et al.* Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 44, n. 1, p. 1-11, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069>. Acesso em: 15 mar. 2022.

DANELUCI, R. C.; HELENO, M. G. V. Estudo sobre a eficácia adaptativa de adolescentes de um cursinho pré-vestibular na região do ABC. *Psicólogo in Formação*, v. 10, n. 10, p. 46-56, 2006. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-88092006000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092006000100004). Acesso em: 10 mar. 2020.

DURAN, C. F.; DUNNINGHAM, W. A. Relação entre a carga horária e a qualidade de vida dos alunos do curso de medicina de uma faculdade de Salvador. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, v.23, n.3, p. 1-7, 2019. Disponível em: <https://www.revneuropsi.com.br/rbnp/article/view/573>. Acesso em: 10 mar. 2020.

FARIAS, A. G. S. *et al.* Estudantes universitários brasileiros e internacionais: dos aspectos biológicos ao estilo de vida. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 4, p. 18660-18680, 2020. doi:10.34117/bjdv6n4-148. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n4-148>. Acesso em: 10 mar. 2022.

FLECK, M. *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". *Revista de saúde pública*, v. 34, n. 2, p. 178-183, abr. 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102000000200012>. Acesso em: 10 mar. 2020.

KAM, S. X. L.; *et al.* Estresse em estudantes ao longo da graduação médica. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 43, n. 1 supl 1, p. 246-253, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180192>. Acesso em: 10 mar. 2020.

LIMA, A. F. R.; PISCOYA DÍAZ, M. E.; FONSECA JÚNIOR, S. B. As condições socioeconômicas e sua relação com o sucesso no vestibular: evidências a partir do processo seletivo da Universidade Federal de Goiás. *Revista de Economia do Centro-Oeste*, v. 3, n. 1, p. 36, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/reoeste.v3i1.46675>. Acesso em: 10 mar. 2020.

MACHADO, S. L. M. *et al.* Ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista Eletrônica Saúde Multidisciplinar da Faculdade Morgan Potrich*, v. 6, n. 2, p.1-5, 2019. Disponível em: <http://revistas.famp.edu.br/revistasaudemultidisciplinar/article/view/74>. Acesso em: 10 mar. 2020.

MARTINS, R. M. B. *et al.* Estresse em alunos de preparatórios para vestibular. *Brazilian Journal of Health Review*, v.4, n.3, p. 10639-10651, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n3-083>. Acesso em: 10 abr. 2022.

- MEDEIROS, A. E. C. *et al.* Fatores de escolaridade associados ao desempenho dos estudantes de educação física no Enade. *Revista @mbienteeducação*, v. 13, n. 1, p. 44, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.26843/ae19828632v13n12020p44a57>. Acesso em: 10 abr. 2022.
- MEYER, C. *et al.* Qualidade de vida de estudantes de medicina e a dificuldade de conciliação do internato com os estudos. *ABCS Health Sciences*, v. 44, n. 2, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.7322/abcshs.v44i2.1169>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- MINELLA, S. L. Medicina e feminização em universidades brasileiras: o gênero nas interseções. *Revista Estudos Feministas*, v. 25, n. 3, p.1111-1128, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9584.2017v25n3p1111>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- MORGAN, H. L. *et al.* Consumo de estimulantes cerebrais por estudantes de medicina de uma universidade do extremo sul do Brasil: prevalência, motivação e efeitos percebidos. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 41, n. 1, p. 102-109, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n1rb20160035>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- NOVARETTI, M. C.; AQUINO, S. Antecedente de ansiedade, síndrome do pânico ou depressão e análise do impacto na qualidade de vida em estudantes de medicina. *Revista de Gestão em Sistemas de Saúde*, v. 4, p.113-126, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.5585/rgss.v4i2.205>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- OLIVEIRA, V. A. D. S. *et al.* Associação entre o nível de atividade física e o estresse em pré-vestibulandos. *Revista Brasileira de Fisiologia Do Exercício*, v. 18, n. 1, p. 9, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.33233/rbfe.v18i1.2875>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- PAES, Â. T. *et al.* Perfil dos ingressantes na primeira turma de graduação em Medicina da Faculdade Israelita de Ciências da Saúde Albert Einstein. *Einstein*, v. 16, n. 3, p.1-11, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1679-45082018ao4228>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- PEIXOTO, M. C.; JACOBI, C. B.; BORGES-PALUCH, L. R. Comunidades remanescentes de quilombos: contribuição aos domínios físico, social, psicológico e ambiental. *Revista Baiana de Enfermagem*, v. 34, p.1-13, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.18471/rbe.v34.34552>. Acesso em: 15 mar. 2021.
- PERUZZO, A. S. *et al.* Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens. *Psicologia Argumento*, v. 26, n. 55, p. 319, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.7213/rpa.v26i55.20003>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- PESSANHA, C. F.; PORTO, D. A.; SILVA, R. M. O pré-vestibular social teorema como locus de democratização do acesso do ensino superior e da iniciação à docência na Uenf. *Revista Conexão UEPG*, v. 16, p. 1-14, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5212/rev.conexao.v.16.15158.038>. Acesso em: 15 mar. 2021.

RAMBO, R. R. L.; DE LIMA, C. R. L.; ZORZI, M. R. A utilização de psicofármacos por acadêmicos do curso de medicina, em uma universidade no meio-oeste de Santa Catarina, matriculados em 2017. *Revista AMIRGS*, v. 63, n. 1, p.5-9, 2019. Disponível em: <https://www.amrigs.org.br/assets/images/upload/pdf/jornal/1558456803.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2020.

REIS, F. B. *et al.* Cursinho pré-vestibular social contribui para a inserção de jovens no ensino superior. *Revista Científica Unibalsas*, v. 11, n. 01, p. 80-88, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.46761/unibalsas.v11i01.122>. Acesso em: 15 mar. 2021.

SACRAMENTO, Bartira Oliveira *et al.* Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, p.1-7, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.1-20200394>. Acesso em: 15 abr. 2022.

SANTOS, F. S. *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. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n2rb20150047>. Acesso em: 10 mar. 2020.

SILVA, M. L. A. D. M. *et al.* Influência de políticas de ação afirmativa no perfil sociodemográfico de estudantes de medicina de universidade brasileira. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 42, n. 3, p. 36-48, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n3rb20170090r2>. Acesso em: 10 mar. 2020.

SINDEAUX, A. da S. *et al.* Ansiedade e vestibular: um relato de experiência com estudantes em um município do Pará. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 4, p. 7214-7224, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n4-001>. Acesso em: 15 mar. 2021.

TEDESCO, A. C. F.; SOUZA, K. B. Ser mulher importa? Determinantes, evidências e estimativas da participação feminina no mercado de trabalho brasileiro. *Textos de Economia*, v. 23, n. 1, p. 1-21, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/2175-8085.2020.e71518>. Acesso em: 15 mar. 2021.

TRIGUEIRO, E. S. De O.; LEME, M. I. Da S. Estudantes e o *doping* intelectual: vale tudo na busca do sucesso no vestibular? *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 24, p.1-9, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-35392020219948>. Acesso em: 15 mar. 2021.

VIGNOLA, R. C. B.; TUCCI, A. M. Adaptação e validação da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS) para o português brasileiro. *Journal Of Affective Disorders*, v. 155, p.459-469, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/J.Jad.2013.10.031>. Acesso em: 10 mar. 2020.