

Sintomas de Transtorno Mental Comum e desempenho ocupacional na percepção de jovens participantes de curso pré-acadêmico

Symptoms of Common Mental Disorders and occupational performance in the perception of young participants of pre-academic courses

Síntomas de Trastornos Mentales Comunes y desempeño ocupacional en la percepción de jóvenes participantes de cursos preacadémicos

Recebido: 06/03/2022 | Revisado: 19/03/2022 | Aceito: 26/03/2022 | Publicado: 03/04/2022

Marcele Fernanda Oliveira Barros Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0268-9599>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
marcele.foblma@gmail.com

Marina Araújo Rosas

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5666-7133>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
marina.rosas@ufpe.br

Maria Gisele Cavalcanti de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5096-0075>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
giselecavalcanti1@hotmail.com

Vera Lúcia Dutra Facundes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4188-7475>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
vera.facundes@ufpe.br

Mayara Vieira Damasceno

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7909-0402>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
mayara.vieiradamasceno@ufpe.br

Ana Carolina Barreto Tavares

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7785-714X>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
ana_carolina_bt@hotmail.com

Daniela Tavares Gontijo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2117-0143>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
daniela.gontijo@ufpe.br

Keise Bastos Gomes da Nóbrega

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5837-8183>
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
keise.nobrega@ufpe.br

Resumo

Introdução: Para ingressar no ensino superior, a população jovem é submetida a um exame que qualifica o conhecimento acerca dos conteúdos ministrados durante a educação básica. Contudo, o processo de preparação para o ingresso numa universidade envolve eventos estressores, podendo ser um período de risco para o surgimento de transtornos mentais comuns e desempenho satisfatório das atividades cotidianas. **Objetivo:** Este estudo buscou identificar sintomas de transtorno mental comum e o desempenho ocupacional a partir da percepção dos estudantes de um curso preparatório para o ENEM da cidade do Recife/PE. **Metodologia:** Trabalho de natureza quantitativa e abordagem transversal, com dados apresentados em forma de frequência relativa e absoluta. Para a coleta dos dados, utilizou-se um questionário socioeconômico, demográfico e ocupacional, a Escala de Autoavaliação do Funcionamento Ocupacional e o *Self Report Questionnaire*. **Resultados e discussão:** Participaram do presente estudo 38 estudantes, com idades entre 17 e 24 anos. Dentre os participantes, 63,2% apresentaram indicativos para transtorno mental comum, mais evidentes nas mulheres e relacionados ao humor depressivo-ansioso, pensamentos depressivos e decréscimo da energia vital. Também foram encontrados prejuízos sobre o desempenho ocupacional quanto à prática de hábitos saudáveis e uma rotina estruturada. Há problemas no autogerenciamento, organização do tempo, incluindo higiene do sono, falta de lazer e atividades esportivas que repercutem sobre o desempenho escolar. **Conclusão:** Assim, alerta-se para a necessidade de intervenções de promoção da saúde mental com jovens que passam por essa fase, em busca de amenizar as adversidades e promover bem-estar, saúde mental e qualidade de vida.

Palavras-chave: Desempenho ocupacional; Jovem; Saúde do estudante; Sofrimento psíquico; Pré-vestibular.

Abstract

Introduction: To join higher education, the young population is submitted to an exam designed to qualify the level of knowledge about the contents of basic education. Nevertheless, the preparation process for joining a university involves stressful events, that can become a risk period for the emergence of common mental disorders and for the satisfactory performance of everyday activities. **Objective:** This study aimed to identify symptoms of common mental disorders and the occupational performance from the students' perception in a preparatory course for ENEM in the city of Recife/PE. **Methodology:** Quantitative work and transversal approach, with data presented in the form of relative and absolute frequency. For the data collection, a socioeconomic, demographic, and occupational questionnaire, the Occupational Functioning Self-Assessment Scale and the Self Report Questionnaire, was used. **Results and discussion:** 38 students, aged between 17 and 24 years, participated in this study. Between the participants, 63.2% showed evidence for the common mental disorder, more apparent in women and related to the depressive-anxious mood, depressive thoughts, and reduced vital energy. Occupational performance concerning the practice of healthy habits and a structured routine also demonstrated damages. There are problems in self-management and organization of time, including sleep hygiene, lack of leisure, and sports activities that affect school performance. **Conclusion:** Hence, we alert to the need for the necessity of interventions to promote mental health with young people who are going through this stage, to ease adversity, and promote well-being, mental health, and quality of life.

Keywords: Occupational performance; Young people; Student health; Psychic suffering; University-entrance preparation course.

Resumen

Introducción: Para ingresar a la universidad, la población joven pasa por un examen que cualificar su nivel de conocimiento sobre los contenidos de la educación primaria. El proceso de preparación universitaria es estresante, siendo un período de riesgo para el brote de trastornos mentales comunes y para el desempeño satisfactorio de sus actividades cotidianas. **Objetivo:** Este trabajo busca identificar síntomas de trastornos mentales comunes y el desempeño ocupacional partiendo de la percepción de estudiantes de un curso preparatorio para el ENEM de la ciudad de Recife/PE. **Metodología:** De naturaleza cuantitativa, enfoque transversal, con datos presentados en frecuencia relativa y absoluta. Para reunir los datos se utilizó un formulario socioeconómico, demográfico y ocupacional, haciéndose uso de la Escala de Autoevaluación del Funcionamiento Ocupacional e *Self Report Questionnaire*. **Resultados y discusión:** Participaron 38 estudiantes con edades entre 17 y 24 años. Entre los participantes, el 63,2% presentan indicadores de trastornos mentales comunes, siendo más evidentes entre mujeres y relacionados al humor depresivo-ansioso, pensamientos depresivos y disminución de la energía vital. Fueron registrados daños sobre desempeño ocupacional, la práctica de hábitos saludables y la adopción de rutinas estructuradas, evidenciando problemas de autogestión, organización del tiempo, higiene del sueño, falta de ocio y actividades deportivas que repercuten sobre el desempeño escolar. **Conclusión:** Se alerta la necesidad de intervenciones de la promoción de la salud mental para jóvenes que pasan por esta fase, para conseguir aliviar las adversidades y promover bienestar, salud mental y calidad de vida.

Palabras clave: Desempeño ocupacional; Joven; Salud del estudiante; Sufrimiento síquico; Cursos de preparación universitária.

1. Introdução

O ensino superior tornou-se um requisito para o desenvolvimento de competências e habilidades, que ampliam as chances de inserção e permanência no mercado de trabalho. Com ofertas de empregos cada vez mais escassas, houve aumento na competitividade por vagas e, conseqüentemente, na exigência da qualificação profissional. Dessa forma, antes do tão sonhado ingresso ao ensino superior, uma parcela da população, principalmente a jovem, é submetida a exames seletivos criados para qualificar o nível de conhecimento acerca dos conteúdos ministrados durante a educação básica (Figueiredo & Barbosa, 2015).

No Brasil, diversas instituições públicas e privadas utilizam seleções e critérios próprios para o ingresso de novos estudantes, sendo conhecidos como processo seletivo ou vestibular. No entanto, a principal forma de acesso para o estudante ao ensino superior é o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) (Schönhofen *et al.*, 2020).

Aplicado pela primeira vez em 1998, o ENEM passou por diversas transformações, de modo que, atualmente, de acordo com o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), é considerado o maior e mais importante exame para o ingresso do estudante em instituições de ensino superior público ou privado no Brasil. Realizado anualmente, o ENEM conta com dois dias de provas objetivas de quatro áreas distintas do conhecimento e uma redação. Seus

participantes variam entre os que concluíram e os que não concluíram o ensino médio. Em 2019, o exame contou com a participação de 5.095.388 inscritos em todo o Brasil, tendo o estado de Pernambuco o equivalente a 275.327 participantes (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira [INEP], 2018; INEP, 2020).

Ao decorrer dos anos, o ENEM passou a ser o critério inicial para o acesso em muitas instituições de ensino superior no país, principalmente entre as universidades públicas, no entanto, o número de participantes inscritos supera a quantidade de vagas disponibilizadas pelas instituições a cada ano (Santos, 2011). Como forma de selecionar os estudantes que irão ingressar nessas instituições, em 2009 foi criado o Sistema de Seleção Unificada (SISU), a principal ferramenta utilizada pelas Universidades Federais de Ensino Superior de todo o país para a seleção de alunos para os cursos de graduação a partir das notas do ENEM (INEP, 2020).

Dessa forma, o ENEM faz parte da realidade de inúmeros jovens brasileiros que, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), são todos os indivíduos que têm idades entre 15 e 24 anos e 11 meses, representando assim 36,89% da população (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2010).

Para Silva e Silva (2011), a concepção de juventude vem se modificando ao longo dos anos e apresenta diversos significados quando relacionados ao contexto cultural, social, histórico e econômico predominantes. Com isso, é comum relacionar a juventude a uma fase em que há a transição da adolescência para a vida adulta e caracterizá-la como um período de preparação para os novos papéis que serão adquiridos nessa nova etapa da vida (Soares & Martins, 2010; Cavalcante, 2014).

É preciso considerar ainda que os jovens estão em processo de desenvolvimento e, portanto, há imaturidades frente às exigências do mundo adulto. Assim, a visão mais contemporânea da saúde pública alerta para que esse público tenha maior assistência e seja acobertado pelas políticas e legislações, considerando suas vulnerabilidades (Sawyer *et al.*, 2018).

O período de preparação para o ENEM e a espera até as datas das provas pode ser um processo com muitos sentimentos de ansiedade e sofrimento emocional (Rodrigues & Pelisoli, 2008). Estudos sobre o tema revelam que o sistema classificatório por notas utilizado para selecionar os estudantes que irão ingressar em uma instituição de ensino superior, leva o estudante a cobranças pessoais excessivas, visando ao sucesso profissional e social. Como resultado, pode ocorrer o sofrimento psíquico, pois o medo de fracassar, juntamente com as cobranças sociais e familiares, acabam gerando angústias, ansiedade e depressão nesses estudantes (Santos *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2018; Soares & Martins, 2010).

Um sofrimento psíquico pode ser desencadeado a partir das vivências nos vários contextos de vida, e cada pessoa lidará de forma diferente com as situações adversas, sendo uma experiência pessoal e subjetiva. Alguns indivíduos podem ter dificuldade em manejar sentimentos desagradáveis e emoções, e terem o seu nível de funcionamento afetado, com prejuízos para a vida cotidiana (Brasil, 2013). Dessa forma, pode-se desencadear o Transtorno Mental Comum (TMC), assim considerado devido à sua alta prevalência na população sem, contudo, preencher os critérios formais suficientes para diagnósticos, sendo caracterizado por sintomas depressivos, estado de ansiedade e queixas somáticas inespecíficas como irritação, cansaço, esquecimento e redução da capacidade de concentração, os quais podem levar a incapacitação funcional significativa e prejuízos psicossociais para o indivíduo (Ribeiro *et al.*, 2020; Lucchese *et al.*, 2014). Neste estudo, o sofrimento psíquico será avaliado a partir dos sintomas de TMC nos estudantes.

Os jovens, além de serem considerados como uma população vulnerável para sofrimento psíquico devido às transformações biopsicossociais da fase da vida em que se encontram, ainda devem lidar com a tensão, incerteza e apreensões em relação aos seus projetos de vida (Soares & Martins, 2010; Santos *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2018; Azevedo & Lucas, 2022). O termo vulnerabilidade é habitualmente empregado para designar as sensibilidades das pessoas a problemas e danos de saúde. Em seu estudo, Lamônica (2019) aborda que os fatores que podem aumentar o desencadeamento de psicopatologias típicas dessa fase são os que estão relacionados à educação.

Estudos indicam o impacto negativo do período do vestibular na qualidade de vida dos jovens (Rocha *et al.*, 2006; Gobbi *et al.*, 2019; Schönhofen *et al.*, 2020). Logo, esse sofrimento vivido pelos vestibulandos tem causado mobilizações e exigido intervenções de forma a minimizar os eventos estressores (Morais *et al.*, 2012). Sendo assim, é relevante identificar os fatores e sinais de risco para o sofrimento psíquico e realizar intervenções preventivas, que busquem promover a saúde mental e uma melhor qualidade de vida para esses jovens (Silva *et al.*, 2015).

Outro aspecto identificado na literatura é que alguns jovens podem apresentar problemas para administrar sua rotina ocupacional junto a sentimentos desagradáveis e emoções durante o período que antecede o ENEM, acarretando impacto em seu cotidiano e qualidade de vida. Assim, pode ocorrer a abdicação de momentos de lazer, manifestações de doenças, redução de relações afetivas e dificuldade para desempenhar algumas ocupações como antes (Silva *et al.*, 2015).

O desempenho ocupacional é compreendido como a habilidade que um sujeito apresenta de realizar suas ocupações diárias em diversos contextos e ambientes, sendo influenciado pelas habilidades de desempenho e seus papéis ocupacionais (& Ranka, 1997; Tedesco *et al.*, 2000; American Occupational Therapy Association [AOTA], 2020). Nessa perspectiva, o jovem vestibulando, para exercer o seu papel ocupacional de estudante e, posteriormente, exercer uma profissão, precisará desenvolver/aprimorar várias habilidades e envolver-se em diversas ocupações.

As ocupações podem ser descritas como atividades de vida diária, atividades instrumentais de vida diária, descanso e sono, educação, lazer e participação social. Trata-se de atividades em que as pessoas se envolvem, que as tornam seres sociais e produtivos no ambiente (Moreira & Caldeira, 1993; Lima *et al.*, 2013; AOTA, 2020). Há diferentes perspectivas e conceituações sobre a ocupação humana. Este estudo está fundado no Modelo da Ocupação Humana, no qual o homem é concebido como um sistema aberto, a partir da interação da pessoa com o ambiente, em que há a interrelação entre a volição (motivação), hábitos e papéis internalizados, e o desempenho de habilidades (performance) (Kielhofner, 2004; Abelenda *et al.*, 2005; Cruz, 2018). Nesse prisma, o funcionamento ocupacional do ser humano, ou seja, o engajamento do indivíduo em suas ocupações influencia e é influenciado por esse sistema aberto e dinâmico (Tedesco, 2000).

O funcionamento ocupacional relaciona-se a todas as ocupações que são realizadas pelo indivíduo para uma construção do seu tempo, ambiente e cultura para um fazer cotidiano (Maximino & Tedesco, 2016; Tedesco *et al.*, 2017), associando-se a natureza das ocupações e o que elas atribuem à vida dos indivíduos. Desempenhar as ocupações humanas de forma satisfatória e prazerosa possibilita que o indivíduo estabeleça uma estrutura, identidade e flexibilidade nos papéis funcionais e nos que lhe são atribuídos socialmente (Kielhofner, 2004; Tedesco *et al.*, 2017). Assim, surge a questão: Como os jovens que estão em período preparatório para o ENEM percebem a sua saúde mental e seu desempenho ocupacional? Diante disso, este estudo objetiva identificar sintomas de transtorno mental comum e o desempenho ocupacional a partir da percepção dos estudantes de um curso preparatório para o ENEM da cidade do Recife.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo de natureza quantitativa e abordagem transversal, que segundo Creswell (2010), é uma alternativa de pesquisa que pode comprovar e testar teorias objetivas, averiguando a relação entre variáveis obtidas no determinado estudo. Dessa maneira, para que os estudos quantitativos tenham validade e confiabilidade dos dados, as variáveis obtidas podem e/ou devem ser medidas mediante instrumentos, para que, assim, os dados numéricos possam ser analisados por meio de procedimentos estatísticos.

2.1 Participantes

A seleção dos participantes foi feita por conveniência pela facilidade de acesso e especificidade de cursarem um preparatório de referência. Adotou-se como critérios de inclusão: ser estudante com idade entre 15 e 24 anos e 11 meses (fase

correspondente à juventude), estar devidamente matriculado no curso preparatório participante da pesquisa e ter pretensão de realizar o ENEM no ano da pesquisa. Foram excluídos aqueles estudantes que não estavam frequentando o local do estudo no momento da coleta.

2.2 Local do Estudo

O estudo de campo foi realizado em um curso pré-acadêmico, localizado na cidade do Recife/PE. É voltado para alunos e ex-alunos de escolas públicas e ex-bolsistas ou bolsistas de escolas privadas, com funcionamento há mais de dez anos, tendo suas aulas iniciadas no entre os meses de março e abril, e finalizadas entre novembro e dezembro, a cada ano. Os mediadores são, majoritariamente, estudantes de graduação e pós-graduação, além de pós-graduados, que se voluntariam para ministrar as aulas dos conteúdos que são requisitados no ENEM, sob a supervisão de professores.

2.3 Instrumentos e materiais

Para a coleta de dados, foram utilizados um Questionário socioeconômico, demográfico e ocupacional elaborado pelas pesquisadoras com o total de 22 questões abertas e fechadas, a versão simplificada da Escala de Autoavaliação do Funcionamento Ocupacional (SAOF) e o *Self Report Questionnaire* (SRQ – 20).

O SAOF trata-se de um instrumento estruturado, elaborado para avaliar a percepção do indivíduo em relação à participação e ao desempenho nas áreas do funcionamento ocupacional, suas potencialidades ou limitações. As respostas do instrumento são do tipo SIM, NÃO e NÃO SEI, com 35 perguntas distribuídas em sete categorias de funcionamento ocupacional: causalidade pessoal; valores; interesses; papéis; hábitos; habilidades; e meio ambiente (Tedesco, 2000; Tedesco *et al.*, 2010).

Já a versão em português do SRQ-20, é um instrumento destinado a pesquisar sintomas de transtorno mental comum (TMC), contendo 20 questões de SIM e NÃO, das quais quatro são sobre sintomas físicos, e 16 sobre sintomas psicoemocionais, no entanto, não discrimina um diagnóstico específico, pois se trata de um instrumento de rastreio (SANTOS *et al.*, 2011).

2.4 Procedimentos

Os dados desta pesquisa foram coletados 15 dias antes da realização do ENEM do ano de 2019. A princípio, as pesquisadoras visitaram o local para que fosse explicado o teor do estudo para os responsáveis do pré-acadêmico. Posteriormente, os estudantes foram convidados a participar do estudo, sendo a anuência concedida mediante apresentação de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para os participantes maiores de 18 anos e no caso dos menores de 18 anos, o Termo de Assentimento (TALE) assinado pelo estudante, bem como, do Termo de Consentimento para pais ou responsáveis pelos menores de idade (TCLE) assinado. A coleta dos dados transcorreu nos intervalos das aulas, para que todos os alunos que estivessem dentro dos critérios de inclusão pudessem participar se assim desejassem. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Pernambuco, com o parecer número 19322719.6.0000.520.

2.5 Análise dos dados

Os dados quantitativos foram organizados e armazenados no programa Microsoft Excel e analisados com auxílio do *software Statistical Package for The Social Sciences* (SPSS 16). Para a análise do questionário socioeconômico, demográfico e ocupacional da SAOF e do SRQ-20, foram elaboradas tabelas de frequência, que apresentam os valores absoluto e relativo dos fatores e itens descritos.

Ao analisar a SAOF, inicialmente estudou-se a frequência total de respostas assinaladas pelos participantes e, em seguida, foram analisadas apenas as respostas NÃO e NÃO SEI para cada item descrito e pelas categorias do funcionamento ocupacional. A escolha de se analisar apenas as respostas NÃO e NÃO SEI se deu a partir do estudo de Tedesco (2000), em que é apontado que as respostas que se enquadram nessas duas categorias evidenciam um provável prejuízo no desempenho ocupacional e, portanto, seriam o foco de intervenções.

Já para saber o indicativo de TMC entre estudantes, foi utilizado o ponto de corte de mais de sete respostas SIM, seguindo a indicação estabelecida pelo próprio instrumento SRQ-20 (Santos *et al.*, 2011). A partir disso, foram criadas tabelas de frequência em que se apresenta a quantidade total de respostas positivas por item do instrumento e os valores absoluto e relativo representados em dois intervalos: menor ou igual a sete, e maior que sete (indicativo de TMC).

Neste estudo também foi realizado o cruzamento de dados entre determinadas variáveis do questionário socioeconômico, demográfico e ocupacional e o SRQ-20, em que foram filtrados e analisados apenas os dados dos estudantes que apresentavam indicativo de sofrimento psíquico, ou seja, positivo para TMC.

3. Resultados

Participaram do presente estudo 38 estudantes do curso pré-acadêmico, cujas características sociodemográficas estão dispostas na Tabela 1. Observa-se que a maioria eram mulheres (52,7%), de cor branca (36,8%), na faixa etária entre 18 e 19 e 11 meses, sendo que todos residiam com seus pais em cidades da região metropolitana do Recife e em geral não apresentavam renda própria (94,7%).

Tabela 1 - Características sociodemográficas e econômicas dos participantes do pré-acadêmico.

FATOR AVALIADO	N	%
Sexo		
Feminino	20	52,7
Masculino	17	44,7
Não Informado	1	2,6
Cor		
Branco	14	36,8
Amarelo	2	5,3
Negro	10	26,3
Pardo	12	32
Idade		
Menor que 18 anos	2	5,3
18 a 19 anos	21	55,3
20 a 24 anos	15	39,4
Com quem reside		
Pais	31	81,6
Outros	6	15,8
Não Informado	1	2,6
Renda Própria		
Sim	2	5,3
Não	36	94,7

(N) – Número de indivíduos – (%) Valor percentual - * Valor percentual relativo. Fonte: Autores.

Neste estudo, observa-se que quase a totalidade dos participantes (97,4%) cursaram o ensino médio em escolas públicas nas suas diferentes modalidades (regular, semi-integral e integral). Dentre as áreas de cursos superiores, as graduações na área de Humanas foram as mais preteridas (50%), seguido dos cursos na área de Saúde (34,2%), e 73,7% escolheram a Universidade Federal de Pernambuco como a principal instituição de ensino para cursar suas graduações (Tabela 2).

Em relação às graduações mais citadas pelos participantes, destaca-se Medicina (15,8%), apontada como o curso superior com maior número de interessados, seguida por Psicologia (13,1%), Direito (7,9%) e História (7,9%). Por fim, 68,4% dos participantes já realizaram o ENEM anteriormente e 71,1% assinalaram que em todas as vezes que realizaram o ENEM, foi para buscar uma vaga no mesmo curso superior.

Tabela 2 - Perfil acadêmico dos participantes e áreas de interesse para ingresso na Universidade.

FATOR AVALIADO	N	%
Instituições de ensino básico em que estudaram		
Pública (regular, semi-integral, integral)	37	97,4
Privada	1	2,6
Áreas da Primeira Opção de Curso		
Exatas	4	10,5
Humanas	19	50
Saúde	13	34,2
Não Informado	2	5,3
Primeiro ano como vestibulando		
Sim	12	31,6
Não	26	68,4
Anos tentando ingressar em uma Instituição de Ensino Superior		
1 ano	6	15,7
2 a 4 anos	18	47,5
Mais de 4 anos	1	2,6
Não Informado	13	34,2
Instituição de Ensino Superior que desejam ingressar		
Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)	28	73,7
Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE)	7	18,4
Universidade de Pernambuco (UPE)	2	5
Outros	1	2,6

(N) – Número de indivíduos – (%) Valor percentual - * Valor percentual relativo. Fonte: Autoras.

A partir da análise do SRQ-20, foi possível constatar que 24 estudantes (63,2%) apresentaram indicativo de TMC, sendo, desta porcentagem total, 58,3% mulheres e 37,5% homens. Destaca-se que, do total de estudantes, apenas três revelaram realizar acompanhamento psicológico ou psiquiátrico.

Sobre o perfil dos estudantes que apresentavam indicativos para TMC (Tabela 3), identificou-se que 79,1% moravam com seus pais e que 54,1% estudaram em escolas públicas com o ensino integral. Ainda, foi possível verificar que 16,6% desses estudantes revelaram maior interesse pela graduação em Psicologia, bem como que o sofrimento aparece de modo mais prevalente nos estudantes que não estão prestando o vestibular pela primeira vez (66,7%) e que estão tentando ingressar em uma instituição de nível superior há mais de dois anos (50%). Foi observado que 33,3% dos vestibulandos que apresentavam indicativos para TMC estudavam de nove a 11 horas por dia, e 54,1% durante os sete dias da semana. Em relação ao sono, observou-se que os estudantes classificaram o sono como ruim ou muito ruim (54,2%).

Tabela 3 - Perfil dos estudantes com Transtorno Mental Comum.

FATOR AVALIADO	N	%
Com quem reside		
Pais	19	79,1
Instituições de ensino básico que estudaram		
Pública Integral	13	54,1
Primeira opção de curso		
Psicologia	4	16,6
Primeiro ano como vestibulando		
Não	16	66,7
Anos tentando ingressar em uma Instituição de Ensino Superior		
Dois ou mais	12	50
Horas de estudo diário		
De 9 a 11:59	8	33,3
Dias de estudo semanais		
Sete	13	54,1
Classificação do sono		
Ruim e Muito Ruim	12	54,2

(N) – Número de indivíduos – (%) Valor percentual - * Valor percentual relativo. Fonte: Autores.

Ao analisar detalhadamente os itens do SRQ-20 (Tabela 4) verificou-se que 23 (95,8%) do total de participantes se sentiam nervosos, tensos ou preocupados; 19 (79,2%) apresentaram dificuldade de pensar com clareza; 21 (87,5%) sentiam-se tristes ultimamente; 22 (91,7%) relataram dificuldade para realizar com satisfação suas atividades diárias; 21 (87,5%) com dificuldade em tomar decisões; 21 (87,5%) destacam que se sentem cansados o tempo todo; e 19 (79,2%) afirmaram que se cansam com facilidade.

Tabela 4 - Apresentação dos domínios do *Self Report Questionnaire* (SRQ-20).

PERGUNTAS	RESPOSTAS "SIM" (%)
Humor Depressivo-Ansioso	
Tem se sentido triste ultimamente?	87,5
Tem chorado mais do que de costume?	37,5
Dorme mal?	66,7
Assusta-se com facilidade?	62,5
Tem tremores nas mãos?	37,5
Sente-se nervoso (a), tenso (a) ou preocupado (a)?	95,8
Decréscimo de Energia Vital	
Tem dificuldades no serviço (seu trabalho é penoso, lhe causa sofrimento?)	20,8
Encontra dificuldades para realizar com satisfação suas atividades diárias?	91,7
Sente-se cansado (a) o tempo todo?	87,5
Você se cansa com facilidade?	79,2
Sintomas Somáticos	
Tem má digestão?	66,7
Você tem dores de cabeça frequentes?	62,5
Tem falta de apetite?	54,2
Tem sensações desagradáveis no estômago?	41,7
Pensamentos Depressivos	
Tem dificuldades para tomar decisões?	87,5
Tem perdido o interesse pelas coisas/	70,8
Você se sente uma pessoa inútil, sem préstimo (utilidade)?	62,5
Tem tido ideias de acabar com a própria vida?	33,3
Tem dificuldades de pensar com clareza?	79,2
É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida?	45,8

(N) – Número de indivíduos – (%) Valor percentual - * Valor percentual relativo. Fonte: Autores.

A Tabela 5 aponta a percepção dos participantes (com e sem TMC) com relação às suas potencialidades e limitações nas áreas do funcionamento ocupacional. Ao analisar as respostas "não" e "não sei", foi possível identificar as áreas que estão mais comprometidas para o grupo em estudo. Destacam-se: Hábitos (67,5%), Causalidade Pessoal (47,4%) e Habilidades (41,7%) como as que apresentaram mais itens respondidos negativamente pelos vestibulandos.

Tabela 5 - Autoavaliação do Funcionamento Ocupacional (SAOF).

PERGUNTAS	%NÃO/NÃO SEI
Causalidade Pessoal: como você avalia suas ações	
Conheço minhas habilidades?	36,84
Espero sempre resultados positivos das minhas ações e projetos?	55,26
Acredito nas minhas realizações?	50
Acredito nas minhas realizações no trabalho?	62,2
Acredito nas minhas realizações no meu lar?	48,7
Acredito nas minhas realizações no meu divertimento e no lazer?	34,2
Valores: atividades que são importantes e o valor de seus objetivos	
Faço atividades que têm significado pra mim?	18,4
Tenho objetivo para o futuro?	2,6
Tenho expectativas reais a meu respeito?	29
Interesses: a tudo que gosto de fazer	
Identifico meus interesses e gostos?	13,2
Tenho vários interesses?	13,2
Participo de projetos que me são importantes?	42,1
Papéis: desempenho e comportamentos sociais	
Costumo me envolver nos papéis que me comprometo?	8,1
De estudante?	13,2
De trabalhador?	44,4
De amigo?	10,5
De familiar?	31,6
Reconheço e procuro atingir as expectativas de meus papéis?	21,1
Mantenho um equilíbrio saudável dos papéis na minha vida?	73,7
Hábitos: rotina e cotidiano	
Organizo satisfatoriamente o meu tempo?	79
Mantenho hábitos saudáveis que ajudam no desempenho dos meus papéis?	76,3
Sou flexível quando ocorrem mudanças em minha rotina?	47,4
Habilidades: como é a minha aptidão, minha capacidade	
Consigo me expressar para os outros?	55,3
Tenho bom contato social?	42,1
Planejo antes de agir?	36,8

Concentro-me e completo meu trabalho?	47,4
Identifico meus problemas?	31,6
Identifico a solução dos meus problemas?	40,5
Quando identifico, consigo agir?	68,4
Consigo desempenhar minhas tarefas cotidianas?	27,8
Consigo cuidar da minha higiene?	5,6
Consigo cuidar das minhas finanças?	52,8
Consigo cuidar da minha casa?	55,6
Sinto-me fisicamente capaz de fazer o que preciso?	44,4

Meio Ambiente: recursos ambientais

Costumo frequentar ambientes favoráveis para mim?	41,7
Quais?	Ambientes para estudos; Bares e restaurantes; Própria casa ou de familiares e amigos; Igreja; Locais para lazer

(N) – Número de indivíduos – (%) Valor percentual - * Valor percentual relativo. Fonte: Autores.

Na área destinada para Hábitos, é possível visualizar que os três itens têm altas porcentagens de respostas negativas, e com 79% das respostas "não" e "não sei", destaca-se: "Organizo satisfatoriamente o meu tempo?".

Em Causalidade Pessoal, pode-se notar que na questão "Espero sempre resultados positivos das minhas ações e projetos?" foi obtida uma alta porcentagem de respostas negativas (55,26%), ficando atrás apenas de "Acredito nas minhas realizações no trabalho?" (62,2%). Contudo, ressalta-se que a maioria dos estudantes não tinham renda própria e não desempenhavam atividade laboral.

Com relação às Habilidades, considerando que é a categoria com mais itens, observa-se que várias questões apresentam porcentagens com valores significativos, tendo como principais: "Quando identifico, consigo agir?" (68,4%), "Consigo cuidar da minha casa?" (55,6%), "Consigo me expressar para os outros?" (55,3%) e "Consigo cuidar das minhas finanças?" (52,8%).

Na categoria Valores, 29% das respostas "não" e "não sei" foram destinadas à questão "Tenho expectativas reais a meu respeito?". Já em Interesses, 42,1% foram para quando questionados sobre "Participo de projetos que me são importantes?". Em Papéis, destacam-se os itens "Mantenho um equilíbrio saudável dos papéis na minha vida?" com 73,7% e "De familiar?" com 31,6%.

Por fim, no domínio Meio Ambiente, verificou-se que menos da metade dos participantes (41,7%) frequentavam ambientes favoráveis para si. Dentre os ambientes mais pontuados pelos estudantes estão locais para lazer ou para estudo, além de igreja, própria casa ou casa de familiares e amigos.

Quanto à rotina de sono e estudos (Tabela 6), identificadas a partir do questionário socioeconômico, demográfico e ocupacional, 18 participantes apontaram que estudam durante sete dias da semana, e a maioria por até 11 horas (57,9%) por dia. Dos participantes, 39,4% dormem menos de sete horas por noite e a maior parte classifica sua noite de sono como boa (52,6%), enquanto 31,6% classificam como ruim.

Tabela 6 - Rotina de estudo e sono.

FATOR AVALIADO	N	%
Dias de estudo semanais		
Nenhum	1	2,6
Cinco	2	5,3
Seis	17	44,7
Sete	18	47,4
Horas de estudo diário		
Até 5 horas	11	28,9
Até 11 horas	22	57,9
Mais de 12 horas	5	13,2
Horas de sono diário		
Duas	1	2,6
Cinco	5	13,1
Seis	9	23,7
Sete	15	39,5
Oito	4	10,5
Nove	2	5,3
Não Informado	2	5,3
Classificação do sono		
Muito Boa	4	10,5
Boa	20	52,6
Ruim	12	31,6
Muito Ruim	2	5,3

(N) – Número de indivíduos – (%) Valor percentual - * Valor percentual relativo. Fonte: Autores

4. Discussão

A escolha por uma determinada profissão tende a ser um momento de extrema importância para os jovens, pois esses precisam refletir sobre suas identificações profissionais, metas que desejam alcançar e expectativas para o futuro (Figueiredo & Barbosa, 2015; Santos *et al.*, 2011). Logo, a reflexão sobre suas escolhas faz-se muito relevante para que o jovem não seja influenciado ou manipulado por fatores que interfiram negativamente na execução do seu poder de autonomia para definir o próprio futuro (Figueiredo & Barbosa, 2015; Santos *et al.*, 2011).

Sabe-se que a preferência por uma profissão é construída por meio de oportunidades e de possibilidades diante da realidade, influenciadas pelos contextos socioeconômico, cultural, histórico e familiar do sujeito (Figueiredo & Barbosa, 2015).

É coerente ponderar que a má qualidade do ensino público básico brasileiro e a necessidade emergencial de contribuição financeira para a família distanciam o interesse e dificultam o acesso ao Ensino Superior, levando os jovens a ingressarem no mundo do trabalho logo após sua saída da Educação Básica. Diante dessa realidade, a rede pública de ensino tende a estimular a inserção prévia no mercado de trabalho, visto que o currículo de ensino, historicamente, inclina-se para uma educação de formação técnico-profissionalizante (Falcão & Caldas, 2018).

Considerando que os participantes da presente pesquisa cursaram totalmente ou parcialmente o ensino médio em escolas públicas, acredita-se que o curso preparatório para o ingresso numa instituição de Ensino Superior torna-se uma oportunidade favorável e promissora quanto às possibilidades profissionais futuras e projetos de vida dos jovens vestibulandos.

Nesse sentido, instituições públicas de ensino verificaram a necessidade de contribuir para transformar essa realidade, de forma a incluir e possibilitar o acesso e a permanência desses alunos na academia (Pereira *et al.*, 2015; Bertelmebs *et al.*, 2019). Com a lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012, que dispõe que as universidades devem destinar, no mínimo, 50% de suas vagas para alunos que tenham cursado integralmente o Ensino Médio na rede pública de ensino e estudantes oriundos de famílias com renda igual ou inferior a um salário-mínimo e meio *per capita*, a universidade tornou-se uma possibilidade, ou seja, uma realidade mais próxima para esses jovens (Brasil, 2012).

Outra forma de minimizar a desigualdade educacional e viabilizar o ingresso de pessoas de baixa renda numa universidade, são os cursos pré-vestibulares e/ou cursos pré-acadêmicos. Existem cursos gratuitos e desenvolvidos em parceria com as próprias universidades por meio de projetos de extensão. Apresentam propostas de intervenção mais realistas e possíveis para a comunidade, trazendo consigo a iniciativa pela democratização do acesso à educação superior no país, principalmente por estudantes da rede pública de ensino (Pereira *et al.*, 2015). Em seu estudo, Bertelmebs (2019) traz a percepção de que espaços como esses libertam os estudantes do estigma de que o ingresso em universidades públicas esteja distante da realidade de alunos oriundos da rede pública de ensino.

Observou-se no presente estudo a influência positiva do curso pré-acadêmico ser vinculado a uma universidade, visto que 73,7% escolheram a referida instituição como prioritária para cursar suas graduações, tornando-se uma referência. Assim, vislumbraram possibilidades de ingresso numa instituição de ensino superior e numa universidade pública.

O estudo de Schönhofen e co (2020) mostra que a escolha de alguns cursos também pode influenciar a rotina dos estudantes, exigindo deles mais dedicação. Isso se deve ao fato de que a grande concorrência por uma vaga leva esses vestibulandos a enfrentarem rotinas extensas de estudo para que consigam atingir seus objetivos e realizar uma boa prova.

Identifica-se que a busca por ingressar nesses cursos mais concorridos faz com que estudantes sejam submetidos por alguns anos a esse processo difícil de seleção. No presente estudo, verificou-se que a maioria dos estudantes participantes já realizaram o ENEM e assinalaram que, em todas as vezes que realizaram o exame, foi para buscar uma vaga no mesmo curso superior.

O período pré-vestibular é uma etapa importante e significativa para inúmeros jovens do país, que pode impactar em sua saúde mental. Trata-se de uma fase marcante na vida, que envolve fatores familiares, ocupacionais, econômicos, sociais e psicoemocionais para um jovem em desenvolvimento, diante de muitas vulnerabilidades. Assim, vale alertar que esse contexto, de preparação para o ENEM pode gerar uma série de sensações e sentimentos desagradáveis e difíceis de serem vivenciados e manejados, tornando-se um fator de risco para sofrimento psíquico (Rodrigues & Pelisoli, 2008).

O presente estudo também revelou um alto índice de indicativo para sofrimento psíquico, com 63,2% de casos sugestivos de TMC entre os jovens que estavam cursando o pré-vestibular, sendo os principais problemas encontrados relacionados ao humor depressivo-ansioso (sentimentos de tristeza, nervosismo, ansiedade e preocupação), pensamentos depressivos (dificuldade em tomar decisões e pensar com clareza) e decréscimo da energia vital (cansaço generalizado com impacto nas atividades cotidianas).

Estudos relacionam o período que antecede a realização do ENEM ou vestibular ao desencadeamento de problemas de saúde mental como ansiedade, estresse e depressão (Rocha *et al.*, 2006; Gobbi *et al.*, 2019; Schönhofen *et al.*, 2020). Soares (2002) traz a reflexão de que o processo de ingresso na universidade representa uma das grandes causas de estresse entre os jovens e que, durante esse período pré-vestibular, pode haver o desenvolvimento de distúrbios psicofisiológicos entre os candidatos que, conseqüentemente, podem prejudicar seus desempenhos durante as provas.

Rocha *et al.* (2006), em uma pesquisa com alunos de segundo e terceiro anos do ensino médio e alunos de cursos pré-acadêmicos avaliados a partir do instrumento SRQ, encontraram indicadores de transtorno depressivo em 45,7% dos estudantes, destacando uma prevalência mais elevada em meninas (59,3%). Outro ponto destacado pelos autores foi o comparativo realizado entre os três grupos subdivididos, em que se evidenciou que os alunos que frequentavam cursos pré-acadêmicos apresentaram maiores indicadores de depressão (59,4%) do que os outros grupos. Além disso, foi possível observar que, quanto mais próximo de realizar o vestibular, maiores eram os indicativos de depressão nesses alunos.

Já no estudo de Schönhofen *et al.* (2020), realizado apenas com estudantes de cursos pré-acadêmicos, também foram encontrados indicadores de sofrimento mental nos estudantes. O estudo apontou para uma maior prevalência de transtorno de ansiedade generalizada relacionado à prova do vestibular nos estudantes (87,5%) e que o gênero feminino se mostrou mais afetado (49,5%). Os resultados da pesquisa ainda destacaram como o escore do estresse também se mostrou elevado (68,2%).

Os casos sugestivos de TMC apresentam maior risco de desenvolver depressão e ansiedade. Atualmente, a depressão e a ansiedade se tornaram dois dos principais problemas de saúde pública. Esse fenômeno acomete pessoas de todas as faixas etárias, contudo, Gavin *et al.* (2015) alertam para o significativo aumento desse transtorno durante a fase da adolescência e o início da vida adulta.

Ressalta-se que esses transtornos mentais podem levar a disfunções sociais e ocupacionais que podem se prolongar ao longo da vida adulta, além de ser um fator de risco para outras patologias e de se relacionar com o suicídio nessa faixa etária (Millings *et al.*, 2012; Machado *et al.*, 2018). Sintomas como irritabilidade, crises de raiva e instabilidade emocional são algumas das alterações comportamentais geradas pela depressão em jovens. Há evidências da relação entre depressão e prejuízos no desempenho escolar, visto que pode afetar diretamente as funções mentais dos estudantes, tal como concentração e atenção (Machado *et al.*, 2018).

Corroborando com outros estudos descritos na literatura (Rocha *et al.*, 2006; Rocha, 2010; Lamônica, 2019; Schönhofen *et al.*, 2020), identificou-se neste estudo que a maioria dos estudantes com indicativo de sofrimento eram mulheres (58,3%). De acordo com os estudos de Melo *et al.* (2021) e Martins *et al.* (2021), o fato de a população do gênero feminino apresentar mais indicativos para sofrimento psíquico do que o masculino pode ser explicado por fatores genéticos, influências hormonais e a maior vulnerabilidade a estressores, muitas vezes relacionados ao contexto social, que podem contribuir para essa diferença entre os dois gêneros.

Por ainda existirem muitos estigmas e preconceitos que cercam a saúde mental, a sociedade tende a interpretar que a busca por intervenções psicológica e/ou psiquiátrica é um sinal de fragilidade, fraqueza e até mesmo de loucura (Viana & Almeida, 2011). Para D'Avila e Soares (2003), dificilmente o jovem procura ajuda profissional, mesmo percebendo que algo não está bem com ele mesmo, o que corrobora com os dados deste estudo, no qual 89,5% dos participantes não faziam e/ou não fizeram qualquer tipo de acompanhamento voltado para a saúde mental durante a vida. Alerta-se, ainda, que a falta de cuidado em saúde mental é algo extremamente prejudicial, mediante o fato de que o sofrimento psíquico vivido pelo estudante pode se tornar duradouro, resultando em transtornos mentais crônicos e incapacitantes.

Na literatura existem trabalhos evidenciando problemas de saúde mental em estudantes universitários. Bellinati e Campos (2020) realizaram um estudo com 118 acadêmicos do curso de Medicina e observou-se uma alta prevalência de TMC nessa população. Ainda nesse estudo, foi identificada uma maior prevalência entre os estudantes do oitavo período (58%) e do

primeiro período (53%). Por consequência, os dados sugerem a possibilidade de os estudantes já chegarem adoecidos à universidade, podendo o quadro agravar-se durante a vida acadêmica.

Pessoas em sofrimento psíquico podem ter dificuldade em manejar sentimentos desagradáveis e emoções, tendo prejuízos em sua vida cotidiana. Além disso, podem apresentar características como agressividade, agitação, isolamento, desatenção, dificuldade significativa no cumprimento de tarefas, e dificuldades em se situar em diferentes contextos de sua vida (Cid & Gasparini, 2016; Brasil, 2017).

Na presente pesquisa, os estudantes que obtiveram índice para sofrimento psíquico, como casos sugestivos de TMC, também apresentaram algumas dessas características citadas. Destacam-se com maiores porcentagens os itens relacionados a sentir-se nervoso, tenso ou preocupado, sentimentos de tristeza, além de dificuldades para tomar decisões e desempenhar suas ocupações. Percebe-se, portanto, que o processo de preparação para o ENEM pode trazer prejuízos para a saúde mental e o desempenho ocupacional desses estudantes.

A área educacional tem sido foco de diversos estudos científicos, dentre esses, as pesquisas dedicadas a problemáticas relacionadas aos fatores sociais e psíquicos têm ganhado destaque, visto que são fatores que podem influenciar no cotidiano dessa população, incluindo o desempenho ocupacional (Cintra e Guerra, 2017). Para Pedretti (2005), o desempenho ocupacional está inteiramente associado à capacidade do indivíduo de realizar as tarefas que compõem suas ocupações e, consequentemente, seu papel ocupacional.

Os resultados deste estudo indicaram possíveis fatores negativos do período preparatório para o ENEM sobre a vida e realização das atividades ocupacionais dos estudantes. Destaca-se a autopercepção dos participantes acerca de seus baixos desempenhos nas áreas relacionadas aos hábitos, rotina e cotidiano. Identificou-se a dificuldade dos estudantes na organização do seu tempo, na resolução de problemas e na sua autogestão.

O envolvimento nas ocupações humanas se manifesta a partir do desempenho que grupos e indivíduos têm em atividades do seu cotidiano. Esse envolvimento é o resultado das escolhas, motivações, hábitos e rituais dentro de um contexto e/ou ambiente, incluindo aspectos objetivos e subjetivos de experiências que podem facilitar a oportunidade do indivíduo de se envolver em ocupações significativas e participar de situações de vida que lhe são desejadas (AOTA, 2020).

Considerando que o público-alvo deste estudo foram jovens pré-universitários, tem-se que as atividades educacionais são uma das ocupações humanas mais vivenciadas no cotidiano desses. Contudo, as habilidades necessárias para o processo de aprendizagem e participação no ambiente educacional podem ser afetadas por fatores externos e internos, como hábitos saudáveis e uma rotina estruturada.

Em relação a novos hábitos e rotinas advindos do período preparatório para o vestibular, neste estudo, também foi possível identificar o quanto a rotina de estudo e a qualidade de sono dos estudantes podem influenciar o seu desempenho ocupacional e o seu papel de estudante. Observa-se que os estudantes indicam não organizar satisfatoriamente o seu tempo, bem como não sabem ou não mantêm hábitos saudáveis que os ajudam no desempenho de seus papéis ocupacionais.

Segundo a *American Occupational Therapy Association* (AOTA) (2020), as rotinas são a sequência de várias ocupações, ou seja, são todas as atividades que são estruturadas para o dia a dia. Com isso, as rotinas bem direcionadas para uma vida saudável podem promover um maior envolvimento social e uma melhor qualidade de vida.

Ainda com relação à rotina dos vestibulandos, detectaram-se maratonas extensas de estudo, bem como falta de lazer e descanso no contexto de vida desses jovens. Diante desses dados, pode-se compreender o impacto da falta de organização da rotina na saúde mental e nas ocupações. Soma-se a isso a alta prevalência de TMC na população estudada, indicando um decréscimo de energia e cansaço generalizado, que podem influenciar as atividades cotidianas.

O sono também é caracterizado como uma ocupação humana, visto que se trata de uma atividade essencial, necessária para a manutenção da saúde e do bem-estar, e nas quais as pessoas se envolvem cotidianamente (AOTA, 2020). Sobre a rotina

do sono, é preciso refletir que, apesar da maioria mencionar que dorme entre sete e nove horas por dia, como o recomendado na literatura (Pereira *et al.*, 2015), um percentual significativo (39,4%) está com essa ocupação comprometida. Contudo, a maioria dos jovens do presente estudo, em sua autopercepção, avaliou a qualidade do seu sono como boa ou muito boa, assim como no estudo de Gobbi *et al.* (2019). Os autores observaram que há falta de conhecimentos adequados sobre o tema sono entre os estudantes pré-universitários e que a maioria apresentava uma qualidade ruim de sono, avaliada em instrumentos específicos.

Outro aspecto identificado no presente estudo sobre o sono é que, quando os resultados são restritos aos estudantes que apresentaram indicativo de sofrimento psíquico, verificou-se que a maioria apontou ter uma má qualidade de sono, além de também apresentar uma rotina com carga horária maior de estudo. Sobre a relação entre qualidade de sono e sofrimento psíquico, há estudos relacionando depressão, ansiedade e estresse a distúrbios do sono e sonolência diurna (Gobbi *et al.*, 2019; Rocha, 2010).

Alguns estudos problematizam que uma das causas relacionadas à má qualidade de sono ocorre devido ao uso exacerbado de equipamentos tecnológicos como celular, computador, tablet e televisão (Gobbi *et al.*, 2019; Pechibilski, 2020). Já Rocha (2010) apresenta que diversos fatores externos podem trazer prejuízos ao padrão de sono desses estudantes e, como consequência da privação do sono, a rotina diária tende a ser desestruturada devido ao sentimento de cansaço e indisposição em realizar suas ocupações do dia a dia, podendo a sonolência diurna prejudicar ainda mais o desempenho de suas atividades.

Pechibilski (2020) enfatiza que o sono tem o papel fundamental no processo de aprendizagem dos estudantes, bem como ressalta que uma má qualidade de sono pode contribuir para momentos de desatenção, desinteresse e dificuldade de assimilação dos conteúdos escolares. Além disso, as pressões familiares e sociais, e as preocupações e expectativas sobre o futuro também podem ser fatores desencadeantes de alterações no sono e também podem contribuir para as dificuldades escolares (Rocha, 2010).

Pechibilski (2020) ainda destaca que a reestruturação dos ambientes para trazer o conforto necessário, a diminuição do uso de tecnologias luminosas 40 minutos antes de dormir, o consumo menor de cafeína e seus derivados e a manutenção da regularidade dos horários de dormir e acordar podem possibilitar uma noite de sono mais tranquila e satisfatória, e tornar os dias mais agradáveis, sem a sonolência diurna.

Apesar dos benefícios para a saúde e o bem-estar descritos na literatura científica (Rios *et al.*, 2011; Vieira *et al.*, 2018), poucos estudantes identificam como favoráveis ambientes para atividades de lazer, o qual, neste estudo, pareceu ser algo negligenciado pelos vestibulandos, diante da necessidade de manter o foco nos estudos, em virtude da falta de tempo. Essa atividade está relacionada ao momento em que o indivíduo aproveita o seu tempo livre para práticas recreativas e/ou prazerosas para si, estando sozinho ou em grupo (Nóbrega *et al.*, 2020).

O lazer também é compreendido como uma ocupação humana, porém, muitas vezes tende a ser visto como uma vivência desnecessária e banal. No entanto, trata-se de uma atividade essencial e necessária para a manutenção da saúde e do bem-estar das pessoas, pois, de acordo com Vieira *et al.* (2018), possibilita que ocorra o desenvolvimento de relações de vínculos e autonomia com a própria saúde. Além disso, achados na literatura apontam que as vivências de lazer proporcionam uma melhor qualidade de vida ao indivíduo, podendo favorecer a minimização do estresse diário (Rios *et al.*, 2011; Vieira *et al.*, 2018).

A prática regular de exercícios físicos por essa população pode trazer muitos benefícios à saúde mental. Em seu estudo, Oliveira *et al.* (2019) apontam que a realização de exercícios físicos como estratégia de prevenção e minimização do estresse nesse período antecedente ao vestibular é essencial, visto que os estudantes que realizavam exercícios físicos regularmente apresentaram menores níveis de estresse em comparação com os que não tinham o mesmo hábito.

É necessário e eficaz possibilitar e oferecer espaços de promoção da saúde mental, onde os estudantes possam compreender e refletir a respeito de como o período de preparação para o vestibular pode ser desencadeante de desgaste emocional. Diante disso, faz-se necessária a criação de estratégias de enfrentamento e preparação emocional para que esses jovens possam identificar e falar sobre o que lhes está afligindo, aliviar as pressões, medos e angústias, buscando-se que esse processo seja vivenciado numa perspectiva mais amena (Rodrigues & Pelisoli, 2008; Daolio & Neufeld, 2017).

Diante do exposto, observa-se a necessidade urgente em se desenvolverem intervenções com os estudantes de cursos pré-acadêmicos, com a proposta de promover bem-estar, saúde mental e qualidade de vida, nessa fase tão adversa. Destaca-se a necessidade de (re)estruturação da rotina diária desses jovens, com incentivo ao lazer e à prática esportiva, buscando-se benefícios significativos no desempenho de suas ocupações diárias e seu papel ocupacional.

A vivência na realização deste estudo revela um chamamento sobre a necessidade de intervenções para a promoção da saúde mental e qualidade de vida nos espaços que oferecem para jovens cursos preparatórios para o ENEM, além de novas pesquisas com esse público a fim de que se possam compreender com maior profundidade suas demandas de cuidado. A promoção de saúde direcionada para o autocuidado, organização das tarefas e hábitos de higiene do sono também precisa ser oferecida para essa população. Ressalta-se a importância de identificar os casos de sofrimento psíquico, que necessitam de assistência especializada em saúde mental para acompanhamento.

5. Considerações Finais

Os dados do presente trabalho revelaram como o período de preparação para a realização do ENEM e a escolha profissional podem ser estressores e desgastantes para os estudantes, e que esse processo pode se constituir em fatores de risco para a saúde mental. Os resultados desta pesquisa indicaram que o sofrimento psíquico, na perspectiva do TMC, aparece mais prevalente nos estudantes que não estão prestando o vestibular pela primeira vez (66,7%) e que estão tentando ingressar em uma instituição de nível superior há mais de dois anos (50%).

Foi possível identificar nos participantes, sobretudo mulheres, indicativos de problemas de saúde mental relacionados ao humor depressivo-ansioso, pensamentos depressivos e decréscimo da energia vital. Também foram encontrados prejuízos sobre o desempenho ocupacional quanto a hábitos saudáveis e uma rotina estruturada, que afetam a aprendizagem e a realização das atividades educacionais.

O trabalho apresenta limitações em virtude número reduzido de participantes, pois reflete apenas as características dos estudantes do curso pré-acadêmico em que foi realizada a pesquisa, portanto, os seus resultados não podem ser generalizados. Por se tratar de uma pesquisa quantitativa, as impressões mais subjetivas não puderam ser pesquisadas, logo, sinaliza-se a relevância da realização de novos estudos que busquem compreender de uma forma mais aprofundada as percepções e sentimentos dos estudantes sobre o vestibular e todo o impacto deste para a saúde mental e desempenho ocupacional, compreendendo-os como detentores do real conhecimento sobre suas vivências de sofrimento e angústias.

Ainda, reitera-se a importância de ações e intervenções voltadas para esse público na perspectiva da promoção da saúde mental e estruturação da rotina, incluindo a higiene do sono, autogestão, atividades de lazer e prática esportiva, como forma de intervir precocemente e minimizar os eventos estressores, melhorando o seu desempenho ocupacional e contribuindo para o seu bem-estar.

Ressalta-se que para a implementação de ações preventivas e políticas públicas, se faz necessário o aprofundamento do tema e a obtenção de uma perspectiva mais ampla da problemática em questão. Dessa forma, sugere-se a realização de trabalhos científicos futuros, que possam identificar sintomas de transtorno mental comum e o consequente impacto no desempenho ocupacional dos jovens que estão em processo preparatório para o ENEM.

Referências

- Abelenda, J., Kielhofner, G., Suarez-Balcazar, Y. & Kielhofner, K. (2005). The Model of Human Occupation as a conceptual tool for understanding and addressing occupational apartheid. In Kronenberg, F., Algado, S. S., Pollard, N., Werner, D., Sinclair, K. *Occupational Therapy without borders: learning from the spirit of survivors* (pp. 183-196). London. Elsevier.
- Albuquerque, T. S. & Barreto, A. E. (2015). Vestibular Cidadão. In 15 Encontro de Extensão e Cultura, *Resumo dos trabalhos XV ENExC 2015*. Recife: UFPE. Disponível em: <http://www.clickpe.com/ienexc/arquivos/educacao/res038.pdf>
- American Occupational Therapy Association [AOTA] (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74 (Supplement 2). Disponível em: https://therapistsforamerica.org/wp-content/uploads/2021/04/Occupational-Therapy-Practice-Framework_-_Domain-and-Process-Fourth-Edition.pdf.
- Azevedo, F.C.M.; Lucas, T.D.P. (2022). Depressão entre jovens brasileiros: uma investigação baseada em mineração de subgrupos. *Research, Society and Development*, 11(1):10511124547. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i1.24547>.
- Bartelmebs, R. C., Frick, L. T., Krombauer, G., dos Santos, L. A. M., Bavaresco, J., & Bortoletto, D. (2019). O pré-vestibular comunitário na UFPR: relato de uma ação extensionista. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 10(1), 19-24. <https://doi.org/10.24317/2358-0399.2019v10i1.10592>
- Bellinati, Y. C. G. & de Campos, G. A. L. (2020). Avaliação da prevalência de transtornos mentais comuns nos estudantes de medicina em uma faculdade do interior de São Paulo. *Revista Corpus Hippocraticum*, 1(1). Disponível em: <http://189.112.117.16/index.php/revista-medicina/article/view/235>.
- Brasil. (2017). *Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na Atenção Básica*. Brasília: Ministério da Saúde. http://repositorio.asces.edu.br/bitstream/123456789/1944/1/BRASIL%202017%20proteger_cuidar_adolescentes_atencao_basica.pdf
- Chapparo, C. & Ranka, J. (1997). *The occupational performance model (Australia): A description of constructs and structure. Occupational performance model (Australia): monograph*
- Cid, M. F. B. & Gasparini, D. A. (2016). Ações de promoção à saúde mental infanto-juvenil no contexto escolar: um estudo de revisão. *Revista FSA (Centro Universitário Santo Agostinho)*, 13(1), 97-114. <http://dx.doi.org/10.12819/2016.13.1.6>
- Cintra, C. L. & Guerra, V. M. (2017). *Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. Psicologia escolar e educacional*, 21(3), 505-514. <https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>.
- Creswell, J. W. & Creswell, J. D. (2010). *Projeto de pesquisa: Métodos qualitativo, quantitativo e misto* (3a ed.) 150. Artmed.
- Cruz, D. M. C. da (2018). Os modelos de Terapia Ocupacional e as possibilidades para a prática e pesquisa no Brasil. *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional-REVISBRATO*, 2(3),504-517. <https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto/article/view/18436/pdf>.
- Daolio, C. C. & Neufeld, C. B. (2017, julho-dezembro). Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: estudo piloto. *Revista Brasileira de Orientação Profissional, Revista Brasileira de Orientação Profissional (Florianópolis)*, 18(2), 129-140. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902017000200002. <https://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2017v18n1p7>
- D'Avila, G. T. & Soares, D. H. P. (2003). Vestibular: fatores geradores de ansiedade na "cena da prova". *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 4(1-2),105-16.
- Decreto nº 7.824, de 11 de outubro de 2012. Regulamenta a Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012, que dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio. http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/Decreto/D7824.htm
- Falcão, N. M., & Caldas, E. C. R. (2018). Diálogos sobre a escolha profissional: A aproximação entre o estudante da escola pública de ensino médio e a universidade. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 9(3), 147-156. <https://periodicos.ufrs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/8185>. <https://doi.org/10.24317/2358-0399.2018v9i3.8185>
- Figueiredo, V. C. N., & Barbosa, A. V. (2015). Escolha e perspectiva profissional de alunos de um cursinho preparatório popular. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 16(2), 173-183. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2030/203046164008.pdf>
- Frederico de Lima Schönhofen, F.L; et al. (2020). Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *J Bras Psiquiatr*. 69(3):179-86. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000277>.
- Gavin, R. S., Reisdorfer, E., Gherardi-Donato, E. C. S., Reis, L. N. & Zanetti, A. C. G. (2015). Associação entre depressão, estresse, ansiedade e uso de álcool entre servidores públicos. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição Em Português)*, 11(1), 02-9. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v11i1p2-9>.
- Gobbi, J. I. F., da Silva Beteto, I., Martins, A. P., Meirelles, H. A. A., & Weber, S. A. T. (2019). Concepções e qualidade do sono entre pré-universitários. *Archives of Health Investigation*, 8(8):434-439. <https://doi.org/10.21270/archi.v8i8.4650>.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2010). *Síntese de Indicadores Sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira*. Rio de Janeiro: Gráfica Digital.
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira - INEP (2018). *Press Kit ENEM 2018*. http://inep.gov.br/artigo/-/asset_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/press-kit-enem-2018/21206
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira - INEP (2020). *ENEM*. <https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/avaliacao-e-exames-educacionais/enem>
- Kielhofner, G. (2004). *Modelo de ocupación humana. Teoría y aplicación* (3a ed.). Editorial Médica Panamericana.

- Lamônica, L. C. (2019). Prevalência de indicadores de ansiedade, estresse e depressão entre adolescentes vestibulandos concluintes do ensino médio (Monografia de conclusão de curso). Universidade Federal Fluminense, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil. <https://app.uff.br/riuff/bitstream/handle/1/14765/Prevalencia%20de%20indicadores%20de%20ansiedade%20estudantes%20Ensino%20Medio.pdf?sequence=z1&isAllowed=y>.
- Lucchese, R., Sousa, K. D., Bonfin, S. D. P., Vera, I., & Santana, F. R. (2014). Prevalência de transtorno mental comum na atenção primária. *Acta Paulista de Enfermagem*, 27(3), 200-7. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201400035>.
- Machado, I. C., Souza, N. S., Haikal, D. S. A., Silveira, M. F., Alves, M. L. T. S., & Silva, R. R. V. (2018). Prevalência de sintomas depressivos entre adolescentes da rede pública de ensino. *Adolescência e Saúde*, 15(4), 27-35. <https://cdn.publisher.gn1.link/adolescenciae.saude.com/pdf/v15n4a04.pdf>.
- Martins, R.M.B. (2021). Estresse em alunos de preparatórios para vestibular. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(3):10639-10651. 10.34119/bjhrv4n3-083
- Maximino, V. S. & Tedesco, S. (2016). Rotina, hábitos, cotidiano: no banal e no sutil, a trama da vida. In: Matsukura TS, Salle MM, organizadores. Cotidiano, atividade humana e ocupação: perspectivas da Terapia Ocupacional no campo da saúde mental. São Carlos: EDUFSCar, 123-46.
- Melo, C.M.I. (2021). Depressão e sofrimento psíquico em estudantes pré-vestibulandos. *Brazilian Journal of Development*, 7(6): 55575-55592. DOI:10.34117/bjdv7n6-118.
- Millings, A., Buck, R., Montgomery, A. & Spears M, Stallard P. (2012). School connectedness, peer attachment, and self-esteem as predictors of adolescent depression. *Journal of adolescence*, 35(4), 1061. 10.1016/j.adolescence.2012.02.015.
- Morais, C. A., Amparo, D. M., Fukuda, C. C., & Brasil, K. T. (2012) Concepções de saúde e doença mental na perspectiva de jovens brasileiros. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 17(3), 369-379. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000300004>.
- Moreira, F. L. A. & Caldeira, L. M. A. (1993, outubro) Trabalho: atividade terapêutica? *Cadernos de Terapia Ocupacional (Belo Horizonte)*, 5(1), 105-129.
- Nóbrega, K. B. G. da, Gomes, M. C. P., de Oliveira Negrão, R., de Andrade Silva, T. M., de Albuquerque, V. M. A. P., Silva, E. F. S., & Rosas, M. A. (2020). Esporte e lazer na promoção da saúde mental de adolescentes em situação de vulnerabilidade social. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(5), 13228-13241. DOI:10.34119/bjhrv3n5-151.
- Oliveira, V. A. S., Sinésio, Í. Y. C., Cabral, P. U. L., & Cortez, A. C. L. (2019). Associação entre o nível de atividade física e o estresse dos pré-vestibulandos. *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, 18(1), 9-16. <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/revistafisiologia/article/view/2875>. <https://doi.org/10.33233/rbfe.v18i1.2875>
- Pechibilski, I. (2020). *A influência do sono no desenvolvimento da aprendizagem: Percepções de jovens e docentes do Ensino Médio da Escola de Educação Básica Barão de Antonina, Mafra, Santa Catarina* (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, Brasil. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/204219/TCC%20-%20IZAMARA%20PECHIBILSKI%20-%202020.pdf?sequence=1>.
- Pereira, D. M. R., Silva Neto, F. V., Carneiro, R. A., Costa, J. H. S. C., Silva, B. B. M. (2015b). Para além das barreiras do ensino público: pré-vestibular solidário como agente de transformação social. *Resumo dos trabalhos XV ENExC 2015*. Recife: UFPE. <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/204219/TCC%20-%20IZAMARA%20PECHIBILSKI%20-%202020.pdf?sequence=1> <http://www.clickpe.com/ienexc/arquivos/educacao/res181.pdf>
- Pereira, É. F., Barbosa, D. G., Andrade, R. D., Claumann, G. S., Pelegrini, A., & Louzada, F. M. (2015a). Sono e adolescência: quantas horas os adolescentes precisam dormir? *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 64(1), 40-44. <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/XMmyK5Lx46bprQ9kYYR8LKr/?format=html>. <https://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000055>
- Ribeiro, I. B. S., Correa, M. M., Oliveira, G. & Cade, N. V. (2020). Transtorno mental comum e condição socioeconômica em adolescentes do Erica. *Revista de Saúde Pública*, 54, 1-9. <https://doi.org/10.11606/S1518-8787.2020054001197>.
- Rios, L. C., Almeida, M. M. G., Rocha, S. V., Araújo, T. M. & Pinho, P. S. (2011). Atividades físicas de lazer e transtornos mentais comuns em jovens de Feira de Santana, Bahia. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 33(2), 98-102. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082011000200006>.
- Rocha, C. R. D. S. (2010). *Depressão, compulsão alimentar e distúrbios do sono em estudantes do ensino médio e de cursos pré-vestibulares* (Tese de doutorado). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, Brasil.
- Rocha, T. H. R., Ribeiro, J. E. C., Pereira, G. D. A., Aveiro, C. C., & Silva, L. C. D. A. M. (2006). Sintomas depressivos em adolescentes de um colégio particular. *Psico-USF*, 11(1), 95-102. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712006000100011>.
- Rodríguez, D. G. & Pelisoli, C. (2008). Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 35(5), 171-177. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832008000500001>.
- Santos, A. C., Canever, C. F. & Frotta, P. R. O. (2011) A Influência do Gênero na Escolha Profissional de Pré Vestibulandos: Estudo de Caso na Cidade de Criciúma/SC. *Travessias*, 5(2), 347-364. <https://e-revista.unioeste.br/index.php/travessias/article/view/5741>.
- Santos, F. S., Maia, C. R. C., Faedo, F. C., Gomes, G. P. C., Nunes, M. E., & Oliveira, M. V. M. D. (2017). Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 41(2), 194-200. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n2RB20150047>.
- Santos, J. M. C. T. (2011). Exame Nacional do Ensino Médio: entre a regulação da qualidade do Ensino Médio e o vestibular. *Educar em revista*, 40, 195-205. <https://www.scielo.br/j/er/a/MpjmTPPGzzGFx63Mhst8YdS/?format=pdf&lang=pt>.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc Health*, 2(3), 223-228. 10.1016/S2352-4642(18)30022-1.
- Schönhofen, F. de L., Neiva-Silva, L., Almeida, R. B. D., Vieira, M. E. C. D., & Demenech, L. M. (2020). Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 9(3), p. 179-186. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000277>.

- Silva, J. F., Cid, M. F. B., & Matsukura, T. S. (2018). Atenção psicossocial de adolescentes: a percepção de profissionais de um CAPSij. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 26(2), 329-343. <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/bHywNNdSf6sHwHvKhZg8VMJ/?format=pdf&lang=pt>.
- Silva, M. L., Oliveira, J., Carvalho, M. L., & Corvino, C. (2015, setembro). Atenção à saúde de pré-vestibulandos. In Anais do 8º Congresso de Extensão Universitária da UNESP (pp. 1-4). São Paulo: UNESP. <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/142507>.
- Soares, A. B., & Martins, J. S. R. (2010). Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 20(45), 57-62. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2010000100008>.
- Soares, D. H. P. (2002). *Como trabalhar a ansiedade e o stress frente ao vestibular*. In R. Levenfus & D. Soares (Org.). *Orientação vocacional profissional ocupacional: Novos achados e instrumentais para a clínica, a escola e a empresa* (pp. 337-356). Porto Alegre, RS: Artmed.
- Tedesco, S. A. (2000). *Estudo da Validade e Confiabilidade de um Instrumento de Terapia Ocupacional: Auto-Avaliação do Funcionamento Ocupacional (SAOF)* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, SP, Brasil. <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/16993>.
- Tedesco, S. A., Nogueira-Martins, L. A., & Citero, V. A. (2017). Ações de TO em saúde mental para pacientes internados. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 28(3), 261-70. <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v28i3p261-270>.
- Vesga-López, O., Schneier, F. R., Wang, S., Heimberg, R. G., Liu, S. M., Hasin D. S. & Blanco, C. (2008). Gender differences in generalized anxiety disorder: results from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions (NESARC). *The Journal of clinical psychiatry*, 69(10), 1606-16. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19192444/>.
- Viana, C. S. & Almeida, A. C. S. (2011). Estigmas e Preconceitos acerca da pessoa com Transtorno Mental. *Seminário Integrado-ISSN 1983-0602*, 5(5). <http://intertemas.toledoprudente.edu.br/index.php/SemIntegrado/article/view/4592/4349>
- Vieira, J. L., Romera, L. A. & Lima, M. C. P. (2018). Lazer entre universitários da área da saúde: revisão de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(12), 4221-4229. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182312.31012016>.