

**PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES DO
ENSINO MÉDIO EM UM COLÉGIO PARTICULAR DE CAÇADOR**

***PREVALENCIA DE TRASTORNOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA DE UNA ESCUELA PRIVADA DE CAÇADOR***

***PREVALENCE OF ANXIETY DISORDERS AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS AT A
PRIVATE SCHOOL IN CAÇADOR***



Cristianne Confessor Castilho LOPES¹
e-mail: cristiannelopes3@gmail.com



Maria Eduarda Castilho LOPES²
e-mail: mariaeduardacastilholopes@gmail.com



Lucas Castilho LOPES³
e-mail: castilho.lucaslopes@gmail.com



Fábio Herget PITANGA⁴
e-mail: fabio.pitanga@uniarp.edu.br



Eduardo Barbosa LOPES⁵
e-mail: eblopes1@gmail.com



Larissa Silva GUIMARAES⁶
e-mail: dralarissaguimaraes@protonmail.com

Como referenciar este artigo:

LOPES, Cristianne Confessor Castilho; LOPES, Maria Eduarda Castilho; LOPES, Lucas Castilho; PITANGA, Fábio Herget; LOPES, Eduardo Barbosa; GUIMARAES, Larissa Silva. Prevalência de transtornos de ansiedade em estudantes do ensino médio em um colégio particular de Caçador. **Nuances: Estudos sobre Educação**, Presidente Prudente, v. 36, n. 00, e025012, 2025. e-ISSN: 2236-0441. DOI: 10.32930/nuances.v36i00.11251



| **Submetido em:** 24/09/2025
| **Revisões requeridas em:** 02/11/2025
| **Aprovado em:** 03/11/2025
| **Publicado em:** 06/11/2025

Editora: Profa. Dra. Rosiane de Fátima Ponce

¹ Universidade de Joinville (UNIVILLE), Joinville – SC – Brasil. Fisioterapeuta. Doutora em Saúde e Meio Ambiente.

² Universidade Alto Vale do Rio do Peixe (UNIARP), Caçador – SC – Brasil. Acadêmica de Medicina.

³ Universidade Alto Vale do Rio do Peixe (UNIARP), Caçador – SC – Brasil. Médico. Mestre em Desenvolvimento e Sociedade.

⁴ Universidade Alto Vale do Rio do Peixe (UNIARP), Caçador – SC – Brasil. Médico Endocrinologista. Mestre e Doutorando em Desenvolvimento e Sociedade.

⁵ Universidade Alto Vale do Rio do Peixe (UNIARP), Caçador – SC – Brasil. Médico Cirurgião Geral. Mestre e Doutorando em Desenvolvimento e Sociedade.

⁶ Centro Universitário de Belo Horizonte (UniBH), Belo Horizonte – MG – Brasil. Médica.

RESUMO: A prevalência de transtornos de ansiedade entre estudantes do ensino médio tem aumentado nos últimos anos, especialmente durante a adolescência, fase marcada por desafios acadêmicos e emocionais. Este estudo, de caráter descritivo e transversal, teve como objetivo investigar a ansiedade em alunos de um colégio particular de Caçador/SC. A amostra foi composta por 38 estudantes entre 15 e 18 anos, que responderam à Escala de Ansiedade de Beck (BAI), a um questionário sociodemográfico e a outro sobre fatores de risco e proteção. Os resultados mostraram maior incidência de sintomas ansiosos entre as meninas: 32% apresentaram ansiedade moderada e 24%, grave. Entre os meninos, 81,8% tiveram ansiedade mínima e 18,2%, leve. Assim, 56% das meninas apresentaram níveis moderado ou grave, evidenciando vulnerabilidade feminina. Conclui-se que há alta prevalência de ansiedade entre os estudantes, o que ressalta a necessidade de estratégias de promoção da saúde mental nas escolas.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescente. Saúde do estudante. Transtorno de ansiedade generalizado.

RESUMEN: La prevalencia de los trastornos de ansiedad entre los estudiantes de secundaria ha aumentado en los últimos años, especialmente durante la adolescencia, etapa marcada por desafíos académicos y emocionales. Este estudio descriptivo y transversal tuvo como objetivo investigar la ansiedad en estudiantes de una escuela privada de Caçador, Brasil. La muestra estuvo compuesta por 38 estudiantes de entre 15 y 18 años, quienes respondieron al Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), un cuestionario sociodemográfico y otro de Factores de Riesgo y Protección. Los resultados mostraron una mayor incidencia de síntomas ansiosos entre las mujeres: el 32% presentó ansiedad moderada y el 24% grave. Entre los hombres, el 81,8% mostró ansiedad mínima y el 18,2% leve. En total, el 56% de las mujeres presentó síntomas moderados o graves, evidenciando mayor vulnerabilidad femenina. Se concluye que la alta prevalencia de ansiedad resalta la necesidad de intervenciones en salud mental en el ámbito escolar.

PALABRAS CLAVE: Adolescente. Salud del estudiante. Trastorno de ansiedad generalizada.

ABSTRACT: The prevalence of anxiety disorders among high school students has increased in recent years, especially during adolescence—a stage marked by academic and emotional challenges. This descriptive and cross-sectional study aimed to investigate anxiety among students at a private school in Caçador, Brazil. The sample consisted of 38 students aged 15 to 18, who answered the Beck Anxiety Inventory (BAI), a sociodemographic questionnaire, and a Risk and Protection Factors questionnaire. Results showed a higher incidence of anxiety symptoms among female participants: 32% presented moderate anxiety and 24% severe anxiety. Among males, 81.8% showed minimal anxiety and 18.2% mild, with no moderate or severe levels. Overall, 56% of girls had moderate or severe symptoms, suggesting greater female vulnerability. The study concludes that the high prevalence of anxiety symptoms among high school students highlights the urgent need for mental health interventions within the school environment.

KEYWORDS: Teenager. Student health. Generalized anxiety disorder.

Introdução

A saúde mental dos adolescentes tem se tornado uma preocupação crescente em nível global, especialmente durante os anos de ensino médio, um período de transição crítica e desenvolvimento pessoal (WHO, 2023). O transtorno de ansiedade, caracterizado por níveis excessivos de preocupação, medo e tensão, é uma das condições de saúde mental mais prevalentes entre os jovens (Rapee *et al.*, 2023; Rask *et al.*, 2024). Estudos indicam que fatores como pressões acadêmicas, mudanças sociais e expectativas pessoais contribuem significativamente para o aumento dos níveis de ansiedade nessa faixa etária (Kleinkorres; Stang-Rabrig; McElvany, 2023). Compreender a prevalência desse transtorno entre estudantes do ensino médio é fundamental para o desenvolvimento de estratégias eficazes de apoio e prevenção (Gaylor *et al.*, 2023).

As exigências acadêmicas cada vez maiores, juntamente da pressão para alcançar excelência e definir planos futuros, podem ser esmagadoras para muitos adolescentes (Krogh; Madsen, 2024). Além disso, os relacionamentos interpessoais, tanto com colegas quanto com familiares, frequentemente se tornam fontes de estresse adicional (Gagnon; Monties, 2023). A competição por reconhecimento e a necessidade de se encaixar em determinados grupos sociais aumentam o nível de ansiedade (Ren; Zhao, 2024). O impacto das redes sociais com suas constantes comparações e expectativas irreais, também não pode ser subestimado, exacerbando ainda mais o estado emocional dos jovens (Carman, 2023).

O ambiente escolar desempenha um papel crucial na vida dos adolescentes, influenciando significativamente seu bem-estar mental (Yuen; Wu, 2024). As interações com professores e colegas, a carga de trabalho acadêmico e as atividades extracurriculares contribuem para o desenvolvimento de sentimentos de ansiedade (Jiménez-Mijangos *et al.*, 2023). As escolas precisam estar preparadas para reconhecer os sinais de ansiedade e fornecer os recursos necessários para ajudar os estudantes a gerenciar seu estresse (Jiménez-Mijangos *et al.*, 2023). A falta de suporte adequado pode levar a um desempenho acadêmico prejudicado e a problemas de saúde mental a longo prazo (Wu; Zhang, 2023).

Outro aspecto importante a ser considerado é o ambiente familiar. As expectativas dos pais, a dinâmica familiar e o apoio emocional em casa têm um impacto profundo no bem-estar mental dos adolescentes (Nygaard *et al.*, 2023; Wu; Zhang, 2023). Famílias que não oferecem um ambiente de apoio e compreensão podem involuntariamente aumentar os níveis de ansiedade dos jovens (Mc Donagh; Hennessy, 2023; Rapee *et al.*, 2023). Por outro lado, um

ambiente familiar positivo e de suporte pode atuar como um fator de proteção, ajudando os adolescentes a enfrentar as pressões da vida escolar e social (Benzi *et al.*, 2023).

A compreensão da prevalência e dos fatores associados aos transtornos de ansiedade em estudantes do ensino médio representa um desafio ainda insuficientemente explorado na literatura científica, especialmente no contexto brasileiro. Embora diversos estudos abordem a ansiedade em populações universitárias, há uma escassez significativa de pesquisas voltadas especificamente à fase da adolescência escolar, período marcado por intensas transformações biopsicossociais, pressões acadêmicas e instabilidade emocional. Essa lacuna evidencia a necessidade de investigações que considerem o ambiente escolar como espaço determinante na construção da saúde mental dos jovens, permitindo identificar fatores de risco e proteção relacionados ao contexto educacional, familiar e social.

Neste sentido, o presente estudo teve como objetivo investigar a prevalência dos transtornos de ansiedade entre estudantes do ensino médio, bem como compreender a magnitude desse fenômeno e os fatores que o influenciam. Ao combinar métodos quantitativos e qualitativos, buscou-se ampliar o entendimento sobre os padrões de manifestação da ansiedade e suas implicações no desempenho escolar, nas relações interpessoais e na qualidade de vida dos adolescentes. Espera-se que os resultados obtidos possam subsidiar a formulação de políticas públicas e estratégias pedagógicas voltadas à promoção da saúde mental no ambiente escolar, contribuindo para o desenvolvimento de práticas preventivas, programas de acolhimento psicológico e ações integradas que favoreçam o bem-estar e o equilíbrio emocional dos estudantes.

Métodos

Este estudo se caracterizou como descritivo, com delineamento transversal e uma abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 38 estudantes com idade entre 15 e 18 anos, que responderam a três questionários: Escala de Ansiedade (Escala de Ansiedade de Beck [BAI]), Questionário Sociodemográfico e Questionário de Fatores de Risco e Proteção. A coleta de dados foi realizada no Colégio de Aplicação da Uniarp, no mês de maio de 2025, após a aprovação do comitê de ética e pesquisa sob o parecer do número 7.500.416.

Os instrumentos utilizados na pesquisa foram previamente testados e validados em estudos anteriores. A BAI, desenvolvida por Beck *et al.* (1988), é amplamente reconhecida como uma ferramenta confiável e válida para mensurar a intensidade dos sintomas de ansiedade

em populações clínicas e não clínicas. No contexto brasileiro, a versão adaptada e validada por Cunha (2001), demonstrou excelentes índices de consistência interna ($\alpha = 0,92$) e validade convergente com outras medidas de ansiedade. O Questionário Sociodemográfico e o Questionário de Fatores de Risco e Proteção foram elaborados com base em modelos já utilizados em pesquisas nacionais sobre saúde mental de adolescentes (Antunes *et al.*, 2022), contemplando variáveis pessoais, familiares e escolares que influenciam o bem-estar psicológico.

Para participar do estudo foram adotados critérios específicos de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão contemplaram estudantes com idades entre 15 e 18 anos, de ambos os sexos, regularmente matriculados no ensino médio; estudantes dispostos a participar da pesquisa e responder aos questionários sobre sua saúde mental; participantes sem diagnóstico prévio de condições de saúde mental severas que pudessem interferir na avaliação dos transtornos de ansiedade, assegurando a precisão dos dados coletados; e aqueles que forneceram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, com autorização dos responsáveis no caso de menores de idade.

Foram excluídos os estudantes com diagnóstico prévio de transtornos mentais severos, como transtorno bipolar ou esquizofrenia, que pudessem comprometer a avaliação dos sintomas ansiosos; participantes em tratamento com medicamentos capazes de alterar o estado mental ou a percepção dos sintomas; alunos com dificuldades significativas de comunicação ou compreensão, como deficiências cognitivas ou neurológicas; aqueles que, embora dentro da faixa etária, não estavam matriculados na instituição; e estudantes que não forneceram o consentimento informado ou cuja autorização dos responsáveis não foi obtida.

Para os fatores psicossociais associados à saúde mental dos participantes, foram construídos dois escores compostos: escore de fatores de risco e escore de fatores de proteção. Ambos foram elaborados com base nas respostas a itens selecionados de um questionário estruturado aplicado aos participantes.

O escore de fatores de risco foi composto por itens cujas respostas indicam condições potencialmente prejudiciais à saúde mental, tais como: sono insuficiente ou de baixa qualidade, dificuldades para dormir, uso excessivo de redes sociais, sensação de pressão por responsabilidades acadêmicas, ausência de apoio emocional e não utilização de estratégias de enfrentamento (ex.: técnicas de relaxamento ou atividades físicas). Cada resposta considerada indicativa de risco recebeu 1 ponto, resultando em um escore total com variação de 0 a 8 pontos.

A classificação do escore de risco foi definida da seguinte forma: 0 a 1 ponto: risco baixo; 2 a 3 pontos: risco moderado; 4 pontos ou mais: risco alto.

Já o escore de fatores de proteção foi composto por respostas que indicam comportamentos ou contextos favoráveis à regulação emocional e ao bem-estar, como participação em atividades extracurriculares, percepção de que essas atividades reduzem o estresse, presença de rede de apoio emocional, sono de boa qualidade e uso de estratégias de enfrentamento. Cada resposta indicativa de proteção recebeu 1 ponto, com escore total variando de 0 a 6 pontos. A classificação do escore de proteção foi definida da seguinte forma: 0 a 1 ponto: proteção baixa; 2 a 3 pontos: proteção moderada; 4 pontos ou mais: proteção alta.

Essa abordagem permitiu a análise quantitativa dos fatores psicossociais dos participantes, facilitando a interpretação de sua relação com os níveis de ansiedade e outras variáveis de interesse.

Resultados

A amostra (Tabela 1) do presente estudo foi composta por adolescentes com idade média de 17 anos, sendo distribuída entre os sexos feminino ($n = 25$), masculino ($n = 11$) e a categoria *prefiro não dizer* ($n = 2$). A maioria dos participantes declarou residir com ambos os pais, especialmente entre os grupos feminino (80%) e masculino (81,8%). No entanto, observou-se também número expressivo de adolescentes que vivem apenas com a mãe, particularmente no grupo feminino (16%).

Quanto ao número de pessoas na residência, prevaleceram domicílios com até 3 pessoas entre os participantes do sexo feminino (56%) e os que preferiram não informar o sexo (62,5%). Já entre os meninos, a maioria (54%) reside em lares com 4 a 6 pessoas.

A principal fonte de trabalho fora de casa foi atribuída ao pai ($n = 6$) ou a ambos os pais ($n = 23$), destacando-se que nenhuma das famílias masculinas declarou que apenas a mãe trabalha. Notou-se que 16 meninas (64%) declararam que ambos os pais trabalham, o que pode indicar maior estabilidade socioeconômica nesse grupo.

No que tange à renda familiar, predominaram famílias com renda superior a três salários-mínimos, especialmente entre as meninas (60%) e entre os meninos (63%). Rendas mais baixas (igual ou inferior a um salário-mínimo) foram raras entre os participantes.

O acesso à escola é majoritariamente realizado por meio de transporte automotivo próprio ou familiar, sendo essa a realidade de todos os participantes do grupo feminino (100%)

e de 72% dos meninos. Apenas três participantes de cada grupo (masculino e *prefiro não dizer*) informaram deslocar-se a pé.

Sobre o tempo de permanência na escola atual, a maioria declarou estudar há mais de cinco anos, com destaque para o grupo feminino (64%) e masculino (45%).

Em relação à satisfação com a escola, a maioria dos adolescentes se declarou satisfeita (feminino: 88%; masculino: 73%), embora três participantes de cada grupo tenham manifestado insatisfação.

Em relação ao lazer diário, as atividades mais mencionadas pelas meninas foram ouvir música (28%) e academia (24%), enquanto entre os meninos predominou a prática de academia (45%). A categoria *outro* foi mencionada por 40% dos participantes que preferiram não identificar o sexo.

Por fim, ao serem questionados sobre como suas famílias se divertem, os adolescentes relataram principalmente assistir televisão (n = 15), fazer viagens (n = 18) e a categoria *outro* (n = 22), sugerindo diversidade de práticas de lazer familiares.

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica dos participantes do estudo (n = 38)

Variável	Categoria	Feminino (n=25)	Masculino (n=11)	Prefiro não dizer (n=2)	Total (n=38)
Idade (anos)	Média ± DP	17,0 ± 0,8	17,1 ± 0,9	17,0 ± 0,0	17,0 ± 0,8
Situação familiar	Ambos os pais	20 (80,0%)	9 (81,8%)	1 (50,0%)	30 (78,9%)
	Apenas mãe	4 (16,0%)	1 (9,1%)	1 (50,0%)	6 (15,8%)
	Outros arranjos	1 (4,0%)	1 (9,1%)	0 (0%)	2 (5,3%)
Número de pessoas na residência	Até 3 pessoas	14 (56,0%)	5 (45,5%)	1 (62,5%)	20 (52,6%)
	4 a 6 pessoas	11 (44,0%)	6 (54,5%)	1 (37,5%)	18 (47,4%)
Principal fonte de trabalho familiar	Pai	3 (12,0%)	3 (27,3%)	0 (0%)	6 (15,8%)
	Ambos os pais	16 (64,0%)	7 (63,6%)	0 (0%)	23 (60,5%)
	Apenas mãe	6 (24,0%)	0 (0%)	2 (100%)	8 (21,1%)
Renda familiar	≤ 1 salário-mínimo	1 (4,0%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (2,6%)
	2–3 salários-mínimos	9 (36,0%)	4 (36,4%)	1 (50,0%)	14 (36,8%)
	> 3 salários-mínimos	15 (60,0%)	7 (63,6%)	1 (50,0%)	23 (60,5%)
Forma de acesso à escola	Transporte automotivo (próprio/familiar)	25 (100%)	8 (72,7%)	0 (0%)	33 (86,8%)
	A pé	0 (0%)	3 (27,3%)	2 (100%)	5 (13,2%)
Tempo na escola atual	Até 5 anos	9 (36,0%)	6 (54,5%)	1 (50,0%)	16 (42,1%)

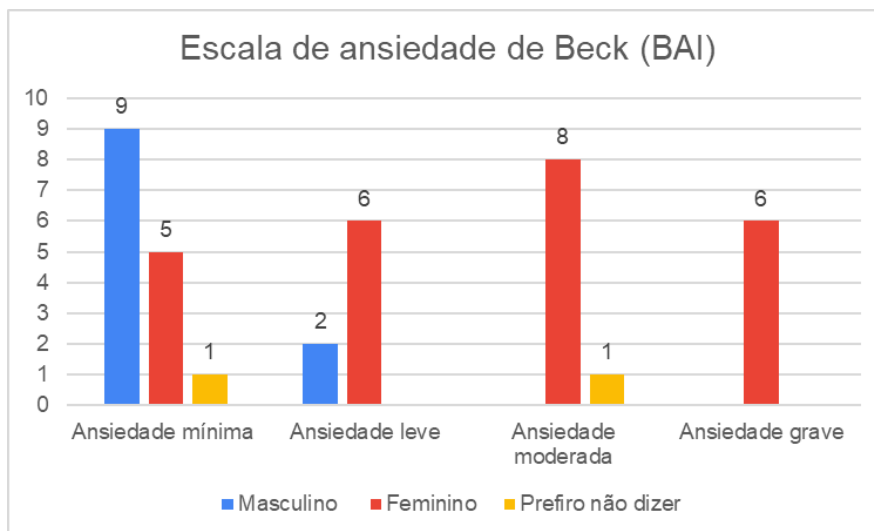
Variável	Categoria	Feminino (n=25)	Masculino (n=11)	Prefiro não dizer (n=2)	Total (n=38)
Satisfação com a escola	Mais de 5 anos	16 (64,0%)	5 (45,5%)	1 (50,0%)	22 (57,9%)
	Satisfeito	22 (88,0%)	8 (72,7%)	1 (50,0%)	31 (81,6%)
	Insatisfeito	3 (12,0%)	3 (27,3%)	1 (50,0%)	7 (18,4%)
Atividade de lazer diário	Ouvir música	7 (28,0%)	1 (9,1%)	0 (0%)	8 (21,1%)
	Academia	6 (24,0%)	5 (45,5%)	0 (0%)	11 (28,9%)
	Outro	12 (48,0%)	5 (45,5%)	2 (100%)	19 (50,0%)
Atividades familiares de lazer	Assistir TV	10 (26,3%)	4 (10,5%)	1 (2,6%)	15 (39,4%)
	Viagens	12 (31,6%)	5 (13,2%)	1 (2,6%)	18 (47,4%)
	Outros	14 (36,8%)	6 (15,8%)	2 (5,3%)	22 (57,9%)

Legenda: DP = desvio-padrão.

Fonte: Dados da pesquisa (2025).

O Gráfico 1 apresenta a distribuição dos níveis de ansiedade dos participantes, segundo os escores obtidos na BAI, estratificados por sexo. Observa-se que a ansiedade mínima foi predominante entre os participantes do sexo masculino ($n = 9$), seguida por indivíduos do sexo feminino ($n = 5$) e aqueles que preferiram não informar seu sexo ($n = 1$). A ansiedade leve foi relatada por 6 participantes do sexo feminino e por 2 do sexo masculino, não havendo registros nesse nível para a categoria *prefiro não dizer*. O nível de ansiedade moderada apresentou maior prevalência entre os indivíduos do sexo feminino ($n = 8$), com apenas 1 caso na categoria *prefiro não dizer*. A ansiedade grave foi identificada exclusivamente entre mulheres ($n = 6$), não havendo registros desse nível nos outros grupos.

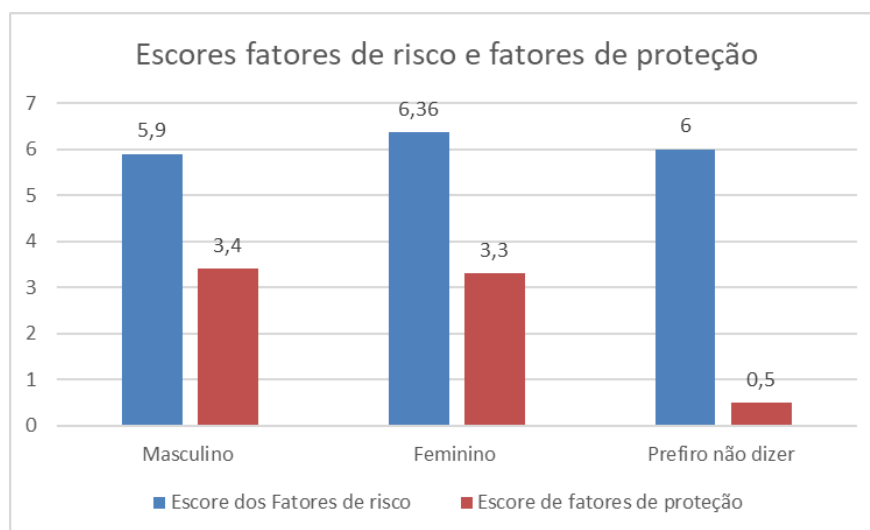
Gráfico 1 – Resultado da Escala de ansiedade de Beck (BAI)



Fonte: Autores, 2025.

Esses dados indicam uma maior concentração de sintomas ansiosos entre as participantes do sexo feminino, tanto nos níveis moderado quanto grave. Tal achado é consistente com estudos prévios que apontam maior prevalência de transtornos de ansiedade entre mulheres, possivelmente relacionados a fatores biopsicossociais e contextuais (Almeida; Brandão, 2023).

O Gráfico 2 apresenta a média dos escores compostos de fatores de risco e de proteção psicossocial, estratificados por sexo. Observa-se que, de modo geral, os três grupos apresentaram valores médios elevados de fatores de risco, com destaque para o grupo feminino, que obteve a média mais alta (6,36), seguido pelos participantes que preferiram não declarar o sexo (6,0) e pelo grupo masculino (5,9).

Gráfico 2 – Escores dos fatores de risco e fatores de proteção

Fonte: Autores, 2025.

No que se refere aos fatores de proteção, os escores médios foram consideravelmente mais baixos em comparação aos escores de risco. Os participantes do sexo masculino e feminino apresentaram médias semelhantes (3,4 e 3,3, respectivamente), o que sugere a presença moderada de comportamentos e condições protetivas nos dois grupos. No entanto, destaca-se a baixa média de proteção entre os indivíduos que preferiram não informar o sexo (0,5), o que pode indicar uma maior vulnerabilidade psicossocial nesse subgrupo.

Esses achados refletem a literatura, que aponta uma maior prevalência de sintomas ansiosos entre adolescentes do sexo feminino, associados a fatores biopsicossociais e contextos de maior exposição emocional (Lehmkuhl; Arakawa-Belaunde, 2021). Além disso, a presença de múltiplos fatores de risco combinada à escassez de fatores protetivos pode estar relacionada a um aumento na vulnerabilidade psicológica, afetando negativamente o bem-estar e a capacidade de enfrentamento dos adolescentes (Wandersman *et al.*, 2008).

Diante disso, os dados reforçam a necessidade de intervenções preventivas com foco no fortalecimento dos fatores de proteção, como o suporte social, a educação emocional e a promoção de práticas saudáveis, especialmente entre adolescentes que demonstram múltiplas exposições ao estresse. Também se evidencia a importância de acolher e observar subgrupos com menor visibilidade, como aqueles que não se identificam nas categorias tradicionais de gênero, que podem estar ainda mais vulneráveis por carência de redes de apoio e estratégias de enfrentamento adequadas.

Discussão

Os resultados obtidos nesta pesquisa sobre a prevalência de transtornos de ansiedade em estudantes do ensino médio revelam um cenário preocupante e coerente com estudos recentes realizados em diferentes regiões do Brasil e do mundo. Diversas investigações apontam que a ansiedade tem se tornado uma das principais queixas entre adolescentes, especialmente em contextos escolares, onde há forte exigência de desempenho e adaptação social (Alves; Figueiredo; Vagos, 2022; Fonseca-Pedrero *et al.*, 2023; Shamionov *et al.*, 2021).

A adolescência, por si só, é um período marcado por intensas transformações físicas, cognitivas e emocionais (Mastorci *et al.*, 2024; Uktamovna, 2025). Quando somadas às pressões relacionadas à escolha profissional, competitividade acadêmica e uso constante de tecnologias digitais, essas mudanças podem potencializar a vulnerabilidade psíquica dos estudantes (Pattar *et al.*, 2024; Qi; Yang, 2024). Nessa perspectiva, a escola torna-se um espaço essencial não apenas para o desenvolvimento intelectual, mas também para o fortalecimento emocional e social.

No caso específico de instituições privadas, o presente estudo contribui para preencher uma lacuna importante na literatura brasileira, que ainda é mais voltada a investigações em escolas públicas. Observou-se que a pressão por resultados, tanto acadêmicos quanto comportamentais, pode intensificar sentimentos de inadequação e medo do fracasso, elementos já apontados por Chen *et al.* (2022) e Valdés (2023) como preditores significativos de ansiedade. Pesquisas de Gedda-Muñoz *et al.* (2023) e Wuthrich *et al.* (2021) corroboram esse achado, indicando que contextos educacionais altamente competitivos tendem a aumentar os níveis de estresse e ansiedade entre jovens em fase pré-universitária. Dessa forma, este estudo contribui ao trazer dados atualizados sobre uma população ainda pouco explorada, permitindo comparações futuras e oferecendo dados concretos para intervenções mais direcionadas no âmbito escolar.

Outro ponto relevante é o impacto das relações interpessoais no ambiente escolar. Conflitos entre colegas, bullying, isolamento social e dificuldade de pertencimento podem acentuar o sofrimento psíquico (Arslan; Allen, 2021; Healy; Scott; Thomas, 2024). Além disso, o uso excessivo de redes sociais — amplamente presente nessa faixa etária — tende a intensificar a comparação social e a busca por aprovação, fatores diretamente associados à ansiedade (Tian; Li; Zhang, 2024; Yang *et al.*, 2025).

Os dados também sugerem que o suporte familiar e a presença de práticas educativas que valorizem o diálogo e a empatia são determinantes na proteção emocional dos adolescentes

(Barragán Martín *et al.*, 2021; Omar; Jodi, 2024). Famílias que promovem um diálogo aberto e demonstram compreensão em relação aos desafios e pressões enfrentados pelos filhos, contribuem significativamente para o fortalecimento emocional desses adolescentes, destacando a necessidade de integrar o núcleo familiar nas estratégias de prevenção e intervenção voltadas à saúde mental.

É importante ressaltar que a escola possui papel estratégico na promoção da saúde mental (Santre, 2022; Wiedermann *et al.*, 2023). A implementação de programas de educação emocional, acompanhamento psicopedagógico e ações preventivas pode auxiliar na identificação precoce dos sintomas ansiosos e evitar a cronificação do quadro (Guerrero *et al.*, 2022). Estudos de Courbet *et al.* (2024) e Siffredi *et al.* (2021) destacam que intervenções escolares baseadas em *mindfulness*, grupos de apoio e oficinas de habilidades socioemocionais têm demonstrado resultados positivos na redução dos níveis de ansiedade.

A discussão evidencia que os transtornos de ansiedade entre adolescentes configuram um fenômeno crescente e multifatorial, demandando intervenções interdisciplinares e ações contínuas de prevenção. O enfrentamento desse problema requer o envolvimento conjunto de educadores, profissionais da saúde e famílias, com o propósito de promover ambientes escolares mais acolhedores e emocionalmente saudáveis.

Contudo é essencial reconhecer as limitações metodológicas deste trabalho. O tamanho reduzido da amostra e a restrição geográfica da coleta — concentrada em uma única instituição privada da cidade de Caçador — limitam a generalização dos resultados para outros contextos e populações. Além disso, o delineamento transversal impossibilita o estabelecimento de relações causais entre os fatores estudados e a presença de sintomas ansiosos. Apesar dessas limitações, os dados obtidos representam um ponto de partida valioso para investigações futuras, podendo subsidiar estudos multicêntricos com amostras mais amplas e representativas.

A contribuição deste estudo reside em oferecer uma análise detalhada e atual da prevalência e dos fatores associados à ansiedade em estudantes do ensino médio de uma escola particular — um público ainda pouco explorado na literatura científica nacional. Ao evidenciar as relações entre contexto escolar, estrutura familiar e sintomas de ansiedade, os achados reforçam a urgência de estratégias interdisciplinares e políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental na adolescência. Assim, o trabalho não apenas amplia o corpo de evidências científicas sobre o tema, mas também aponta caminhos concretos para a construção de ambientes educacionais mais acolhedores, empáticos e emocionalmente sustentáveis.

Considerações finais

A presente pesquisa teve como objetivo investigar a prevalência do transtorno de ansiedade entre estudantes do ensino médio e a extensão desse problema, identificando os principais fatores de risco e os sintomas predominantes, contribuindo para a compreensão da saúde mental no contexto escolar. Os resultados apontaram uma incidência significativa de sintomas ansiosos nessa população, o que reforça a relevância de se discutir a temática no âmbito educacional e de saúde pública.

Observou-se que fatores como pressão acadêmica, expectativas familiares, desafios sociais e a fase de transição para a vida adulta podem atuar como gatilhos ou agravantes para o desenvolvimento de quadros ansiosos. Esses achados evidenciam a necessidade de estratégias de prevenção e intervenção voltadas à promoção do bem-estar psicológico dos estudantes, incluindo ações integradas entre escola, família e profissionais da saúde mental.

É essencial que as instituições de ensino invistam em programas de acolhimento emocional, rodas de conversa, acompanhamento psicopedagógico e capacitação de docentes para identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico. A criação de espaços seguros para escuta e diálogo também se mostra estratégica, contribuindo para reduzir o estigma associado às questões de saúde mental e fortalecer o suporte emocional dos adolescentes.

Por fim, destaca-se que a ansiedade entre adolescentes se configura como um fenômeno multifatorial e crescente, que demanda atenção contínua e abordagem interdisciplinar. Espera-se que os achados deste estudo incentivem novas pesquisas locais e regionais, ampliando o conhecimento sobre o tema e fornecendo subsídios para políticas educacionais e de saúde voltadas à prevenção, promoção da saúde mental e melhoria da qualidade de vida dos jovens.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Tiago Henrique Fontenele de; BRANDÃO, Marcia Brazão e Silva. Níveis de ansiedade entre adolescentes no cotidiano escolar: estratégias institucionais de combate à ansiedade para estudantes dos cursos técnicos integrado ao ensino médio do IFRR. **Revista FT**, v. 1, n. 2, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.10440196.
- ALVES, Francisca; FIGUEIREDO, Diana Vieira; VAGOS, Paula. The prevalence of adolescent social fears and social anxiety disorder in school contexts. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 19, e12458, 2022. DOI: 10.3390/ijerph191912458.
- ANTUNES, Juliana Teixeira; DUMONT-PENA, Érica; DA SILVA, Alanna Gomes; DOS SANTOS MOUTINHO, Cristiane; VIEIRA, Maria Lucia França Pontes; MALTA, Deborah Carvalho. A saúde mental dos adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 26, 2022. DOI: 10.35699/2316-9389.2022.38984.
- ARSLAN, Gökmen; ALLEN, Kelly-Ann. School victimization, school belongingness, psychological well-being, and emotional problems in adolescents. **Child Indicators Research**, v. 14, n. 4, p. 1501–1517, 2021. DOI: 10.1007/s12187-021-09813-4.
- BARRAGÁN MARTÍN, Ana Belén; MOLERO JURADO, María del Mar; PÉREZ-FUENTES, María del Carmen; OROPESA RUIZ, Nieves Fátima; MARTOS MARTÍNEZ, África; SIMÓN MÁRQUEZ, María del Mar; GÁZQUEZ LINARES, José Jesús. Interpersonal Support, Emotional Intelligence and Family Function in Adolescence. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 10, p. 5145, 2021. DOI: 10.3390/ijerph18105145.
- BECK, Aaron T.; EPSTEIN, Norman; BROWN, Gary; STEER, Robert A. An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. **Journal of consulting and clinical psychology**, v. 56, n. 6, p. 893, 1988. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1989-10559-001>. Acesso em: 3 nov. 2025.
- BENZI, Ilaria Maria Antonietta; GALLUS, Silvano; SANTORO, Eugenio; BARONE, Lavinia; CAVALLO, Franco; COPPOLA, Liliana; CELATA, Corrado; DELLE FAVE, Antonella; NIGRIS, Elisabetta; VECCHIO, Luca; TERRANEO, Marco; TOGNETTI, Mara; BARONE, Lavinia; salvatore, Silvia; CAPOLONGO, Stefano; MARTA, Elena; LOZZA, Edoardo; TORBICA, Aleksandra; RUSSO, Vincenzo; GALLUS, Silvano, SANTORO, Eugenio; CROTTOGINI, Lucia; LOBASCIO, Claudia; VENERUSO, Mariacira; GELMI, Giusi; SCUFFI, Chiara; VELASCO, Veronica; ROCCA, Giuliana; GHIDINI, Paola; PEREGO, Ornella; PACCHETTI, Raffaele; BELLESI, Maria Stefania; MAGGI, Silvia; NICHETTI, Elena; GIANNELLINI, Antonella; DI COSIMO, Federica; VENERUSO, Mariacira; MONTANI, Davide; GHISLANZONI, Marina; TORRI, Carla; SCARPANTI, Elena; STAMPINI, Laura; SCAGLIONE, Cosimo; SACCHI, Angela; CASALINI, Marcella. Linda Psychosocial determinants of sleep difficulties in adolescence: the role of perceived support from family, peers, and school in an Italian HBSC sample. **European Journal of Pediatrics**, v. 182, n. 6, p. 2625–2634, 2023. Disponível em: <https://link.springer.com/10.1007/s00431-023-04934-0>. Acesso em: 3 nov. 2025.
- CARMAN, Alyssa. **The effects of social media on body image**. Long Beach: California

State University, 2023.

CHEN, Gaoyu; OUBIBI, Mohamed; LIANG, Anni; ZHOU, Yueliang. Parents' educational anxiety under the "double reduction" policy based on the family and students' personal factors. **Psychology Research and Behavior Management**, v. 15, p. 2067–2082, 2022. DOI: 10.2147/PRBM.S370339.

COURBET, Ophélie; DAVIOT, Quentin; KALAMARIDES, Victoire; HABIB, Marianne; VILLEMONTAIX, Thomas. Promoting psychological well-being in preschoolers through mindfulness-based socio-emotional learning: a randomized-controlled trial. **Research on Child and Adolescent Psychopathology**, v. 52, n. 10, p. 1487–1502, 2024. DOI: 10.1007/s10802-024-01220-x.

CUNHA, Jurema Alcides. **Manual da versão em português das Escalas de Beck**. São Paulo: [s.n.], 2001.

FONSECA-PEDRERO, Eduardo; PÉREZ-ALBÉNIZ, Alicia; AL-HALABÍ, Susana; LUCAS-MOLINA, Beatriz; ORTUÑO-SIERRA, Javier; DÍEZ-GÓMEZ, Adriana; PÉREZ-SÁENZ, Julia; INCHAUSTI, Félix; VALERO GARCÍA, Ana V.; GUTIÉRREZ GARCÍA, Andrea; ARITIO SOLANA, Rebeca; RÓDENAS-PEREA, Gabriel; DE VICENTE CLEMENTE, María P.; CIARRETA LÓPEZ, Ana; DEBBANÉ, Martin. PSICE Project protocol: evaluation of the unified protocol for transdiagnostic treatment for adolescents with emotional symptoms in school settings. **Clínica y Salud**, v. 34, n. 1, p. 15–22, 2023. DOI: 10.5093/clysa2023a3.

GAGNON, Stéphanie; MONTIES, Vanessa. Interpersonal emotion regulation strategies: Enabling flexibility in high-stress work environments. **Journal of Organizational Behavior**, v. 44, n. 1, p. 84–101, 2023. DOI: 10.1002/job.2660.

GAYLOR, Elizabeth M; KRAUSE, Kathleen H.; WELDER, Laura E.; COOPER, Adina C.; ASHLEY, Carmen; MACK, Karin A.; CROSBY, Alexander E.; TRINH, Eva; IVEY-STEPHENSON, Asha Z.; WHITTLE, Lisa. Suicidal thoughts and behaviors among high school students — youth risk behavior survey, United States, 2021. **MMWR Supplements**, v. 72, n. 1, p. 45–54, 2023. Disponível em: http://www.cdc.gov/mmwr/volumes/72/su/su7201a6.htm?s_cid=su7201a6_w. Acesso em: 29 out. 2025.

GEDDA-MUÑOZ, Relmu; FUENTEZ CAMPOS, Álvaro; VALENZUELA SAKUDA, Alfonso; RETAMAL TORRES, Iván; CRUZ FUENTES, Matías; BADICU, Georgian; HERRERA-VALENZUELA, Tomás; VALDÉS-BADILLA, Pablo. Factors associated with anxiety, depression, and stress levels in high school students. **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, v. 13, n. 9, p. 1776–1786, 2023. DOI: 10.3390/ejihpe13090129.

GUERRERO, Jacqueline Aracely Arteaga; MOREIRA, José Atilio Murillo; ZAMBRANO, María José Zambrano; BRIONES, Marcelo Fabián Barcia; QUIJIJE, Nelly Karina Arteaga. Psychopedagogy and its contribution to the emotional state of students. **International research journal of management, IT and social sciences**, v. 9, n. 3, p. 365–374, 2022. DOI: 10.21744/irjmis.v9n3.2087.

HEALY, Karyn L.; SCOTT, James G.; THOMAS, Hannah J. The protective role of

supportive relationships in mitigating bullying victimization and psychological distress in adolescents. **Journal of Child and Family Studies**, v. 33, n. 10, p. 3211–3228, 2024. DOI: 10.1007/s10826-024-02891-2.

JIMÉNEZ-MIJANGOS, Laura P.; RODRÍGUEZ-ARCE, Jorge; MARTÍNEZ-MÉNDEZ, Rigoberto; REYES-LAGOS, José Javier . Advances and challenges in the detection of academic stress and anxiety in the classroom: a literature review and recommendations. **Education and Information Technologies**, v. 28, n. 4, p. 3637–3666, 2023. DOI: 10.1007/s10639-022-11324-w.

KLEINKORRES, Ruben; STANG-RABRIG, Justine; MCELVANY, Nele. Comparing parental and school pressure in terms of their relations with students' well-being. **Learning and individual differences**, v. 104, e 102288, 2023. DOI: 10.1016/j.lindif.2023.102288.

KROGH, Søren Christian; MADSEN, Ole Jacob. Dissecting the achievement generation: how different groups of early adolescents experience and navigate contemporary achievement demands. **Journal of Youth Studies**, v. 27, n. 5, p. 706–722, 2024. DOI: 10.1080/13676261.2022.2162812.

LEHMKUHL, Larissa; ARAKAWA-BELAUNDE, Aline. Fatores de risco e proteção para a saúde mental na adolescência em cidades pequenas. **Revista Brasileira Multidisciplinar**, v. 24, n. 3, p. 155–177, 2021. DOI: 10.25061/2527-2675/ReBraM/2021.v24i3.1161.

MASTORCI, Francesca; LAZZERI, Maria Francesca Lodovica; VASSALLE, Cristina; PINGITORE, Alessandro . The transition from childhood to adolescence: between health and vulnerability. **Children**, v. 11, n. 8, p. 989, 2024. DOI: 10.3390/children11080989.

MC DONAGH, Cal; HENNESSY, Eilis. 'It's nothing serious I suppose' family help-seeking for adolescent social anxiety. **Journal of Family Issues**, v. 44, n. 10, p. 2708–2729, 2023. DOI: 10.1177/0192513X221106736.

NYGAARD, Malena A.; ORMISTON, Heather E.; HECK, Olivia C.; APGAR, Sophia; WOOD, Maureen . Educator perspectives on mental health supports at the primary level. **Early Childhood Education Journal**, v. 51, n. 5, p. 851–861, 2023. DOI: 10.1007/s10643-022-01346-x .

OMAR, Rosmaria; JODI, Khairul Hamimah Mohammad. Teaching empathy: harnessing the partnerships of parents and teachers for moral growth. **ANP Journal of Social Science and Humanities**, v. 5, n. 2, p. 17–22, 2024. DOI: 10.53797/anp.jssh.v5i2.3.2024.

PATTAR, Maansi; HEMASHREE, N.; ABHYANKAR, Sunidhi; KACHHI, Zidan. The fine-line: balancing academic pressure and personal development. *In: Nurturing student well-being in the modern world*, p. 307–324, 2024. DOI: 10.4018/979-8-3693-1455-5.ch012.

QI, Chunlin; YANG, Nanchang. Digital resilience and technological stress in adolescents: a mixed-methods study of factors and interventions. **Education and Information Technologies**, v. 29, n. 14, p. 19067–19113, 2024. DOI: 10.1007/s10639-024-12595-1.

RAPEE, Ronald M.; CRESWELL, Cathy; KENDALL, Philip C.; PINE, Daniel S.; WATERS, Allison M . Anxiety disorders in children and adolescents: a summary and overview of the literature. **Behaviour Research and Therapy**, v. 168, e104376, 2023. DOI:

10.1016/j.brat.2023.104376.

RASK, Charlotte Ulrikka; DUHOLM, Charlotte Steen; POULSEN, Cecilie Müller; RIMVALL, Martin Køster; WRIGHT, Kristi D. Annual research review: health anxiety in children and adolescents—developmental aspects and cross-generational influences. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, v. 65, n. 4, p. 413–430, 2024. Disponível em: <https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jcpp.13912>. Acesso em: 29 out. 2025.

REN, Ping; ZHAO, Zhiqiang. Parental recognition of double reduction policy, family economic status and educational anxiety: exploring the mediating influence of educational technology substitutive resource. **Economics & Management Information**, v. 3, n. 1, p. 1–12, 2024. DOI: 10.58195/emi.v3i1.145.

SANTRE, Siriporn. Mental health promotion in adolescents. **Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health**, v. 18, n. 2, p. 122–127, 2022. DOI: 10.1177/09731342221120709.

SHAMIONOV, Rail M.; GRIGORYEVA, Marina V.; SOZONNIK, Aleksey V.; GRININA, Elena S. The role of junior adolescents' school well-being/ill-being characteristics in school anxiety variations. **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, v. 11, n. 3, p. 878–893, 2021. DOI: 10.3390/ejihpe11030065.

SIFFREDI, Vanessa; LIVERANI, Maria Chiara; SMITH, Mariana Magnus; MESKALDJI, Djalel Eddine; STUCKELBERGER-GROBÉTY, Françoise; FREITAS, Lorena G.A.; DE ALBUQUERQUE, Jiske; SAVIGNY, Emilie; GIMBERT, Fanny; HÜPPI, Petra Susan; MERGLEN, Arnaud; BORRADORI TOLSA, Cristina; LEUCHTER, Russia Hà-Vinh. Improving executive, behavioural and socio-emotional competences in very preterm young adolescents through a mindfulness-based intervention: study protocol and feasibility. **Early Human Development**, v. 161, e105435, 2021. DOI: 10.1016/j.earlhumdev.2021.105435.

TIAN, Jinrui; LI, Boxuan; ZHANG, Ronghua. The impact of upward social comparison on social media on appearance anxiety: a moderated mediation model. **Behavioral Sciences**, v. 15, n. 1, p. 8, 2024. DOI: 10.3390/bs15010008.

UKTAMOVNA, Rakhimova Zarina. The transformative journey of adolescence: a study of the physical, cognitive, emotional, and social changes during the teenage years. **Spanish Journal of Innovation and Integrity**, v. 39, p. 169–172, 2025. DOI: 10.5281/zenodo.14960960.

VALDÉS, Manuel T. Understanding the stickiness in high-SES students' educational expectations: the role of private schools. **Rationality and Society**, v. 35, n. 1, p. 110–136, 2023. DOI: [10.1177/10434631221142266](https://doi.org/10.1177/10434631221142266).

WANDERSMAN, Abraham; DUFFY, Jennifer; FLASPOHLER, Paul; NOONAN, Rita; LUBELL, Keri; STILLMAN, Lindsey; BLACHMAN, Morris; DUNVILLE, Richard; SAUL, Janet. Bridging the gap between prevention research and practice: the interactive systems framework for dissemination and implementation. **American Journal of Community Psychology**, v. 41, n. 3–4, p. 171–181, 2008. DOI: 10.1007/s10464-008-9174-z.

WHO. **Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!): guidance to support country implementation**. Seconded. Geneva: World Health Organization, 2023.

Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=VDAJEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR6&dq=Adolescent+mental+health+has+become+a+growing+concern+globally,+especially+during+the+high+school+years,+a+period+of+critical+transition+and+personal+development.&ots=nPHwczUH>. Acesso em: 29 out. 2025.

WIEDERMANN, Christian J.; BARBIERI, Verena; PLAGG, Barbara; MARINO, Pasqualina; PICCOLIORI, Giuliano; ENGL, Adolf . Fortifying the foundations: a comprehensive approach to enhancing mental health support in educational policies amidst crises. **Healthcare**, v. 11, n. 10, p. 1423, 2023. DOI: 10.3390/healthcare11101423.

WU, Yuxiao; ZHANG, Fan. The health cost of attending higher-achievement schools: peer effects on adolescents' academic performance and mental health. *In*: GUO, Dandan. (org.). **The frontier of education reform and development in china: articles from educational research**. 1. ed. [S. l.]: Springer, 2023. p. 211–240. Disponível em: https://link.springer.com/10.1007/978-981-19-6355-1_12. Acesso em: 27 out. 2025.

WUTHRICH, Viviana M.; BELCHER, Jessica; KILBY, Chris; JAGIELLO, Tess; LOWE, Catherine . Tracking stress, depression, and anxiety across the final year of secondary school: A longitudinal study. **Journal of School Psychology**, v. 88, p. 18–30, 2021. DOI: 10.1016/j.jsp.2021.07.004.

YANG, Qing; QIU, Xinhui; WANG, Yicheng; LV, Miao . The anxiety spiral: reciprocal reinforcement between uncertainty intolerance and social comparison on social networking sites. **Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace**, v. 19, n. 3, 2025. DOI: 10.5817/CP2025-3-3.

YUEN, Mantak; WU, Lijian. Relationship between school connectedness and psychological well-being in adolescents: a meta-analysis. **Current Psychology**, v. 43, n. 12, p. 10590–10605, 2024. Disponível em: <https://link.springer.com/10.1007/s12144-023-05164-1>. Acesso em: 01 nov. 2025.

CRediT Author Statement

- ☐ **Reconhecimentos:** Agradecemos ao Fundo de Apoio a Pesquisa (FAP) e a UNIARP pelo apoio para essa pesquisa.
 - ☐ **Financiamento:** Próprio.
 - ☐ **Conflitos de interesse:** Não há conflitos de interesse.
 - ☐ **Aprovação ética:** O trabalho foi aprovado pelo comitê de ética do Centro Universitário FACVEST. Número do Parecer: 7.500.416, CAAE: 87616625.8.0000.5616.
 - ☐ **Disponibilidade de dados e material:** Os dados e materiais utilizados no trabalho estão disponíveis para acesso.
 - ☐ **Contribuições dos autores:** Cristianne Confessor Castilho Lopes: Escreveu a parte teórica, analisou os dados e a correção final do trabalho. Maria Eduarda Castilho Lopes: Escreveu a parte teórica e coleta dos dados. Lucas Castilho Lopes: Realizou a análise estatística, editorou o artigo e fez a correção final. Fábio Herget Pitanga: Fez contribuições ao corpo teórico do artigo e sugestão na apresentação dos dados. Eduardo Barbosa Lopes: Fez contribuições ao corpo teórico do artigo e escreveu a parte teórica. Larissa Silva Guimaraes: Fez contribuições à parte metodológica e a correção final do trabalho.
-

Processamento e editoração: Editora Ibero-Americana de Educação
Revisão, formatação, normalização e tradução

