

# Eventos estressores e fatores associados em estudantes ingressantes de uma universidade pública no sul do Brasil<sup>1</sup>

## *Stressful events and associated factors in new college students at a public university in southern Brazil*

Fabiane Neitzke Höfs<sup>1</sup> , Ana Paula Gomes<sup>1</sup> , Helen Gonçalves<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas (UFPel) - Pelotas (RS), Brasil.

Como citar: Höfs FN, Gomes AP, Gonçalves H. Eventos estressores e fatores associados em estudantes ingressantes de uma universidade pública no sul do Brasil. Cad Saúde Colet, 2024;32(4):e32020074. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202432040074>

### Resumo

**Introdução:** O estresse é a sensação de desconforto ou opressão causada pela reação do indivíduo a eventos estressores, que podem ser internos ou externos, variando conforme a percepção e a capacidade de enfrentamento de cada pessoa. **Objetivo:** Identificar a prevalência e os fatores associados a eventos estressores em universitários. **Métodos:** Estudo transversal, com 1.842 estudantes universitários ingressantes, da cidade de Pelotas-RS. A ocorrência dos eventos estressores foi avaliada por meio de um escore. As variáveis independentes foram: sexo, identidade de gênero, orientação sexual, idade, cor da pele, situação conjugal, escolaridade materna, classe socioeconômica, situação ocupacional, local de origem, coabitação, local da moradia e consumo de tabaco, bebida alcoólica e drogas. **Resultados:** A prevalência geral de eventos estressores na amostra foi alta (95,3%). Os eventos mais prevalentes foram: sentir-se muito ansioso pela sobrecarga da graduação (83,8%) e pela pressão para ter bom desempenho acadêmico (65,0%). Os fatores associados foram: (a) mulheres: ter entre 18 a 22 anos, ser homossexual/bissexual e ser proveniente de outras cidades do estado ou de outro estado/país; (b) homens: ser homossexual/bissexual, ser proveniente de outro estado/país e consumir bebida alcoólica semanalmente. **Conclusão:** A elevada prevalência de eventos estressores demonstra que maior atenção deve ser direcionada à saúde mental da população universitária.

**Palavras-chave:** estudos transversais; epidemiologia; estresse psicológico; acontecimentos que mudam a vida; prevalência.

### Abstract

**Background:** Stress is the feeling of discomfort or oppression caused by an individual's reaction to stressors, which can be internal or external, varying according to the person's perception and coping ability. **Objective:** To evaluate the prevalence and associated factors related to the intensity of stressful events in college students. **Methods:** A cross-sectional study with 1,842 new college students of Pelotas, RS. The prevalence of stressful events was evaluated using a score. Exposure variables were sex, gender identity, sexual orientation, age, skin color, marital status, maternal schooling, socioeconomic class, occupation, place of origin, cohabitation, place of residence, tobacco, alcohol, and drug use. **Results:** The overall prevalence of stressful events in the sample was high (95.3%). The most prevalent stressful events



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Correspondência: Fabiane Neitzke Höfs. E-mail: [fabianehofs.ufpel@gmail.com](mailto:fabianehofs.ufpel@gmail.com)

Fonte de financiamento: O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

Conflito de interesses: nada a declarar.

Recebido em: Mar. 26, 2020. Aprovado em: Maio 24, 2022

<sup>1</sup> Trabalho acadêmico: Este artigo é fruto da dissertação de mestrado em Epidemiologia, da Universidade Federal de Pelotas, intitulada: "Eventos estressores em universitários ingressantes de uma instituição pública do Sul do Brasil", de autoria de Fabiane Neitzke Höfs, defendida em 2018.

were feeling very anxious about graduation overload (83,8%) and pressure to perform well (65,0%). The associated factors were: (a) women: age 18 to 22, be homosexual/bisexual, and be from other cities of the state or other state/country; (b) men: being homosexual/bisexual, coming from another state/country, and alcohol consumption at least two to three times a week. **Conclusion:** The high prevalence of stressful events indicates that greater attention should be directed to the mental health of college students.

**Keywords:** cross-sectional studies; epidemiology; stress, psychological; life change events; prevalence.

## INTRODUÇÃO

O termo *estresse* descreve o sentimento de opressão, desconforto ou adversidade vivenciado quando o indivíduo entra em contato com um – ou mais de um – agente capaz de proporcionar uma instabilidade no seu equilíbrio<sup>1,2</sup>, conhecido como evento de vida estressor. Os eventos estressores podem ter origem interna, decorrentes do modo como o indivíduo percebe o mundo e consegue lidar com suas emoções, ou externa, provocados por diferentes acontecimentos de vida, como dificuldade econômica, problemas de/no relacionamento e pressões institucionais (trabalho, escola)<sup>3,4</sup>. A resposta a um mesmo evento estressor pode variar de pessoa para pessoa e do momento em que ocorre, pois a percepção do estímulo pelo indivíduo, de sua avaliação sobre a situação estressante e de sua capacidade resolutive ou de enfrentamento é que poderá gerar certa desorganização que conduz ao estresse<sup>4</sup>.

Entre as diversas situações de vida que podem ser estressoras, estão as demandas e imposições decorrentes do ingresso no ensino superior<sup>5</sup>. Universitários ingressantes estão, em sua maioria, em processo de transição da adolescência para a idade adulta, experimentando, portanto, mudanças importantes e concomitantes de vida<sup>6</sup>. Situações características dessas experiências podem se configurar como eventos estressores relevantes, influenciando na capacidade de adaptação/compreensão frente às questões acadêmicas e, conseqüentemente, na qualidade de vida<sup>7</sup>. Os eventos estressores mais prevalentes entre universitários, em estudos internacionais, são mudança de cidade ou casa, exigências de maior autonomia e bom desempenho, e conciliação de afazeres acadêmicos com os demais<sup>8,9</sup>. No Brasil, poucos estudos investigaram a ocorrência de eventos estressores na população universitária e aqueles que o fizeram limitaram-se a estudantes de cursos específicos<sup>10-12</sup>. Os mais importantes eventos estressores reportados por essa literatura foram: falta de tempo de lazer<sup>11,13-16</sup>; problemas financeiros<sup>17,18</sup>; preocupação, ansiedade e tensão frente à sobrecarga de trabalhos acadêmicos<sup>11,12,19</sup>; falta de suporte da rede social mais próxima<sup>11,19</sup>; discriminação<sup>15</sup>; pressão para um bom desempenho acadêmico<sup>10,14,19-21</sup>; conflito na relação professor-aluno<sup>13,19</sup>; mudanças de hábitos de vida<sup>13,14</sup>; agressão física e/ou verbal no meio universitário<sup>20</sup>, e decepção com o ensino superior<sup>10,19,20</sup>. Os fatores associados à ocorrência desses eventos na população universitária foram pouco explorados por pesquisadores<sup>13-15,17-22</sup>.

No Brasil, na época em que o ingresso nas instituições de ensino superior tem aumentado o acesso e a migração de jovens de diferentes situações socioeconômicas, culturais e locais do País, a identificação de eventos estressores em universitários poderá ajudar a alertar as instituições de ensino e auxiliar na adoção de medidas a fim de prevenir a evolução para maiores complicadores à saúde desses indivíduos. Portanto, o objetivo deste estudo é identificar a prevalência e os fatores associados à ocorrência de eventos estressores em universitários.

## MÉTODOS

Realizou-se um estudo transversal com os alunos ingressantes no primeiro semestre letivo de 2017 (2017-1) e matriculados no segundo semestre do mesmo ano (2017-2), com 18 ou mais anos de idade, cursando um dos 80 cursos de graduação presenciais da Universidade Federal de Pelotas (UFPel). A coleta de dados foi conduzida no segundo semestre de 2017 por estudantes de mestrado do Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, na modalidade de consórcio, descrita detalhadamente em outra população<sup>23</sup>. O estudo buscou avaliar distintos aspectos da vida e da saúde dos universitários.

A coleta de dados foi realizada entre 6 de novembro de 2017 e 13 de julho de 2018. Todos os ingressantes de 2017-1 que estavam matriculados em 2017-2 foram continuamente procurados em disciplinas que, inicialmente, condensavam o maior número de alunos elegíveis. Posteriormente, aqueles faltantes nos momentos de aplicação do instrumento, foram procurados em diferentes dias e, se necessário, em outras disciplinas do curso por pelo menos três vezes. Os estudantes responderam ao questionário autoaplicado em sala de aula, usando *tablets*. O instrumento, inserido no sistema REDCap (*Research Electronic Data Capture*)<sup>24</sup>, permitiu o autopreenchimento e a pronta exportação dos dados.

Para avaliar a prevalência de eventos estressores, foi elaborado um questionário com base naqueles mais relevantes ao contexto universitário, conforme a literatura nacional<sup>10-12</sup> e internacional<sup>13-22</sup>. Os eventos estressores investigados, abrangendo os últimos 12 meses anteriores à entrevista, foram: falta de tempo de lazer; problemas financeiros; preocupação, ansiedade e tensão frente à sobrecarga de trabalhos acadêmicos; falta de suporte da rede social mais próxima; discriminação; pressão para um bom desempenho acadêmico; conflito na relação professor-aluno; mudanças de hábitos de vida; agressão física e/ou verbal no meio universitário, e decepção com o ensino superior. Para cada evento, foi avaliado se, quando este ocorreu, afetou o investigado, através das seguintes opções de resposta: não aconteceu; aconteceu, mas não afetou; aconteceu e afetou pouco; aconteceu e afetou mais ou menos; aconteceu e afetou muito. Para avaliar a ocorrência de eventos estressores, foi construído um escore. O escore considerou a seguinte pontuação: 0= não aconteceu e/ou aconteceu, mas não afetou; 1= aconteceu e me afetou pouco; 2= aconteceu e me afetou mais ou menos, e 3= aconteceu e me afetou muito. Para cada evento, a pontuação variou de zero a três pontos e o escore total de zero até 30 pontos. A pontuação do escore total foi dividida em tercís, sendo o terceiro tercil, o de mais alta pontuação, indicativo de maior ocorrência de eventos estressores.

As variáveis independentes analisadas foram: sexo (masculino, feminino); identidade de gênero (homem, mulher, homem e mulher, nenhum); orientação sexual (heterossexual, homossexual/bissexual e assexual); idade (18-19 anos, 20-22 anos, >23 anos); cor da pele autorreferida (branca, preta/parda/ outra); situação conjugal [sem companheiro(a), com companheiro(a)]; escolaridade materna (analfabeta/fundamental incompleto, fundamental completo/médio incompleto, médio completo/superior incompleto, superior completo/pós-graduação incompleta/completa); classe socioeconômica, conforme Associação Brasileira de Empresas e Pesquisas<sup>25</sup> (A/B mais ricas, C, D/E mais pobres); trabalho nos últimos 30 dias (não/sim); local de origem (Pelotas; outras cidades do Rio Grande do Sul; outro estado/país); coabitação [sozinho, pais/familiares, amigos/colegas, cônjuge/companheiro(a), namorado(a)]; local da moradia (casa do estudante/ pensionato/ república, casa/apartamento próprio/ cedido, casa/apartamento alugado) e turno de estudo [matutino, vespertino, noturno ou integral (dois turnos concomitantes)]; área de conhecimento do curso, conforme a divisão da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES)<sup>26</sup> (ciências exatas e da terra/agrárias, ciências da saúde e biológicas, ciências sociais aplicadas e humanas, linguística, letras e artes). Foram avaliadas também variáveis comportamentais, como: consumo de tabaco na vida (nunca fumou, fumante atual, ex-fumante), consumo de bebida alcoólica (nunca, menos de uma vez ao mês, duas a quatro vezes ao mês, duas ou mais vezes por semana) e uso de alguma droga ilícita nos últimos 30 dias, considerando cocaína, solventes e inalantes, ecstasy, alucinógenos ou maconha (não/sim).

A análise dos dados foi conduzida no programa Stata, versão 12.1 (*Stata Corporation, College Station, Estados Unidos*).<sup>27</sup> A associação entre os tercís do escore de eventos estressores e as variáveis independentes foi avaliada por meio de regressão logística ordinal bruta e ajustada para fatores de confusão. A proporcionalidade da razão de *odds* foi testada através do teste de Brant, o qual não demonstrou violação em seu pressuposto (valores  $p > 0,05$ ).

O ajuste foi realizado em níveis: no primeiro, foram adicionadas as variáveis demográficas e de sexualidade (identidade de gênero e orientação sexual); no segundo, adicionadas as variáveis socioeconômicas e turno do curso; no terceiro nível, foram incluídas as variáveis comportamentais. Optou-se por estratificar as análises, pois foi encontrada evidência de interação da variável sexo com as variáveis idade e consumo de álcool ( $p < 0,10$ ). Foi adotado um nível de significância de 5% para as associações.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da UFPel, sob parecer nº 79250317.0.0000.5317. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi lido e assinado pelos participantes antes da coleta de dados, sendo garantido o sigilo das informações coletadas.

## RESULTADOS

Foram identificados 2.706 universitários elegíveis para o estudo, dos quais 49 (1,8%) recusaram-se a participar, 815 (30,1%) foram considerados perdidos (nunca localizados em aulas) e 1.842 tinham informação para todos os eventos estressores investigados, constituindo a amostra deste estudo, com taxa de resposta de 68,1%. As perdas e recusas foram maiores entre homens (52,8%), com 23 anos ou mais (46,7%), procedentes de Pelotas (62,8%) e que cursavam ciências exatas e da terra/agrárias, e engenharias (38,3%), sendo esta diferença estatisticamente diferente para todas estas variáveis ( $p < 0,001$ ) (dados não apresentados em tabela).

A amostra deste estudo foi constituída, na sua maioria, por jovens do sexo feminino (55,1%), com cor da pele branca (72%), sem companheiro/a (91,6%), que se identificavam (gênero) como mulher (53,3%), heterossexuais (75,1%), cuja mãe tinha concluído o ensino superior (33,8%), pertencentes às classes econômicas A/B (59,3%) e que não estavam trabalhando (74%) (Tabela 1). A mediana de idade da amostra foi de 20 anos (intervalo interquartil 19-23). Grande parte dos universitários era natural de Pelotas (45,8%), residia em casa/apartamento próprio/cedido (53%) e morava com os pais/familiares (50,3%). Mais da metade dos entrevistados estudava em período integral (60,1%) e cursava as áreas de ciências sociais aplicadas e humanas (34,4%) e ciências exatas e da terra/ agrárias (29,2%). Além disto, aproximadamente 11% eram fumantes e 38,7% reportaram beber bebidas alcoólicas de duas a quatro vezes ao mês. Entre os universitários que usaram drogas ilícitas nos últimos 30 dias, a droga mais consumida foi a maconha (22,7%) (Tabela 1).

A prevalência de eventos estressores foi de 95,3% e os mais relatados foram: sentir-se muito preocupado pela sobrecarga das atividades acadêmicas (83,8%) e pela pressão para ter um bom desempenho na faculdade (65,0%), e ter seus hábitos de vida modificados pelas exigências do curso de graduação (62,1%). As mulheres foram as mais atingidas em relação aos homens (Tabela 2).

A média do escore de eventos foi de 9,42 (DP=5,73). Os eventos estressores com maior pontuação no escore foram aqueles relacionados às exigências acadêmicas, como sentir-se muito preocupado pela sobrecarga das atividades acadêmicas e pressionado a ter um bom desempenho, assim como ter hábitos de vida modificados pelas demandas do curso. Em todos os eventos estressores investigados, as mulheres foram as que se mostraram mais severamente afetadas quando comparadas aos homens (Tabela 3).

A Tabela 4 apresenta a análise bruta e ajustada dos tercís do escore de eventos estressores conforme as variáveis independentes em homens. Após ajuste para fatores de confusão, aqueles que se declararam homossexuais ou bissexuais tiveram *odds* 2,2 vezes maior, em relação aos heterossexuais, de estarem no tercil de maior pontuação no escore de eventos estressores. Os alunos provenientes de outro estado ou país tiveram *odds* 2,0 vezes maior, em relação aos estudantes de Pelotas, de estarem no tercil de maior pontuação no escore de eventos estressores avaliados. Homens que consumiram bebidas alcoólicas pelo menos duas vezes por semana tiveram *odds* 2,1 vezes maior, comparados àqueles que nunca consumiram bebida alcoólica, de estarem no tercil de maior pontuação no escore de eventos estressores.

As mulheres que pertenciam às categorias de idade compreendidas entre 18 e 19 anos, e 20 a 22 anos apresentaram, respectivamente, *odds* 1,4 e 1,5 vez maior de estarem no tercil de maior pontuação no escore de eventos estressores, comparadas às estudantes mais velhas. As universitárias que se declararam homossexuais ou bissexuais tiveram *odds* 1,7 vezes maior, em relação às heterossexuais, de estarem no tercil de maior pontuação no escore dos eventos estressores avaliados. Aquelas provenientes de outras cidades do Rio Grande do Sul ou de outro estado/país tiveram, respectivamente, *odds* 1,5 e 2,1 vezes maior de pertencerem ao tercil de maior pontuação no escore de eventos estressores avaliados (Tabela 5).

**Tabela 1.** Descrição da amostra de acordo com as variáveis demográficas, socioeconômicas e comportamentais. Pelotas-RS (2018)

Variáveis*	Total (N=1.842)	Homens (N=827)	Mulheres (N=1.015)
	N (%)	N (%)	N (%)
<b>Idade (anos)</b>			
18-19	762 (41,7)	325 (39,6)	437 (43,3)
20-22	596 (32,6)	269 (32,8)	327 (32,4)
23 ou mais	471 (25,7)	226 (27,6)	245 (24,3)
<b>Cor da pele</b>			
Branca	1.324 (72,0)	594 (71,9)	730 (72,0)
Preta	240 (13,0)	103 (12,5)	137 (13,5)
Parda	245 (13,3)	111 (13,4)	134 (13,2)
Outra	31(1,7)	18 (2,2)	13 (1,3)
<b>Situação conjugal</b>			
Sem companheiro(a)	1.687 (91,6)	753 (91,1)	934 (92,1)
Com companheiro(a)	154 (8,4)	74 (8,9)	80 (7,9)
<b>Identidade de gênero</b>			
Homem	807 (43,8)	735 (89,0)	72 (7,1)
Mulher	981 (53,3)	66 (8,0)	915 (90,2)
Homem e mulher	34 (1,9)	13 (1,6)	21 (2,1)
Nenhum	18 (1,0)	12 (1,4)	6 (0,6)
<b>Orientação sexual</b>			
Heterossexual	1.378 (75,1)	661 (80,0)	717 (71,1)
Homossexual/Bissexual	379 (20,7)	140 (17,0)	239 (23,7)
Assexual	77 (4,2)	25 (3,0)	52 (5,1)
<b>Escolaridade da mãe</b>			
Analfabeta ou fundamental incompleto	409 (22,3)	173 (21,1)	236 (23,3)
Fundamental completo	218 (11,9)	88 (10,8)	130 (12,8)
Médio completo	585 (32,0)	254 (31,1)	331 (32,7)
Superior completo	619 (33,8)	303 (37,0)	316 (31,2)
<b>Classe socioeconômica (ABEP)</b>			
A/B	1.042 (59,3)	486 (62,3)	556 (56,9)
C	639 (36,3)	259 (33,2)	380 (38,8)
D/E	77 (4,4)	35 (4,5)	42 (4,3)
<b>Trabalho atual</b>			
Não	1.360 (74,0)	582 (70,5)	778 (76,8)
Sim	478 (26,0)	243 (29,5)	235 (23,2)
<b>Local de moradia</b>			
Casa do estudante ou pensionato/república	196 (10,7)	111 (13,4)	85 (8,4)
Casa/apartamento próprio/cedido	975 (53,0)	432 (52,3)	543 (53,6)
Casa/apartamento alugado	668 (36,3)	283 (34,2)	385 (38,0)
<b>Com quem mora</b>			
Sozinho(a)	233 (12,7)	115 (13,9)	118 (11,7)
Pais/familiares	924 (50,3)	411 (49,7)	513 (50,7)
Amigos/colegas	478 (26,0)	218 (26,4)	260 (25,7)
Cônjuge/companheiro(a)/namorado(a)	203 (11,0)	83 (10,0)	120 (11,9)
<b>Local de origem</b>			
Pelotas	843 (45,8)	375 (45,3)	468 (46,2)
Outras cidades do Rio Grande do Sul	639 (34,8)	275 (33,3)	364 (36,0)
Outro estado/país	357 (19,4)	177 (21,4)	180 (17,8)
<b>Turno das aulas **</b>			
Matutino	52 (3,3)	23 (3,4)	29 (3,2)
Vespertino	215 (13,5)	74 (10,8)	141 (15,6)
Noturno	367 (23,1)	172 (25,1)	195 (21,6)
Integral <sup>a</sup>	955 (60,1)	416 (60,7)	539 (59,6)

\* Variáveis com *missings*. \*\* Maior número de *missings*: 253. <sup>a</sup> Dois ou mais turnos concomitantes.

**Tabela 1.** Continuação...

Variáveis*	Total (N=1.842)	Homens (N=827)	Mulheres (N=1.015)
	N (%)	N (%)	N (%)
<b>Área de conhecimento do curso de graduação</b>			
Ciências exatas e da terra/agrárias	538 (29,2)	295 (35,7)	243 (23,9)
Ciências da saúde e biológicas	329 (17,8)	131 (15,8)	198 (19,5)
Ciências sociais aplicadas e humanas	633 (34,4)	256 (31,0)	377 (37,2)
Linguística, letras e artes	342 (18,6)	145 (17,5)	197 (19,4)
<b>Consumo de cigarro/ tabaco (uso na vida)</b>			
Nunca fumou	1.353 (73,5)	584 (70,6)	769 (75,8)
Fumante	201 (10,9)	111 (13,4)	90 (8,8)
Ex-fumante	288 (15,6)	132 (16,0)	156 (15,4)
<b>Consumo de bebida alcoólica</b>			
Nunca	179 (10,6)	79 (10,2)	100 (11,0)
≤ 1 vez ao mês	475 (28,1)	200 (25,8)	275 (30,1)
2-4 vezes ao mês	652 (38,7)	301 (38,8)	351 (38,5)
2 ou mais vezes por semana	382 (22,6)	196 (25,2)	186 (20,4)
<b>Uso de drogas nos últimos 30 dias</b>			
Maconha	411 (22,7)	203 (24,9)	208 (20,9)
Alucinógenos	53 (3,0)	32 (4,0)	21 (2,1)
Cocaína	31 (1,7)	16 (2,0)	15 (1,5)
Solventes	29 (1,6)	17 (2,1)	12 (1,2)
Qualquer droga ilícita	415 (23,4)	205 (25,5)	210 (21,6)

\* Variáveis com *missings*. \*\* Maior número de *missings*: 253. <sup>a</sup> Dois ou mais turnos concomitantes.

**Tabela 2.** Prevalência dos eventos estressores conforme o sexo. Pelotas-RS (2018) (N=1.842)

Eventos estressores	Total N (%)	Homens N (%)	Mulheres N (%)	P
Abandonar/adiar momentos importantes de lazer	1.122 (60,9)	473 (57,2)	649 (63,9)	0,003
Ter problemas financeiros mais graves que os normais	980 (53,2)	399 (48,3)	581 (57,2)	0,000
Sentir-se muito preocupado, ansioso, desanimado e tenso em razão da sobrecarga das suas atividades acadêmicas	1.544 (83,8)	643 (77,7)	901 (88,8)	0,000
Ficar muito só ou se sentir-se sem apoio da família e da maioria dos amigos	877 (47,6)	332 (40,1)	545 (53,7)	0,000
Sofrer algum tipo de discriminação por colegas ou professores da faculdade	291 (15,8)	112 (13,5)	179 (17,6)	0,017
Sentir-se pressionado(a) a ter um bom desempenho na faculdade	1.199 (65,0)	464 (56,1)	735 (72,4)	0,000
Ser agredido(a) verbal ou fisicamente e/ou humilhado por colega(s) da faculdade	156 (8,5)	55 (6,7)	101 (10,0)	0,011
Ter conflito importante com professor(es) da faculdade	193 (10,5)	81 (9,8)	112 (11,0)	0,387
Ter de mudar muito os seus hábitos de vida pelas várias exigências do seu curso de graduação	1.143 (62,1)	464 (56,1)	679 (66,9)	0,000
Decepção com a qualidade do ensino na faculdade	1.003 (54,4)	417 (50,4)	586 (57,7)	0,009

**Tabela 3.** Caracterização dos eventos estressores estratificados por sexo. Pelotas-RS (2018) (N= 1.842)

Eventos estressores	Total N (%)	Homens N (%)	Mulheres N (%)	P
<b>Abandonar/adiar momentos importantes de lazer</b>				0,007
0*	720 (39,1)	354 (42,8)	366 (36,1)	
1	383 (20,8)	175 (21,2)	208 (20,5)	
2	453 (24,6)	183 (22,1)	270 (26,6)	
3	286 (15,5)	115 (13,9)	171 (16,8)	

\*0= Não aconteceu comigo/ Aconteceu, mas não afetou; 1= Afetou pouco; 2= Afetou mais ou menos; 3= Afetou muito.

**Tabela 3.** Continuação...

Eventos estressores	Total N (%)	Homens N (%)	Mulheres N (%)	p
<b>Ter problemas financeiros mais graves que os normais</b>				0,000
0	862 (46,8)	428 (51,7)	434 (42,8)	
1	319 (17,3)	144 (17,3)	175 (17,2)	
2	327 (17,8)	137 (16,8)	190 (18,7)	
3	334 (18,1)	118 (14,2)	216 (21,3)	
<b>Sentir-se muito preocupado, ansioso, desanimado e tenso em razão da sobrecarga das suas atividades acadêmicas</b>				0,000
0	298 (16,2)	184 (22,3)	114 (11,2)	
1	318 (17,3)	183 (22,1)	135 (13,3)	
2	476 (25,8)	233 (28,2)	243 (24,0)	
3	750 (40,7)	227 (27,4)	523 (51,5)	
<b>Ficar muito só ou se sentir-se sem apoio da família e da maioria dos amigos</b>				0,000
0	965 (52,4)	495 (59,9)	470 (46,3)	
1	273 (14,8)	112 (13,5)	161 (15,9)	
2	304 (16,5)	119 (14,4)	185 (18,2)	
3	300 (16,3)	101 (12,2)	199 (19,6)	
<b>Sofrer algum tipo de discriminação por colegas ou professores da faculdade</b>				0,067
0	1.551 (84,2)	715 (86,5)	836 (82,4)	
1	129 (7,0)	53 (6,4)	76 (7,5)	
2	93 (5,0)	34 (4,1)	59 (5,8)	
3	69 (3,8)	25 (3,0)	44 (4,3)	
<b>Sentir-se pressionado(a) a ter um bom desempenho na faculdade</b>				0,000
0	643 (35,0)	363 (43,9)	280 (27,6)	
1	310 (16,8)	141 (17,1)	169 (16,6)	
2	389 (21,1)	160 (19,3)	229 (22,6)	
3	500 (27,1)	163 (19,7)	337 (33,2)	
<b>Ser agredido(a) verbal ou fisicamente e/ou humilhado por colega(s) da faculdade</b>				0,011
0	1.686 (91,5)	772 (93,3)	914 (90,0)	
1	78 (4,2)	32 (3,9)	46 (4,5)	
2	33 (1,8)	7 (0,9)	26 (2,6)	
3	45 (2,5)	16 (1,9)	29 (2,9)	
<b>Ter conflito importante com professor(es) da faculdade</b>				0,051
0	1.649 (89,5)	746 (90,2)	903 (89,0)	
1	72 (3,9)	26 (3,1)	46 (4,5)	
2	58 (3,2)	33 (4,0)	25 (2,5)	
3	63 (3,4)	22 (2,7)	41 (4,0)	
<b>Ter de mudar muito os seus hábitos de vida pelas várias exigências do seu curso de graduação</b>				0,000
0	699 (37,9)	363 (43,9)	336 (33,1)	
1	364 (19,8)	178 (21,5)	186 (18,3)	
2	355 (19,3)	133 (16,1)	222 (21,9)	
3	424 (23,0)	153 (18,5)	271 (26,7)	
<b>Decepção com a qualidade do ensino na faculdade</b>				0,009
0	839 (45,6)	410 (49,6)	429 (42,3)	
1	405 (21,9)	170 (20,6)	235 (23,2)	
2	372 (20,2)	159 (19,2)	213 (20,9)	
3	226 (12,3)	88 (10,6)	138 (13,6)	

\*0= Não aconteceu comigo/ Aconteceu, mas não afetou; 1= Afetou pouco; 2= Afetou mais ou menos; 3= Afetou muito.

**Tabela 4.** Odds ratio bruto e ajustado do escore de eventos estressores em homens, de acordo com as variáveis independentes, utilizando regressão logística ordinal. Pelotas-RS (2018) (N=827)

Nível	Variáveis*	Escore em tercís			
		OR bruto (IC95%)	P	OR ajustado (IC95%) <sup>b</sup>	P
<b>1</b>	<b>Idade (anos) <sup>a</sup></b>		0,315		0,276
	18-19	1,27 (0,93;1,75)		1,18 (0,85;1,63)	
	20-22	1,14 (0,82;1,59)		1,07 (0,77;1,50)	
	23 ou mais	1,00		1,00	
<b>1</b>	<b>Cor da pele <sup>a</sup></b>		0,043		0,495
	Branca	1,00		1,00	
	Preta/ Parda/ Outra	1,34 (1,00;1,77)		1,13 (0,83;1,53)	
<b>1</b>	<b>Identidade de gênero</b>		0,005		0,251
	Homem	1,00		1,00	
	Mulher	0,64 (0,39;1,03)		0,74 (0,45;1,21)	
	Homem e mulher	3,26 (1,18;9,00)		2,65 (0,95;7,46)	
	Nenhum	3,04 (1,00; 9,21)		1,74 (0,56;5,40)	
<b>1</b>	<b>Orientação sexual</b>		0,000		0,000
	Heterossexual	1,00		1,00	
	Homossexual/Bissexual	2,64 (1,87;3,74)		2,20 (1,53;3,15)	
	Assexual	1,75 (0,81;3,79)		1,58 (0,73;3,41)	
<b>1</b>	<b>Escolaridade da mãe <sup>a</sup></b>		0,389		0,386
	Analfabeta/ Fundamental incompleto	1,13 (0,80;1,59)		1,32 (0,91;1,92)	
	Fundamental completo/médio incompleto	0,90 (0,57;1,41)		0,91 (0,57;1,45)	
	Médio completo/superior incompleto	1,25 (0,92;1,71)		1,28 (0,93;1,77)	
	Superior completo/ Pós-graduação (in)completa	1,00		1,00	
<b>1</b>	<b>Local de origem</b>		0,000		0,000
	Pelotas	1,00		1,00	
	Outras cidades do Rio Grande do Sul	1,39 (1,04;1,86)		1,32 (0,99;1,77)	
	Outro estado/país	2,31 (1,65;3,24)		2,03 (1,44;2,86)	
<b>2</b>	<b>Situação conjugal <sup>a</sup></b>		0,014		0,430
	Sem companheiro(a)	1,78 (1,11;2,82)		1,48 (0,72;3,02)	
	Com companheiro(a)	1,00		1,00	
<b>2</b>	<b>Classe socioeconômica (ABEP) <sup>a</sup></b>		0,158		0,414
	A/B	1,00		1,00	
	C	1,25 (0,92;1,61)		1,19 (0,86;1,66)	
	D/E	1,63 (0,88;3,01)		1,47 (0,71;3,06)	
<b>2</b>	<b>Trabalho atual <sup>a</sup></b>		0,553		0,703
	Não	1,09 (0,82;1,44)		0,84 (0,59;1,18)	
	Sim	1,00		1,00	
<b>2</b>	<b>Local de moradia</b>		0,001		0,832
	Casa do estudante/ pensionato/ república	1,69 (1,14;2,51)		0,87 (0,45;1,68)	
	Casa/apartamento próprio/ cedido	1,00		1,00	
	Casa/apartamento alugado	1,56 (1,18;2,06)		0,91 (0,58;1,41)	
<b>2</b>	<b>Com quem mora <sup>a</sup></b>		0,000		0,938
	Sozinho(a)	1,31 (0,86;1,93)		0,89 (0,51;1,54)	
	Pais/familiares	1,00		1,00	
	Amigos/colegas	2,04 (1,50;2,77)		1,37 (0,79;2,34)	
	Companheiro(a)/ namorado(a)	0,68 (0,43;1,06)		0,49 (0,25;0,98)	
<b>2</b>	<b>Turno das aulas <sup>** a</sup></b>		0,000		0,448
	Matutino	1,36 (0,58;3,20)		1,44 (0,60;3,42)	
	Vespertino	1,04 (0,61;1,77)		0,97 (0,57;1,67)	
	Noturno	1,00		1,00	
	Integral	1,92 (1,34;2,70)		1,86 (1,32;2,64)	

\* Variáveis com *missings*; \*\* Maior número de *missings*: 142; <sup>a</sup> A variável apresentou  $p > 0,2$  e não integrou a análise ajustada; <sup>b</sup> Ajuste para variáveis do mesmo nível e nível superior



**Tabela 4.** Continuação...

Nível	Variáveis*	Escore em tercís			
		OR bruto (IC95%)	p	OR ajustado (IC95%) <sup>b</sup>	p
<b>3</b>	<b>Consumo de cigarro/tabaco (uso na vida)</b>		0,005		0,245
	Nunca fumou	1,00		1,00	
	Fumante	1,83 (1,25;2,68)		1,48 (0,89;2,43)	
	Ex-fumante	1,32 (0,92;1,88)		1,20 (0,79;1,83)	
<b>3</b>	<b>Consumo de bebida alcoólica</b>		0,013		0,021
	Nunca	1,00		1,00	
	≤ 1 vez ao mês	1,44 (0,88;2,37)		1,54 (0,86; 2,75)	
	2-4 vezes ao mês	1,86 (1,15;2,98)		1,69 (0,97;2,97)	
	2 ou mais vezes por semana	2,09 (1,27;3,44)		2,14 (1,17;3,91)	
<b>3</b>	<b>Consumo de drogas (últimos 30 dias)</b>		0,000		0,217
	Nenhuma droga	1,00		1,00	
	Uma ou mais drogas	1,66 (1,23;2,23)		1,04 (0,40;1,60)	

\* Variáveis com *missings*; \*\* Maior número de *missings*: 142; <sup>a</sup> A variável apresentou p>0,2 e não integrou a análise ajustada; <sup>b</sup> Ajuste para variáveis do mesmo nível e nível superior

**Tabela 5.** Odds ratio bruto e ajustado do escore de eventos estressores em mulheres, de acordo com as variáveis independentes, utilizando regressão logística ordinal. Pelotas-RS (2018) (N=1.015)

Nível	Variáveis*	Escore em tercís			
		OR bruto (IC95%)	p	OR ajustado (IC95%) <sup>b</sup>	p
<b>1</b>	<b>Idade (anos)</b>		0,000		0,040
	18-19	1,61 (1,20;2,17)		1,41 (1,04;1,89)	
	20-22	1,83 (1,34;2,49)		1,53 (1,12;2,10)	
	23 ou mais	1,00		1,00	
<b>1</b>	<b>Cor da pele<sup>a</sup></b>		0,427		0,362
	Branca	1,00		1,00	
	Preta/ Parda/ Outra	1,11 (0,86;1,42)		1,14 (0,87;1,49)	
<b>1</b>	<b>Identidade de gênero</b>		0,102		0,060
	Homem	1,00		1,00	
	Mulher	1,61 (1,01;2,58)		1,58 (0,98;2,55)	
	Homem e mulher	1,91 (0,77; 4,69)		1,64 (0,64;4,15)	
	Nenhum	4,94 (0,85; 28,6)		4,57 (0,77;27,2)	
<b>1</b>	<b>Orientação sexual</b>		0,000		0,026
	Heterossexual	1,00		1,00	
	Homossexual/ Bissexual	1,97 (1,50; 2,59)		1,69 (1,27; 2,24)	
	Assexual	1,02 (0,60; 1,74)		0,92 (0,63; 1,83)	
<b>1</b>	<b>Escolaridade da mãe<sup>a</sup></b>		0,381		0,961
	Analfabeta/ fundamental incompleto	0,80 (0,59; 1,10)		1,05 (0,75;1,48)	
	Fundamental completo/médio incompleto	0,82 (0,56;1,19)		0,96 (0,64;1,42)	
	Médio completo/ superior incompleto	0,99 (0,75;1,32)		1,03 (0,77;1,38)	
	Superior completo/ Pós-graduação (in)completa	1,00		1,00	
<b>1</b>	<b>Local de origem</b>		0,000		0,000
	Pelotas	1,00		1,00	
	Outras cidades do Rio Grande do Sul	1,54 (1,19;1,99)		1,45 (1,12;1,88)	
	Outro estado/país	2,20 (1,59; 3,04)		2,07 (1,48; 2,88)	
<b>2</b>	<b>Situação conjugal</b>		0,000		0,052
	Sem companheiro(a)	2,17 (1,41; 3,33)		1,52 (0,95; 2,43)	
	Com companheiro(a)	1,00		1,00	
<b>2</b>	<b>Classe socioeconômica (ABEP)</b>		0,125		0,117
	A/B	1,00		1,00	
	C	0,94 (0,74;1,19)		1,06 (0,83; 1,37)	
	D/E	1,75 (0,97; 3,17)		1,95 (1,04; 3,64)	

\* Variáveis com *missings*; \*\* Maior número de *missings*: 111; <sup>a</sup> A variável apresentou p>0,2 e não integrou a análise ajustada; <sup>b</sup> Ajuste para variáveis do mesmo nível e nível superior

**Tabela 5.** Continuação...

Nível	Variáveis*	Escore em tercís			
		OR bruto (IC95%)	P	OR ajustado (IC95%) <sup>b</sup>	P
2	<b>Trabalho atual<sup>a</sup></b>		0,096		0,792
	Não	1,26 (0,96;1,65)		0,99 (0,72; 1,36)	
	Sim	1,00		1,00	
2	<b>Local de moradia<sup>a</sup></b>		0,000		0,343
	Casa do estudante/ pensionato/ república	2,21 (1,43; 3,43)		1,29 (0,66; 2,56)	
	Casa/apartamento próprio/ cedido	1,00		1,00	
	Casa/apartamento alugado	1,49 (1,17; 1,90)		0,95 (0,65; 1,41)	
2	<b>Com quem mora<sup>a</sup></b>		0,000		0,448
	Sozinho(a)	1,25 (0,86; 1,82)		0,94 (0,61; 1,44)	
	Pais/familiares	1,00		1,00	
	Amigos/colegas	1,91 (1,44; 2,53)		1,25 (0,87; 1,80)	
	Companheiro(a)/ namorado(a)	0,74 (0,51; 1,06)		0,89 (0,53; 1,50)	
2	<b>Turno das aulas<sup>** a</sup></b>		0,161		0,862
	Matutino	1,17 (0,58; 2,36)		1,72 (0,80; 3,68)	
	Vespertino	1,23 (0,82; 1,83)		1,40 (0,91; 2,16)	
	Noturno	1,00		1,00	
	Integral	1,41 (1,04; 1,90)		1,34 (0,96; 1,85)	
3	<b>Consumo de cigarro/tabaco (uso na vida)<sup>a</sup></b>		0,181		0,701
	Nunca fumou	1,00		1,00	
	Fumante	1,41 (0,94;2,12)		1,38 (0,84; 2,29)	
	Ex-fumante	1,17 (0,86; 1,61)		1,05 (0,72; 1,52)	
3	<b>Consumo de bebida alcoólica<sup>a</sup></b>		0,878		0,351
	Nunca	1,00		1,00	
	≤ 1 vez ao mês	1,03 (0,68;1,57)		1,07 (0,69; 1,68)	
	2-4 vezes ao mês	0,92 (0,61;1,38)		0,84 (0,54; 1,31)	
	2 ou mais vezes por semana	0,98 (0,62;1,53)		0,81 (0,48; 1,36)	
3	<b>Consumo de drogas (últimos 30 dias)<sup>a</sup></b>		0,058		0,992
	Nenhuma droga	1,00		1,00	
	Uma ou mais drogas	1,31 (0,99; 1,73)		0,86 (0,60; 1,24)	

\* Variáveis com *missings*; \*\* Maior número de *missings*: 111; <sup>a</sup> A variável apresentou  $p > 0,2$  e não integrou a análise ajustada; <sup>b</sup> Ajuste para variáveis do mesmo nível e nível superior

## DISCUSSÃO

Ao avaliar a prevalência e os fatores associados a eventos estressores, verificou-se que a sobrecarga de tarefas, a pressão pelo bom desempenho e a necessidade de mudança de hábitos de vida foram os estressores mais mencionados. Também são estes os mais relatados em outros estudos nacionais e internacionais realizados com universitários e com estudantes de cursos da área da saúde<sup>10,14-17,20</sup>.

Entendendo que, para um evento ser notado como estressor, depende do significado e da importância dispensada à situação. Assim, o sentimento de sobrecarga e pressão apontado pelos ingressantes pode estar relacionado à expectativa desses universitários em relação às exigências e às necessidades advindas com o ingresso no ensino superior, o qual requer certa habilidade para conduzir de forma eficiente o tempo e para lidar com as demandas que incluem, principalmente, respostas às novas responsabilidades estudantis e àquelas relacionadas a essa fase da vida<sup>10,12</sup>. No ingresso em uma instituição de ensino superior, os estudantes deparam-se com didáticas distintas e que exigem maior autonomia e independência<sup>17</sup> quando comparadas ao ensino médio, podendo gerar estranhamento e dificuldades no cumprimento da grade curricular de maior exigência nos primeiros semestres<sup>12</sup>. Somadas a esse contexto, estão as mudanças próprias da vida (entrada na fase adulta) e, com isso, as experiências que podem interferir no gerenciamento das atividades acadêmicas, diárias, entre outras.

Neste estudo, as mulheres foram as mais afetadas por eventos estressores. Ao menos dois aspectos devem ser considerados diante disso: (a) em geral, elas ainda são, desde a infância,

mais incentivadas a expressar seus sentimentos, frustrações e vulnerabilidades, fato que, para os homens, pode ser compreendido de outro modo, como, por exemplo, fraqueza<sup>12,21,22</sup>; (b) mulheres também são cobradas a terem bom desempenho nos estudos. Culturalmente, essas características podem permitir e estimular socialmente a compreensão mais frequente de eventos percebidos como estressores<sup>17</sup>.

Entre as universitárias, as mais jovens (18 a 22 anos) sentiram-se mais afetadas por eventos estressores do que as mais velhas. Os estudos sobre o tema não encontraram essa associação, independente do sexo<sup>13-15,17,21</sup>. Como a percepção de um evento como estressor ou não depende da capacidade psicológica em reagir a ele<sup>4</sup>, uma hipótese possível para este achado diz respeito a menor habilidade e estratégias de enfrentamento próprias da juventude para lidar com esses estressores<sup>10</sup>. No entanto, esperar-se-ia que os homens mais jovens também pudessem apresentar semelhante associação, o que não ocorreu. Questões relativas às exigências sociais diferenciais aos gêneros podem, novamente, esclarecer posturas e percepções diferenciadas.

Em relação ao consumo de substâncias, o estudo demonstrou que apenas o de bebida alcoólica esteve associado a maior ocorrência de eventos estressores e somente nos homens. Entretanto, salienta-se que a informação obtida se refere ao consumo de álcool no último mês; portanto, é necessário ter cautela na interpretação do resultado, uma vez que o consumo de substâncias pode ser uma estratégia de alívio dos desconfortos desencadeados pelos eventos estressores<sup>15,28</sup>.

A orientação sexual foi um forte preditor da ocorrência dos eventos estressores em homens e mulheres. Mesmo com as mudanças sucedidas nos últimos anos, indivíduos homossexuais/bissexuais sofrem ainda discriminações e violências<sup>29</sup>, aspectos que podem torná-los mais sensíveis às demandas do ambiente universitário e das interações sociais e suas consequências, contribuindo para se sentirem mais afetados pelos eventos estressores. Não foram encontrados outros estudos avaliando estas associações na população universitária ou de estudantes de outros níveis de ensino.

Outro importante fator preditor do maior relato de eventos estressores, em ambos os sexos, foi ter vindo de outra cidade, estado ou país para estudar. Jovens provenientes de outros locais estão expostos, ao mudarem de cidade, a uma série de adaptações concomitantes àquelas relacionadas ao ingresso no ensino superior, que incluem distância da família, maiores esforços econômicos, o estabelecimento de nova rede de relações e de (re)conhecimento do novo local de moradia (como trajetos, horários, perigos, como fazer). Além disso, podem existir dificuldades decorrentes das diferenças culturais, podendo estas potencializarem outros eventos como estressores. Em paralelo, serem ou se sentirem cobrados a corresponder aos esforços familiares e pessoais de morar em outro local, pois grande parte deles são subsidiados pela família, que espera, em contrapartida, bons resultados<sup>17</sup>.

Neste estudo, para ambos os sexos, não foi encontrada associação entre o desfecho e as demais variáveis independentes. Essas associações, em sua maioria, não foram exploradas em outros estudos sobre o tema, limitando uma comparação dos resultados desta pesquisa.

Entre os aspectos positivos deste estudo, destaca-se o fato de avaliar a ocorrência de eventos estressores na população universitária, que ainda é pouco explorada em estudos epidemiológicos. Outro diferencial do estudo foi o enfoque nos eventos estressores relacionados ao ambiente acadêmico. É relevante que esta parcela populacional seja investigada no intuito de conhecer suas fragilidades e necessidades para que estas possam ser minimizadas, a fim de prevenir o surgimento de problemas psicológicos e/ou educacionais. Além desse aspecto, a baixa proporção de perdas e recusas, e o grande cuidado metodológico empregado na confecção e execução de todas as etapas do estudo são pontos a serem positivamente considerados. Todavia, algumas possíveis limitações devem ser pontuadas. Por ser uma amostra composta apenas por universitários ingressantes, a extrapolação dos achados desta pesquisa deve ser feita com cautela, podendo ser utilizada como referência para outras populações universitárias que tenham contextos socioeconômicos e culturais semelhantes. A prevalência encontrada pode não representar a população universitária como um todo, visto que o tempo de exposição à universidade pode afetar a maneira com que os jovens percebem e se sentem afetados por dadas situações. A taxa de não respondentes foi maior entre homens, aqueles

com 23 anos ou mais, procedentes do município e estudantes da área de ciências exatas e da terra/agrárias, e engenharias; portanto, é necessária cautela na interpretação das prevalências encontradas para esses grupos, em razão da perda diferencial.

Outra limitação do presente estudo se refere ao questionário utilizado para avaliar a ocorrência de eventos estressores. Em razão de não ter sido encontrado na literatura um instrumento validado no Brasil para avaliar a ocorrência de eventos estressores no âmbito acadêmico, o questionário utilizado neste estudo foi desenvolvido pelas próprias autoras e é baseado na literatura sobre estressores mais relevantes no contexto acadêmico. Como não foi submetido à validação, a interpretação dos resultados exige cautela.

Os resultados deste estudo indicam que a prevalência de eventos estressores entre jovens universitárias ingressantes é elevada. Os eventos estressores relacionados às exigências acadêmicas demonstram a necessidade de que maior atenção deve ser direcionada a essa população, visto que poderão desencadear complicadores emocionais e comportamentais, bem como afetar o desempenho na universidade. O estabelecimento de atividades de orientação para os estudantes, abordando estratégias para melhor gerenciar os estressores e as informações acerca de recursos disponíveis para auxiliá-los no enfrentamento dos problemas e estranhamentos com a vida acadêmica, são medidas que podem amenizar a ocorrência e o impacto dos eventos estressores. O desenvolvimento de campanhas que promovam um acolhimento e uma rede de colaboração no âmbito acadêmico, assim como a oferta de serviços de acompanhamento específicos, ainda bastante incipientes para esta população, poderão constituir um apoio importante para favorecer a melhoria da qualidade de vida, do desempenho e da motivação com as atividades da universidade.

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

FNH: Conceituação, Curadoria de dados, software, Análise formal, Investigação, Metodologia, Escrita – primeira redação, Escrita – revisão e edição. APG: Conceituação, Curadoria de dados, Software, Análise formal, Investigação, Metodologia, Supervisão, Validação, Visualização, escrita – revisão e edição. HG: Conceituação, Curadoria de dados, Análise formal, Obtenção do financiamento, Investigação, Metodologia, Administração do projeto, Recursos, Supervisão, Validação, Visualização, escrita – revisão e edição.

## REFERÊNCIAS

1. Greenberg N, Carr JA, Summers CH. Causes and consequences of stress. *Integr Comp Biol.* 2002 Jul;42(3):508-16. <https://doi.org/10.1093/icb/42.3.508>. PMID: 21708746.
2. Lameu JN, Salazar TL, Souza WF. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicol Educ.* 2016;(42):13-22. <https://doi.org/10.5935/2175-3520.20150021>.
3. Margis R, Picon P, Cosner AF, Silveira RO. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul.* 2003;25(Supl 1):65-74. <http://doi.org/10.1590/S0101-81082003000400008>.
4. Busnello FB, Schaefer LS, Kristensen CH. Eventos estressores e estratégias de coping em adolescentes: implicações na aprendizagem. *Psicol Esc Educ.* 2009;13(2):315-23. <http://doi.org/10.1590/S1413-85572009000200014>.
5. Dyson R, Renk K. Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stress, and coping. *J Clin Psychol.* 2006;62(10):1231-44. <https://doi.org/10.1002/jclp.20295>. PMID: 16810671.
6. Hauschild Mondardo A, Aparecida Pedon E. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes. *Rev Ciênc Hum.* 2012;6(6):159-80. <https://doi.org/10.31512/rch.v6i6.262>.
7. Ribeiro ÍJS, Pereira R, Freire IV, de Oliveira BG, Casotti CA, Boery EN. Stress and quality of life among university students: a systematic literature review. *Health Prof Educ.* 2018;4(2):70-7. <http://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>.
8. García-Ros R, Pérez-González F, Pérez-Blasco J, Natividad LA. Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Rev Latinoam Psicol.* 2012;44:143-54.
9. Misra R, McKean M, West S, Russo T. Academic stress of college students: comparison of student and faculty perceptions. *Coll Stud J.* 2000;34(2):236-46.

10. Bondan AP, Bardagi MP. Comprometimento profissional e estressores percebidos por graduandos regulares e tecnológicos. Paid Ribeirão Preto. 2008;18(41):581-90. <http://doi.org/10.1590/S0103-863X2008000300013>.
11. Bonifácio SP, Silva RCB, Montesano FT, Padovani RC. Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de Psicologia. Rev Bras Ter Cogn. 2011;7:15-20.
12. de Oliveira CT, Carlotto RC, Vasconcelos SJL, Dias ACG. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. Rev Bras Orientaç Prof. 2014;15:177-86.
13. Ross SE, Neibling BC, Heckert TM. Sources of stress among college students. Coll Stud J. 1999;33(2):312-7.
14. Eswi AS, Radi S, Youssef H. Stress/stressors as perceived by baccalaureate Saudi nursing students. Middle East J Sci Res. 2013;14(2):193-202. <http://doi.org/10.5829/idosi.mejsr.2013.14.2.734>.
15. Awé C, Gaither CA, Crawford SY, Tieman J. A Comparative analysis of perceptions of pharmacy students' stress and stressors across two multicampus universities. Am J Pharm Educ. 2016;80(5):82-82. <http://doi.org/10.5688/ajpe80582>. PMID:27402985.
16. Polychronopoulou A, Divaris K. Perceived sources of stress among Greek dental students. J Dent Educ. 2005;69(6):687-92. PMID:15947215.
17. Bojuwoye O. Stressful experiences of first year students of selected universities in South Africa. Couns Psychol Q. 2002;15(3):277-90. <http://doi.org/10.1080/09515070210143480>.
18. Vázquez J, Panadero S, Rincon P. Stressful life events in countries of differing economic development: Nicaragua, Chile, and Spain. Psychol Rep. 2007;101(1):193-201. <http://doi.org/10.2466/pr0.101.1.193-201>. PMID: 17958127.
19. Staats S, Cosmar D, Kaffenberger J. Sources of happiness and stress for college students: a replication and comparison over 20 years. Psychol Rep. 2007;101(3 Pt 1):685-96. <http://doi.org/10.2466/pr0.101.3.685-696>. PMID:18232421.
20. Dill PL, Henley TB. Stressors of college: a comparison of traditional and nontraditional students. J Psychol. 1998;132(1):25-32. <http://doi.org/10.1080/00223989809599261>. PMID:9447723.
21. Hamaideh S. Stressors and reactions to stressors among university students. Int J Soc Psychiatry. 2011;57(1):69-80. <http://doi.org/10.1177/0020764009348442>. PMID:21252357.
22. Hamaideh S. Gender differences in stressors and reactions to stressors among Jordanian university students. Int J Soc Psychiatry. 2012;58(1):26-33. <http://doi.org/10.1177/0020764010382692>. PMID:20826498.
23. Barros AJD, Menezes AMB, Santos IS, Assunção MCF, Gigante D, Fassa AG, et al. O Mestrado do Programa de Pós-graduação em Epidemiologia da UFPel baseado em consórcio de pesquisa: uma experiência inovadora. Rev Bras Epidemiol. 2008;11(Supl 1):133-44. <http://doi.org/10.1590/S1415-790X2008000500014>.
24. Harris PA, Taylor R, Thielke R, Payne J, Gonzalez N, Conde JG. Research electronic data capture (REDCap)-a metadata-driven methodology and workflow process for providing translational research informatics support. J Biomed Inform. 2009;42(2):377-81. <http://doi.org/10.1016/j.jbi.2008.08.010>. PMID:18929686.
25. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Brasileiro 2010. Rio de Janeiro: IBGE; 2011.
26. Brasil. Ministério da Educação. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. Tabela de Áreas do Conhecimento [Internet]. Brasília: CAPES; 2018 [citado em 2018 Dez 20]. Disponível em: <http://www.capes.gov.br/avaliacao/instrumentos-de-apoio/tabela-de-areas-do-conhecimento-avaliacao>
27. StataCorp LP. Stata Statistical software. 12.1. College Station, TX: StataCorp LP; 2012.
28. Moitlakgola KK, Amone-P'Olak K. Stressful life events and alcohol use among university students in Botswana. Afr J Drug Alcohol Stud. 2015;14(2):81-93.
29. Souza VCR, Pereira PC. Homofobia: manifestações implícitas e explícitas de preconceito e discriminação. Rev Fafibe. 2013;6(6):40-9.