



O DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE EM JOVENS ESTUDANTES E A INTERFERÊNCIA NA SUA QUALIDADE DE VIDA

ANA PAULA MONTEIRO DA SILVA; ANA MARIA ARAGÃO DOS SANTOS

INTRODUÇÃO: Os problemas de saúde mental já são considerados as doenças do século XXI, com destaque a ansiedade, gerando crises do mental ao existencial. O excesso da realização de tarefas, sobretudo em jovens que estudam e trabalham, assumindo jornada dupla tem caracterizado o perfil de uma sociedade ansiosa e frustrada. **OBJETIVO:** Dessa forma, o presente artigo tem caráter informativo, objetivando esclarecer de forma clara e direta as consequências causadas pelo estresse nos jovens estudantes. Podendo causar transtorno no sono, aumento excessivo de raiva, autocoerção e principalmente o consumo exacerbado de drogas lícitas, como meio de afogar as frustrações. **METODOLOGIA:** Revisão de literatura exploratória e descritiva, realizada através das bases de dados PubMed, BVS e Scielo, com descritores “ansiedade”, “saúde mental”, e “qualidade de vida”. Foram selecionados 30 artigos após critérios de exclusão, sendo 5 inclusos no estudo após leitura na íntegra. **RESULTADOS:** A cobrança excessiva direcionada aos jovens tem mostrado grande impacto na geração de transtornos mentais, os colocando em situações de rivalidade e busca pela perfeição, em um ambiente no qual o principal objetivo deveria ser a geração de conexões e troca de conhecimento, formando assim profissionais capacitado e humanos. Atualmente são muitos os jovens que assumem jornada dupla e quando expostos as situações de conflitos tendem a ficarem estressados. Quanto mais ansiosos ficam, menor será a qualidade de vida desse indivíduo. **CONCLUSÃO:** O transtorno de ansiedade tem impacto negativo no desempenho e na qualidade de vida dos indivíduos. A realização de projetos sociais de apoio aos jovens estudantes se mostra indispensável no tratamento da ansiedade, visando ampliar a percepção do problema na realidade atual e futura. Contudo, há uma limitação de estudos dessa temática, sendo necessário novas investigações na busca por maiores intervenções do contexto atual.

Palavras-chave: Ansiedade, Saúde mental, Estresse, Qualidade de vida, Transtorno.