

CONCEPÇÕES SOBRE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DE ALUNOS EM CONCLUSÃO DE CURSO NA UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA

Millena Pereira Araújo¹
Beatriz Marques Cavalcanti Marinho²
Cecília Maria Alves Albino³
Ângela Cristina Alves Albino⁴

RESUMO

O Ensino superior tem galgado um perfil demográfico mais jovem, caracterizado por uma transição, em que, a população adolescente ocupa lugar de destaque. O enfoque neste público revela uma grande problemática advinda de questões biopsicossociais, referentes ao desenvolvimento humano (recursos cognitivos e emocionais) frente à demanda universitária. Em face a este cenário, faz-se necessário o desenvolvimento de estratégias que auxiliem esse grupo no enfrentamento dos variados desfechos em saúde. Desse modo, a pesquisa foi desenvolvida com o intuito de investigar a subjetividade do indivíduo concluinte do ensino superior, de modo a considerar o momento conturbado no qual este está inserido. Essa subjetividade deverá ser correlacionada ao estado de saúde no qual o sujeito se encontra, buscando, por meio de uma metodologia quantitativa, aspectos concomitantes nessa vivência. A amostra é composta por pessoas de ambos os sexos, concluintes do ensino superior, regularmente matriculados na Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, campus I. Os aportes teóricos e práticos da Psicologia da saúde foram adotados, alinhados aos conceitos da Psicologia social, privilegiando estratégias de cuidados em saúde. As temáticas exploradas focam no suporte social adentrando questões que englobam o meio ambiente, estratégias de enfrentamento, estresse, ansiedade, depressão, autoestima, conclusão do curso, competitividade, estilo de vida, automedicação, e relações pessoais. O estudo foi quantitativo, do tipo transversal. Após a coleta dos dados, as informações obtidas foram submetidas ao processo de análise de dados por meio da estatística simples com auxílio da plataforma fornecida pelo Google Formulários.

Palavras-chave: Saúde do concluinte; Ensino Superior; Promoção da saúde; Psicologia da saúde.

INTRODUÇÃO

O ingresso no Ensino Superior, para grande parte dos estudantes, se dá justamente no período de transição da adolescência para a vida adulta. É um intervalo repleto de questões biopsicossociais, referentes ao desenvolvimento humano, no que diz respeito ao advir

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, millenapereiraah@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, biamcmarinho@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, cecilia.alves.albino@gmail.com;

⁴ Professora Doutora da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, angela.educ@gmail.com.

recursos cognitivos e emocionais complexos para o manejo das demandas desse novo ambiente. As exigências e demandas da vida universitária podem gerar altas expectativas que, quando não correspondidas, tendem a produzir um efeito negativo na saúde física e bem-estar psicológico dos estudantes, com repercussões importantes na saúde, consoante Santos (2014).

Ao considerar as elevadas expectativas, as ambições quanto ao futuro profissional e pessoal, e mercado de trabalho, comumente se encontra como resultante uma alta prevalência de problemas psicoafetivos, durante a graduação, que, por sua vez, são bastante negligenciados. De acordo com Padovan (2005, p. 59, apud CERCHIARI, CAETANO e FACCENDA, p. 252-265), “é importante não somente refletir sobre o processo de ensino, mas também sobre como as atividades acadêmicas são distribuídas durante o curso”. Nessa perspectiva é importante ressaltar a relevância dos serviços de apoio à saúde mental, subsidiando a prevenção do agravamento de sintomas, fortalecendo os mecanismos saudáveis e o potencial para lidar com os danos à saúde.

As mudanças no estilo de vida têm grande impacto sobre a qualidade de vida individual e da população. No caso dos estudantes, as características individuais, capacidade de lidar com várias demandas e interação com diversas fontes de apoio prestadas pela instituição são relevantes na determinação do desempenho acadêmico e para a adaptação do estudante à universidade, além da influência exercida na percepção de bem-estar psicológico. Interligado ao suporte social que segundo Peltzer (2004), está diretamente associado ao comportamento de saúde e inversamente relacionado a sintomas depressivos e estresse.

Os estudantes universitários, entendidos como um grupo especial de investimento social necessitam de desenvolvimento de estudos direcionados a este público, priorizando as dimensões mais vulneráveis desse período, de modo a identificar os fatores que predispõem a ocorrência do estresse emocional e, assim sendo, sua influência na saúde dos graduandos. Dessa forma, será dada uma contribuição à investigação da saúde mental na população universitária.

O presente estudo busca identificar indicadores de vulnerabilidade e bem-estar psicológicos em estudantes universitários de um dos centros universitários da Universidade Estadual da Paraíba oferecido no Campus I - Campina Grande, por meio da exploração de aspectos favoráveis e desfavoráveis à saúde mental do estudante concludente.

METODOLOGIA

O presente artigo provém de uma pesquisa oriunda de um dos componentes curriculares obrigatórios do curso de psicologia da UEPB, intitulado Psicologia da Saúde. Dentre os objetivos da disciplina, almeja-se a discussão acerca da inserção do psicólogo nas instituições de saúde e em diversos contextos sociais e institucionais, tal como a atuação desse profissional em equipe, o desenvolvimento de projetos de pesquisa e a aproximação dos alunos com as adversidades intrínsecas à prática da psicologia em suas diversas áreas de atuação.

Logo, em resposta aos objetivos traçados na disciplina, foi produzida uma pesquisa de ordem qualitativa, do tipo transversal, buscando identificar informações factuais, a partir de questões e hipóteses de interesse levantadas na fundamentação teórica, relacionando Psicologia da Saúde e o contexto Social. Assim, trata-se de uma pesquisa exploratória.

Este estudo contempla 33 alunos concluintes regularmente matriculados na Universidade Estadual da Paraíba, Campus I. Na amostra de alunos foram incluídos todos regularmente matriculados na instituição e vinculados aos centros de ensino- CCBS-Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, CCT- Centro de Ciências e Tecnologia, CEDUC- Centro de Educação, inseridos no semestre 2019.1 como concluintes de curso e que se dispuseram a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A coleta dos dados foi iniciada com o levantamento e identificação dos alunos concluintes no primeiro semestre de 2019. Posteriormente, foram convidados a participar da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido através de protocolos ou por um formulário online e, por conseguinte, respondendo os instrumentos: Autoavaliação de saúde, Escala de resiliência, Questionário de saúde geral (QSG-12), Questionário sobre depressão, Questionário sócio demográfico.

Após a coleta dos dados, por um formulário eletrônico na plataforma *Google Forms* (disponível em <https://docs.google.com/forms/d/1hWjnRShZYZFRatNnC1s15JMVhn2kRv-IYrnmCAMRO3w/edit?ts=5cdddbbe>) ou por preenchimento de formulário em protocolo, as informações obtidas foram submetidas ao processo de Análise de dados simples oferecido pela plataforma concedente do formulário e este seguiu os seguintes procedimentos: A *Pré-Análise* (Leitura Flutuante, Constituição do Corpus), *Exploração do Material* (Recorte dos

dados em unidades de registro, escolha das regras de contagem e classificação e junção em categorias), *Tratamento dos Resultados Obtidos e Interpretação* (submissão dos resultados brutos obtidos a procedimentos estatísticos de organização em percentagens, e posterior realização de inferências e interpretações delimitadas pelo quadro teórico).

DESENVOLVIMENTO

A influência que o contexto acadêmico no ensino superior tem sobre o indivíduo é diversa, muitos sentem dificuldades de adaptação e insegurança, como também sintomas de adoecimento, como: depressão, ansiedade e estresse, além da pressão ao longo dos cinco anos de curso, com cobranças direcionadas a seu crescimento e responsabilidades (CASTRO, 2017, p. 381). Assim, estes se sintam vulneráveis às mudanças que vivenciam neste período. As mudanças ocasionadas pela

[...] transição e adaptação ao ensino superior também estão atreladas a uma fase do desenvolvimento psicossocial dos jovens, se caracterizando como um processo de criação de novos papéis sociais, a exploração destes papéis cria um cenário de vulnerabilidade (ALMEIDA & SOARES, 2003; ERIKSON, 1976 apud CASTRO, 2017, p. 382).

Constituindo-se como um processo repleto de conflitos, inquietações e dúvidas, como também, crescimento pessoal e profissional, “O ingresso na Universidade é caracterizado por mudanças significativas e complexas na forma como o estudante pensa em diferentes áreas de suas vidas, podendo se desenvolver intelectualmente e pessoalmente” (PAPALIA & FELDMAN, 2006 apud CASTRO, 2017, p. 381). Este período é um marco de transição não apenas ao ensino superior, mas também da adolescência a vida adulta.

Os estudantes do ensino superior, considerados como grupo de vulnerabilidade pelas situações as quais estão inseridos no contexto acadêmico, são importantes alvos de estudo, tendo como foco seu bem-estar e qualidade de vida. Estudos os quais busquem identificar e avaliar a influência que a universidade tem na sua vida, nas suas relações sócio afetivas, dentro e fora do contexto acadêmico, como também compreender seus processos subjetivos e como suas relações se constituem. Pois:

Todas as fases da graduação e suas relações podem se configurar como processos criadores ou patogênicos para o estudante, afetando o mesmo em nível educativo, social e psicológico. Portanto, toda a diversidade de fatores que favorecem o sofrimento psíquico e ferem o bem-estar dos estudantes devem ser objeto de reflexão e estudo aprofundado das universidades (CASTRO, 2017, p. 395).

O autor corrobora que o estudante universitário e suas demandas ao longo deste processo acadêmico e de construção profissional, visto que embora existam designios oriundos do ingresso no ensino superior e de conclusão do curso.

As mudanças ocasionadas ao fim da graduação tendem a posicionar-se de maneira mais direta ao indivíduo, pois, apesar de ter ocorrido a adaptação ao contexto acadêmico, as responsabilidades e cobranças inicialmente apresentadas, ao se deparar com o último período (estágio e TCC), o indivíduo se vê novamente em uma posição de insegurança e incertezas, em virtude das percepções frente ao fim de um ciclo e entrada em novo contexto, cercado de incertezas, tais como o mercado de trabalho, cobranças direcionadas a retorno financeiro, autonomia, expectativas parentais e entre outros fatores estressores que se evidenciam, advindos das demandas subjetivas do indivíduo (NOGUEIRA, 2017, p. 55).

Diante de tais mudanças ao fim do curso, esta fase mostra o processo de ruptura, o qual se caracteriza para o sujeito como uma etapa de vulnerabilidade, estresse emocional, ansiedade e responsabilidades, muitas vezes atrelada a depressão, assim constituindo-se como um momento de labilidade emocional (PEREIRA, 2014, p.7).

Ao buscar contribuir com estes estudantes, sua qualidade de vida e bem-estar, é realizada uma investigação acerca dos fatores que contribuem positivamente e de forma negativa para essa passagem, objetivando construir através dos resultados obtidos uma intervenção efetiva a este grupo, a partir da visão deles próprios acerca desse momento e os fatores os quais estes enxergam como desencadeadores de sua condição atual de saúde.

É fundamental que se perceba a distinção entre o modelo biomédico e o biopsicossocial, pois, o primeiro limitava o indivíduo ao biológico, desconsiderando a influência de outros fatores na constituição do conceito de doença. O modelo biopsicossocial, em oposição, se caracteriza por abranger no processo de saúde-doença a influência de fatores biológicos, sociais e psicológicos, possuindo uma visão holística do homem.

A partir da adoção do modelo biopsicossocial, construiu-se uma nova definição do que é saúde, sendo atualmente caracterizada como “um estado de completo desenvolvimento físico, mental e bem-estar social e não meramente a ausência de doença ou enfermidade” (WHO, 1948 apud NOGUEIRA, 2017, p. 43). Observou-se, também, a evolução do conceito de saúde mental, a qual passou a ser definida como “aproveitamento pleno das potencialidades e capacidades cognitivas, relacionais e afetivas, enfrentar as dificuldades da vida, produzir trabalho e, contribuir para ações em sociedade” (OMS, 2003, p.1 apud NOGUEIRA, 2017, p. 43).

A saúde mental está vinculada ao bem-estar, o qual é atualmente considerado um “componente central na saúde, e esta relevância é-lhe conferida pela definição de saúde e de saúde mental da OMS” (1946 apud NOGUEIRA, 2017, p. 45). É caracterizado pela satisfação de necessidades biológicas, psicológicas e sociais, estando atrelada ao modelo biopsicossocial vigente. Apesar de o bem-estar ser uma experiência subjetiva, é possível o avaliar e objetivá-lo através de vários indicadores (NOGUEIRA, 2017, p. 46).

O bem-estar e a saúde mental dos estudantes concluintes do ensino superior são muitas vezes comprometidos, pois esta fase implica um processo de expectativas com o futuro profissional, incertezas, conflitos internos e angústia. A busca pela independência é algo almejado e temido, pois se configura como um “atestado” de sua autonomia pessoal, financeira e “separação” das figuras parentais (CASTRO, 2017. p. 383).

Ao final do curso, se é cobrado ao indivíduo resultados por seu esforço e dedicação ao longo do curso, não só sua cobrança por um futuro pessoal e profissional estável, mas a de seus pais pelo investimento nele realizado, e da sociedade, a qual cobra resultados e espera que este possua emprego, família, autonomia, uma perspectiva tradicional e limitada do que é ser adulto, de como se deve portar-se após a formação (NOGUEIRA, 2017, p. 55).

Dessa maneira, observa-se a necessidade de serviços de apoio a saúde mental destes estudantes, visando fornecer suporte não só aqueles que já estão acometidos pelo sofrimento psíquico, mas atuando também na promoção e prevenção da saúde. É importante essa intervenção ao início dos sintomas, para que se evite um agravamento, e possa atuar frente às potencialidades deste sujeito.

Deve-se ressaltar, contudo, a importância da construção de um suporte social, pois a assistência de serviços de apoio à saúde do indivíduo, sem a parceria de familiares e seus

pares, se torna deficiente. O suporte social fornece apoio emocional ao sujeito, permitindo que este se sinta compreendido, e perceba que suas limitações são aceitas e respeitadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa realizou a aplicação de cinco instrumentos, contudo, no presente artigo serão abordados os resultados obtidos através do questionário de saúde geral (QSG-12), visando propiciar uma discussão mais aprofundada acerca dos dados coletados.

Questionário de saúde geral (QSG-12)

O Questionário de Saúde Geral (GSG-12) tem como objetivo conhecer, de maneira geral, os índices de saúde dos universitários na amostra pesquisada. Os participantes responderam ao instrumento, que corresponde a uma versão reduzida do QSG-60, de Goldberg & Williams; composto por 12 itens, que avaliam o quanto se tem experimentado os sintomas descritos, através de respostas dadas em uma escala de quatro pontos.

De acordo com Minayo et al. (2000, p. 10):

Qualidade de vida é uma noção eminentemente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental e à própria estética existencial. [...]. O termo abrange muitos significados, que refletem conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo, portanto, uma construção social com a marca da relatividade cultural.

Logo, a qualidade de vida está relacionada à satisfação com a vida, condições de saúde razoáveis, expectativas de futuro, bem-estar físico e relações sociais constantes, íntimas e duradouras. Capitanini (2000) sustenta a importância dos relacionamentos sociais para o bem-estar físico e mental e, conseqüentemente, para melhorar o bem-estar global do indivíduo. Nesse sentido, a incapacidade cada vez maior de desfrutar das atividades cotidianas apresentadas por 54,5% reverbera na saúde desse aluno.

Os resultados reforçam a necessidade de um cuidado especial com a população universitária. Foi identificada a prevalência de estresse, quanto a preocupações que os tem

feito perder muito sono em 33,3% um pouco mais que o de costume e 30,3% muito mais que o de costume entre os 33 alunos investigados.

Uma parcela expressiva dos estudantes (45, 5%) dispõe sintomas de dificuldade em concentrar-se. Esse resultado vai de encontro à tensão que 57,6% da amostra acusa sentir muito mais que o de costume. Tal constatação pode indicar que a maioria dos estudantes universitários tem lidado com eventos estressantes, e considerando a parcela de 33,3% que apresenta fases mais graves (quase exaustão e exaustão) vivenciando a sensação de incapacidade de superação de adversidades. Quanto à dificuldade de tomar decisões 42,4% dos entrevistados afirmam que sua manutenção tem se dado igual como de costume.

Nota-se uma variabilidade quanto a sentimentos de utilidade na vida 39,4% dos graduandos acredita na manutenção usual deste, mas em contrapartida 21,2% mais do que o costume e nos mesmos percentuais menos que o de costume. Assim, faz-se de suma importância investigação acerca da vulnerabilidade e bem-estar psicológicos em estudantes universitários. Outro dado relevante cabe aos sentimentos de inutilidade que apontam que a parcela de 36,4% dos universitários indagados acredita não servir para absolutamente nada, e 24,2% tem pensado nessa questão muito mais que o de costume.

Quando questionados sobre a capacidade de enfrentamento de problemas 42,4% dos alunos afirmam um déficit, no sentido de estarem tendo-a menos que o de costume. Esses universitários também afirmam ter perdido confiança em si, conferindo 30,3% um pouco mais que o de costume e 27,3% muito mais que o de costume. Os dados indicaram a presença de baixos níveis de autoeficácia está presente na maioria dos universitários pesquisados. A obtenção desses índices de autoeficácia pode demonstrar uma situação insatisfatória em relação aos grupos pesquisados.

A labilidade emocional também se faz presente, os universitários têm se sentido pouco felizes ou deprimidos 27,3% um pouco mais que o de costume e 27,3% muito mais que o de costume. Os resultados indiciam uma correlação entre o ingresso na universidade e situação atual dos sujeitos, visto que apontam índices baixos de felicidade, dando-se 30,3% a menos que o de costume.

Tendo em vista que esses estudantes encontram-se passando por vários por mudanças significativas e complexas em diferentes áreas de suas vidas, a influência que o ensino superior tem sobre o indivíduo é diversa, logo, tais estimativas devem ser tratadas com

cuidado. Neste instrumento constata-se o quão fragilizado estão, na medida em que apresentam baixos níveis de auto eficácia e altos níveis de estafa e sofrimento psíquico.

Considerando-os como grupo de vulnerabilidade pelas situações as quais estão inseridos no contexto acadêmico, constata-se o importante papel da universidade na elaboração de propostas de prevenção e tratamento de seu alunato. Fazendo-se de suma importância a promoção do bem-estar e qualidade de vida, visto que notoriamente essa instituição exerce demandas aos graduandos, em suas relações socioafetivas, dentro e fora do contexto acadêmico, por meio de processos subjetivos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se concluir que o discente universitário enfrenta uma gama de condições de risco para sua saúde mental e bem-estar. A partir dos resultados obtidos com a aplicação do questionário de saúde geral (QSG-12), é possível observar a vulnerabilidade de caráter biopsicossocial em que se encontram neste período de conclusão de curso na Universidade Estadual da Paraíba.

A tentativa de compreensão das concepções sobre saúde e subjetividade dos estudantes concluintes propiciou através dos dados coletados, subsídios para uma possível articulação visando a melhora da qualidade de vida e bem-estar dos discentes, objetivando culminar em estudantes e profissionais mais saudáveis.

Os dados obtidos proporcionam uma base sobre como se encontra a saúde e bem-estar destes estudantes, assim, possibilitando a identificação de sistemas que ofereçam risco à saúde e as consequências das perturbações psicológicas nos estudantes. Observou-se através dos dados sintomas de estresse, estafa, exaustão, ansiedade e depressão que resultam em patologias para o estudante, tendo em vista que estes se encontram cada vez menos autoeficazes, afetando-os nos níveis educativo, social e psicológico.

Devem-se ressaltar as limitações da pesquisa em detrimento a disponibilidade da amostra, pois esta encontra-se no último estágio obrigatório da graduação, que por sua vez, é predominantemente realizado em outras instituições, consequentemente dificultando a localização dessa população, o que pode ser investimento de futuras articulações de pesquisa.

Contudo, apesar das limitações apresentadas no decorrer da pesquisa, foi possível através das aplicações obter dados referentes a como estes estudantes avaliam sua saúde e como se percebem em comparação a seus colegas. Percebeu-se também a influência exercida pelas relações vivenciadas fora da universidade e como os pares e familiares contribuem de forma positiva para o bem-estar destes estudantes. Elementos causadores de sofrimento psicossocial também foram possíveis de serem observados, como também estratégias as quais são utilizadas pelos estudantes para o enfrentamento de situações-problema que são postas no decorrer do décimo período.

Posto toda a diversidade de fatores que ferem o bem-estar, deve-se pensar o modo de lidar com sofrimento psíquico dos estudantes. Faz-se importante observar a necessidade de serviços de apoio à saúde mental destes alunos, visando fornecer suporte, e principalmente atuar na promoção e prevenção da saúde.

REFERÊNCIAS

ALBERTO, Alice; ALMEIDA, Anabela. **A saúde mental de estudantes de medicina estudo exploratório na universidade da beira interior**. [S. l.], 2011. Disponível em: <https://actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/viewFile/1490/1076>. Acesso em: 11 abr. 2019.

CAPITANNI, M. E.; **Sentimento de solidão, bem estar subjetivo e relações sociais em idosos vivendo sós**. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000.

CASTRO, Vinícius Rennó. **Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior**. Revista Gestão em Foco, v. 9, p.380-401, 2017.

CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes. **Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários**. 2014. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) - UNICAMP, [S. l.], 2014. Disponível em: http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/313371/1/Cerchiari_EdneiaAlbinoNunes_D.pdf. Acesso em: 11 abr. 2019.

Grupo de Estudos e Pesquisas em Envelhecimento e Saúde- GEPES. **Questionário de saúde geral (QSG-12)**. Protocolo de coleta de dados- PROPESQ/2015- Resiliência, Qualidade de vida e Fragilidade em idosos adscritos na rede de atenção básica de saúde- Campina Grande- PB. Campina Grande, p. 7-8.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de Vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 5, n.1, p. 7-18. 2000.

NOGUEIRA, Maria José Carvalho. **Saúde mental em estudantes do ensino superior: fatores protetores e fatores de vulnerabilidade**. Lisboa: Universidade de Lisboa, 2017. p.268.

PADOVANI, Ricardo da Costa *et al.* **Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário**. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, jun 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002. Acesso em: 12 abr. 2019.

PEREIRA, Maria Amélia Dias. **O sofrimento psíquico na formação médica: percepções e enfrentamento do estresse por acadêmicos do curso de Medicina**. 2014. Tese (Doutorado em Medicina)- Universidade Federal de Goiás, [S. l.], 2014. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/tede/bitstream/tede/4381/5/Tese%20%20Maria%20Am%C3%A9lia%20Dias%20Pereira%20-%202014.pdf>. Acesso em: 10 abril 2019.

SANTOS, Jefferson Jovelino Amaral dos; SARACINI, Nicole; SILVA, Watusi Camila da.; EttandAll. **Estilo de vida relacionado à saúde de estudantes universitários: comparação entre ingressantes e concluintes**. ABCS- ABCS HEALTH SCIENCES- Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde. 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7322/abcs.hs.v39i1.256>. Acesso em: 11 abril 2019.