

TRANSTORNO DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Vilena Mendes Duarte¹;

Patrícia dos Santos Silva Queiroz²;

Karla Vanessa Morais Lima³;

Igor Rodrigues da Fonseca⁴;

Mayra Sharlenne Moraes Araújo⁵;

Valéria Pereira Lima⁶;

Jesuane Cavalcante Melo de Moraes⁷;

Cristiana Maria De Araújo Soares Gomes⁸.

RESUMO: O termo ansiedade, todavia, pode se referir a eventos bastante diversos, tanto no que diz respeito a estados internos do falante, quanto a processos comportamentais que produzem esses estados internos. O objetivo da pesquisa é compreender a interação transtorno de ansiedade no desempenho acadêmico. A metodologia aplicada na pesquisa deste artigo trata-se de uma revisão integrativa, fundamentada em artigos científicos e livros acadêmicos. Os resultados apontam que a tensão no ambiente é comum em todos os cursos, no caso de enfermagem, se agrava quando o graduando compreende a complexidade e risco atribuído a classe. Muitos eventos descritos como agradáveis podem implicar em um sentimento de ansiedade, principalmente quando envolvem espera. Entretanto, é principalmente quando a ansiedade se refere à relação do indivíduo com eventos aversivos em suas múltiplas possibilidades de interação, que ela adquire o status de queixa clínica. O ingresso na universidade é um período de transição que desencadeia mudanças na visão social e profissional, configurando o fim de um ciclo e o início de outro.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. Faculdade. Saúde mental.

ANXIETY DISORDER IN NURSING ACADEMICS: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT: The term anxiety, however, can refer to quite different events, both with regard to the speaker's internal states and the behavioral processes that produce these internal states. The objective of the research is to understand the interaction of anxiety disorder on performance academic. The methodology applied in the research of this article is an integrative review, based on scientific articles and academic books. The results indicate that tension in the environment is common in all courses, in the case of nursing, it worsens when the student understands the complexity and risk attributed to the class. Many events described as pleasant can imply a feeling of anxiety, especially when they involve wait. However, it is mainly when anxiety refers to the individual's relationship with aversive events in their multiple possibilities of interaction, that it acquires the status of a clinical complaint. Entering university is a period of transition that triggers changes in social and professional vision, configuring the end of one cycle and the beginning of another.

KEY-WORDS: Anxiety. Faculty. Mental health.

INTRODUÇÃO

O transtorno de ansiedade é o medo exacerbado de situações hipotéticas do cotidiano (OLIVEIRA; ANTUNES; OLIVEIRA, 2017). O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V, 2014) descreve o transtorno como a resposta emocional mediante a sensação de ameaça futura.

As principais características diagnósticas nesse transtorno são a tensão muscular, hiper vigilância, cautela/esquiva quando há uma interação física e superestimação do perigo em situações com baixíssimo grau de periculosidade (GILLIHAN, 2020).

O termo ansiedade, todavia, pode se referir a eventos bastante diversos, tanto no que diz respeito a estados internos do falante, quanto a processos comportamentais que produzem esses estados internos. Muitos eventos descritos como agradáveis podem implicar em um sentimento de ansiedade, principalmente quando envolvem espera. Entretanto, é principalmente quando a ansiedade se refere à relação do indivíduo com eventos aversivos em suas múltiplas possibilidades de interação, que ela adquire o status de queixa clínica (LIJSTER, 2017).

O ingresso na universidade é um período de transição que desencadeia mudanças na visão social e profissional, configurando o fim de um ciclo e o início de outro. Tal circunstância marca as alterações ocorridas nos relacionamentos e na interação individual com o meio em que está inserido.

Em face das notícias recorrentes dos índices alarmantes de transtornos de ansiedade no meio acadêmico, suscitou-se o interesse em analisar as possíveis ocorrências e consequências (comportamentais, físicas, clínicas, relacionamentos) no meio, por isso torna-se auspicioso trabalhar o referido tema. Uma vez que a partir da problematização da temática pode-se chegar a um parâmetro da real incidência dos casos de transtorno de ansiedade em acadêmicos do curso de enfermagem.

Em meio a essa nova atmosfera, o indivíduo estará submetido a fatores estressores comuns ao meio acadêmico, tais como adequação a uma nova rotina de estudo, acompanhamento dos prazos pré-estabelecidos no cronograma e tensão pré provas. Esta é uma das situações que corrobora para a temática e problemática que será abordada – transtornos de ansiedade. Nesse sentido, surge a dúvida: O que diz as literaturas de 2018 à 2023 sobre o transtorno da ansiedade em acadêmicos de enfermagem?

Diante disso, será feita uma pesquisa de cunho qualitativo, com o objetivo de compreender a interação transtorno de ansiedade no desempenho acadêmico, verificando as motivações geradoras do problema em acadêmicos dos cursos de enfermagem, tal como, construir um perfil do acadêmico com ansiedade; e identificar as motivações geradoras do transtorno.

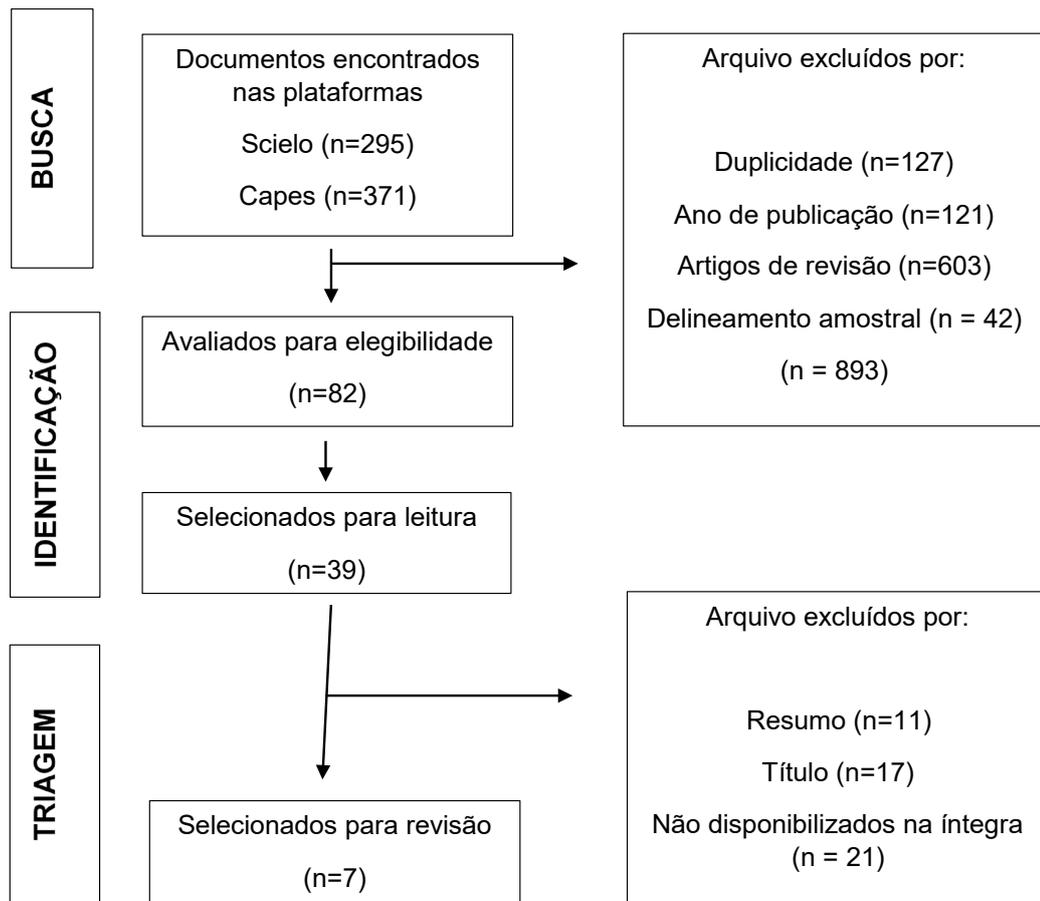
METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de estudo de revisão integrativa, com abordagem qualitativa, de cunho descritivo. Gil (2017) descreve as contribuições da pesquisa bibliográfica de conhecimento secundário, já produzido por obras já impressa em formato de artigos.

A pesquisa foi realizada com os bancos de dados da Scielo, Periódico da Capes e PubMed e a feitura da pesquisa ocorreu em três momentos (busca, identificação e triagem), no primeiro momento houve a separação por termos de busca, que são: ansiedade (anxiety), faculdade (college), saúde mental (mental health).

Os critérios de inclusão foram: estudos publicados entre os anos de 2018 a 2023, nas bases de dados mencionadas, sobre a importância do exercício resistido para idosos. Os critérios de exclusão foram a presença de artigos que não estavam disponibilizado na íntegra, resumos, títulos e outros idiomas que não seja o português e inglês, conforme o apresentado no fluxograma abaixo:

Gráfico 1: Fluxograma da pesquisa.



Fonte: autoria própria, 2023.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Ano/Autor	Objetivos	Métodos	Resultados
DIAS JUNIOR <i>et al.</i> (2022)	Avaliar a ansiedade dos acadêmicos do curso de enfermagem e de medicina de uma universidade pública	Estudo quantitativo, descritivo e transversal, realizado com 272 acadêmicos de enfermagem e de medicina.	Constatou-se que houve predomínio do sexo feminino (72,1%), faixa etária de até 22 anos (48,9%), estado civil solteiro(a) (93,4%), não tabagistas (94,1%) e originários(as) de outros municípios (92,6%). Além disso, 92,3% estão satisfeitos com o curso, 97,1% se identificam com o curso, 90,4% mantinham-se financeiramente com a ajuda de familiares, 66,5% realizavam atividades extracurriculares e 71,0% vivenciaram algum evento marcante na vida no último ano. Dentre a totalidade de participantes, 58,1% foram classificados com ansiedade, sendo que para os participantes do curso de enfermagem obteve-se 58,4% e para medicina 57,9%.
TRINDADE <i>et al.</i> (2021)	Verificar a presença da ansiedade entre os alunos de enfermagem, odontologia e psicologia de uma instituição de ensino superior.	Estudo transversal e descritivo de abordagem quantitativa, através da aplicação de um instrumento de avaliação referente a sinais e sintomas de ansiedade e forma de controle da mesma. Participaram da pesquisa alunos matriculados nos cursos de enfermagem, odontologia e psicologia com idade igual ou superior a 18 anos	Com relação aos cursos, 86% dos alunos de enfermagem acreditam ser ansiosos, enquanto que 78% e 69% dos alunos do curso de odontologia e psicologia se dizem ansiosos, respectivamente. No que se diz respeito ao controle da ansiedade, 48,8% afirmaram ter dificuldade em controlá-la. Os acadêmicos de enfermagem, odontologia e psicologia consideram-se ansiosos e isso pode afetar de maneira prejudicial o desempenho acadêmico.
SANTIAGO <i>et al.</i> (2021)	Evidenciar índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes dos cursos de enfermagem e medicina de um centro universitário do Acre.	Estudo transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, desenvolvido junto a 80 alunos dos cursos de medicina e enfermagem	As médias de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os acadêmicos avaliados, os do curso de enfermagem apresentaram a maior média de sintomas de depressão e ansiedade e os do curso de medicina mais sintomas de estresse. Quando comparados por semestres, os estudantes do primeiro semestre de enfermagem apresentaram mais sintomas depressão e ansiedade e os do oitavo semestre de medicina, apresentaram mais estresse.

MENEZES <i>et al.</i> (2018)	Mensurar os níveis de ansiedade traço e ansiedade estado em estudantes do curso de Enfermagem frente à disciplina de Anatomia Humana I	Estudo quantitativo de corte transversal no qual foi aplicado o Inventário de ansiedade traço e estado (IDATE) uma semana antes da primeira avaliação da disciplina, numa Universidade particular da cidade de Aracaju (SE).	De acordo com a metodologia utilizada, pode-se concluir que a disciplina de anatomia não gerou ansiedade significativa nos discentes e que a ansiedade traço foi significativa independente das variáveis analisadas.
MIOTTO <i>et al.</i> (2022)	Identificar as manifestações de dor crônica (DC), ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de Enfermagem de uma universidade pública federal em tempos de pandemia	Estudo quantitativo, transversal, observacional e analítico, realizado de julho a novembro de 2020, com amostra de 119 estudantes de Enfermagem	A maioria dos estudantes de Enfermagem da amostra é do sexo feminino, com idade média de 23,4 anos, e 37,8% convivem com DC. Os estudantes com DC apresentaram maiores níveis de ansiedade e mais sintomas depressivos. Verificou-se associação entre DC, ansiedade e sintomas depressivos nessa amostra.
PEREIRA <i>et al.</i> (2019)	Conhecer as manifestações de ansiedade vivenciadas pelos estudantes de enfermagem em uma universidade do extremo sul do país.	Pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva, com 18 acadêmicos do curso de graduação em enfermagem, sendo excluídos os que não tiveram interesse em participar	Neste estudo, foi constatado que os estudantes de enfermagem apresentam manifestações de ansiedade ao longo do curso de graduação, o que pode atrapalhar sua formação acadêmica e influenciar o modo de agir profissionalmente, bem como sua maneira em lidar com sua própria saúde, além de influenciar no relacionamento com seus futuros pacientes
SOTO;TRONCOSO (2020)	Estabelecer a relação entre o nível de ansiedade, o desempenho acadêmico e variáveis sociodemográficas em estudantes de enfermagem da “Universidad Católica del Maule”.	Estudo quantitativo, descritivo e de corte transversal. A amostra foi censo, de 94 estudantes.	Os níveis de ansiedade encontraram-se entre as faixas baixas e médias, sugere-se mantê-los para promover aprendizagens significativas. Resulta necessário analisar o planejamento curricular para reestruturar as redes curriculares e assim apoiar os estudantes trabalhadores e fazer compatível o trabalho com o estudo, com a finalidade de melhorar sua qualidade de vida.

Fonte: autoria própria, 2023.

Dentre os artigos analisados conforme os preceitos estabelecidos na metodologia, foram selecionados sete. Deste modo, se faz necessário esmiuçar as informações contidas no mesmo.

Dias Junior *et al.* (2022) tem como intuito avaliar a ansiedade dos acadêmicos do curso de enfermagem e de medicina de uma universidade pública por meio de um estudo quantitativo, descritivo e transversal com 272 participantes, onde evidenciou-se que 58,1% dos participantes possuem ansiedade.

Já Trindade *et al.* (2021) expande seus horizontes para os cursos da saúde de determinada instituição, ou seja, os alunos de enfermagem, odontologia e psicologia objetivando verificar a presença de ansiedade. A pesquisa é um estudo transversal e descritivo de abordagem quantitativa. Os resultados obtidos pontuam que 88% dos alunos de enfermagem possuem ansiedade.

Em consonância, Santiago *et al.* (2021) se propõe a evidenciar índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes dos cursos de enfermagem e medicina de um centro universitário do Acre por meio do estudo transversal, descritivo e de abordagem quantitativa com 80 participantes, onde as três patologias foram encontradas com maior concentração em estudantes de enfermagem.

Em específico, Menezes *et al.* (2018) propõe uma mensuração de níveis de ansiedade traço e ansiedade estado em estudantes do curso de Enfermagem frente à disciplina de Anatomia Humana I que é elemento introdutório da graduação, onde avaliou-se pelo estudo quantitativo de corte transversal. Contudo, o resultado obtido não conseguiu avaliar as variáveis que, por sua vez, ocasionou a não configuração desse transtorno.

Miotto *et al.* (2022) tenta outra abordagem ao trazer as manifestações físicas e mentais de estudantes de Enfermagem utilizando o estudo quantitativo, transversal, observacional e analítico como método de pesquisa, onde verificou que as dores crônicas são recorrentes em estudantes com quadros de ansiedade.

Quanto a abordagens distintas, Pereira *et al.* (2019) gera uma pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva, com 18 acadêmicos que demonstraram que os estudantes de enfermagem ao longo da graduação possuem manifestações da ansiedade que, por sua vez, pode influenciar na qualidade da aprendizagem e na atuação futura do graduando.

Pensando em possibilidades para além do contexto historigráfico, selecionou-se o estudo de Soto e Trancoso (2020) que analisam a relação entre o nível de ansiedade, o desempenho acadêmico e variáveis sociodemográficas em estudantes de enfermagem da “Universidad Católica del Maule” que resultaram na identificação de baixos níveis de ansiedade devido aos fatores e condições de aprendizagem distintos do Brasil. Contudo, é válido destacar que a instituição em questão passou por reformulação metódica da Escola Normativa para Aprendizagem Significativa.

Segundo Dias Junior *et al.* (2022), Miotto *et al.* (2022) e Trindade *et al.* (2021) o perfil médio dos graduandos dos estudos selecionados é feminino entre 18 a 25 anos de idade, o período cursado é amplo, desde graduandos do primeiro período quanto do último.

Todos os artigos selecionados levantam os fatores que afetam negativamente os graduandos, sendo possível elenca-los em ordem de frequência: insegurança¹; dificuldade de absorver os conteúdos; medo em relação ao cotidiano futuro; atividades práticas; e relevância da profissão para sociedade ((DIAS JUNIOR *et al.*, 2022; TRINDADE *et al.*, 2021; SANTIAGO *et al.*, 2021; MENEZES *et al.*, 2018; MIOTTO *et al.*, 2022; PEREIRA *et al.*, 2019; e SOTO;TRONCOSO, 2020).

A ansiedade pode ter vários impactos negativos na vida dos graduandos de enfermagem, segundo as literaturas são: desempenho acadêmico prejudicado; estresse excessivo; saúde física comprometida; isolamento social; impacto na prática clínica (DIAS JUNIOR *et al.*, 2022; TRINDADE *et al.*, 2021; SANTIAGO *et al.*, 2021; MENEZES *et al.*, 2018; MIOTTO *et al.*, 2022; PEREIRA *et al.*, 2019; e SOTO;TRONCOSO, 2020).

É importante que os graduandos de enfermagem recebam o apoio adequado para lidar com a ansiedade. Isso pode incluir o acesso a recursos de saúde mental, como aconselhamento ou terapia, estratégias de gerenciamento do estresse, técnicas de relaxamento, exercícios físicos regulares e o estabelecimento de uma rede de apoio social. As instituições de ensino também podem desempenhar um papel importante ao fornecer programas de suporte e promover um ambiente de aprendizagem saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O transtorno de ansiedade é uma condição de saúde mental caracterizada por sentimentos intensos e persistentes de ansiedade, preocupação e medo. Pode afetar pessoas de diferentes áreas e profissões, incluindo acadêmicos de enfermagem. O estresse e as demandas do ambiente acadêmico podem contribuir para o desenvolvimento desse transtorno em estudantes.

Acadêmicos de enfermagem frequentemente enfrentam uma carga acadêmica pesada, prazos apertados, trabalho em equipe, exames clínicos e expectativas elevadas. Esses fatores podem levar a altos níveis de estresse e ansiedade. Além disso, a natureza do trabalho de enfermagem, que envolve cuidar de outras pessoas em situações de saúde desafiadoras, pode criar pressão adicional e aumentar a ansiedade.

¹ Em todos artigos surge essa resposta, mas sempre desacompanhada de descrição de quais fatores fundamentam essa insegurança.

REFERÊNCIAS

DIAS JUNIOR, S.A. *et al* . Ansiedade em Acadêmicos de Enfermagem e de Medicina de uma Universidade Pública: Estudo Transversal. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto , n. 27, p. 81-94, jun. 2022 .

GILLIHAN, S.J. **Terapia cognitivo-comportamental**: Estratégias para lidar com ansiedade, depressão, raiva, pânico e preocupação. Editora Manole: São Paulo, 2020.

MENEZES, F.M.M. *et al*. Mensuração dos níveis de ansiedade traço e estado em estudantes do curso de enfermagem. **Interfaces Científicas - Humanas e Sociais**, [S. l.], v. 6, n. 3, p. 93–100, 2018

MIOTTO, L.P. *et al*. Dor crônica, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de Enfermagem em tempos de pandemia. **Esc Anna Nery** [Internet]. 2022;26(spe):e20210351

OLIVEIRA, D.V.; ANTUNES, M.D.; OLIVEIRA, J.F. Ansiedade e sua relação com a qualidade de vida em idosos: revisão narrativa. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, 18(4):316-322, out./dez. 2017

PEREIRA, F.L.B. *et al*. Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. **Rev. pesquis. cuid. fundam.** (Online) ; 11(4): 880-886, jul.-set. 2019.

SANTIAGO, M.B. *et al*. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 73–84, 2021.

SOTO, C.M.; TRONCOSO, M.P. Relação entre o nível de ansiedade e desempenho acadêmico em estudantes de enfermagem. **Enferm. univ** [online]. 2020, vol.17, n.4, pp.437-448.

WHIBOURNE, S.K.; HALGIN, P.R. **Psicopatologia: Perspectivas Clínicas dos Transtornos Psicológicos**. Editora AMGH LTDA, Porto Alegre, 2013.