

Ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas complicações futuras

Anxiety in nursing academics and their future complications

Ansiedad en enfermería académica y sus futuras complicaciones

Amanda Maria Graça da Silva¹, Cynthia Emanuelle Neves da Silva², Andrey Ferreira da Silva³, Daniela Fagundes de Oliveira⁴,
Tamires Jesus Sousa⁵, Fernanda Matheus Estrela⁶

Como citar: Silva AMG, Silva CEN, Silva AF, Oliveira DF, Sousa TJ, Estrela FM. Ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas complicações futuras. REVISA. 2021; 10(2): 269-79. Doi: <https://doi.org/10.36239/revisa.v10.n2.p269a279>

REVISA

1. Faculdade Estácio de Alagoas.
Maceió, Alagoas, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0003-4721-6469>

2. Faculdade Estácio de Alagoas.
Maceió, Alagoas, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0002-1253-5315>

3. Faculdade Estácio de Alagoas.
Maceió, Alagoas, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0002-1038-7443>

4. Secretária Municipal de Saúde.
Salvador, Bahia, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0003-2743-9964>

5. Universidade Federal da Bahia.
Salvador, Bahia, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0003-4141-9097>

6. Universidade Estadual de Feira de Santana.
Feira de Santana, Bahia, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0001-7501-6187>

Recebido: 22/01/2020
Aprovado: 21/03/2021

RESUMO

Objetivo: Conhecer quais elementos favorecem a ocorrência de ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas possíveis complicações. **Método:** Revisão integrativa da literatura nacional e internacional. A coleta foi realizada nas bases de dados indexáveis na Biblioteca Virtual em Saúde, Base de dados da literatura Latino-Americana em Ciência da Saúde, Biblioteca de Enfermagem; Index de Psicologia, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online e Scientific Eletronic Library Online. Com descritores: Ansiedade, Acadêmicos, Complicações e Enfermagem. **Resultados:** Após a análise dos artigos selecionados, 11 artigos compuseram a amostra. **Conclusão:** A compreensão acerca da ansiedade em acadêmicos de enfermagem é imprescindível para que se torne possível a prevenção de futuras complicações.

Descritores: Enfermagem; Ansiedade; Acadêmicos; Complicações.

ABSTRACT

Objective: To know which elements favor the occurrence of anxiety in nursing students and its possible complications. **Method:** Integrative review of national and international literature. The collection was carried out in the indexable databases in the Virtual Health Library, Database of the Latin American literature in Health Science, Nursing Library; Psychology Index, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online and Scientific Eletronic Library Online. With descriptors: Anxiety, Academics, Complications and Nursing. **Results:** After analyzing the selected articles, 11 articles made up the sample. **Conclusion:** Understanding anxiety in nursing students is essential for preventing future complications.

Descriptors: Nursing; Anxiety; Academics; Complications.

RESUMEN

Objetivo: Conocer qué elementos favorecen la ocurrencia de ansiedad en estudiantes de enfermería y sus posibles complicaciones. **Método:** Revisión integradora de literatura nacional e internacional. La recolección se realizó en las bases de datos indexables de la Biblioteca Virtual en Salud, Base de datos de la literatura latinoamericana en Ciencias de la Salud, Biblioteca de Enfermería; Índice de psicología, Sistema de análisis y recuperación de literatura médica en línea y Biblioteca electrónica científica en línea. Con descriptores: Ansiedad, Acadêmicos, Complicaciones y Enfermería. **Resultados:** Tras analizar los artículos seleccionados, 11 artículos conformaron la muestra. **Conclusión:** Comprender la ansiedad en los estudiantes de enfermería es fundamental para prevenir futuras complicaciones.

Descritores: Enfermería; Ansiedad; Académica; Complicaciones.

Introdução

Ansiedade é considerada como um mecanismo de defesa natural que o ser humano possui para responder ao desconhecido da melhor forma possível. Quando ela atinge graus desproporcionais, torna-se algo prejudicial à saúde, acarretando comprometimento psíquico e somático ao indivíduo.¹

A vivência no meio acadêmico se torna desafiadora para qualquer discente e a busca pela adaptação, conhecimento e relação social torna-se constante. Novos hábitos e rotinas vão sendo moldados com o passar do tempo e a exposição ao estresse devido à mudança é nítida, o que acaba gerando dúvidas quanto à capacidade e preparo do acadêmico nessa nova fase. Vale ressaltar que cada sujeito reage às novas descobertas de forma distinta e singular, da mesma forma que cada emoção e sentimento são vividos em diferentes intensidades.²⁻³

Os fatores estressantes gerados dentro da faculdade estão relacionados a aspectos como avaliações, aulas, seminários o que leva a evolução de problemas maiores caso não sejam controlados. O estresse começa a se acumular comprometendo qualidade de vida e a saúde, deixando o acadêmico mais exposto a ansiedade e mais vulnerável aos transtornos psiquiátricos.⁴

Dados epidemiológicos destacam como a ansiedade está presente no meio universitário. Um estudo realizado em uma universidade baiana evidenciou que dos 110 acadêmicos entrevistados, 62,7% apresentavam nível considerado mínimo de ansiedade, 27,3% apresentavam ansiedade leve, 6,4% ansiedade moderada e 3,6% ansiedade severa. Estudo recente realizado em instituição de ensino pública encontrou uma prevalência de 30,2% entre os acadêmicos de enfermagem, percentual próximo ao da população universitária que é de 30,6%. Estudo transversal realizado na zona da mata mineira aponta prevalência de 37,5% entre os acadêmicos de enfermagem.⁵⁻⁷

A importância de se estudar ansiedade em acadêmicos de enfermagem se justifica pela sua elevada prevalência. Quanto mais abordado for o assunto, os primeiros sinais da ansiedade podem ser identificados pelo próprio sujeito e à medida que cresce o acesso à informação, proporcionalmente aumenta o conhecimento, tornando o problema menos complicado de ser resolvido se identificado no início.

É notório que grande parte dos discentes já vivenciou situações geradoras de ansiedade. À vista disso, levantamos a seguinte problemática: quais os elementos que favorecem a ocorrência da ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas possíveis complicações? O presente estudo teve como objetivo geral conhecer quais elementos favorecem a ocorrência de ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas possíveis complicações.

Método

Este estudo baseou-se em uma revisão integrativa da literatura nacional e internacional, de natureza qualitativa, buscando compreender a temática em questão. Segundo Prodanov e Freitas⁹ o passo metodológico tem o propósito de reunir, compreender e avaliar métodos disponíveis em estudos científicos com informações amplas sobre a pesquisa, formulando uma rede de conhecimento, permitindo a síntese de resultados obtidos através de pesquisas relevantes.

Para instrumentalizar a revisão, utilizou a seguinte organização: 1- desenvolvimento do tema; 2- fundamentação da questão de pesquisa; 3- escolha dos descritores e base de dados; 4- avaliação dos estudos selecionados com critérios de inclusão e exclusão; 5- análise dos dados encontrados. O tema escolhido para elaboração desta pesquisa foi: Ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas complicações futuras.

Para a construção da pergunta de pesquisa, utilizou-se a estratégia PCC que representa um mnemônico para população, conceito e contexto (Quadro 1). Assim, seguindo esta estrutura, formulou-se a seguinte questão de pesquisa: quais os elementos que favorecem a ocorrência de ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas possíveis complicações?

Quadro 1- Aplicação da estratégia PCC.2020.

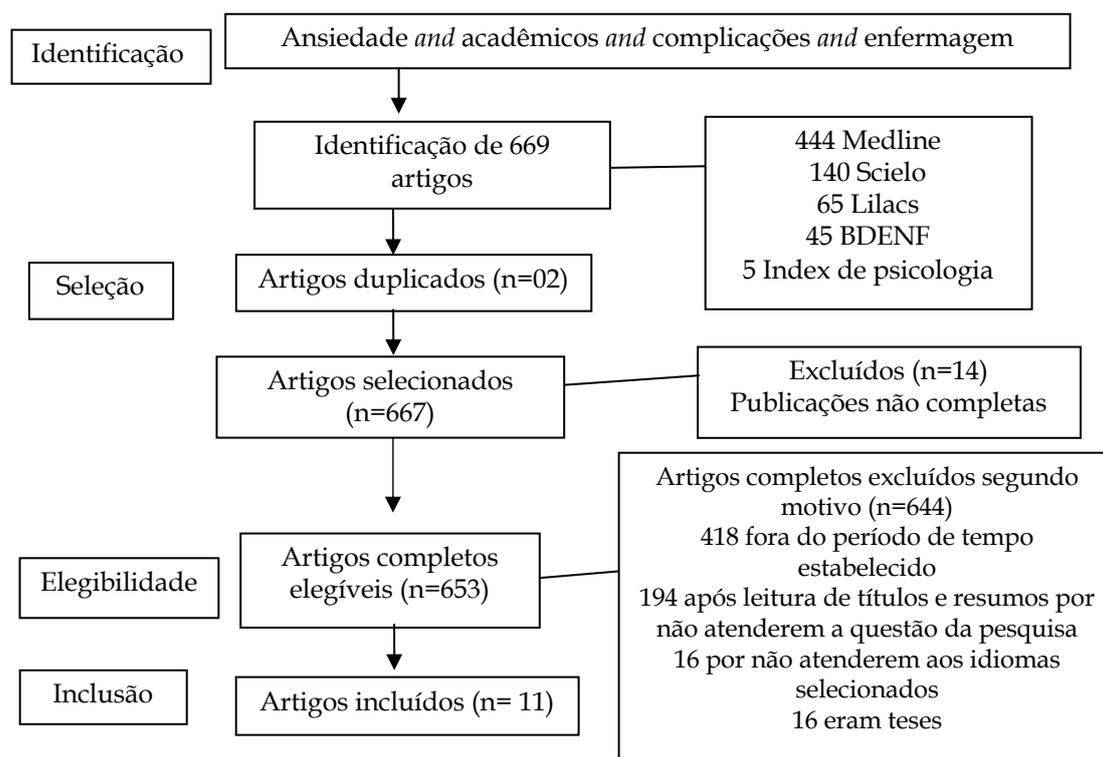
Estratégia	Definição	Aplicação
P	População	Acadêmicos de enfermagem
C	Conceito	Ansiedade
C	Contexto	Ambiente Universitário

Estabeleceu-se o período de publicação para este estudo entre os anos de 2013 a 2019. Os Descritores em Ciências de Saúde (DECS) utilizados foram: “Ansiedade”, “Acadêmicos”, “Complicações” e “Enfermagem”, sendo combinados pelo operador booleano “and” entre as expressões, a fim de localizar e sistematizar os registros de interesses. Para busca e seleção dos artigos foram consultadas as bases de dados: BVS (Biblioteca Virtual da Saúde); LILACS (Base de dados da literatura Latino-Americana em Ciência da Saúde); BDENF (Biblioteca de Enfermagem); Index de Psicologia (Periódicos Indexados nas bases de Dados de Psicologia); MEDLINE (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*) e SCIELO (*Scientific Eletronic Libary Online*). A coleta ocorreu no período entre agosto de 2020 a setembro de 2020. Por ser um artigo com base em estudos já realizados, o mesmo não foi sujeito ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

Os critérios de inclusão adotados foram: artigos originais, no idioma português e inglês, gratuito, publicado no período de 2013 a 2019 e os que compreendessem a temática proposta. Os critérios de exclusão foram: artigos escritos em espanhol, não gratuito, teses, monografias, dissertações, artigos duplicados, fora dos anos estabelecidos, além dos estudos que não correspondessem à temática.

Conforme a metodologia utilizada, encontrou-se 669 artigos científicos, 444 na MEDLINE, 140 no SciELO, 65 na base de dados da LILACS, 45 na BDENF, 5 na Index de Psicologia. Após o critério de inclusão e exclusão foram descartados 658 estudos científicos, sendo 418 excluídos por não estarem disponíveis entre os anos de 2013 a 2019, 194 descartados após leitura do título e resumo por não atenderem a questão da pesquisa, 16 por não estarem nos idiomas selecionados, 14 indisponíveis na íntegra, 16 eram teses, dois duplicados e a amostra da presente revisão foi constituída por 11 artigos (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma do processo de seleção dos artigos adaptado do Prisma. 2020.



A análise dos dados iniciou-se com a leitura flutuante dos títulos e resumos para sistematização e identificação dos tópicos de interesse, seguido da leitura exhaustiva dos artigos científicos para possibilitar a busca pela resposta da questão de pesquisa.

Resultados

Para análise do artigo aqui descrito sobre a ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas complicações futuras, selecionou-se 11 publicações científicas, os resultados foram descritos através do periódico, ano de publicação, autoria e título observados no Quadro 2.

Quadro 2- Lista dos artigos utilizados. 2020.

Periódico	Autoria e ano de publicação	Título	Resultados	Problemas/Complicações
Revista Eletrônica de Enfermagem	MARCHI, Kátia Colombo et al., 2013	Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública ⁹	Dos 308 estudantes, 16% estavam utilizando ansiolíticos no período em que a pesquisa foi realizada ou já usaram em algum momento de suas vidas; destes, 35% apresentaram ansiedade severa, de acordo com a aplicação	Dos 308 estudantes avaliados, 34% apresentam ansiedade leve, 24% moderada e 12% grave, Uso inadequado de ansiolíticos. Relatado principalmente fobia social e síndrome do pânico. Relaciona a ansiedade aos problemas cognitivos entre os quais, a atenção seletiva, que interfere o cérebro a selecionar

			do Inventário de Ansiedade de Beck.	informações relevantes mediante as situações de aprendizado
Revista Psicopedagogia	DIAS, Emerson Piantino et al., 2014	Expectativas de alunos de enfermagem frente ao primeiro estágio em instituições de saúde ¹⁰	Demonstram que o início do estágio é permeado por sentimentos de medo, insegurança e ansiedade dos estudantes.	Sentimentos de medo e ansiedade dos alunos
Revista de Enfermagem	JESUS, Isabel Silva de et al., 2015	Vivências de Estudantes de enfermagem com a ansiedade ¹¹	A análise das informações deu origem a três categorias: contexto de identificação com o curso; insegurança quanto ao mercado de trabalho; e contexto das relações e demandas acadêmicas.	Sentimentos como medo, angústia, impotência, estresse e ansiedade
Revista Brasileira de Enfermagem	GOYATÁ, Sueli Leiko Takamatsu et al., 2015	Efeitos da acupuntura no tratamento da ansiedade: revisão integrativa ¹²	Os resultados mostram efeitos positivos e estatisticamente significativos do uso da acupuntura para tratamento de indivíduos com ansiedade	Ansiedade
Revista de Enfermagem	LIMA, Briggitt Vasconcelos de Brito Gomes et al., 2017	Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação de enfermagem ¹³	Ao avaliar os níveis de ansiedade dos estudantes concluintes, prevaleceu a ocorrência de Alta Ansiedade e Baixa Autoestima.	Elevados níveis de ansiedade e baixos níveis de autoestima demonstram que os estudantes concluintes requerem atenção, no sentido de tais alterações influenciarem sua aprendizagem e cognição
Revista de Enfermagem	FREITAS, Ana Carolina Macedo et al., 2018	Fatores intervenientes na qualidade de vida do estudante de enfermagem ¹⁴	Os resultados apresentados permitem questionar o quanto que uma qualidade de vida e um bem-estar não satisfatórios interferem no resultado e desempenho acadêmico do estudante	Déficit no sono e, como consequência, apresentavam dificuldade de manter a atenção durante as aulas, afetando diretamente a QV e o aprendizado
Revista Brasileira de Enfermagem	FERNANDES, Márcia Astrês et al., 2018	Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública ¹⁵	A maioria dos participantes era do sexo feminino, solteira, natural da capital do estado e morava com os pais. A prevalência de depressão foi de 30,2% e de ansiedade, 62,9%. Identificou-se associação entre o nível	Síndrome de Burnout, déficit no sono, dificuldade em manter a atenção e sustenta que os altos níveis de ansiedade influenciam negativamente o processo de aprendizagem, memória, raciocínio, concentração e impede o rendimento

			de sintomas depressivos, trabalho, sexo e lazer.	acadêmico necessário perante a graduação
Revista Brasileira de Educação Médica	LEÃO, Andrea Mendes et al.,2018	Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil ⁷	Responderam aos questionários 476 estudantes. Predominou o sexo feminino (71,6%), estudantes com menos de 20 anos de idade (69,3%) e solteiros (92,0%). As prevalências de depressão e ansiedade foram de 28,6% e 36,1%, respectivamente.	Insatisfação com quantidade de sono, insônia e inatividade física foram aspectos fortemente associados à prevalência de depressão entre os estudantes. Destaca o transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e o transtorno de ansiedade social (TAS). Refletirá em problemas futuramente maiores, progredir para outros tipos de doenças mentais e até ao suicídio se não houver as intervenções necessárias.
Revista Online de Pesquisa o cuidado e fundamental	PEREIRA, Fernanda Lourdes Ribeiro et al.,2019	Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem ¹⁶	Após a transcrição e análise das conversas, emergiram quatro categorias que foram discutidas separadamente. Conclusão: Propõe-se que o professor tenha uma postura motivadora	Baixa autoestima e à inferioridade, podendo desencadear vários transtornos mentais, entre eles, o transtorno depressivo, cuja consequência mais drástica e grave é o suicídio. Implicações que interferem no raciocínio, atenção, compreensão e impede a atuação necessária para o desempenho das atividades mentais, implicando na sua atuação acadêmica. Surgindo sensações de fracasso, favorecendo o aparecimento de outros tipos de transtornos mentais, entre eles o transtorno de ansiedade social
Revista Brasileira de Saúde Ocupacional	RIBEIRO, Hellany Karolliny Pinho et al.,2019	Transtorno de ansiedade como causa de afastamentos laborais ¹⁷	A seleção final consistiu em 13 artigos, sendo o mais antigo publicado em 2006 e o mais recente em 2016. Os afastamentos por transtornos de ansiedade tiveram como principais fatores de risco as condições e ambiente de trabalho, com impacto negativo, tanto para a saúde do trabalhador como para o empregador.	Alta prevalência dos transtornos ansiosos como causa dos afastamentos do trabalho e da alta demanda de custos com auxílio-doença. Gerando impacto negativo em sua vida que impõem limitações às suas atividades cotidianas, reduzem suas potencialidades no trabalho e interferem na convivência familiar e social.

<p>International Journal of environmental and Public Health</p>	<p>SON, HaeKyoung, SO, Wi-Young, KIN, Myoungsu, 2019</p>	<p>Efeitos da aromaterapia combinada com musicoterapia na ansiedade, estresse e habilidades básicas de enfermagem em estudantes de enfermagem: um ensaio clínico randomizado¹⁸</p>	<p>A aromaterapia combinada com musicoterapia teve um efeito significativo na ansiedade do teste ($F = 4,29, p = 0,016$), estado de ansiedade ($F = 4,77, p = 0,011$), estresse ($F = 4,62, p = 0,012$) e desempenho de habilidades fundamentais de enfermagem ($F = 8,04, p = 0,001$) em comparação com aromaterapia e musicoterapia separadamente intervenções</p>	<p>Observa-se que a ansiedade, durante a internação psiquiátrica expressa-se por meio de componentes psicológicos e físicos, como apreensão, medo, angústia, alterações nos sinais vitais e agitação psicomotora.</p>
---	--	---	--	---

Discussão

Fatores que desencadeiam a ansiedade no acadêmico de enfermagem

Pereira e colaboradores¹⁶ atribuíram como elemento desencadeador da ansiedade o período de adaptação ou ajustamento a universidade, principalmente nos três primeiros semestres do curso. Com esse processo, o discente lida com o afastamento familiar, distanciamento dos amigos, começa a se acomodar com a estrutura física totalmente diferente da sua realidade escolar, bem como absorver o novo método de ensino/aprendizagem oferecido. Esse ajustamento pode contribuir para que os níveis de ansiedade sejam elevados e contrapõe a ideia de que o acadêmico esteja preparado para essas situações.

A satisfação e a busca pela identificação com o curso é outro aspecto produtor de ansiedade, assim o acadêmico começa a desenvolver diante do quadro ansioso sentimentos de frustração, impotência, infelicidade com a sua escolha e preocupação de não conseguir o retorno financeiro esperado. Além da desvalorização desta profissão imposta pela sociedade, familiares, amigos e a comparação entre o curso de medicina à enfermagem. Estes aspectos influenciam negativamente as expectativas futuras do seu desenvolvimento profissional.¹¹

As exigências acadêmicas se configuram em outro elemento motivador de estresse, a sobrecarga nas atividades desenvolvidas faz discente encontrar dificuldades em suprir as demandas do curso e colabora como um fator desencadeante da ansiedade em diversos graus. Essas demandas acadêmicas estão ligadas a forma como ele responde as avaliações, apresentação de trabalhos e os estágios curriculares, por exemplo. Diante disso, Marchi e colaboradores⁹ afirmam que os discentes da graduação de enfermagem manifestam níveis elevados de ansiedade devido a problemas na qualidade de ensino e ambiente, trabalhos, campo prático e as situações pessoais.

Ainda a fim de corroborar com as evidências citadas, Pereira et al.¹⁶ mostram que as avaliações teóricas e práticas, tornam-se um elemento problemático para o discente, a pressão exercida em relação a nota, conteúdo a ser cobrado, aprovação, acaba gerando altos níveis de ansiedade, comprometendo o seu rendimento estudantil e refletindo futuramente na reprovação da disciplina. Em relação as avaliações, Jesus et al.¹¹ citam que esse método avaliatório ainda está ligado a medir, classificar os saberes e o desempenho estudantil. A intensa expectativa em atingir a meta e demonstrar um bom rendimento faz com que haja episódios de ansiedade.

Segundo Dias et al.,¹⁰ diante do primeiro estágio curricular o acadêmico aflora muitos

sentimentos e expectativas. Na prestação do cuidado o discente irá incorporar uma postura pré-profissional para cuidar do outro, esse primeiro contato com a realidade fora da universidade constitui como um elemento ansiogênico. As situações geradoras de ansiedade se relacionam com o despreparo perante as situações reais, não cumprindo aquilo que lhe foi ensinado, sofrimento humano e a morte.

Outras expectativas frente ao primeiro estágio curricular, está na relação professor/ aluno, aluno/paciente e aluno/equipe. Quando não existe um relacionamento interpessoal entre esses pontos no campo prático o discente acaba desenvolvendo inúmeras reações emocionais, sendo elas a ansiedade que dificulta ainda mais a criação de vínculos. Portanto esse processo prático pode se tornar difícil afetando seu processo de aprendizado.¹⁰

As relações interpessoais, principalmente entre professor/aluno é fundamental durante as atividades acadêmicas, pois a comunicação torna-se importante para que o discente se sinta mais confortável na realização das tarefas impostas. Quando atitudes dos docentes passam a ser vistas como ameaçadores os discentes começam a se sentir desprezados e intimidados, com isso o ensino/aprendizado transforma-se em algo negativo e difícil. A quebra desse vínculo de comunicação acaba se transformando em um fator propício de bastante ansiedade, rodeado da sensação de desprezo por parte dos docentes.¹⁶

Um fator destacado é o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), visto como um grande inimigo e também apontado como um agente capaz de desencadear a ansiedade na reta final da graduação. Segundo Lima et al.,¹³ estas consequências já são esperadas, tendo em vista que o trabalho de conclusão de curso exige do estudante máximo desempenho, levando-o a um nível de pressão extrema. Freitas et al.,¹⁴ colabora que esta fase se torna delicada onde o acadêmico além de se deparar com o TCC também se preocupa com sua vida profissional.

Lima et al.¹³ ainda ressalta que a etapa final da graduação, alguns desafios e expectativas acerca do futuro acabam se intensificando e tomando grande proporção na vida do universitário. Isso se dá pelo fato de que, com o desgaste emocional vivenciado durante o período de graduação, há um aumento na preocupação sobre a inserção do mesmo no mercado de trabalho e o medo constante do fracasso em seu futuro emprego. Freitas et al.¹⁴ contribuem que, com o término do curso o discente torna-se ainda mais ansioso devido à preocupação com sua saída para a vida laboral, assim a ansiedade começa a despertar o medo e inseguranças perante as responsabilidades profissionais.

A insegurança relacionada ao mercado de trabalho provém das expectativas que estão relacionadas ao futuro profissional do estudante. Ciente do que o mercado de trabalho exige, o estudante começa a se cobrar ainda na universidade, como uma forma de ser eficaz em sua atuação profissional. Jesus et al.¹¹ afirmam que tais cobranças geram desconforto e ansiedade, principalmente perante situações ainda desconhecidas, como a realização de um novo procedimento, a provável frustração profissional é um fator que gera conflitos pessoais na vida do acadêmico e como consequência desse elemento, o surgimento da ansiedade.

Problemas e ou complicações decorrentes da ansiedade no acadêmico de enfermagem

Sabe-se que o desenvolvimento acadêmico na graduação é necessário para o discente aprimorar seus conhecimentos e colocá-los em prática. Quando a ansiedade começa a comprometer suas habilidades intelectuais, começa a apresentar problemas diante das atividades impostas em sua formação. Mediante a essas evidências, Lima et al.,¹³ acrescentam que as funções cognitivas podem ser prejudicadas pelas situações causadoras da ansiedade e essas influências atingem pontos chaves na desenvoltura acadêmica, dessa maneira o processo de aprendizado, atenção e concentração encontram-se diminuídos.

Em conformidade com Freitas et al.¹⁴ o déficit no sono ocorre com frequência e, como consequência, os estudantes avaliados na pesquisa também apresentavam dificuldade de manter a atenção durante as aulas, afetando diretamente no aprendizado.

Para Fernandes et al.¹⁵ pode ocasionar a Síndrome de *Bornout*, déficit no sono, dificuldade em manter a atenção e sustenta também que os altos níveis de ansiedade influenciam negativamente no processo de aprendizagem, memória, raciocínio, concentração e impede o rendimento acadêmico necessário perante a graduação.

Marchi et al.⁹ relaciona a ansiedade aos problemas cognitivos entre os quais, a atenção seletiva, que interfere o cérebro a selecionar informações relevantes mediante as situações de aprendizado. Havendo o comprometimento dessa função, o discente diminui o seu raciocínio lógico e conseqüentemente seu desempenho individual. Em conclusão, Fernandes et al.¹⁵ sustentam que os altos níveis de ansiedade influenciam negativamente o processo de aprendizagem, memória, raciocínio, concentração e impede o rendimento acadêmico necessário perante a graduação

Quando o acadêmico não consegue se sobressair devido à alta ansiedade e começa a ser dominado por esse sentimento, as funções cognitivas são. Assim, Pereira et al.¹⁶ sinalizam que essas implicações interferem no raciocínio, atenção, compreensão e impede a atuação necessária para o desempenho das atividades mentais, implicando na sua atuação acadêmica. Com isso, surgem sensações contínuas de fracasso, favorecendo o aparecimento de outros tipos de transtornos mentais, entre eles o transtorno de ansiedade social (TAS) e depressão.

Os transtornos mentais configuram-se em algo frequente no meio universitário, acometidos por esse distúrbio, o acadêmico começa a apresentar problemas pessoais e profissionais durante a prestação de cuidado ao paciente. Entre os tipos de transtorno de ansiedade no meio acadêmico, Leão et al.⁷ destaca o transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e o TAS. Esse mal psíquico refletirá em problemas futuramente maiores, progredir para outros tipos de doenças mentais e até ao suicídio se não houveras intervenções necessárias.

Ribeiro et al.¹⁶ apontam que ocorre alta prevalência dos transtornos de ansiedade como causa dos afastamentos do trabalho e da alta demanda de custos com auxílio-doença. Gerando impacto negativo na vida da pessoa que possui transtorno de ansiedade que impõem limitações às suas atividades cotidianas, reduzem suas potencialidades no trabalho e interferem também na convivência familiar e social.

Alguns estudantes não procuram apoio psicológico e conseqüentemente se automedicam em casa, seguindo orientações, geralmente, de algum conhecido que enfrentou situação semelhante e recomendou o uso do medicamento ou buscando informações na internet, sem orientações médicas. Marchi et al.⁹ afirmam que a mesma forma que o acadêmico inicia seu tratamento por conta própria, ele também o interrompe sem consultar um médico especialista, vale ressaltar que essa interrupção deve ser feita de forma gradual para evitar os sintomas de abstinência. O uso dos benzodiazepínicos sem a avaliação de um especialista e orientação do mesmo pode gerar dependência farmacológica ou potencializar o efeito se houver interação com outras drogas como o álcool, por exemplo, e principalmente a tolerância ao fármaco.

Conclusão

Os resultados analisados apontam que a adaptação, satisfação com curso, avaliações, apresentação de trabalho, TCC, estágios curriculares, insônia, aulas práticas, falta de lazer, relação professor/aluno e insegurança quanto ao mercado de trabalho são os principais gatilhos para o desenvolvimento da ansiedade. Mediante a isso, várias complicações podem surgir e prejudicar o discente em suas atividades acadêmicas como: Diminuição das funções cognitivas, mau desempenho das atividades, aparecimentos dos transtornos de ansiedade, depressão, risco ao

suicídio, automedicação, Síndrome de Burnout, déficit no sono, baixa autoestima, sentimento de inferioridade e fracasso e o afastamento laboral.

Diante deste contexto, este estudo agrega com o conhecimento acerca da ansiedade, servindo como material para informações direcionada aos acadêmicos auxiliando no reconhecimento dos sintomas, fatores desencadeantes e suas complicações, abrindo os olhares também para a promoção da saúde mental dentro das vivências universitárias, facilitando a prevenção, bem como a busca de meios para enfrentá-la de maneira a diminuir as consequências provocadas pela ansiedade e outros sinais e sintomas, principalmente entre estudantes de enfermagem.

Agradecimento

Essa pesquisa não recebeu financiamento para sua realização.

Referências

1. Andrade JV, Pereira LP, Vieira PA, Silva JVS, Bonisson MB, Castro JVR. Ansiedade, um dos problemas do século XXI. Revista de Saúde ReAGES [Internet]. 2019 [acesso 2020 abr 10]; 2(4): 34-39. Disponível em: <http://npu.faculdadeages.com.br/index.php/revistadesaude/article/view/220>
2. Cestari VRF, Barbosa IV, Florêncio RS, Pessoa VLMP, Moreira TMM. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. Acta Paulista de enfermagem [Internet]. 2017 [acesso 2020 abr. 12]; 30(2): 190-196. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002017000200190&lng=en&nrm=iso
3. Moretti FA, Hubner MC. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional? Revista Psicopedagogia [Internet]. 2017 [acesso 2020 abr. 12]; 34(105). Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862017000300003&lng=pt&nrm=iso
4. Carvalho EA, Berolini SMMG, Milani RG, Martins MC. Índice de Ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. Revista ciência, cuidado e saúde [Internet]. 2015 [acesso 2020 abr 10]; 14(3): 1290-98. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/23594>
5. Medeiros PP, Bittencourt FO. Fatores associados à ansiedade em estudantes de uma faculdade particular. Revista Multidisciplinar e de Psicologia [Internet]. 2017 [acesso 2020 abr. 12]; 10(33). Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/594>
6. Ferreira BC, Silva SM, Costa BV. Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. Interdisciplinary Scientific Journal [Internet]. 2019 [acesso 2020 nov. 2]; 6(5): 330. Disponível em: <http://revista.srvroot.com/linkscienceplace/index.php/linkscienceplace/article/view/695>
7. Leão AM, Gomes IP, Ferreira MJM, Cavalcanti LPG. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. Revista Brasileira de Educação Médica Online [Internet]. 2018 [acesso 2020 set. 2]; 42(4): 55-65. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000400055&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
8. Prodanov CC, Freitas EC. Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013 [acesso 2020 abr. 25]. Disponível em:

<https://www.feevale.br/institucional/editora-feevale/metodologia-do-trabalho-cientifico-2-edicao>

9. Marchi KC, Bárbaro AM, Miasso AI, Tirapelli CR. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. *Revista Eletrônica de Enfermagem* [Internet]. 2013 [acesso 2020 set 03]; 15(3): 731-9. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-19442013000300015
10. Dias EP, Stutz BL, Resende TC, Batista NB, Sene SS. Expectativas de alunos de enfermagem frente ao primeiro estágio em instituições de saúde. *Revista Psicopedagogia* [Internet]. 2014 [acesso 2020 set 02]; 31(94): 44-55. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862014000100006
11. Jesus IS, Sena ELS, Souza LS, Pereira LC, Santos VTC. Vivências de estudantes de graduação em enfermagem com a ansiedade. *Revista de Enfermagem UFPE OnLine* [Internet]. 2015 [acesso 2020 set 02]; 9(1): 149-157. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10319/11002>
12. Goyatá SL, Avelino CCV, Santos SVM, Souza Junior DI, Gurgel MDL, Terra FS. Efeitos da acupuntura no tratamento da ansiedade: revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*. [Internet]. 2016 [acesso 2020 set 03]; 69(3):602-609. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-716720160003000602&script=sci_abstract&tlng=pt
13. Lima BCBG, Trajano FMP, Chaves Neto G, Alves RS, Farias JÁ, Braga JEF. Avaliação da Ansiedade e Autoestima em concluintes do curso de enfermagem. *Revista de Enfermagem UFPE OnLine* [Internet]. 2015 [acesso 2020 set 02]; 11(11). Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/13440/24678>
14. Freitas ACM, Malheiros RMM, Lourenço BS, Pinto FF, Souza CC, Almeida ACL. Fatores Intervenientes na qualidade de vida do estudante de enfermagem. *Revista de Enfermagem UFPE OnLine*. [Internet]. 2018 [acesso 2020 set 02]; 12(9):2376-85. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/230110/29924>
15. Fernandes MA, Vieira FER, Silva JS, Avelino FVSD, Santos JDM. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem* [Internet]. 2018 [acesso 2020 set 02]; 71(supp 5): 2169-2175. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001102169&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt
16. Pereira FLR, Medeiros SP, Salgado RGF, Castro JNA. Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. *Revista online de pesquisa cuidado é fundamental* [Internet]. 2019 [acesso 2020 set 02]; 11(4):880-886. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6699/pdf_1
17. Ribeiro HKP, Santos JDM, Silva MG, Medeiro FDA, Fernandes MA. Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional* [Internet]. 2019 [acesso 2020 set 03]; 44(1). Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572019000101501
18. Son HK, So WY, Kim M. Effects of Aromatherapy Combined whit Music Therapy on Anxiety, Stress, and Fundamental in Nursing Skills in Nursing Students: A Randomized Controlled Trial. *International Journal of environmental and Public Health* [Internet]. 2019 [acesso 2020 set 02]; 26(21):4185. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/21/4185/htm>

Autor de Correspondência

Andrey Ferreira da Silva.
Av. Pio XII, 350. CEP: 57035-560, Jatiúca.
Maceió, Alagoas, Brasil.
silva.andrey1991@hotmail.com