

COMPREENDENDO A ANSIEDADE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DE ENFERMAGEM DE UMA FACULDADE NO SERTÃO DE PERNAMBUCO

UNDERSTANDING ANXIETY IN UNIVERSITY STUDENTS IN THE NURSING AREA OF A COLLEGE IN THE SERTÃO DE PERNAMBUCO

Izabelly Karoliny Ferreira de Sousa¹; Anderson Barbosa de Araújo¹; Camilla Vieira de Figueiredo¹; Ednaldo Emílio Ferraz¹; Eralyne Beatriz Félix de Lima Silva¹; Isaura Caroline Abrantes Silva¹; Daniele Veloso de Menezes¹

¹Faculdade de Integração do Sertão – FIS, Serra Talhada-PE, Brasil.

Resumo

A ansiedade é um estado emocional resultante de uma junção de fatores externos e internos que afeta o indivíduo diretamente, podendo ser fisiológico ou patológico. Sabe-se que ao ingressar na universidade se torna uma rotina e modelo de estudo totalmente diferente do ensino médio, no entanto alguns estudantes demoram a entrar e lidar com a nova rotina. Este estudo busca compreender o nível de ansiedade que afeta a vida acadêmica, no sentido de demonstrar o quanto as questões de saúde mental afetam o futuro profissional, avaliando os fatores somatórios que ajuda e dificulta os universitários da área de enfermagem de uma faculdade do interior de Pernambuco no Município de Serra Talhada-PE. Trata-se de um estudo descritivo por inquérito/questionários, com abordagem mista, sendo quantitativa, qualitativa e transversal, tendo o intuito de descrever as características de uma população através de levantamento de dados onde são utilizados questionários e a observação sistemática. Participaram da pesquisa 30 universitários do curso de enfermagem no último ano da graduação. Predominou o sexo feminino 93,4% e com idade média de 24,6 anos, sendo que 22 desses não possui atividade remunerada e afirmam que a pressão na faculdade é um fator que contribui para o aumento da ansiedade. Identificou-se na escala de ansiedade o predomínio do nível moderado(33,2%) e grave (23,4%) respectivamente. Nessa pesquisa, busca-se entender minimamente as intercorrências psíquicas da vida acadêmica, no sentido de demonstrar como a ansiedade está inserida no cotidiano e quanto as questões de saúde mental afetam o âmbito acadêmico. Gerando conhecimento e colaborando para futuras pesquisas.

Palavras-passe: Ansiedade, estudantes e transtorno.

Abstract

Anxiety is an emotional state resulting from a combination of external and internal factors that affect the individual directly, and can be physiological or pathological. It is known that when entering the university it becomes a routine and study model totally different from high school, however some students take time to enter and deal with the new routine. This study seeks to understand the level of anxiety that affects academic life, in order to demonstrate how much mental health issues affect the professional future, evaluating the summation factors that help and hinder university students in the nursing area of a college in the interior of Pernambuco in the Municipality of Serra Talhada-PE. This is a descriptive study by survey/questionnaires, with a mixed approach, being quantitative, qualitative and transversal, with the aim of describing the characteristics of a population through data collection using questionnaires and systematic observation. Thirty university students from the nursing course in the last year of graduation participated in the research. 93.4% were female, with an average age of 24.6 years, 22 of whom do not have a paid job and claim that the pressure in college is a factor that contributes to increased anxiety. The predominance of moderate (33.2%) and severe (23.4%) levels was identified in the anxiety scale, respectively. In this research, we seek to minimally understand the psychic interurrences of academic life, in order to demonstrate how anxiety is embedded in daily life and how much mental health issues affect the academic environment. Generating knowledge and collaborating for future research.

Keywords: Anxiety, students and disorder.

Introdução

A ansiedade é um estado emocional com elementos psicológicos e fisiológicos, que faz parte das experiências humanas, sendo propulsora do desempenho cognitivo e considerada como uma emoção normal e encontrada em todos os indivíduos, ela passa a ser considerada patológica quando é desproporcional à situação que a desencadeia, ou quando não existe um objeto específico ao qual se direcione. Sendo caracterizada como uma condição psicológica particular e desagradável que pode ser gerada por fatores fisiológicos e psíquicos e que acompanham situações de medo, perigo, ameaça ou desafio (LEITE, 2016).

Analisar incidência do nível de ansiedade nos estudantes universitários é de extrema importância, e vêm se tornando um problema comum de saúde em todo o mundo. Chaves et al. (2015), afirma que o período de início da universidade é um momento de transformação que pode desencadear à ansiedade, dependendo da estrutura do ciclo básico, da formulação da grade curricular, dos horários disponibilizados para os alunos e da demanda exposta pela faculdade.

No entanto, a ansiedade é uma junção de vários fatores internos e externos. (No interno, como o "eu" se comporta em determinadas situações, devido ao externo "ambiente" que está inserido, a família, rotina e condições de vida). São fatores que podem se tornar psicossomáticos. O estresse emocional subsequente a uma doença não psiquiátrica pode também contribuir para a ocorrência do nível de ansiedade elevado em pessoas geneticamente predisposta, podendo ter percepção acentuada dos sintomas físicos (THAYER; LANE, 2000).

Sabe-se que o ingresso na universidade é considerado uma experiência geradora de ansiedade aos estudantes em decorrência da época de transição que o ofício de estudar representa. Desta forma, é imprescindível conhecer como os estudantes enfrentam as adversidades e dificuldades na universidade e a repercussão da ansiedade na saúde mental. O nível de ansiedade interfere na vida acadêmica, incluindo seus fatores somatórios? (TEIXEIRA; OLIVEIRA, 2018).

A principal causa é o grande estresse, onde o corpo e o aparelho sensorial percebem uma situação ameaçadora ao seu bem estar, incluindo situações de nervosismo, impotência ao fazer trabalhos acadêmicos ou enfrentar matérias a qual não se identifica. A ansiedade vai surgindo de uma busca por resultados favoráveis no meio acadêmico, onde passa por transformações cognitivas, emocionais e comportamentais, desde o início até os períodos finais do curso (GOMES; SOARES, 2013). Estima-se que de 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante a sua formação universitária, sendo considerado também a importância da autorresponsabilidade do cuidado do futuro profissional da área de saúde, estando inserido no meio onde deve ser cultivado esse cuidado direto (VASCONCELOS, et al; 2015), sendo que 15 a 29% podem apresentar transtorno de ansiedade durante sua vida acadêmica (CARDOZO, et al; 2016).

O objetivo deste trabalho é compreender os níveis de ansiedade em estudantes universitários da área de enfermagem de uma faculdade do interior de Pernambuco, bem como descrever o quantitativo, o perfil sociodemográfico desses estudantes que apresentam níveis elevados de ansiedade, observar quantos universitários já realizaram acompanhamento psicológico, entender os fatores somatórios a ansiedade e o compreender os impactos da pandemia.

O presente estudo avalia os desdobramentos da ansiedade em graduandos do curso de enfermagem, sendo uma problemática pertinente a ser melhor compreendida na atualidade, considerando as implicações que acarreta na vida das pessoas, vindo a afetar o desempenho de suas funcionalidades, dentre elas, a vida acadêmica. Assim, o conhecimento acerca da ansiedade é de grande importância tanto para aqueles que sofrem com os transtornos ansiosos, quanto para os profissionais e estudantes que virão e/ou já atuam diretamente com esse público, de modo a compreender a problemática para qualificar a assistência. Nessa pesquisa, busca-se entender minimamente as intercorrências psíquicas da vida acadêmica, no sentido de demonstrar o quanto as questões de saúde mental afetam o futuro profissional. Espera-se com

este trabalho atrair a atenção sobre o tema e contribuir para novas descobertas e conhecimentos para aqueles que pensam em ingressar em uma universidade, reiterando-se a relevância científica, acadêmica e pessoal da pesquisa.

Materiais e Métodos

Trata-se de um estudo descritivo por inquérito/questionários, com abordagem mista, sendo quantitativa, qualitativa e transversal. A pesquisa qualitativa estuda aspectos subjetivos de fenômenos sociais e do comportamento humano e a quantitativa utiliza técnicas estatísticas para quantificar os fenômenos, já o transversal é o tipo de estudo que o pesquisador não interage com a população amostral. O estudo foi realizado na Faculdade de Integração do Sertão no Município de Serra Talhada, localizado no sertão Pernambucano, especificamente os alunos da área de saúde.

Na faculdade há 2.282 alunos da área de saúde, porém apenas os alunos de enfermagem são 257 e só participará da pesquisa aqueles que estão matriculados e com idade igual ou superior a 18 anos, cursando enfermagem no último ano de graduação e que concordem em participar da pesquisa assinando o Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE) (ANEXO A). Na oportunidade só serão excluídos os estudantes menores de 18 anos e aqueles que não responderem o questionário por completo ou de forma incorreta ou se recusarem a participar da pesquisa.

Os dados serão coletados através da escala de Hamilton (ANEXO E) que é um método subjetivo de pesquisa avaliando o nível de ansiedade e um questionário elaborado pela pesquisadora (APÊNDICE A). O questionário será dividido em duas partes, uma primeira acerca de dados sócio-demográficos e uma segunda parte contendo perguntas objetivas e subjetivas que visam analisar a ansiedade em estudantes universitários. A escala que foi aplicada de avaliação de ansiedade já validada pela literatura (Escala de Avaliação de Ansiedade de Hamilton) conta com questões avaliativas referente a: humor ansioso; tensão; medo; insônia; dificuldades intelectuais; humor depressivo; sintomas somáticos gerais (musculares); sintomas somáticos gerais (sensoriais); sintomas cardiovasculares; sintomas respiratórios; sintomas gastrointestinais; sintomas gênito-urinários; sintomas do sistema nervoso autônomo e comportamento na entrevista, sendo respondido de modo pessoal e com autorresponsabilidade seguindo a escala de 0 a 4 (0- ausente, 1- intensidade ligeira, 2- intensidade média, 3- intensidade forte, 4- intensidade máxima).

Por se tratar de uma pesquisa envolvendo seres humanos, o pesquisador comprometeu-se a obedecer aos aspectos éticos legais de acordo com as Resoluções Nº 466/2012 e 510/2016 do Conselho Regional Saúde (CRS) que dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa em seres humanos. O projeto foi encaminhado e aprovado pelo comitê de ética em Pesquisa da Faculdade de Integração do Sertão (FIS), Serra Talhada-PE, sendo aprovado na sessão do dia 20/04/2022, através do parecer de número 5.361.460.

Resultados e Discussões

O estudo abordou a compreensão entre o nível de ansiedade e os fatores que podem desencadear ou piorar esse transtorno entre os estudantes universitários, numa abordagem quanti-qualitativa utilizando questionários subdividido em duas dimensões: 1) questões referentes aos dados sociodemográficos. 2) questões sobre o conhecimento da ansiedade e alguns hábitos pessoais (APÊNDICE A). Os objetivos descritos foram sanados e concluídos com êxito.

A amostra foi composta por 30 estudantes do curso de enfermagem da referida faculdade, sendo 11 pessoas do 10º período e 19 pessoas do 9º período de ambos os sexos, não houve nenhuma exclusão. Todos os graduandos concordaram em participar da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO A).

Os 30 universitários que participaram da pesquisa, sendo 28 do sexo feminino e 2 do sexo masculino, com média geral para idade de 24,6, todos no último ano da graduação. Houve

predominância dos estudantes solteiros (n=22), quanto à sexualidade a maioria é heterossexual (n=28), 26 universitários afirmam possuir religião e 20 deles tem renda familiar entre um e dois salários mínimos, 15 residem na cidade de Serra Talhada e os outros 15 nas cidades circunvizinhas. Enfatizando que, 22 desses universitários não possui atividade remunerada, sendo assim dependem dos genitores.

É possível entender que, de acordo com costumes culturais, as mulheres na maioria das vezes ficam responsáveis pelo cuidado dos doentes na família, dos idosos, dos filhos e principalmente das atividades domésticas e profissionais que acabam gerando exaustão emocional.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2017), o sexo feminino segue demonstrando um maior desenvolvimento de transtorno de ansiedade, cerca de 4,6 em relação a 2,6% do gênero oposto. A muito tempo vem-se alertando sobre os impactos dos determinantes sociais na saúde, são fatores culturais, econômicos, sociais, psicológicos, raciais e comportamentais que influenciam no adoecimento da população.

Quadro 1 – Perfil sociodemográfico e econômico dos universitários concluintes da Faculdade de Integração do Sertão-FIS, 2022.

ESTADO CIVIL	Solteiro(a)	Casado(a)	Separado(a)
	73,3%	23,3%	3,3%
SEXUALIDADE	Heterossexual	Bisexual	Lésbica
	93,3%	3,3%	3,3%
ATIVIDADE REMUNERADA	Sim	Não	
	26,6%	73,3%	
POSSUI RELIGIÃO	Sim	Não	
	86,6%	13,3%	
RENDA FAMILIAR	Menos de 1 salário mínimo	Entre 1 e 2 salários mínimos	Mais de 3 salários mínimos
	6,6%	66,6%	26,6%
RESIDE EM SERRA TALHADA	Sim	Não	
	50%	50%	

Fonte: O autor, 2022.

Observa-se que apenas 26,6% exerce atividade remunerada, sendo que 66,6% possui renda familiar entre 1 e 2 salário mínimo. Ponto econômico que afetam diretamente a rede universitária. Ao ingressar na faculdade surge gastos de transporte, alimentação, suporte de material da instituição, entre vários outros imprevistos. Não possuindo condições para tais situações, irá gerar estresse e desconforto mutuo.

O nível socioeconômico em relação com o estresse, e que uma melhor distribuição de renda não significa somente mais justiça social, mas também , mas saúde emocional (ROSA, 1999). Ademais como instituição contextualizada na realidade social e política do país, a universidade encontra-se intrinsecamente ligada a questões econômicas, culturais e ambientais, causando instabilidades nessa estrutura (ACCORSI, 2015).

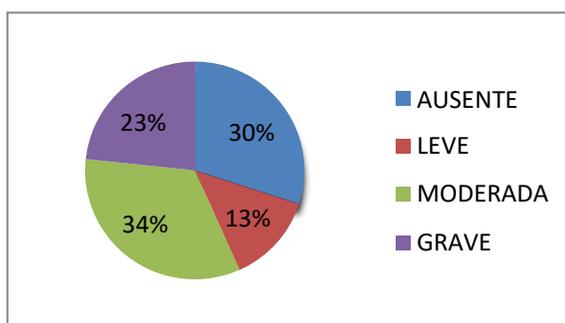
Quanto ao nível de ansiedade estabelecido através da escala de Hamilton (ANEXO E), e que a partir dela identificam-se três níveis de ansiedade (leve moderado e grave). Na realização do questionário os alunos não visualizam os níveis e suas respectivas numerações, isso é feito posteriormente pelo pesquisador e orientador e será dada a devolutiva do resultado.

Quadro 2 - Nível de ansiedade avaliados através da escala de Hamilton dos universitários da Faculdade de Integração do Sertão – FIS, 2022.

SEXO	PORCENTAGEM	NÍVEL DE ANSIEDADE EM PORCETAGEM
Feminino	28 universitários - 93,4 %	Ausente - (9) - 30%
		Ansiedade leve - (4) - 13,4 %
		Ansiedade moderada-(8)-26,6 %
		Ansiedade grave - (7) - 23,4 %
Masculino	2 universitários - 6,6 %	Ansiedade moderada (2) - 6,6 %

Fonte: O autor, 2022.

Gráfico 1 – Nível de ansiedade em porcentagem dos universitários da Faculdade de Integração do Sertão- FIS, 2022.



Fonte: O autor, 2022.

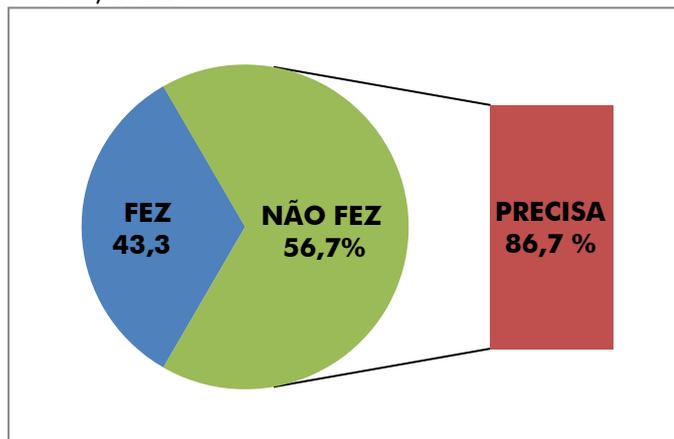
No questionamento sobre o que seria a ansiedade e seus sintomas toda a população amostral afirmou sobre a propriedade do assunto, e ao aplicar o questionário foi abordado o tema de forma sucinta para o entendimento de todos. Na escala de Hamilton, aborda perguntas do tipo, humor, tensão, medo, insônia, dificuldades intelectuais, sintomas somáticos, cardiovasculares, respiratórios, gastrointestinais e nervosos para realizar a marcação do grau de intensidade que você se identifica, depois de aplicado a escala, posteriormente é feito um somatório e analisado o nível de ansiedade, se está ausente, se entra na ansiedade fisiológica ou patológica como apresentado no (Quadro 2). A ansiedade que faz parte do cotidiano do indivíduo a fisiológica é considerada ansiedade leve, já a ansiedade entre moderada e grave é considerada patológica devido a sua intensidade e constância, onde ocorre de maneira desordenada.

Mostra-se no (Gráfico 1), que dos 30 estudantes que responderam ao instrumento a maioria exibiram níveis de ansiedade moderada (35,2%) e grave (25,0%), diferente de outro dado encontrado na literatura que evidenciou-se níveis de ansiedade entre o mínimo (35,1%) e o moderado (31,1%), onde pode-se observar que esses alunos possuem níveis alterados, podendo manter-se constante ou não (LUCIO, et al; 2019).

Os estudantes de ensino superior da área de saúde são os que apresentam maior nível de ansiedade, sendo comparados a outras áreas de ensino superior, levando em conta vários fatores como a prática clínica, o medo de cometer erros com os pacientes, sentimento de incapacidade e o cenário de lidar com o ser humano (MARCHI, et al; 2013).

O transtorno de ansiedade é um grande impacto na saúde mental do estudante, o repertório de habilidades sociais tem impacto sobre a depressão e, intervenções que possam conduzir um manejo apropriado são de grande importância, sobretudo, pelos prejuízos que a depressão pode ocasionar na vida futura do universitário. Um profissional com baixa competência social ou comunicação ineficaz pode apresentar insucesso em sua vida profissional (BOLSONI, et al; 2014).

Gráfico 2 – Universitários que fizeram acompanhamento psicológico em porcentagem durante a graduação da Faculdade de Integração do Sertão-FIS, 2022.



Fonte: O autor, 2022.

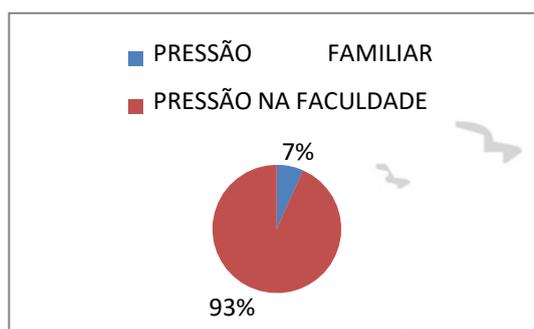
Evidenciou-se que da população universitária somente 13 alunos realizou algum acompanhamento psicológico durante a graduação o que de certa forma é bem pouco, demonstrando que os futuros profissionais de saúde que irão promover a mesma não estão se autoavaliando e buscando o próprio cuidado, visando que o acompanhamento psicológico é uma forma de compreender e dar um novo ponto de vista ao pensamento e condicionamento pessoal, mesmo que não se tenha nenhum transtorno. E 26 universitários relatam que sentem a necessidade desse acompanhamento (Gráfico 2).

Outro estudo relata que a demanda por atendimento psicológico foi evidenciada nas análises como intervenção de extrema necessidade, visto que mais da metade dos graduandos (59,3%) relatou necessidade de ser acompanhado por um serviço psicológico (LAMEU, et al; 2016). Mostra-se que as pesquisas a respeito da atuação do psicólogo no ensino superior, é um campo pouco explorado e não possui papel concreto desse profissional neste nível de ensino (MARINHO, et al; 2011).

Tendo que compreender a imposição adaptativa proveniente do contexto universitário, buscando sistematizar o conhecimento científico acerca da relação entre adaptação acadêmica e ações de enfrentamento em estudantes universitários. Nesse sentido a complexidade e os desafio que as atividades acadêmicas impõem aos estudantes, muitas vezes vivenciadas com excessiva preocupação e esgotamento tendo um acompanhamento, seria vivenciado de outra maneira (OLIVEIRA, et al; 2014).

É de grande importância o acompanhamento psicológico, pois a psicologia pode atuar na educação superior na gestão de políticas, programas e processos educacionais das instituições de ensino superior, na elaboração de propostas pedagógicas e no funcionamento de cursos e no auxílio psicológico. Auxiliar no processo de adaptação do estudante na graduação, proporcionando seu bem-estar físico e psicológico (MOURA; FACCI; 2016).

Gráfico 3 – Fator somatório que acentua o nível ansiedade dos universitários da Faculdade de Integração do Sertão-FIS, 2022.



Fonte: O autor, 2022.

Evidenciou-se que a pressão na faculdade é a que dificulta e intensifica o nível de ansiedade, e apenas 2 pessoas afirmaram que a pressão familiar é a que dificultava mais o seu desempenho. Segundo relato dos universitários, a preocupação com o futuro, a rotina da faculdade, a cobrança dos professores, as provas que irão coloca-los frente a tudo que foi ensinado e o temido Trabalho de conclusão de Curso (TCC) que é obrigatório para conclusão da graduação, levam ao quadro de insônia e desconforto, são alguns fatos que os deixam mais tensos e preocupados. Tudo isso se soma a falta de cuidado que os estudantes tem consigo mesmo quando se trata de saúde.

Sabe-se que o ser humano precisa de estímulos e estar em alerta temporário para desenvolver suas funções cotidianas, mas quando o estado de vigília é vivenciado constantemente, fugindo da normalidade, acaba prejudicando o funcionamento do emocional, psicológico e acadêmico dos indivíduos (LACERDA, 2015). Sendo assim, o ambiente que colaboraria na aquisição de conhecimentos e que seria a base para as suas experiências de formação profissional se torna, por vezes, o somatório para exacerbação do estresse e acentuando a ansiedade (MONTEIRO, 2007).

Quadro 3 – O exercício físico e a ansiedade dos universitários da Faculdade de Integração do Sertão- FIS, 2022.

FAZ EXÉRCICIO FISICO?	SIM	NÃO	
	13	17	
SENTE MELHORA NO QUADRO?	SIM	MUITO	NÃO
	3	10	0

Fonte: O autor, 2022.

Identificou-se que 56,7% não faz exercício físico devido à falta de tempo disponível, e os 43,3% que fazem afirma que sente melhora ou diminuição no quadro de ansiedade e 33% diz fazer muita diferença, pois se sentem mais dispostos durante o dia, melhora na qualidade do sono, menos estresse durante do dia e a sensação de felicidade após realização da atividade como mostra o (Quadro 3). São inquestionáveis os benefícios do exercício físico para o corpo e mente do individuo, há liberação de endorfina, o hormônio que promove a sensação de recompensa e bem estar, a serotonina, conhecida como o hormônio da felicidade, auxiliando na estabilidade emocional e colaborando para o humor do cotidiano (SALMON, 2001).

A atividade física possui uma forte ação antidepressiva, sendo bastante eficaz de acordo com o tempo do programa e a intensidade da atividade, desde uma simples caminhada até mesmo a prática de esportes melhora a saúde mental, devido a adaptações biológicas resultadas pela atividade física, que diminuem a ansiedade e o estresse (JARRETE, 2011).

Entende-se que a prática regular de exercícios físicos aeróbios pode produzir efeitos antidepressivos e ansiolíticos e que protegem o organismo dos efeitos prejudiciais do estresse na saúde física e mental (SALMON, 2001).

Quadro 4 – Apresentação de como a pandemia afetou os estudantes na Faculdade de Integração do Sertão- FIS, 2022.

A PANDEMIA TE AFETOU?	PORCENTAGEM %
Não	10%
Sim	20%
Sim, muito	70%

Fonte: O autor, 2022.

Já no contexto das dificuldades, foi perceptível que a pandemia trouxe inúmeras, citando o ensino a distância que tentou suprir as necessidades e o distanciamento social. Porém trouxe carência aos universitários, dando espaço a insegurança e conseqüentemente surgindo à ansiedade ou aumentando o nível desse transtorno. Evidente no (Quadro 4), que 90% dos universitários afirmam que a pandemia afetou totalmente sua vida acadêmica.

O fato é que os estudantes passando por várias modificações na vida acadêmica e pessoal e ainda com preocupações e temores em relação a infecção e transmissão da Covid- 19 em seus familiares e os mais idosos por estarem no grupo de risco (ZHAI, DU, 2020). Esse estresse adicional e os efeitos da pandemia, pode ser visto como um maior risco para o desenvolvimento de problemas de saúde mental (TANG, et al; 2020).

Segundo o Ministério da Saúde, desde 2017 o Brasil tem o maior índice de pessoas com transtornos de ansiedade em todo o mundo. Já eram mais de 19 milhões de brasileiros com qualidade de vida comprometida. E surgiu o coronavírus que desencadeou transtornos mentais e piorou quem já sofria com eles (BRASIL, 2021).

Conclusão

Foi possível perceber que a ansiedade é um transtorno com aspectos internos do próprio indivíduo e os aspectos externos que influenciam tanto positivamente, como negativamente no nível de ansiedade. Observou-se que a ansiedade nos universitários do último semestre é bem acentuada e desgastante, devido às mudanças inerentes ao meio acadêmico e frustrações, cobranças no meio pessoal, sendo um transtorno psicossomático, onde possui influências de toda parte. O fato indiscutível é que os estudantes constituem um grupo particularmente vulnerável a problemas de saúde mental, pois os desafios para transição da vida adulta e das várias dificuldades econômicas que encontram no caminho da sua formação.

Sabe-se que é de suma importância o acompanhamento desses alunos por um profissional capacitado, onde terão uma rede de apoio e irão se sentir seguras e confiantes, mesmo entendendo que o ser humano precisa de impulsos e algumas sensações desagradáveis para a realização de atividades do cotidiano, essa intensidade e regularidade pode se transformar em uma condição patológica, trazendo prejuízos na vida acadêmica e pessoal.

Observamos que dos trinta universitários, vinte e oito são do sexo feminino e não possuem atividade remunerada, quase 90% afirma nunca ter feito qualquer acompanhamento psicológico. O nível de ansiedade ficou entre leve e grave em toda população estudada, sendo que, fatores que ajudariam a diminuir a intensidade como o exercício físico a maioria não realizava, devido a falta de tempo, com isso a pressão na faculdade e todo o histórico da pandemia da Covid-19 teve grande impacto na formação e desenvolvimento desses universitários.

Apesar dos enfermeiros serem coadjuvantes nesse momento, desempenha um papel muito importante através de seus conhecimentos e porta de entrada nas unidades de saúde. Somos os profissionais que supervisionamos, criamos e implementamos o cuidado, sendo ele direto ou indireto, estamos sempre acompanhando o caso e entendendo as necessidades de cada indivíduo. Entende-se que a faculdade tem o dever de repassar o conhecimento e cobrar do aluno o retorno dessa aprendizagem, porém torna-se necessário uma reavaliação desse contexto de lidar com o outro, a forma de falar, de se expressar, com o intuito de manter um ambiente acolhedor e com um potencial de ensino bem superior ao esperado.

Referências

ACCORSI, M. **Atenção psicossocial no ambiente universitário: um estudo sobre a realidade dos estudantes de graduação da Universidade Federal de Santa Catarina.** Dissertação (Mestrado em Saúde Mental e Atenção Psicossocial). Florianópolis. Universidade Federal de Santa Catarina, 2015.

Brasil. **Ansiedade: Brasil tem maior índice de pessoas com transtorno no mundo.** Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://g1.globo.com/fantastico/noticia/2020/12/06/ansiedade-e-o-transtorno-mais-comum-entre-os-brasileiros-sintomas-pioraram-durante-a-pandemia.ghtml>. Acesso em: 25 de abril 2022.

BOLSONI; SILVA, A; GUERRA, B. O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. **Estudos e pesquisas em psicologia.** Vol.14, n.2, p. 429-452. Rio de Janeiro, 2014.

CARDOZO, M. Q. Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 9, n. 2, p. 251-262, maio/ago. 2016.

CHAVES, E. C. L. et al. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Ribeirão Preto-SP, 68(3):504-9, maio/junho. 2015.

GOMES, G.;SOARES, A. B. Inteligência, habilidades sociais e expectativas acadêmicas no desempenho de estudantes universitários. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, 2013; 26(4).

JARRETE, A. P. **Nível de atividade física e composição corporal dos funcionários administrativos da Universidade Estadual Paulista – Unesp – Rio Claro.** 2011. 43 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro, 2011.

LACERDA, A. N. **Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários.** Monografia (Licenciatura em Pedagogia) – Universidade de Brasília, Brasília, 2015, 66p.

LAMEU, J; SALAZAR, T.; SOUZA, W. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. **Psicologia da Educação.** Vol.42, n.1, p. 13-22. São Paulo, 2016.

LEITE, C. D.; SILVA, A. A.; ANGELO, L. F.; RUBIO, K.; MELO, G. F. Representações de ansiedade e medo de atletas universitários. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 6, n. 1, p. 36-46, 2016.

LÚCIO, S.S.R; MEDEIROS, L.G.S; BARROS, D.R; FERREIRA, O.D.L; RIVEIRA, G.A. Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. **Temas em Saúde/Edição especial**, João Pessoa-PB, p.260-274, 2019.

MARCHI, K. C. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, 15(3), 729- 37. Ribeirão Preto, 2013. Disponível em Acesso em: 12 de abri. 2017.

MARINHO-ARAÚJO, C. M; BISNOTO, C. Psicologia Escolar na Educação Superior: atuação no Distrito Federal. **Psicologia em Estudo**, Maringá, 16 (1), 111-122, 2011.

MOURA, F. R.; FACCI, M. G. D. A atuação do psicólogo escolar no ensino superior: configurações, desafios e proposições sobre o fracasso escolar. **Psicologia Escolar e Educacional**, SP, 20 (3), 2016: 503-514, 2016.

MONTEIRO, C. F.; FREITAS, J. F.; RIBEIRO, A. A. P. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. Escola Anna Nery. **Revista de enfermagem**. 11 (1), 66-72; 2007.

OLIVEIRA, C; CARLOTTO, S; VASCONCELOS, S. & DIAS, A. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**. Vol.15, n.2, p. 177-186. Santa Catarina, 2014.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. **Geneva: Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO**; 2017.

ROSA J. Ansiedade, sexo, nível sócio-econômico e ordem de nascimento. *Psicologia: reflexão e crítica*, **scielo brasil**. 1999.

SALMON P. Effects of physical exercise on anxiety, depression, and sensitivity to stress: A unifying theory. **Clin Psychol Ver**. 21(1); 33-61; 2001.

TANG W, HU T, HU B, JIN C, WANG G, XIE C. Prevalence and Correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. **J Affect Disord**. 2020;274:1-7.

TEIXEIRA, L.S; DE OLIVEIRA, B.L.G. Uma compreensão sobre a depressão a partir da gestalt-terapia. **Revista Uningá**, 51(2); 2018.

THAYER J.F, LANE R.D. A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation. **J Affect Disord**. 2000;61(3):201-16.

VASCONCELOS T.C.D; DIAS B.R.T; ANDRADE L.R; MELO G.F; BARBOSA L.; SOUZA L. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**. 39(1): 145-142; 2015.

ZHAI Y.; DU X. Mental health care for international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak. **Lancet Psychiatry** . 2020;7(4):e22.

Recebido: 12/05/2022

Aprovado: 15/06/2022