

Ansiedade traço-estado em estudantes universitários do curso de enfermagem

Thayná Coriolano Ribeiro de Oliveira¹

 <https://orcid.org/0000-0001-5466-4564>

Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal¹

 <https://orcid.org/0000-0002-9037-609X>

Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes²

 <https://orcid.org/0000-0002-2194-8971>

Tamires Paula Gomes Medeiros¹

 <https://orcid.org/0000-0002-8222-8257>

Igor de Sousa Nóbrega¹

 <https://orcid.org/0000-0002-8669-0537>

Objetivo: mensurar o nível de ansiedade-traço e ansiedade-estado em estudantes universitários do curso de enfermagem.

Método: foi realizado um estudo transversal, quantitativo e descritivo. Para a coleta dos dados, foram aplicados um questionário sociodemográfico, para caracterização da amostra, e o Inventário de Ansiedade Traço-Estado para avaliar o nível de ansiedade dos estudantes. Os dados foram analisados através de estatística descritiva e inferencial, sendo considerado o nível de significância de 5%. **Resultados:** verificou-se alto nível de ansiedade nos estudantes no contexto analisado para ansiedade-estado e traço (IDATE-E e IDATE-T) que tornou-se mais frequente nas variáveis “número de disciplinas”, “fazer psicoterapia”, “estressor prévio” e “diagnóstico mental”, sendo a ansiedade-traço relacionada significativamente a indivíduos com diagnóstico mental que buscaram auxílio psicoterápico. **Conclusão:** os participantes apresentaram alta ansiedade- traço e estado associadas às situações acadêmicas e às consequências dessa rotina, sendo necessário investigar estas variáveis profundamente para construção de ações que possam potencializar a resiliência e a ressignificação dos problemas do cotidiano nesta população.

Descritores: Ansiedade; Enfermagem; Saúde Mental; Estudantes; Angústia Psicológica.

Como citar este artigo

Oliveira TCR, Leal CQAM, Pontes IEA, Medeiros TPG, Nóbrega IS. State-trait anxiety in university students of the Nursing course. SMAD, Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2022 jan.-mar.;18(1):77-86. doi: <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2022.180906>

State-trait anxiety in university students of the Nursing course

Objective: to assess the level of trait and state anxiety in university students attending the Nursing course. **Method:** a cross-sectional, quantitative and descriptive study was carried out. For data collection, a sociodemographic questionnaire was applied to characterize the sample, as well as the State-Trait Anxiety Inventory to assess the anxiety level among the students. Data was analyzed using descriptive and inferential statistics, with a 5% significance level. **Results:** there was a high level of anxiety in students for both STAI-S and STAI-T. The high level of state and trait anxiety (STAI-S and STAI-T) was more frequent in the "number of subjects", "doing psychotherapy", "previous stressor" and "mental diagnosis" variables. Trait anxiety is significantly related to individuals with a mental diagnosis who sought psychotherapeutic assistance. **Conclusion:** the participants showed high trait and state anxiety associated with academic situations and the consequences of this routine, and it is necessary to deeply investigate these variables in order to build actions that can enhance the resilience and resignification of everyday problems in this population.

Descriptors: Anxiety; Nursing; Mental Health; Students; Psychological Distress.

Ansiedad estado-rasgo en estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería

Objetivo: calcular la ansiedad estado-rasgo en estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería. **Método:** estudio transversal, cuantitativo y descriptivo. Para la recolección de datos se aplicó un cuestionario sociodemográfico a fin de caracterizar la muestra y se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para evaluar el nivel de ansiedad entre los estudiantes. Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva e inferencial, con un nivel de significancia del 5%. **Resultados:** se detectó un alto nivel de ansiedad en los estudiantes tanto para IDARE-E como IDARE-R. El alto nivel de ansiedad en las dimensiones estado y rasgo (IDARE-E e IDARE-R) fue más frecuente en las variables "cantidad de materias", "realizar psicoterapia", "estresores previos" y "diagnóstico mental". La ansiedad rasgo se relacionó de manera significativa con las personas que presentaban diagnóstico mental y buscaron asistencia psicoterapéutica. **Conclusión:** los participantes mostraron elevados niveles de ansiedad rasgo y estado asociados a situaciones académicas y a las consecuencias de esa rutina, con lo cual se considera necesario investigar estas variables en profundidad para llevar a cabo acciones que puedan potenciar la resiliencia y resignificación de los problemas cotidianos en esta población.

Descriptores: Ansiedad; Enfermería; Salud Mental; Estudiantes; Distrés Psicológico.

Introdução

Os transtornos mentais estão entre as afecções que mais causam incapacidades no mundo contemporâneo, podendo afetar funções mentais como humor, comportamento, percepção e cognição, além de aspectos sociais, apresentando características e etiologias diversas e complexas⁽¹⁾. Entre os muitos fatores que impactam a saúde mental, destacam-se: predisposições, contexto social, cultura, espiritualidade e situação econômica⁽²⁾. Adicionalmente, o contexto universitário se insere como possível influenciador no desenvolvimento e na manutenção de transtornos mentais entre os indivíduos, sobretudo estudantes⁽³⁻⁴⁾.

O crescente número de desarranjos mentais entre esse público já é considerado uma problemática de saúde pública. O ingresso no ensino superior impacta significativamente a vida do indivíduo, resultando em uma sobrecarga de ansiedade, medos e desafios, que podem desencadear diversos transtornos psiquiátricos, sendo o transtorno de ansiedade um dos mais comuns⁽⁵⁾.

A sintomatologia dos transtornos de ansiedade, de maneira geral, pode ser composta frequentemente por sensações desagradáveis, excessivas e persistentes, como palpitação, sufoco, tremor, tensão muscular e sudorese diante de uma ou mais situações sociais ou de desempenho⁽⁶⁾.

Em contrapartida, a ansiedade pode ser considerada normal, quando caracterizada principalmente por um medo ou preocupação, um traço multifacetado que, em baixos níveis, pode ser útil ao indivíduo⁽⁷⁾.

Ainda, é possível classificar a ansiedade em ansiedade-estado e ansiedade-traço. Um indivíduo com ansiedade-estado a expressa sobre um determinado evento, podendo ser desencadeada por estímulos externos e de caráter temporário. A ansiedade-traço se apresenta como característica intrínseca à personalidade⁽⁸⁾.

É nesta perspectiva que os jovens ingressantes no ensino superior muitas vezes demonstram estados e traços de ansiedade diante a realidade acadêmica, que dificultam sua adaptação a este sistema de ensino, revelando uma fragilidade na atenção à saúde mental institucionalmente e pessoalmente, posto que estes indivíduos são submetidos a inúmeras situações de exigência, internas e/ou externas, capazes de suscitar em sofrimento psíquico e, consequentemente, um desequilíbrio emocional⁽⁹⁻¹⁰⁾.

A literatura aponta a existência de baixos índices de saúde mental em alunos do ensino superior, destacando-se os estudantes de saúde, especificamente de enfermagem, nos quais os fatores estressantes, atribuídos ao contexto do cuidado ao paciente, os expõem ainda mais ao adoecimento⁽¹¹⁾.

Os profissionais da saúde são especialmente mais suscetíveis a comprometimentos em seu bem-estar psicológico e saúde mental, em razão da exposição a

uma diversidade de fatores estressantes, intrínsecos à sua formação acadêmica e à especificidade de seu trabalho. Portanto, a preocupação com estudantes de enfermagem é importante para uma melhor compreensão dos determinantes do comprometimento da saúde mental desses futuros profissionais, com vistas inclusive a procedimentos mais eficazes para a sua prevenção⁽¹²⁾.

Inseridos na realidade acadêmica com manejo desadaptativo, os estudantes podem vir a manifestar sinais e sintomas que revelam que o sofrimento emocional ou as situações de vida difíceis são experienciados como sintomas físicos⁽¹³⁾. Quando estas respostas desadaptativas se instalam, identifica-se uma situação de vulnerabilidade, apontando para a necessidade de atenção das instituições de ensino e instigando a investigação científica acerca da problemática⁽¹¹⁾.

Atentar para a situação de saúde mental e considerar possíveis encaminhamentos a profissionais especializados, podem ser estratégias úteis para minimizar prováveis transtornos físicos e mentais graves⁽¹³⁾.

Diante do exposto, definiu-se como questão norteadora: Em que nível de ansiedade traço-estado encontram-se os estudantes universitários do curso de enfermagem? Desta forma, o presente estudo objetivou mensurar o nível de ansiedade traço-estado em estudantes universitários do curso de enfermagem.

Acredita-se que os estudantes de enfermagem, considerando o contexto universitário, a característica da profissão, e o frágil manejo em rede, apresentam sofrimento psíquico com alto nível de ansiedade-traço e ansiedade-estado.

Método

Trata-se de um estudo transversal, de caráter descritivo, com abordagem quantitativa, que se propôs mensurar os escores de ansiedade-traço e estado em acadêmicos de enfermagem.

O estudo foi realizado em uma universidade pública localizada na cidade de Campina Grande - Paraíba, nos espaços de circulação dos alunos dentro da instituição, a saber: salas de aulas, corredores, bibliotecas e áreas de convivência, sem interromper o horário de aulas e/ou estudos dos alunos.

A amostra estudada foi composta por 71 estudantes. Realizou-se cálculo amostral considerando 95% de confiança e 10% de margem de erro, baseando-se no número de estudantes matriculados nos dez períodos do curso de enfermagem da instituição, que totalizam duzentos discentes. Foram considerados os seguintes critérios de inclusão: indivíduos de ambos os sexos (feminino e masculino), faixa etária maior de 18 anos, sendo graduandos em enfermagem e que aceitaram participar da pesquisa. Quanto ao critério de exclusão, o adotado foi: graduando de enfermagem que apresentava

matrícula irregular no período da coleta, ou estava ausente por quaisquer motivos.

Para a realização da coleta de dados, utilizou-se um formulário de dados sociodemográficos para caracterização da amostra, e o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), para avaliar o nível de ansiedade dos estudantes.

O formulário aplicado para caracterização da amostra continha dados sociodemográficos, pessoais e acadêmicos: idade, gênero, período do curso em que está matriculado, número de disciplinas que está cursando, se ocorreu algum evento estressor previamente, se possui diagnóstico prévio de algum transtorno mental e se realiza psicoterapia.

O IDATE é composto por duas escalas distintas de autorrelato, com 20 itens cada, para medir dois conceitos distintos de ansiedade: traço de ansiedade (IDATE-T) e estado de ansiedade (IDATE-E). Apesar de originalmente desenvolvido como um instrumento de pesquisa para investigar fenômenos da ansiedade em "adultos típicos" (sem perturbações de ordem psiquiátricas), o IDATE também mostrou ser de grande utilidade para mensurar ansiedade em estudantes, em pacientes neuropsiquiátricos, cirúrgicos e de clínica médica e foi validado para o português⁽¹⁴⁾.

As opções de resposta seguem o modelo Likert, com escores de 1 a 4 (na sequência: absolutamente não, um pouco, bastante e muitíssimo). Os escores podem variar de 20 a 80 para ambas as escalas, não havendo respostas certas ou erradas, pois refere ao modo como cada indivíduo, pessoalmente, sente as situações vivenciadas. Os resultados são obtidos através de pontuação específica para cada questão, considerando que estão relacionadas a situações positivas e negativas.

Os escores mais altos refletem nível mais alto de ansiedade em ambas as escalas. Neste estudo, foram atribuídas as seguintes classificações: < 33 refere à ausência de sintomatologia ansiosa ou ansiedade leve, entre 33 e 49 à ansiedade média, e > 49 a um alto nível de ansiedade.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de setembro e outubro de 2019, após a liberação institucional e aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP). Quanto aos voluntários, foram convocados através de apresentação sucinta da pesquisa pelo pesquisador e coletador nas salas de aula e ambientes comuns da universidade, sendo realizado um contato prévio apresentando brevemente a intenção e atribuições da pesquisa com coordenação do curso e professores para iniciar a coleta, a partir disso, o pesquisador apresentou-se nas salas de aula, após permissão do professor, e explicou a pesquisa e consequentemente solicitando participação. Os voluntários assinaram o termo de consentimento e responderam aos questionários da pesquisa autoaplicáveis. Além da sala de aula, os alunos também foram abordados

em áreas comuns da universidade, utilizando a mesma proposta, fornecidos a todos o tempo e distância agradável para preenchimento sem intervenção do pesquisador.

Aos voluntários, foi solicitada a participação além de serem esclarecidos os objetivos e processos do desenvolvimento da pesquisa através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após a assinatura deste termo, os participantes preencheram de maneira autoaplicável o questionário sociodemográfico e, posteriormente, o IDATE.

Os dados foram tabulados e analisados pelo *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), version 21.0, por meio de estatística descritiva (frequência absoluta e relativa e medidas de tendência central e dispersão) e inferencial (Teste Exato de Fisher). O Teste Exato de Fisher foi utilizado porque as caselas inferiores a 5 apresentaram uma frequência maior de 20%. Para todas as análises foi estabelecido o nível de significância de 5% ($p\text{-valor}<0,05$).

Para demonstração dos resultados, os dados foram descritos através de tabelas que melhor descrevem os achados. Inicialmente, foram utilizadas variáveis sociodemográficas e acadêmicas. Em seguida, foram expostos os achados do IDATE E e T. E, por fim, descreveu-se a relação entre as variáveis investigadas.

Os estudantes só eram incluídos no estudo depois de preenchidos os critérios de elegibilidade, caso concordassem em participar e assinar o TCLE. Em conformidade com a Resolução nº466/12 do Conselho Nacional de Saúde, o estudo foi submetido ao CEP do Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento (CESED) através da Plataforma Brasil e aprovado no dia 07 de setembro de 2019 sob parecer n.º 3.563.746 e CAAE: 19641019.0.0000.5175, conduzida de acordo com os padrões éticos exigidos.

Resultados

Foram incluídos 71 graduandos de enfermagem. A distribuição das variáveis sociodemográficas está detalhada na Tabela 1, em que foi possível observar o predomínio de mulheres (80,3%; n=57) se comparado a homens (19,7%; n=14), indivíduos solteiros (97,2%; n=69) diferentemente dos casados (2,8%; n=2), prevalecendo os que não exerciam atividade remunerada (90,1%; n=64), em relação aos que exerciam (9,9%, n=7) e prevalência de estudantes com renda familiar de mais de um salário mínimo (51,5%; n=34) se feito um parâmetro dos que possuem renda de um salário mínimo (48,5%; n=34). Em relação à faixa etária de até 20 anos (62,0%; n=44) e mais de 20 anos (38,0%; n=27), a média de idade foi de 20,49 anos, com desvio padrão de 3,17 anos. Ao dicotomizar a variável segundo a mediana, foi possível observar o predomínio de indivíduos de até 20 anos (62,0%; n=44).

Tabela 1 - Distribuição dos dados sociodemográficos dos participantes (n=71). Campina Grande, PB, Brasil, 2019

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Frequência relativa (%)	Amostra válida/em falta
Sexo			
Feminino	57	80,3	71/0
Masculino	14	19,7	
Estado civil			
Solteiro	69	97,2	71/0
Casado	2	2,8	
Idade			
Até 20 anos	44	62,0	71/0
Acima de 20 anos	27	38,0	
Trabalho remunerado			
Sim	7	9,9	71/0
Não	64	90,1	
Nível econômico			
Um salário mínimo	32	48,5	66/5
Mais de um salário	34	51,5	

A Tabela 2 traz os dados de formação profissional, onde é possível notar que a maioria não fez outro curso superior e, no momento da coleta, cursava mais do que

cinco disciplinas. Em relação ao período, a média foi de 3,55, com desvio padrão de 2,07 e máximo de oito.

Tabela 2 - Distribuição dos dados acerca da formação profissional do entrevistado (n=71). Campina Grande, PB, Brasil, 2019

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Frequência relativa (%)	Amostra válida/em falta
Fez outro curso			
Sim	20	28,6	70/1
Não	50	71,4	
Número de disciplinas			
Zero a cinco disciplinas	18	25,4	71/0
Acima de cinco disciplinas	53	74,6	

Em relação à frequência dos dados de avaliação da saúde mental dos entrevistados, identificou-se que nove (12,9%) fazem psicoterapia e 61 (87,1%) não; 43 (62,3%) afirmaram a presença de estressor prévio, 26 (37,7%) não; sete (9,9%) relataram terem sido

diagnosticados com transtorno mental, enquanto 64 (90,1%) não.

Em relação à escala que avalia ansiedade (Tabela 3), verificou-se que para o IDATE - E e o IDATE - T, o alto nível de ansiedade foi mais frequente.

Tabela 3 - Distribuição da avaliação da ansiedade por meio da escala IDATE* (n=71). Campina Grande, PB, Brasil, 2019

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Frequência relativa (%)	Amostra válida/em falta
IDATE - E*			
Ausência de sintomatologia ansiosa ou ansiedade leve	2	2,8	71/0
Ansiedade média	26	36,6	
Alto nível de ansiedade	43	60,6	
IDATE - T†			
Ausência de sintomatologia ansiosa ou ansiedade leve	2	2,8	71/0
Ansiedade média	26	36,6	
Alto nível de ansiedade	43	60,6	

*IDATE - E = Inventário de Ansiedade Traço-Estado – Estado; †IDATE - T = Inventário de Ansiedade Traço-Estado-Traço

Realizou-se associação entre algumas variáveis referentes à formação dos entrevistados e da avaliação de sua saúde mental com o nível de ansiedade pelo IDATE - E (Tabela 4). Esses dados permitem identificar que o alto nível de ansiedade predominou nos indivíduos que cursam de zero a cinco disciplinas (83,3%; n=15),

fazem psicoterapia (88,9%; n=8), tiveram um estressor prévio (67,4%; n=29) e possuem um diagnóstico mental (71,4%; n=5). Em relação a fazer outro curso, as duas categorias apresentaram o mesmo percentual. A variável número de disciplinas apresentou significância estatística com as classificações do IDATE - E (p -valor=0,01).

Tabela 4 - Associação entre as variáveis de formação e de avaliação da saúde mental com o nível de ansiedade pelo IDATE - E* (n=71). Campina Grande, PB, Brasil, 2019

Variáveis	IDATE - E*			p - valor†	Amostra válida/ em falta
	Alto nível n (%)	Ansiedade média n (%)	Ansiedade leve n (%)		
Número de disciplinas					
Zero a cinco	15 (83,3)	2 (11,1)	1 (5,6)	0,01	71/0
Acima de cinco	28 (52,8)	24 (45,3)	1 (1,9)		
Fez outro curso					
Sim	12 (60,0)	8 (40,0)	0 (0,0)	1,00	70/1
Não	30 (60,0)	18 (36,0)	2 (4,0)		
Faz psicoterapia					
Sim	8 (88,9)	1 (11,1)	0 (0,0)	0,22	70/1
Não	35 (57,4)	24 (39,3)	2 (3,3)		
Estressor prévio					
Sim	29 (67,4)	13 (30,2)	1 (2,3)	0,31	69/2
Não	13 (50,0)	12 (46,2)	1 (3,8)		
Possui diagnóstico mental					
Sim	5 (71,4)	2 (28,6)	0 (0,0)	0,75	71/0
Não	38 (59,4)	24 (37,5)	2 (3,1)		

*IDATE - E = Inventário de Ansiedade Traço-Estado – Estado; †Teste Exato de Fisher

Ao avaliar a associação entre os dados de formação e saúde mental com o nível de ansiedade pelo IDATE - T, identificou-se que o alto nível de ansiedade foi maior nos indivíduos que cursam de zero a cinco disciplinas (61,1%; n=11), fizeram outro curso (70,0%; n=14),

fazem psicoterapia (100,0%, n=9), têm um estressor prévio (69,8%; n= 30) e têm um diagnóstico mental (100,0%; n=7). Obteve-se significância estatística entre fazer psicoterapia ($p=0,04$) e possuir diagnóstico mental ($p=0,07$), com as classificações de ansiedade.

Tabela 5 - Associação entre as variáveis de formação e de avaliação da saúde mental com o nível de ansiedade pelo IDATE - T* (n=71). Campina Grande, Paraíba, Brasil, 2019

Variáveis	IDATE - T*			p - valor†	Amostra válida/ em falta
	Alto nível n (%)	Ansiedade média n (%)	Ansiedade leve n (%)		
Número de disciplinas					
Zero a cinco	11 (61,1)	7 (38,9)	0 (0,0)	1,0	71/0
Acima de cinco	32 (60,4)	19 (35,8)	2 (3,8)		
Fez outro curso					
Sim	14 (70,0)	5 (25,0)	1 (5,0)	0,28	70/1
Não	28 (56,0)	21 (42,0)	1 (2,0)		
Faz psicoterapia					
Sim	9 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	0,04	70/1
Não	34 (55,7)	25 (41,0)	2 (3,3)		
Estressor prévio					
Sim	30 (69,8)	12 (27,9)	1 (2,3)	0,31	69/2
Não	12 (46,2)	13 (50,0)	1 (3,8)		

(continua na próxima página...)

Variáveis	IDATE - T*				p- valor [†]	Amostra válida/ em falta
	Alto nível n (%)	Ansiedade média n (%)	Ansiedade leve n (%)			
Possui diagnóstico mental						
Sim	7 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)		0,07	71/0
Não	36 (56,3)	26 (40,6)	(3,1)			

*IDATE - T= Inventário de Ansiedade Traço-Estado-Traço; [†]Teste Exato de Fisher

Discussão

O levantamento do perfil dos estudantes que participaram da pesquisa constatou a predominância de mulheres, estado civil solteiro e faixa etária média de 20 anos na amostra analisada. A enfermagem é uma profissão de predominância feminina. Apesar de uma maior entrada de indivíduos do sexo masculino, essa profissão ainda permanece, majoritariamente, preenchida por mulheres⁽¹⁵⁾. O estado civil solteiro também predominou e provavelmente está associado à faixa etária de jovens que estão iniciando sua qualificação.

As características evidenciadas nos participantes que apresentam ansiedade e outros problemas de saúde mental que acarretam em impactos na saúde e no rendimento acadêmico são, provavelmente, advindas da realidade vivida, dos hábitos, das demandas universitárias, autocobrança, entre outros fatores^(13,15-16).

Rotineiramente, estes estudantes estão inseridos numa realidade acelerada e, por vezes, não buscam suporte profissional para manejo das questões de saúde mental, sendo necessário dar atenção a esta situação, observando as particularidades dessa população para atuar com intervenções atrativas e eficazes que busquem tornar a universidade um ambiente de aprendizagem e não de sofrimento psíquico^(10-11,17).

Neste estudo, a realização de psicoterapia por parte dos estudantes associou-se com alto nível de ansiedade no IDATE E e T, assim como, menor número de disciplinas, estressor prévio e ter um diagnóstico de sofrimento mental. Este dado reflete o quanto as situações são capazes de desestabilizar o indivíduo, impactar a maneira como ele reage a determinadas situações e como a criação de estratégias de enfrentamento são procuradas no ato de busca à psicoterapia, ainda que haja contato intenso com estressores.

Políticas voltadas ao tratamento e ao bem-estar do aluno passam a se orientar pela necessidade de acolhimento e orientação ao discente, melhorando sua saúde mental e possibilitando menores índices de evasão, de modo que a formação profissional seja aliada ao fato de que a universidade precisa promover cuidado a quem está se formando. No caso dos alunos de cursos de saúde, é fundamental retomar a um lugar-comum quando se discute o cuidado: o cuidar de quem cuida. Assim, o cuidar

de quem cuida deixa de ser uma estratégia possível ou desejável e passa a ser uma política institucional^(15,18).

A literatura é escassa na relação entre o número de disciplinas cursadas e a ansiedade. Entretanto, nesta associação tanto estado como traço podem se referir à relevância que os indivíduos dão às situações que enfrentam. Neste estudo, pode estar relacionado à disciplina cursada, sua carga horária ou às exigências docentes. Segundo uma pesquisa realizada no ano de 2017, esse sentimento foi detectado desde o contexto pré-vestibular, em que a questão da escolha profissional também parece interferir no bem estar dos jovens. A escolha pode motivar o adolescente a seguir um planejamento, ou pode se tornar fator ansiogênico devido à necessidade de conhecimento acerca do mercado de trabalho, salário e todos os acompanhantes da vida profissional⁽¹⁹⁾.

Tanto a relação entre o número de disciplinas cursadas e a ansiedade, como a relação da ansiedade-traço com a psicoterapia, estão associadas às percepções pessoais dos indivíduos no tocante à sua personalidade e maneira de vivenciar as questões da vida. Em uma pesquisa com acadêmicos de cursos em geral, observou-se achado similar em relação a questões de saúde mental, onde os estudantes relataram que características pessoais influenciam na manutenção da instabilidade e atuam como limitantes na obtenção do equilíbrio frente a desafios⁽²⁰⁾.

Níveis leves de ansiedade podem ser úteis, atuando positivamente no desempenho acadêmico. Em contrapartida, em casos de níveis elevados, os estudantes podem experimentar a queda deste indicador. Assim, presume-se que os prejuízos são proporcionais ao nível de ansiedade, podendo interferir negativamente nos aspectos cognitivos, como atenção, memória, concentração e raciocínio. Essa situação tem sido uma tendência na população universitária^(4,10-11,15).

Alguns estudos citam prováveis variáveis que contribuem no surgimento da instabilidade emocional no contexto universitário, pontuando as altas demandas acadêmicas, pessoais e econômicas, as dúvidas acerca da sua aptidão ao concluir sua graduação, a necessidade de construir novas relações sociais, a adaptação a um novo ambiente, a necessidade de afastamento do convívio familiar e de gerir o tempo^(9,21).

As implicações decorrentes de tal exposição podem se traduzir em alterações emocionais e em doenças psicológicas⁽⁶⁾. A sequência de identificações e reações ansiosas pode gerar a instalação de sofrimento mental diagnosticado, como presente na amostra estudada, que confirma a dificuldade em lidar com as adversidades na geração atual⁽²²⁾.

Para minimizar este impacto e potencializar a capacidade resiliente, é necessário rever a maneira que atualmente é implementado o ensino-aprendizagem nas instituições de ensino superior, de modo que sejam desenvolvidas competências e habilidades profissionais e pessoais, sem prejuízos psicológicos importantes⁽²³⁾.

A presença de sofrimento emocional e vulnerabilidade aponta a necessidade de criação e investimento em programas de promoção e prevenção de saúde no ambiente universitário. É primordial a ampliação do número de profissionais destinados ao cuidado com a saúde dos estudantes, proporcionando um cuidado mais amplo à saúde física e emocional destes. Programas e projetos que visam cuidado e apoio estudiantil são imprescindíveis e podem atuar ampliando os espaços de ajuda e a capacidade resiliente^(20,23).

Programas de extensões que foquem nos graduandos e criem espaços para lazer, arte, grupos terapêuticos, orientação pedagógica e de carreira, bem como equipes de acolhimento e aconselhamento para manutenção ou melhoria da saúde e qualidade de vida dessa população são exemplos de estratégias que podem ser estimuladas e orientadas aos estudantes⁽²³⁾.

Planejamentos de suporte emocional representam a tendência da prática clínica, empresarial e educacional, pois possibilitam que os indivíduos alcancem seus objetivos respeitando os próprios limites. Na perspectiva do estudante de enfermagem e futuro profissional da área, trabalhar estas questões previne o sofrimento psíquico e auxilia em possíveis futuros esgotamentos emocionais que o exercício da profissão possa trazer⁽²⁴⁾.

Tais constatações apontam a necessidade de desenvolvimento de estratégias de cuidado em saúde mental para população acadêmica, assim como a investigação científica para identificação de variáveis que causam sofrimento e os fatores de proteção da saúde mental. A experiência acadêmica impacta o indivíduo, a coletividade e o futuro profissional, sendo assim importante considerar que transcorra de maneira saudável e propícia para uma saúde mental cada vez mais sustentável na universidade e mercado de trabalho.

Conclusão

Os resultados do presente estudo apontam que os participantes apresentaram alta ansiedade-traço e ansiedade-estado associadas às situações acadêmicas e aos rebatimentos dessa rotina. Observou-se o predomínio

de indivíduos do sexo feminino, solteiros e com faixa etária média de 20 anos.

Quanto à ansiedade-estado, o alto nível predominou nos discentes que cursam de zero a cinco disciplinas, fazem psicoterapia, tiveram um estressor prévio e possuem um diagnóstico mental. Já no tocante ao alto nível de ansiedade-traço, além de se apresentar nos indivíduos com as variáveis supracitadas, se apresentou naqueles que também já fizeram outro curso.

Este estudo apresentou limitações relacionadas ao quantitativo da amostra e à investigação na realidade de uma universidade pública. São necessários novos estudos mais abrangentes e multicêntricos para uma melhor compreensão do fenômeno analisado e suas implicações. Além disso, destaca-se a dificuldade de abordagem e adesão dos discentes à pesquisa, podendo estar relacionada à elevada quantidade de atribuições existentes dentro do âmbito acadêmico e/ou uma possível resistência no que diz respeito à discussão da temática pesquisada.

Ademais, entende-se que a identificação de sofrimento deve produzir um alerta na comunidade acadêmica e estimular novas pesquisas e projetos que visem a promoção de saúde mental nas instituições de ensino superior. Para os cursos de saúde, especificamente de enfermagem, a saúde mental versa toda a trajetória assistencial com o paciente e, portanto, o cuidado pessoal e institucional desde a academia possibilita um fenômeno sustentável de manejo de situações adversas que impactam o psíquico deste estudante e futuro profissional.

Referências

1. Sullivan FP, Geschwind HD. Defining the Genetic, Genomic, Cellular, and Diagnostic Architectures of Psychiatric Disorders. *Cell*. 2019;177(1):162-83. doi: <http://doi.org/10.1016/j.cell.2019.01.015>
2. Parreira BDM, Goulart BF, Haas VJ, Silva SR, Monteiro JCS, Gomes-Sponholz FA. Common mental disorders and associated factors: a study of women from a rural area. *Rev Esc Enferm USP*. 2017;51:e03225. doi: <http://doi.org/10.1590/s1980-220x2016033103225>
3. Carvalho EA, Bertolini SMMG, Milani RG, Martins MC. Anxiety scores in university entering and graduating students from a higher education institution. *Cienc Cuid Saude*. 2015;14(3):1290-8. doi: <http://doi.org/10.4025/cienccuidsaude.v14i3.23594>
4. Hirsch CD, Barlem ELV, Almeida LK, Tomaschewski-Barlem JG, Figueira AB, Lunardi VL. Estratégias de coping de acadêmicos de enfermagem diante do estresse universitário. *Rev Bras Enferm*. 2015;68(5):783-90. doi: <http://doi.org/10.1590/0034-7167.2015680503i>
5. Lopes LFD, Chaves BM, Fabrício A, Porto A, Almeida DM, Obregon SL, et al. Analysis of Well-Being and Anxiety among University Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(17):3780. doi: <http://doi.org/10.3390/ijerph15173780>

- Health. 2020;17(11):3874. doi: <http://doi.org/10.3390/ijerph17113874>
6. Azarias MA, Emmy UP. Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRJ. Trab En(Cena). 2020;5(1):248-68. doi: <http://doi.org/10.20873/25261487V5N1P248>
 7. Amanda K, Peo L, Kajsa J, Hedman-Lagerlöf E, Erland A. Three decades of increase in health anxiety: Systematic review and meta-analysis of birth cohort changes in university student samples from 1985 to 2017. J Anxiety Disord. 2020;71:102208. doi: <http://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102208>
 8. Chua BS, Harris SAH, Jasmine AM, Rosnah I. Psychometric Properties of the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y) among Malaysian University Students. Sustainability. 2018;10(9):3311. doi: <http://doi.org/10.3390/su10093311>
 9. Torres C, Otero P, Bustamante B, Blanco V, Díaz O, Vázquez FL. Mental Health Problems and Related Factors in Ecuadorian College Students. Int J Environ Res Public Health. 2017;14(5):530. doi: <http://doi.org/10.3390/ijerph14050530>
 10. Cestari VRF, Barbosa IV, Florêncio RS, Pessoa VLMP, Moreira TMM. Stress in nursing students: study on sociodemographic and academic vulnerabilities. Acta Paul Enferm. 2017;30(2):190-6. doi: <http://doi.org/10.1590/1982-0194201700029>
 11. Sequeira CA, Carvalho JC, Borges EM, Sousa CN. Mental vulnerability of nursing degree students in higher education: exploratory study. J Nurs Health. 2013;3(2):170-81. doi: <http://doi.org/10.15210/jonah.v3i2.3551>
 12. Facioli AM, Barros AF, Melo MC, Ogliari ICM, Custódio RJM. Depressão entre estudantes de enfermagem e sua associação com a vida acadêmica. Rev Bras Enferm. 2020;73(1):e20180173. doi: <http://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0173>
 13. Fernandes MA, Vieira FER, Silva JS, Avelino FVSD, Santos JDM. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. Rev Bras Enferm. 2018;71(5):2169-75. doi: <http://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>
 14. Angela MBB, Luiz N, Charles DS. Desenvolvimento da forma experimental em português do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE). Arq Bras Psicol Apl. [Internet]. 1977 [Acesso 21 jan 2021];29(3):31-44. Disponível em: <http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/abpa/article/view/17827/16571>
 15. Cheung K, Tan KY, Tsang H, Zhang LW, Lit SW. Depression, anxiety and stress in different subgroups of first-year university students from 4-year cohort data. J Affect Disord. 2020;274:305-14. doi: <http://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.041>
 16. Ramos PF, Andrade AL, Jardim AP, Ramalhete JNL, Pirola GP, Egert C. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. Rev Bras Orient Profiss. 2018;19(2):221-32. doi: <http://doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n2p221>
 17. Daolio CC, Neufeld CB. Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: estudo piloto. Rev Bras Orient Profiss. [Internet]. 2017;8(2):129-40. doi: <http://doi.org/10.26707/1984-7270/2017v18n2p129>
 18. Souza DS, Rossato J, Cunha VF, Oliveira PPC, Campos SO, Scorsolini-Comin F. Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem. Rev Fam Ciclos Vida Saúde Contexto Soc. 2020;8(Supl.1):648-57. doi: <http://doi.org/10.18554/refacs.v8i0.4673>
 19. Moretti FA, Hubner MMC. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional?. Rev Psicopedag. [Internet]. 2017 [Acesso 21 jan 2021];34(105):258-67. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v34n105/03.pdf>
 20. Mitchel AEP. Psychological distress in student nurses undertaking an educational programme with professional registration as a nurse: Their perceived barriers and facilitators in seeking psychological support. J Psychiatr Ment Health Nurs. 2018;25(4):258-69. doi: <http://doi.org/10.1111/jpm.12459>
 21. Peter M, Rachel P, Gemma G, Lucy S, Michael Z, Karin W. Web-based indicated prevention of common mental disorders in university students in four European countries – Study protocol for a randomised controlled trial. Internet Interv. 2019;16:35-42. doi: <http://doi.org/10.1016/j.invent.2018.02.004>
 22. Dalky HF, Gharaibeh A. Depression, anxiety, and stress among college students in Jordan and their need for mental health services. Nurs Forum. 2019;54(2):205-12. doi: <http://doi.org/10.1111/nuf.12316>
 23. Martineau M, Beauchamp G, Marcotte D. Efficacité des interventions en prévention et en promotion de la santé mentale dans les établissements d'enseignement postsecondaire. Santé Mentale au Québec. [Internet]. 2017 [cited 2021 Jan 21];42(1):165-82. Available from: <https://www.erudit.org/fr/revues/smq/2017-v42-n1-smq03101/1040249ar>
 24. Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Lunardi GL, Barlem ELD, Silveira RS, Vidal DAS. Burnout syndrome among undergraduate nursing students at a public university. Rev. Latino-Am. Enfermagem. [Internet]. [cited 2021 Jan 21, 2021]. 2014;22(6):934-41. Available from: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692014000600934&lng=en&nrm=iso&tlang=en

Contribuição dos autores

Concepção e planejamento do estudo: Thayná Coriolano Ribeiro de Oliveira, Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal, Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes,

Tamires Paula Gomes Medeiros, Igor de Sousa Nóbrega.

Obtenção dos dados: Thayná Coriolano Ribeiro de Oliveira, Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal. **Análise**

e interpretação dos dados: Thayná Coriolano Ribeiro de Oliveira, Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal, Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes, Tamires Paula Gomes Medeiros, Igor de Sousa Nóbrega. **Análise estatística:**

Thayná Coriolano Ribeiro de Oliveira, Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal, Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes, Tamires Paula Gomes Medeiros, Igor de Sousa Nóbrega. **Redação do manuscrito:** Thayná Coriolano Ribeiro de Oliveira, Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal, Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes, Tamires Paula Gomes Medeiros, Igor de Sousa Nóbrega. **Revisão crítica**

do manuscrito: Cláudia Quézia Amado Monteiro Leal, Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes.

Todos os autores aprovaram a versão final do texto.

Conflito de interesse: os autores declararam que não há conflito de interesse.

Recebido: 15.01.2021

Aceito: 02.03.2021

Autor correspondente:

Tamires Paula Gomes Medeiros

E-mail: tamirespgmedeiros@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-8222-8257>

Copyright © 2022 SMAD, Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons CC BY.

Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe atribuam o devido crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. É recomendada para maximizar a disseminação e uso dos materiais licenciados.