

Fatores Correlacionados à Ansiedade em Acadêmicos de Enfermagem: Revisão Bibliográfica Integrativa¹

LARISSA MELO QUEIROZ

Acadêmica de enfermagem /Faculdade Estácio do Amazonas
Manaus, AM, Brasil

LASLEY APARECIDA DA SILVA E SOUZA

Acadêmica de enfermagem/ Faculdade Estácio do Amazonas
Manaus, AM, Brasil

MARCOS VINICIUS COSTA FERNANDES

Mestre em Enfermagem e docente do curso de enfermagem
Faculdade Estácio do Amazonas

Manaus- AM, Brasil

ELLEN PRISCILLA NUNES GADELHA

Doutora em Doenças Tropicais e Coordenadora do curso de enfermagem
Faculdade Estácio do Amazonas

Manaus, AM, Brasil

Abstract

This article has as its theme factors related to anxiety in nursing students: an integrative literature review. Anxiety is known to be a factor that interferes with academic success with implications for the level of physical and mental health of individuals.

Its general objective is to analyze the factors that are correlated to anxiety in students of the Nursing Course based on the crossing of ideas in published articles.

The methodology of this article was based on an integrative bibliographic review, which has been identified as a unique tool in the field of health, as it synthesizes the available research on a given theme and directs the practice based on scientific knowledge. The results of this study can be used to draw a profile of students at greater risk of anxiety, envisioning the creation of strategies and actions by the Faculties and Universities, aimed at early intervention.

¹ The role of nurses in the quality of life of terminal patients

Discussion: *Anxiety can be considered an obstacle in the life of nursing students. Admission to the university is considered to be an experience that generates anxiety for students due to the time of transition that the study profession represents.*

Final Considerations: *It was found that the anxiety phenomenon is a reality among nursing students and, especially, in relation to university students due to the stresses to which they are exposed. Academic life should be a real and effective process, based on theory and practice. In summary, in order to avoid anxiety in nursing students, public and community health, therefore, the faculties responsible for the training of nurses must be impregnated with educational and preventive intent.*

Key-words: Factors. Anxiety. Nursing Students.

Resumo

Introdução: *Este artigo tem como tema fatores correlacionados à ansiedade em acadêmicos de enfermagem: uma revisão bibliográfica integrativa. Sabe-se que a ansiedade é reconhecidamente um fator que interfere no sucesso acadêmico tendo implicações ao nível da saúde física e mental dos indivíduos.*

Tem como objetivo geral analisar os fatores que estão correlacionados à ansiedade em acadêmicos do Curso de enfermagem com base no cruzamento de idéias em artigos publicados.

A metodologia deste artigo baseou-se na revisão bibliográfica integrativa, a qual tem sido apontada como uma ferramenta ímpar no campo da saúde, pois sintetiza as pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico.

Os resultados deste estudo podem ser usados para traçar um perfil de estudantes em maior risco de ansiedade, vislumbrando a criação de estratégias e ações, por parte das Faculdades e Universidades, que visem a intervenção precoce.

Discussão: *A ansiedade pode ser considerada um entrave na vida dos estudantes de enfermagem. O ingresso na universidade é considerado uma experiência geradora de ansiedade aos estudantes em virtude da época de transição que o ofício de estudar representa.*

Considerações Finais: *Verificou-se que o fenômeno da ansiedade é uma realidade entre os acadêmicos de enfermagem e, sobretudo, em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos. A vida acadêmica deverá ser um processo real e eficaz, baseado na teoria e prática. Em resumo, a que se evitar a ansiedade em acadêmicos de enfermagem, a saúde pública e comunitária, por isso, as faculdades responsáveis pela formação de enfermeiros têm que estar impregnadas de intencionalidade educativa e preventiva.*

Palavras-Chaves: Fatores. Ansiedade. Acadêmicos de Enfermagem.

Resumen

Introducción: *Este artículo tiene como tema los factores relacionados con la ansiedad en estudiantes de enfermería: una revisión integradora de la literatura. Se sabe que la ansiedad es un factor que interfiere con el éxito académico, con implicaciones para la salud física y mental de las personas.*

Su objetivo general es analizar los factores que se correlacionan con la ansiedad en estudiantes del Curso de Enfermería a partir del cruce de ideas en artículos publicados.

La metodología de este artículo se basó en una revisión bibliográfica integradora, la cual ha sido identificada como una herramienta única en el campo de la salud, ya que sintetiza las investigaciones disponibles sobre una temática determinada y orienta la práctica con base en el conocimiento científico.

Los resultados de este estudio pueden servir para trazar un perfil de estudiantes con mayor riesgo de ansiedad, vislumbrando la creación de estrategias y acciones por parte de Facultades y Universidades, orientadas a la intervención temprana.

Discusión: *La ansiedad puede considerarse un obstáculo en la vida de los estudiantes de enfermería. El ingreso a la universidad se considera una experiencia que genera ansiedad en los estudiantes debido al período de transición que representa la profesión de estudio.*

Consideraciones finales: *Se encontró que el fenómeno de la ansiedad es una realidad entre los estudiantes de enfermería y, especialmente, en relación a los estudiantes universitarios debido a los estreses a los que están expuestos. La vida académica debe ser un proceso*

real y efectivo, basado en la teoría y la práctica. En resumen, para evitar la ansiedad en los estudiantes de enfermería, la salud pública y comunitaria, por lo tanto, las facultades encargadas de la formación del enfermero deben estar impregnadas de intencionalidad educativa y preventiva.

Palabras-clave: Factores. Ansiedad. Estudiantes de enfermería.

INTRODUÇÃO

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conceito de saúde define-se por um estado dinâmico de bem-estar físico, mental, espiritual e social e não apenas a ausência de doenças, ou seja, observa-se a saúde do indivíduo de forma integral, compreendendo sua complexidade e analisando-a sistematicamente. (RAMOS, 2019).

Além disso, Costa et al (2017) assegura que os transtornos de ansiedade têm aumentado visivelmente, segundo estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgada em fevereiro de 2017 os distúrbios relacionados ansiedade afetam 9,3% (18.657.943) das pessoas que vivem no Brasil, tendo em vista que a ansiedade é o mal do último século, principalmente a relevantes transformações ocorridas no âmbito cultural e econômico, seguido por imposições de uma sociedade moderna tecnológica e cada vez mais competitiva, principalmente entre os jovens que estão em uma fase de transição entre o final da adolescência e o início da vida adulta, que é marcado por mudanças psicossociais importantes das quais o estudante tem que lidar com diversos desafios. Com o avanço da tecnologia os jovens estão adquirindo excesso de informação, o que aliado ao excesso de atividades, de pressão, apreensão em relação ao futuro, à transição para a vida acadêmica que esses jovens enfrentam e a cobrança excessivamente, gera assim uma série de sintomas e incômodos para os jovens estudantes, podendo dificultar a realização das suas atividades diárias.

Nesse contexto, o ambiente universitário é permeado de situações desgastantes que podem influenciar ou desencadear o desenvolvimento da ansiedade nos universitários, uma vez que a correria oportuniza uma vida sedentária, sendo este um fator de risco.

Nesse contexto, a compreensão da saúde mental de estudantes encontra-se vulnerável, por isso se faz necessário compreender os fatores de risco para o desencadeamento da ansiedade, a fim de garantir melhor qualidade na formação profissional dos acadêmicos. De acordo com Marchi et al, (2013) estudantes de ensino superior da área da saúde são os estudantes que apresentam maior nível de ansiedade, quando comparados a outras áreas de ensino. Apontando alguns fatores desencadeantes a experiência da prática clínica, o lidar com o ser humano, o contato com o sofrimento psíquico, a observação constante dos instrutores no cenário da prática, o medo de cometer erros e sentimentos de inadequação. (COSTA, et al, 2017).

Outrossim, a ansiedade pode ser observada e percebida em diversas situações cotidianas na vida do acadêmico. A ansiedade influencia negativamente na qualidade de vida dos estudantes e está intimamente ligada ao desempenho no processo de formação e na realização das atividades acadêmicas. Depressão e ansiedade afetam os alunos tanto profissionalmente e pessoalmente, com dificuldades no relacionamento interpessoal, abuso de drogas, deterioração do desempenho acadêmico, diminuição da empatia e adoecimento físico e mental (TABALIPA et al., 2015).

De acordo com Ramos et al (2019), a ansiedade e o estresse são reações adaptativas frente a eventos que representam mudanças ou ameaças na vida dos sujeitos e, em geral, são quadros temporários; mas quando se perpetuam, podem se tornar prejudiciais, trazendo conseqüências negativas para a qualidade de vida e desempenho profissional dos indivíduos (FERREIRA et al., 2009; LANTYER et al., 2016).

A ansiedade é composta por um conjunto de reações físicas e psicológicas (e.g., taquicardia, sudorese, preocupações antecipatórias e medo), caracterizada por um estado de alerta frente a um perigo potencial, logo, importante para preparar o organismo à ação (BRAVIM; FARIAS, 2011). Por outro lado, a ansiedade pode se tornar prejudicial quando passa a interferir de forma exacerbada na vida do indivíduo e, no contexto acadêmico, pode gerar desempenho precário nas tarefas, acarretando reprovações e até mesmo evasão escolar (AMBIEL, SANTOS, DALBOSCO, 2016; CRUZ, PINTO, ALMEIDA, ALELUIA, 2010; MORAIS, MASCARENHAS, RIBEIRO, 2010).

Como reflexo das modificações no meio social traduzidas na agitação que compreende a vida moderna, é cada vez mais comum que as pessoas lidem com a previsibilidade dos acontecimentos e antecipação dos fatos, de modo a atender cada vez mais precocemente as demandas do cotidiano de trabalho e das demais condições de vida em sociedade. As ocupações cotidianas seguidas das preocupações e pré-ocupações, tencionam nos indivíduos a uma aptidão de respostas programadas e rápidas para as demandas sociais impostas. Essas condições são geradoras de sofrimento em si e a ansiedade surge como uma sensação inerente às novas condições da vida humana, que acelera etapas e ultrapassa o curso natural dos acontecimentos, porém está acompanhada de sentimentos de angústia e de apreensão pelo que pode vir a ser (BORGES, 2015).

Segundo Silva (2018) as intervenções cognitivo-comportamentais mais empregados no quadro ora descritos são: a psicoeducação, a identificação dos pensamentos automáticos e das emoções, a identificação das crenças centrais e intermediárias, a reestruturação cognitiva, a resolução de problemas e a avaliação do processo. A psicoeducação é um recurso importante no processo psicoterápico e deve ser o pontapé inicial neste processo. O paciente deve ser informado sobre a funcionalidade ou não das suas reações comportamentais.

Nesta perspectiva esse estudo teve os objetivos voltados para identificar os fatores que acarretam a ansiedade descrever as causas e as conseqüências da ansiedade. Correlacionados dados obtidos com propostas de intervenções de caráter preventivo de ansiedade nos acadêmicos do Curso de enfermagem. Entendendo-se que a aplicação da revisão integrativa ocorre no pensamento crítico que a prática diária necessita.

METODOLOGIA

A revisão integrativa tem sido apontada como uma ferramenta ímpar no campo da saúde, pois sintetiza as pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico.

Na fundamentação teórica constam artigos selecionados dos anos 2015 a 2020 e pela lacuna encontrada, um de 2010. Foram

encontrados 35 estudos, sendo deles selecionados para leitura a partir dos resumos por se adequarem ao tema Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados: (LILACS, SCIELO, DOCS, LEPESPE.). Foram utilizados, para busca dos artigos, “Literatura de revisão que tratam do assunto. “Pesquisa em enfermagem” e biomedicina.

A pesquisa bibliográfica que subsidiou a presente revisão foi baseada na consulta de trabalhos publicados nos últimos 05 anos (2015 a 2020), conforme as palavras chave e base de dados, apresentados a seguir:

Tabela 1. Palavras-chaves e número de trabalhos encontrados das respectivas bases de dados.

Palavras-chave	Google Acadêmico	Periódicos Capes	Lilacs,(1),Scielo Analytics, (3),Rbtc (1),Docs (1), Unifafibe (1),Biblioteca Digital, (1) Repositorio.uniceub (1).
Ansiedade; Depressão; Estudantes de Enfermagem.	3	4	2
Transtorno de Ansiedade. Fobia. Ajuda Psicológica.	1	3	3
Ansiedade, Estudantes universitários, Intervenção psicológica		3	5
Universitários; Adaptação acadêmica; Ansiedade; Estresse; Estratégias de enfrentamento.	3	1	1

Para seleção de trabalhos foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: 1) artigos publicados nos três principais periódicos da área; 2) Idiomas: inglês e português; (3) Tópicos escolhidos (palavras-chave ou tópicos). Os critérios de exclusão foram: 1), dissertações, livros e referências de trabalho; 2) outros títulos de periódicos; 3) demais termos ou tópicos apresentados nas buscas nas bases de dados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram feitos pontuais considerações acerca de algumas fases do processo: coleta de dados, análise e discussão dos dados. Todo discernimento de relações ou conclusões requer constatação com a fonte pesquisada, para que não haja exclusão de evidências pertinentes durante o processo.

Como metodologia desde estudo, foi realizada uma revisão bibliográfica integrativa a partir das bases de dados como Scientific

Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde. Também foram realizadas buscas nas bases do United States National Library of Medicine (PubMed). A pesquisa foi realizada no período de março a agosto de 2020. Para o desenvolvimento da pesquisa, fez-se a busca de artigos de acordo com o **Quadro 1** Artigos levantados nas bases de dados sobre revisão bibliográfica: integrativa. Procedência Lilacs,(1) SciELO Analytics, (3),Rbtc (1),Docs (1), Unifafibe (1),Biblioteca Digital,(1). Repositório.uniceub (1).

Quadro 1 Artigos levantados nas bases de dados sobre revisão bibliográfica

Procedência	Título do artigo	Autores	Periódico (vol, nº, pág, ano)	Considerações / Temática
Lilacs	Revisão integrativa: o que é e como fazer	Souza Marcela Tavares de; Silva, Michelly Dias da;Carvalho, Rachelde.	Einstein (São	A revisão integrativa tem sido apontada como uma ferramenta ímpar no campo da saúde.
SciELO Analytics	Revisão Integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem	Mendes, Karina Dal Sasso; Silveira, Renata Cristina de Campos Pereira; Galvão,Cristina Maria.	Texto contexto - enferm. vol.17 no.4 Florianópolis Oct./Dec. 2008	A revisão integrativa é um método de pesquisa incipiente na enfermagem nacional. A síntese dos resultados de pesquisas relevantes e Reconhecidos mundialmente facilita a incorporação de evidências, ou seja, agiliza a transferência de conhecimento novo para a prática.
SciELO Analytics	Prevalência de Ansiedade e Depressão entre Estudantes de Medicina	Tabalipa, Fábio de Oliveira e et al.	Rev. bras. educ. med., Rio de Janeiro, v. 39, n. 3, p. 388-394, set. 2015	Estudantes de Medicina é uma população propícia ao desenvolvimento de transtornos de depressão e ansiedade.
SciELO Analytics	Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde	Lima-Sonia Oliveira Et al	Psicol. cienc. prof. vol.39 Brasília 2019.Epub Dec 20, 2019	Os acadêmicos do curso de enfermagem apresentaram maior prevalência de sintomas depressivos, seguido pelo curso de odontologia e o de medicina.
Rbtc.	Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada	Reyes, Amanda Neumann; Fermann, Ilana Luiz	Revista Brasileira de Terapia cognitiva.Ano de publicação: 2018.49 a 54	A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é considerada por muitos a principal abordagem cognitiva da atualidade
Docs	“Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina”	Cardozo, Mayara Quadros Brasil; Gomes, Karin Martins; Fan, Lee Gi; Soratto Maria Tereza	Ano de publicação: 2017	Pesquisa descritiva e exploratória. Considera-se imprescindível o cuidado aos acadêmicos da Universidade, com foco no autocuidado e autoconhecimento.
Unifafibe	Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura	Silva, Dylan Ritcher da. Panosso, Ivana Regina; Donadon, Maria Fortunata	Revista: Psicologia - Saberes & Práticas, n.2, v.1,1-10, 2018. Universidade de São Paulo	Discutiu-se o meio para promover o melhor desempenho acadêmico, além de prevenir e auxiliar no tratamento da ansiedade.
Biblioteca Digital,	Ansiedade: uma abordagem cognitivo comportamental	Borges, Agamenon Martins.	UNB- Biblioteca Digital, Coordenação Geral do II CESMAD	A ansiedade é uma das queixas mais comuns identificadas no cotidiano dos atendimentos. A partir desta premissa a abordagem cognitivo comportamental tem sido uma das estratégias mais

	dos diagnósticos e tratamento			difundidas para intervir nos transtornos ansiosos.
Repositorio.unic eub	Ansiedade e depressão entre os acadêmicos de enfermagem	Gomes, Maria Luíza Correia	Uniceub -Faculdade de Ciências da Educação e Saúde- Graduação em Enfermagem	Trata-se de um estudo quantitativo, epidemiológico, observacional, descritivo, transversal. Os acadêmicos de Enfermagem apresentaram traços sugestivos de ansiedade.

Os artigos mostram as pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico. Em se tratando de metodologia foi trabalhada a revisão integrativa por ser um método de pesquisa incipiente na enfermagem nacional. Os acadêmicos do curso de enfermagem apresentaram maior prevalência de sintomas depressivos, seguido pelo curso de odontologia e o de medicina.

Na sequência a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é considerada por muitos a principal abordagem cognitiva da atualidade. Considera-se imprescindível o cuidado aos acadêmicos da Universidade, com foco no autocuidado e autoconhecimento. Discutiu-se o meio para promover o melhor desempenho acadêmico, além de prevenir e auxiliar no tratamento da ansiedade. A ansiedade é uma das queixas mais comuns identificadas no cotidiano dos atendimentos em psiquiatria, geralmente ela está acompanhada dos ditos sintomas mórbida como tristeza e angústia, os acadêmicos de Enfermagem apresentaram traços sugestivos de ansiedade.

Quadro 2. Recursos informacionais consultados, estratégias de busca, referências recuperadas e selecionadas.

Recursos informacionais (Bases de dados)	Estratégias de busca Palavras-chave DECS	Total de referências encontradas (Artigos)	Total de referências selecionadas (Incluídas)	Total de referências selecionadas (Excluídas)
Lilacs	Literatura de revisão como assunto; Metodologia; Pesquisa metodológica em enfermagem; Enfermagem baseada em evidências	2	1	2
SciELO Analytics	Pesquisa. Enfermagem. Saúde.	1	1	1
<u>Rbte</u>	Terapia cognitivo comportamental; Transtorno de ansiedade generalizada; Psicoterapia	2	1	2
SciELO Analytics	Pesquisa. Enfermagem. Saúde.	1	1	1
Docs	Ansiedade, Biomédico; estudantes; universidade	1	1	1
Unifafibe	Ansiedade, Estudantes universitários, Intervenção psicológica.	1	1	1

Biblioteca Digital,	Ansiedade, Estudantes universitários, Intervenção psicológica.	2	3	2
Repositorio.uniceub	Ansiedade; Depressão; Estudantes de Enfermagem	1	1	1

No Quadro 2. Foram reunidos recursos informacionais consultados, estratégias de busca, referências recuperadas e selecionadas. Em seguida foi realizada a leitura dos resumos e as Estratégias de busca Palavras-chave Pesquisa. Enfermagem. Saúde. Ansiedade, Estudantes universitários, Intervenção psicológica. Pesquisa. Enfermagem. Saúde. Estratégias de busca Palavras-chave: total de referências: 10 artigos. Terapia cognitivo comportamental: Transtorno de ansiedade generalizada; Psicoterapia 5 artigos. Estratégias de busca Palavras-chave: Ansiedade, Estudantes universitários, Intervenção psicológica 11 artigos. Total de referências selecionadas (Incluídas): 8 Total de referências selecionadas (Excluídas) 03.

Quadro 3. Referências excluídas e motivos da exclusão dos artigos encontrados.

N	Referência	Motivos
1	Souza Marcela Tavares de; Silva, Michelly Dias da; Carvalho, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein (São Paulo) vol.8 no.1 São Paulo Jan/Mar, 2010	A referência antecede a 2015.
2	Bouwman, B. E. C.; Carvalho, D. S. Cuidados de enfermagem realizados ao paciente cirúrgico no período pré-operatório. 2015	Resultados voltados para os cuidados de enfermagem realizados ao paciente cirúrgico no período pré-operatório.
3	Verzani, Henrique, Morão, Kauan Galvão; Bagni, Guilherme; Machado, Afonso Antonio. A ansiedade no futebol: uma visão sobre os goleiros, 2016. lepespe	Aplicado a área do esporte e não enfermagem.

No quadro 03, expõe-se 03 referências excluídas e motivos da exclusão dos artigos encontrados. Podem ser listados assim: a referência antecede a 5 anos.

Quadro 4. Autores, ano de publicação, país de origem do primeiro autor, área de conhecimento dos autores e Definições e finalidades dos artigos selecionados.

Autores e ano	Definições e finalidades	Quadros teóricos de referência
Gomes, Maria Luiza Correia e Roberto Nascimento de Albuquerque (2018)	Apesar de a ansiedade ser vivenciada por todo ser humano ao longo da vida, o transtorno de ansiedade não possui definição exata, entretanto é facilmente identificada. O indivíduo apresenta um estado emocional incômodo não satisfatório, acompanhado de diversas alterações comportamentais e neurológicas (GAMA; MOURA; ARAUJO, 2008). Teve a finalidade de compreender o fenômeno da ansiedade, pois se faz muito importante e, sobretudo, em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos, conforme já foi explicitado. Ademais, identificar os fatores de risco mais associados ao desenvolvimento da ansiedade entre os universitários.	(1-4)
Lima, Sonia Oliveira Et AL (2019)	A ansiedade é uma das queixas mais comuns identificadas no cotidiano dos atendimentos em psiquiatria, geralmente ela está acompanhada dos ditos sintomas comórbidos como tristeza e angústia. A partir desta premissa a abordagem cognitivo comportamental tem sido uma das estratégias mais difundidas para intervir nos transtornos ansiosos. A finalidade deste estudo foi, a partir de uma revisão de literatura, avaliar a ansiedade enquanto sintoma e suas classificações diagnósticas através da abordagem cognitivo comportamental e apresentar técnicas de tratamento disponíveis e eficientes para estes casos. Foi possível realizar um apanhado histórico das mudanças de compreensão da ansiedade enquanto sintoma até suas classificações diagnósticas e apresentar assim a eficácia das estratégias de intervenção baseadas na abordagem cognitivo comportamental.	(1-3)
Cardozo, Mayara Quadros Brasil; Gomes, Karin Martins; Fan, Lee Gi; Soratto Maria Tereza Et al (2017)	A ansiedade é responsável por preparar o indivíduo para situações de ameaça e perigo. Juntamente com o medo, eles envolvem fatores cognitivos, comportamentais, afetivos, fisiológicos e neurológicos que modulam a percepção do indivíduo ao ambiente, provocando respostas específicas e direcionando a algum tipo de ação. A ansiedade pode ser definida como uma condição orientada para o futuro, caracterizada por: apreensão relativa à percepção de não poder controlar ou prever eventos potencialmente aversivos; sintomas corporais de tensão física; e desvio do foco de atenção para esses eventos potencialmente aversivos ou às respostas afetivas eliciadas por eles (DESOUZA et al., 2013). Teve a finalidade de avaliar a ansiedade pode estar relacionada a diversos distúrbios psicológicos podendo ser considerado um transtorno mental dependendo do nível da ansiedade e de fatores associados (BORINE, 2011). “A ansiedade social é um dos problemas mais frequentes de saúde mental” (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2014, p. 223 apud CARDOZO, 2017) e identificar fatores associados à ocorrência de ansiedade nos acadêmicos de Biomedicina. Pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória.	(1-6)
Silva, Dylan Ritcher da. Panosso, Ivana Regina; Donadon, Maria Fortunata	A ansiedade é um dos transtornos que mais acomete a população. No Brasil, 9,3% sofrem com ela, sendo o transtorno de maior prevalência no país. Não obstante, a população universitária parece ser ainda mais vulnerável a esta problemática, pois os estudantes passam por diversas mudanças nesta fase, sejam elas sociais,	(1-2)

	psicológicas e ambientais, além das demandas que o ambiente acadêmico passa a exigir, devendo se adaptar a este novo papel que começam a exercer. Assim sendo, os objetivos do presente trabalho constituíram em realizar uma revisão da literatura a fim de identificar os fatores de risco associados à ansiedade, bem como as intervenções propostas para o enfrentamento desta problemática. Teve a finalidade de compreender o fenômeno da ansiedade se faz muito importante e, sobretudo, em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos, conforme já foi explicitado.	
--	--	--

No quadro 04 está uma parte importante do trabalho; ano de publicação, área de conhecimento dos autores. Quanto as definições e finalidades dos artigos selecionados encontram-se assim resumidos Gomes, (2018) afirma que a finalidade de compreender o fenômeno da ansiedade, pois se faz muito importante e, sobretudo, em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos, conforme já foi explicitado. Ademais, identificar os fatores de risco mais associados ao desenvolvimento da ansiedade entre os universitários. Para Lima, Sonia Oliveira et al (2019) a partir de uma revisão de literatura, avaliaram a ansiedade enquanto sintoma e suas classificações diagnósticas através da abordagem cognitivo comportamental e apresentar técnicas de tratamento disponíveis e eficientes para estes casos.

Os estudos de Cardozo, Mayara Quadros Brasil; Gomes, Karin Martins; Fan, Lee Gi; Soratto, Maria Tereza et al (2017) avaliaram a ansiedade e afirmam que ela pode estar relacionada a diversos distúrbios psicológicos podendo ser considerado um transtorno mental dependendo do nível da ansiedade e de fatores associados.

Enfim, os estudos de Silva. Panosso; Fortunata (2018) tiveram como finalidade compreender o fenômeno da ansiedade em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos, conforme já foi explicitado, bem como identificar os fatores de risco mais associados ao desenvolvimento da ansiedade entre os universitários.

Diante dos argumentos dos autores a pergunta norteadora foi respondida no que diz respeito aos fatores correlacionados a ansiedade que atinge os acadêmicos de enfermagem. Segundo Lima (2019), os acadêmicos do curso de enfermagem apresentaram maior prevalência de sintomas de ansiedade.

Para Gomes (2018), o indivíduo apresenta um estado emocional incômodo não satisfatório, acompanhado de diversas alterações comportamentais e neurológicas.

Há que se compreender o fenômeno da ansiedade, pois se faz muito importante e, sobretudo, em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos, conforme já foi explicitado.

Ademais, Silva, Panosso e Donadon (2017) deixam claro que os fatores de risco mais associados ao desenvolvimento da ansiedade entre os universitários. É devido a população universitária ser ainda mais vulnerável a esta problemática e porque esses estudantes passam por diversas mudanças nesta fase, sejam elas sociais, psicológicas e ambientais, além das demandas que o ambiente acadêmico passa a exigir, devendo se adaptar a este novo papel que começam a exercer.

Lima et al (2019) avalia a ansiedade enquanto sintoma e suas classificações diagnósticas através da abordagem cognitivo comportamental e apresenta técnicas de tratamento disponíveis e eficientes para estes casos. Foi possível realizar um apanhado histórico das mudanças de compreensão da ansiedade enquanto sintoma até suas classificações diagnósticas e apresentar assim a eficácia das estratégias se intervenção baseadas abordagem cognitiva comportamental.

O ingresso na universidade é uma fase importante na vida dos estudantes, caracterizado como um processo de transição e desenvolvimento psicossocial, marcado por mudanças consideráveis, que coincidem com o período de descobertas, e ocasionam instabilidade emocional em relação ao processo de ensino-aprendizagem. Portanto, faz-se necessário a adaptação à nova realidade (CARDOZO et al., 2016). As atividades desenvolvidas no ambiente universitário, tais como: atividades específicas, aulas práticas, estágios, avaliações, competitividade, conflitos e estresse, podem provocar transtornos de ansiedade e assim impactar diretamente a saúde desses estudantes (COSTA et al., 2017).

Desta forma, durante o Curso de Graduação de Enfermagem, o estudante desenvolve expectativas, habilidades cognitivas e psicossociais diferentes uns dos outros. A que se admitir que a ansiedade é responsável por preparar o indivíduo para situações de ameaça e perigo. Juntamente com o medo, eles envolvem fatores

cognitivos, comportamentais, afetivos, fisiológicos e neurológicos que modulam a percepção do indivíduo ao ambiente, provocando respostas específicas e direcionando a algum tipo de ação (COSTA, 2017).

A ansiedade pode ser definida como uma condição orientada para o futuro, caracterizada por: apreensão relativa à percepção de não poder controlar ou prever eventos potencialmente aversivos; sintomas corporais de tensão física; e desvio do foco de atenção para esses eventos potencialmente aversivos ou às respostas afetivas eliciadas por eles (CARDOZO, et al 2016)

A ansiedade pode ser considerada uma grande vilã na vida dos estudantes de enfermagem. Infelizmente eles vão experimentar ansiedade em todo o curso de graduação em diferentes graus. O ingresso na universidade é considerado uma experiência geradora de ansiedade aos estudantes em virtude 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 (CARDOZO, et al,2016). Desta forma, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é considerada por muitos a principal abordagem cognitiva da atualidade, constituindo uma integração de conceitos e técnicas cognitivo-comportamentais e diferenciando-se umas das outras de acordo com o enfoque predominante, cognitivo ou comportamental (SOUZA; CANDIDO, 2010). A pesquisa e a prática clínica mostram que a TCC é efetiva na redução de sintomas e taxas de recorrência, com ou sem medicação, em uma ampla variedade de transtornos psiquiátricos (REYES; FERMAN, 2018).

De acordo com Silva (2018), a literatura aponta uma gama de intervenções técnicas para o tratamento da “test anxiety” nas quais são trabalhadas as emoções, cognições e treinamento de habilidades. Neuderth et al. (2008) destacam os métodos cognitivos comportamentais como os mais eficazes para o controle desse tipo de ansiedade.

Os estudantes universitários passam por mudanças, sejam elas fisiológicas, neurológicas e psicológicas, isso devido à transcorrência da adolescência para fase adulta, fazendo com que os indivíduos enfrentem este período crítico de adaptação ao novo papel social que passam a vivenciar. A realização de provas ou exames e a apresentação de trabalhos constituem situações mais estressantes para os alunos, sendo

muitas vezes fatores de risco para o desenvolvimento da ansiedade (SILVA, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Revisão Bibliográfica Integrativa sobre os Fatores Correlacionados à Ansiedade em Acadêmicos de Enfermagem é uma ferramenta importante na síntese das pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentada em conhecimento científico, ou seja, para a prática baseada na evidência. Verificou-se que a revisão integrativa tem sido apontada como uma ferramenta ímpar no campo da saúde, pois sintetiza as pesquisas disponíveis sobre determinada temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico.

A que se destacar a necessidade de adoção de estratégias que ajudem os acadêmicos no enfrentamento dessa patologia, cada vez mais presente no ambiente universitário, bem como a criação de espaços de convivência e de apoio aos alunos, contemplando atividades que promovam o bem-estar, a fim de garantir melhor qualidade de vida e, conseqüentemente, melhor formação profissional dos acadêmicos.

Constatou-se que o fenômeno da ansiedade é uma realidade entre os acadêmicos de enfermagem e, sobretudo, em relação aos estudantes universitários devido aos estresses a que estão expostos. Pode-se concluir que a vida acadêmica a aprendizagem deverá ser um processo real e eficaz, baseado na teoria e prática. Em resumo, para evitar a ansiedade em acadêmicos de enfermagem, a saúde pública e comunitária, as faculdades responsáveis pela formação de enfermeiros têm que estar impregnadas de intencionalidade educativa e preventiva.

Agradecimentos

Agradecemos primeiramente a Deus, por nos iluminar e capacitar por toda esta jornada, aos nossos familiares e amigos que sempre nos apoiaram e não menos importante, agradecemos a todos os professores e coordenadores da Faculdade Estácio em especial ao Mestre: Marcos Vinicius por todo apoio e incentivo.

Divulgação

Este artigo é inédito e não está sendo considerado para qualquer outra publicação. O(s) autor(es) e revisores não relataram qualquer conflito de interesse durante a sua avaliação. Logo, a revista *European Academic Research*

detém os direitos autorais, tem a aprovação e a permissão dos autores para divulgação, deste artigo, por meio eletrônico.

REFERÊNCIAS

- BORGES, Agamenon Martins. **Ansiedade: uma abordagem cognitivo comportamental dos diagnósticos e tratamento**. Instituto de Psicologia.UNB, 2015.
- CARDOZO M. Q. et al. **Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina**. Revista Saúde e Pesquisa, Maringá- PR, v. 9, n. 2, p. 251-262, mai./ago. 2016. Disponível em: . Acesso em: 19 abr. 2020.
- COSTA K.M.V. et al. **Ansiedade em universitários na área da saúde**. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE, Editora Realize. v. 2., Campina Grande-PB, 2017. Disponível em: . Acesso em: 10/09/2020.
- CARDOZO, Mayara Quadros; GOMES, Karin Martins; FAN, Lee Gi; SORATTO, Maria Tereza. **Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina**. *Saúde e Pesquisa*. Maringá (PR) DOI: Disponível em: http://dx.doi.org/10.177651/1983-1870.2016_v9n2p251-262. Acesso em: 10/09/ 2020
- GOMES, Maria Luíza Correia. **Ansiedade e depressão entre os acadêmicos de enfermagem**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem do Centro Universitário- UNICEUB como requisito à obtenção do título de bacharel em Enfermagem, sob orientação do Professor MsC Roberto Nascimento de Albuquerque. BRASÍLIA 2018.
- LIMA,Sonia Oliveira.**Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde**. *Psicol. cienc. prof.* vol.39 Brasília 2019 Epub Dec 20, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>. Acesso em: 21 abril 2020.
- RAMOS, Fabiana Pinheiro [et al].**Oficina de Controle de Ansiedade e Enfrentamento do Estresse com Universitários**. PSI UNISC, Santa Cruz do Sul, v. 3, n. 1, jan./jun. 2019.
- REYES, Amanda Neumann e FERMANN, Ilana Luiz. **Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada**. *Rev. bras.ter. cogn.* vol.13 no.1 Rio de Janeiro enero/jun. 2017
- SILVA, Dylan Ritcher da. PANOSSO, Ivana Regina; DONADON, Maria Fortunata. **Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura** Revista: *Psicologia - Saberes & Práticas*, n.2, v.1,1-10, 2018. Universidade de São Paulo.
- TABALIPA, F. O.; SOUZA, M. F.; PFÜTZENREUTER, G.; LIMA, V. C.; TRAEBERT, E.; TRAEBERT, J. **Prevalência de Ansiedade e Depressão entre Estudantes de Medicina** *Rev. bras. educ. med.*,[online] *Rev. bras. educ. med.* [online]. 2015, vol.39, n.3, pp.388-394. ISSN 1981-5271. v. 39, n. 3, p. 388-394, set. 2015, Rio de Janeiro,. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v39n3e02662014>. Acesso em: 20 mar. 2020