

CAPÍTULO 3

FATORES ASSOCIADOS À ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE: UMA REVISÃO NARRATIVA



<https://doi.org/10.22533/at.ed.890142507053>

Data de submissão: 13/05/2025

Data de aceite: 19/05/2025

Paulina Almeida Rodrigues

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Maranhão - UFMA.

<http://lattes.cnpq.br/3811305062100644>

Joana Pscheidt

Medicina - Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC)
Joaçaba, Santa Catarina
<http://lattes.cnpq.br/3210215506042966>

Camila Oliveira Barbosa de Moraes

Doutora em Medicina Tropical e Saúde Pública
Universidade Federal de Goiás (UFG)
Goiânia, Goiás, Brasil
<https://orcid.org/0000-0001-8012-4799>

Cristiano Torres Lopes

Universidad Cristiana de Bolivia
Santa Cruz de La Sierra-Bolivia
<http://lattes.cnpq.br/8600974584824812>

Ayli Micaelly da Silva

Faculdade Santa Maria, Cajazeiras-Paraíba
<http://lattes.cnpq.br/6177077658262329>

Jonh Kennedy Ferreira da Silva

Medicina - Universidade Federal do Rio grande do Norte
Natal-RN

<http://lattes.cnpq.br/4014979377689075>

Gabryelle Olguin de Matos Costa Silva

Médica pela Universidade Estácio de Sá - Rio de Janeiro, RJ
Rio de Janeiro - RJ
<http://lattes.cnpq.br/1764468112715850>

Quedma de Sousa Farias

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Anhanguera de Imperatriz Imperatriz - MA
<https://lattes.cnpq.br/3503027931798601>

Hagar Abia Silva Alencar

Enfermagem Faculdade Anhanguera (Polo Imperatriz)
Imperatriz-Maranhão
<http://lattes.cnpq.br/3583523709595688>

Keity Cristina Bueno Perina

USP - Ribeirão Preto
<http://lattes.cnpq.br/3938571721584612>

Paula Bruno Bernardes Freire

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais Campus Poços de Caldas - Minas Gerais
<http://lattes.cnpq.br/0287535770791768>

RESUMO: Objetivo: Investigar os fatores associados à presença e aos níveis de ansiedade em estudantes universitários da área da saúde. Metodologia: Revisão narrativa, o estudo investiga os fatores que contribuem para a ansiedade entre esses estudantes, seguindo a estratégia PICo. Resultados: Identificam múltiplos fatores que exacerbam a ansiedade em acadêmicos, incluindo a satisfação com o curso, a qualidade dos relacionamentos interpessoais, variações de gênero e idade, hábitos de vida, estresse acadêmico, fatores psicosociais e econômicos, experiências clínicas, pressões avaliativas e o uso de psicoestimulantes. Considerações finais: A necessidade de estratégias de apoio específicas para este grupo, dada a prevalência de sintomas ansiosos e a influência de variáveis como idade, gênero, hábitos de vida, pressões acadêmicas e experiências práticas. A adoção de abordagens holísticas, que incluem suporte psicológico, assistência pedagógica e apoio socioeconômico, é considerada fundamental para melhorar a saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade; Fatores de Risco; Pessoal de Saúde.

FACTORS ASSOCIATED WITH ANXIETY IN HEALTHCARE STUDENTS: A NARRATIVE REVIEW

ABSTRACT: Objective: To investigate the factors associated with the presence and levels of anxiety in university students in the healthcare field. Methodology: This narrative review examines the factors contributing to anxiety among these students, following the PICo strategy. Results: Multiple factors exacerbating anxiety in students were identified, including course satisfaction, quality of interpersonal relationships, gender and age variations, lifestyle habits, academic stress, psychosocial and economic factors, clinical experiences, evaluation pressures, and the use of psychoactive stimulants. Final considerations: There is a need for specific support strategies for this group, given the prevalence of anxiety symptoms and the influence of variables such as age, gender, lifestyle habits, academic pressures, and practical experiences. The adoption of holistic approaches, including psychological support, pedagogical assistance, and socioeconomic support, is considered essential for improving mental health.

KEYWORDS: Anxiety; Risk Factors; Healthcare Personnel.

INTRODUÇÃO

A enfermagem, reconhecida como um dos pilares do sistema de saúde global, requer um processo formativo acadêmico caracterizado por elevada intensidade teórica e prática. Os estudantes de enfermagem enfrentam desafios específicos ao longo de sua trajetória educacional, os quais incluem uma carga horária extensa, a complexidade dos

conteúdos curriculares e o desgaste emocional decorrente das vivências em ambientes clínicos de estágio (Bolsoni-Silva; Loureiro, 2016). Esses elementos distinguem a experiência formativa dos discentes de enfermagem daquela vivenciada por estudantes de outras áreas do conhecimento.

Nesse contexto, a ansiedade destaca-se como um problema recorrente e relevante. Embora seja uma condição amplamente observada entre universitários, manifesta-se com maior intensidade entre estudantes de enfermagem, sendo agravada por fatores como a pressão para atingir competência clínica, o medo de cometer erros em procedimentos técnicos e a exposição a situações emocionalmente exigentes durante os estágios supervisionados.

Estudos comparativos entre estudantes de enfermagem e alunos de outros cursos evidenciam uma maior prevalência de sintomas ansiosos entre os primeiros, o que indica a presença de fatores desencadeantes específicos ao ambiente formativo da enfermagem. Tais fatores incluem, entre outros, a pressão por desempenho acadêmico, o temor frente à responsabilidade profissional e a dificuldade em conciliar as exigências acadêmicas com a vida pessoal (Silva *et al.*, 2019).

Compreender esses fatores é fundamental para a formulação de estratégias de intervenção eficazes, voltadas à redução dos níveis de ansiedade e à promoção de uma experiência educacional mais saudável e acolhedora (Gaiotto *et al.*, 2021). Nesse sentido, o presente estudo tem como objetivo investigar os fatores associados à presença e aos níveis de ansiedade em estudantes universitários de enfermagem. A identificação dessas variáveis poderá contribuir não apenas para o avanço do conhecimento científico sobre o tema, mas também para subsidiar a formulação de políticas e práticas educacionais voltadas à promoção do bem-estar e do desempenho acadêmico dos futuros profissionais da área da enfermagem (Silva *et al.*, 2018).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. A formulação da pergunta norteadora baseou-se na estratégia PICo, sendo definidos como População (P) os estudantes de curso da saúde; como Intervenção (I) os fatores associados à ansiedade; e como Contexto/Desfecho (Co) a presença e a intensidade dos sintomas ansiosos. Assim, a questão orientadora do estudo foi: *“Quais são os fatores associados à ansiedade em estudantes da área da saúde?”*

Para a realização da busca, foram selecionadas as palavras-chave “ANSIEDADE”, “FATORES ASSOCIADOS” e “ESTUDANTES”, combinadas por meio do operador booleano *AND*. A busca foi conduzida no portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), abrangendo o período de 2018 a 2024, com inclusão de publicações nos idiomas português, inglês e espanhol. As bases de dados consultadas foram: LILACS, BDENF — Enfermagem, MEDLINE, Index Psicologia — Periódicos, e SciELO Preprints.

Os critérios de inclusão adotados compreenderam a disponibilidade gratuita e integral dos artigos, considerando diferentes delineamentos metodológicos, tais como estudos observacionais, prognósticos, de fatores de risco, estudos de prevalência, diagnósticos e de rastreamento. Foram excluídas publicações que não abordavam diretamente a temática proposta, bem como revisões, editoriais, cartas ao leitor e artigos indisponíveis na íntegra.

A triagem inicial ocorreu por meio da leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura integral dos artigos que atenderam aos critérios estabelecidos. Para sistematizar o processo de identificação, exclusão de duplicatas e seleção final dos estudos, foi utilizada uma adaptação do protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), conforme orientações de Galvão, Pansani e Harrad (2015).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Identificaram-se diversos fatores com influência significativa sobre os níveis de ansiedade entre estudantes, exigindo uma análise contextualizada. Entre os primeiros aspectos destacados, observou-se que a satisfação com o curso e a qualidade dos relacionamentos interpessoais exercem papel fundamental na saúde mental discente. Estudantes insatisfeitos com a formação ou que enfrentam dificuldades nas relações interpessoais apresentam maiores índices de ansiedade e sintomas depressivos, o que indica que o ambiente educacional e o suporte social constituem elementos centrais para o bem-estar psicológico nesse grupo (Leão *et al.*, 2018).

No que se refere às variáveis sociodemográficas, observou-se maior prevalência de ansiedade entre mulheres e estudantes mais jovens. Esse padrão pode estar relacionado às diferenças nas estratégias de enfrentamento do estresse e na expressão emocional, o que reforça a importância de abordagens específicas no suporte psicológico direcionado a esses subgrupos (Leão *et al.*, 2018).

Os hábitos de vida também revelaram associação significativa com os níveis de ansiedade. A ausência de atividade física regular, distúrbios do sono e preocupações relacionadas ao futuro foram consistentemente vinculados à maior sintomatologia ansiosa, destacando a relevância da promoção de um estilo de vida saudável e equilibrado entre os estudantes (Rosendo *et al.*, 2022).

O estresse acadêmico, resultante da elevada carga de estudos e das exigências de desempenho, juntamente com vivências estressantes em estágios clínicos, constitui um dos principais desafios enfrentados pelos estudantes (Rosendo *et al.*, 2022). Tais evidências reforçam a necessidade de estratégias institucionais que promovam o manejo adequado do estresse e disponibilizem apoio psicológico nas instituições de ensino superior.

Aspectos psicossociais e econômicos, como condições de moradia e estabilidade financeira, também influenciam diretamente a saúde mental dos estudantes. Dificuldades econômicas e insegurança habitacional intensificam os níveis de estresse e ansiedade, evidenciando a importância de políticas institucionais voltadas ao suporte socioeconômico (Rosendo *et al.*, 2022).

As experiências clínicas, particularmente o medo de cometer erros e a percepção de inadequação nos ambientes hospitalares, foram identificadas como fatores de grande impacto emocional. Esses achados indicam a necessidade de preparo psicológico prévio e suporte contínuo durante as atividades práticas, a fim de reduzir a ansiedade e favorecer a adaptação ao campo profissional (Rosendo *et al.*, 2022).

A pressão imposta pelas avaliações acadêmicas, associada à intensa carga de trabalho, emerge como fator de exacerbação da ansiedade entre os estudantes (Santiago *et al.*, 2021). Tal evidência destaca a urgência de metodologias pedagógicas que mitiguem os efeitos negativos do processo avaliativo, promovendo ambientes de aprendizagem mais acolhedores e emocionalmente sustentáveis.

Outro ponto de atenção é o uso de medicamentos psicoestimulantes como estratégia para lidar com a ansiedade e o estresse, o que suscita a necessidade de campanhas educativas sobre os riscos associados a essa prática. Além disso, observaram-se diferenças relevantes entre os estudantes ingressantes e concluintes. Ambos os grupos apresentam altos níveis de estresse e ansiedade, embora por razões distintas: os primeiros vivenciam o processo de adaptação ao ensino superior, enquanto os últimos enfrentam pressões relacionadas à inserção no mercado de trabalho, aos desafios da prática clínica, à convivência com profissionais de diferentes áreas e à competição entre colegas (Moreira & Furegato, 2013; Santiago *et al.*, 2021).

Por fim, o estresse contínuo e não gerenciado pode evoluir para transtornos de ansiedade e de humor, com repercussões negativas no desempenho acadêmico e nas habilidades de tomada de decisão (Rosendo *et al.*, 2022). Essa realidade evidencia a necessidade urgente de uma abordagem multidimensional e contínua voltada à saúde mental dos estudantes universitários, integrando suporte psicológico, pedagógico e socioeconômico como eixos centrais de atenção.

CONCLUSÃO

A análise realizada evidenciou a relevância de variáveis como idade, gênero, hábitos de vida, pressões acadêmicas e vivências em contextos clínicos na determinação do bem-estar psicológico dos acadêmicos. Observou-se maior prevalência de sintomas ansiosos entre mulheres e discentes mais jovens, o que reforça a necessidade de desenvolvimento de estratégias de apoio psicosocial direcionadas a esses grupos específicos. Ademais, os dados analisados destacaram a influência significativa de fatores econômicos e da carga atribuída às avaliações acadêmicas como elementos que afetam negativamente a saúde mental dos estudantes.

Dante desse panorama, torna-se premente a adoção de abordagens integradas e interdisciplinares no âmbito das instituições de ensino superior. Tais estratégias devem contemplar não somente suporte psicológico contínuo, mas também assistência pedagógica individualizada e políticas de apoio socioeconômico, de modo a promover condições mais favoráveis para o bem-estar integral.

REFERÊNCIAS

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; LOUREIRO, Sonia Regina. O Impacto das Habilidades Sociais para a Depressão em Estudantes Universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S.L.], v. 32, n. 4, p. 1-8, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/NGC39GWnfgL98TcVsdQSWqy/#>. Acesso em: 2 dez. 2023.

GAIOTTO, Emiliana Maria Grando; TRAPÉ, Carla Andrea; CAMPOS, Celia Maria Sivalli; FUJIMORI, Elizabeth; CARRER, Fernanda Campos de Almeida; NICHIATA, Lucia Yassuko Izumi; CORDEIRO, Luciana; BORTOLI, Maritsa Carla de; YONEKURA, Tatiana; TOMA, Tereza Setsuko. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. **Revista de Saúde Pública**, [S.L.], v. 55, p. 114, 20 dez. 2021. Universidade de São Paulo, Agência USP de Gestão de Informação Acadêmica (AGUIA). <http://dx.doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003363>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/3g8cn4H3vvgsCcm8GSdRRg/?lang=pt>. Acesso em: 4 dez. 2023.

GALVÃO, Taís Freire; PANSANI, Thais de Souza Andrade; HARRAD, David. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, [S.L.], v. 24, n. 2, p. 335-342, jun. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/TL99XM6YPx3Z4rxn5WmCNCF/?lang=pt>. Acesso em: 28 nov. 2023.

LEÃO, Andrea Mendes; GOMES, Ileana Pitombeira; FERREIRA, Marcelo José Monteiro; CAVALCANTI, Luciano Pamplona de Góes. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S.L.], v. 42, n. 4, p. 55-65, dez. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kyYq35bwkZKHpKRTjyqjMYz/?lang=pt>. Acesso em: 28 nov. 2023.

MOREIRA, Danila Perpétua; FUREGATO, Antonia Regina Ferreira. Stress and depression among students of the last semester in two nursing courses. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [S.L.], v. 21, n., p. 155-162, fev. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/DtffcNbKSyCqdznKRm5Lq3P/?format=pdf&lang=pt#:~:text=Comparando%2Dse%20os%20dados%20deste,com%20sinais%20indicativos%20de%20depress%C3%A3o>. Acesso em: 30 nov. 2023.

ROSENDO, Letícia dos Santos; MEIRELES, Adriana Lúcia; CARDOSO, Clareci Silva; BANDEIRA, Marina de Bittencourt; PAULA, Waléria de; BARROSO, Sabrina Martins. Relação entre Perfil, Hábitos, Vivências Acadêmicas e Resiliência de Universitários. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 42, p. 1-16, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/VvjrjfGQvhssGWFT7gXCFMy/?lang=pt>. Acesso em: 28 nov. 2023.

SANTIAGO, Mathews Barbosa; BRAGA, Odete Silva; SILVA, Polyanna Rodrigues da; CAPELLI, Vinícius Matheus Ritter; COSTA, Ruth Silva Lima da. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, [S.L.], v. 10, n. 1, p. 73-84, 12 fev. 2021. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3374/3942>. Acesso em: 28 nov. 2023.

SILVA, Claudiana Pinheiro da; SOUSA, Fabiane Araújo de; ALBUQUERQUE, Francisca Daniele Nogueira; ALMEIDA, Thaynara Andrade; ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes de. Psicologia e Saúde Mental: um estudo das representações entre universitários de psicologia. **Salud & Sociedad**, [S.L.], v. 9, n. 3, p. 210-220, 30 dez. 2018. Disponível em: <https://revistas.ucn.cl/index.php/saludysociedad/article/download/3319/3037/10696>. Acesso em: 2 dez. 2023.

SILVA, Pérola Liciâne Baptista Cruz e; SILVA, Beatriz Francine Fernandes; CHAGAS, Keite Kelli Aparecida Conceição Rocha; TORTOLA, Michele Beatriz Alves; CALDEIRA, Renata Lourdes Rodrigues. Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S.L.], v. 9, p. 1-7, 16 ago. 2019. Disponível em: <http://periodicos.ufsj.edu.br/recom/article/view/3191/2165>. Acesso em: 3 dez. 2023.