

## FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE SINTOMAS ANSIOSOS E DEPRESSIVOS EM DISCENTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

DOI: 10.53524/lit.edt.978-65-84528-08-6/59

**Rosa Jordana Carvalho**

Mestranda em Enfermagem, Universidade Federal do Piauí.  
rjordana17@gmail.com

**Paulo Victor de Sousa Ribeiro**

Acadêmico de Enfermagem, Universidade Federal do Piauí  
p.vsousa@outlook.com

**Márcia Astrês Fernandes**

Pós-Doutora pelo Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto-EERP da Universidade de São Paulo – USP e Professora Associada da Universidade Federal do Piauí – UFPI.  
m.astres@ufpi.edu.br

### RESUMO

**Introdução:** o meio acadêmico é muito exigente pela sobrecarga de tarefas, exigências dos professores, avaliações e outros tipos de demandas inerentes ao curso. Os estudantes de enfermagem, por exemplo, além do excesso de conteúdo de estudo e atividades a serem realizadas, sofrem com a pressão social de se tornarem profissionais capacitados e familiares para serem bem-sucedidos na profissão. Desse modo, tornam-se extremamente vulneráveis emocionalmente ao desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos. **Objetivo:** analisar, a partir da literatura científica, os fatores de risco que influenciam no desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos em estudantes de enfermagem. **Métodos:** Estudo teórico-reflexivo, construído com base na leitura crítica de estudos científicos que versam sobre o tema. **Resultados e Discussão:** no mundo, estima-se que 350 milhões de pessoas sofrem com transtornos depressivos e 250 milhões com transtornos de ansiedade, o que evidencia uma realidade preocupante acerca da saúde mental. Faz-se necessário, portanto, analisar quais são esses sintomas ansiosos e depressivos e os fatores relacionados ao seu desenvolvimento. Os principais sintomas relatados pelos discentes de enfermagem são sudorese, taquicardia, tremores, tristeza, culpa. E dentre os principais fatores relacionados estão a sobrecarga de atividades acadêmicas, pressão social e familiar, isolamento social. **Conclusão:** nota-se que os estudantes de enfermagem passam por sofrimento psíquico e assim, é necessária a reflexão acerca dos métodos avaliativos e possíveis projetos de intervenção para a promoção da saúde dessa comunidade acadêmica.

**Palavras-chave:** Ansiedade; Depressão; Fatores de Risco; Estudantes de Enfermagem.

## 1 INTRODUÇÃO

No âmbito universitário, o discente apresenta relativa predisposição a desenvolver sintomas e transtornos de ansiedade, devido as exigências acadêmicas crescentes ao longo do curso. Carga horária, cobranças vindas de professores, insegurança, exigências do mercado de trabalho, pressão da sociedade para a formação de profissionais competentes e bem-sucedidos são alguns outros fatores desencadeantes dos problemas relacionados à saúde mental de alunos do ensino superior (COSTA LIMA *et al.*, 2021)

Diante destes fatores estressores que causam sintomas ansiosos e depressivos, bem como seus respectivos transtornos, a organização mundial de saúde estima que no mundo, 350 milhões de pessoas sofrem de transtornos depressivos e 265 milhões com transtornos de ansiedade, o que representa um aumento de casos de aproximadamente 50% entre os anos de 1990 e 2013 (WHO, 2016a; WHO, 2016b).

Sentimentos como irritabilidade, impaciência, preocupação e desapontamento podem se instalar em estudantes no decurso da graduação. Esses elementos, entretanto, são nocivos para universitários, porquanto podem atuar como fatores ansiogênicos e suscitar quadros depressivos, os quais ficam comprovados na prevalência de depressão. Os números assumem proporção maior quanto à prevalência de ansiedade em acadêmicos (COSTA LIMA *et al.*, 2021).

Com base nisso, a depressão compreendida como problema de saúde pública, manifesta-se pela anedonia, insegurança, baixa autoestima, alterações no humor, apetite e sono, dificuldade para concentrar-se e manter a atenção, ideias pessimistas e suicidas dentre outros sintomas. E quando instalada tem influência direta no rendimento e desempenho acadêmico do universitário; além de contribuir para seu sofrimento emocional há ainda declínio da cognição e desgaste físico elevado, portanto, sua saúde mental e física tornam-se vulneráveis, proporcionando o desenvolvimento de comorbidades como hipertensão (FERNANDES *et al.*, 2018).

Pertinente também esclarecer que dentre os fatores de risco associados à depressão estão as experiências dolorosas enfrentadas no cotidiano, instabilidade financeira, baixa autoestima, elementos ligados à personalidade, descontentamento com a vida, história familiar e insatisfação com o corpo. E em meio aos transtornos mentais, a depressão especificamente, caracteriza-se por levar o enfermo à tentativa e suicídio completo (FACIOLI *et al.*, 2020).

Enquanto a ansiedade caracteriza-se por um estado de alerta e reação natural do organismo às situações estressoras. E quando se desenvolve de forma acentuada passa a ser entendida como transtorno psicossomático, que pode ser percebido por tremores, palpitações, cefaleia e hipotensão. Pode causar certa incapacidade, bem como o não reacionismo à sensação de perigo iminente, lapsos de memória; interfere na atenção e pensamento e, assim prejudicam aprendizagem e formação do futuro profissional (PAIXÃO *et al.*, 2021)

Além dos fatores abordados, é relevante mencionar que estudantes, especialmente de enfermagem, tem relativa vulnerabilidade a desenvolver transtornos de ansiedade e depressão, pois lidam com circunstâncias que podem fazê-los manifestar sintomatologias ansiosa e depressiva; como presenciar situações de risco de morte. Portanto, precisam tomar decisões precisas e de forma rápida; estão também em contato com sofrimento, variações emocionais, problemas afetivos e outras situações que despertam sentimentos negativos e, quando não acompanhados e tratados, podem se agravar e levar ao aparecimento de desordens; como a adoção de comportamentos de risco dentre eles o uso de bebidas alcoólicas, alimentação inadequada, fumo e disposição prejudicada para seguir terapêuticas (MACHADO *et al.*, 2021).

A rotina a que estão expostos os estudantes universitários é de certa forma estressante, fato que pode interferir negativamente no rendimento acadêmico destes, torna-se importante o conhecimento dos fatores relacionados ao desenvolvimento dos sintomas ansiosos e depressivos em discentes de enfermagem.

Nesse sentido, o presente estudo objetivou analisar, a partir da literatura científica, os fatores de risco que influenciam no desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos em estudantes de enfermagem.

## **2 MÉTODOS**

O estudo em questão trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada de janeiro a março de 2022, elaborada com base na leitura crítica de estudos científicos que versam sobre o desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos em discentes de graduação em enfermagem. Foi realizado levantamento bibliográfico através de uma pesquisa exploratória nos documentos eletrônicos

disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas seguintes bases de dados: Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline), Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). A escolha da presente revisão é sustentada por ser uma abordagem capaz de permitir adquirir e atualizar o conhecimento sobre uma temática específica, além de proporcionar ampla discussão do tema em questão.

A busca no acervo contou com o uso do operador booleano “AND”, constituindo termos de busca com as palavras-chave: “Ansiedade”; “Depressão”; “Fatores de Risco” e “Estudantes de Enfermagem”. Como questão norteadora para o estudo, adotou-se “Quais fatores desenvolvem sintomas ansiosos e depressivos em graduandos de enfermagem?”. Quanto aos critérios de buscas, delimitou-se recorte temporal dos últimos 8 anos, estudos na língua portuguesa e inglesa e artigos completos. Após aplicabilidade dos critérios metodológicos e avaliando-se a condução lógica dos estudo bem como assunto principal, usou-se 13 artigos e uma publicação da Organização Mundial da Saúde (OMS) para compor a presente pesquisa.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A depressão é um transtorno de humor que abrange outros transtornos depressivos que se diferenciam pela duração e intensidade dos sintomas apresentados por quem é acometido por essa desordem. Sua etiologia provém de associações entre características genéticas, ambientais e da personalidade humana. Deste modo é possível determinar os tipos de depressão e sintomas característicos; como caráter melancólico, introspecção ou até forma psicótica. Logo, essas peculiaridades permitem planejamento e implementação da terapêutica para cada caso (MELO *et al.*, 2021).

Os sintomas mais recorrentes em pessoas com transtornos depressivos são anedonia, alterações no apetite e sono, problemas cognitivos, sentimento de culpa, baixa autoestima, exacerbada autocrítica e ideações suicidas. Além disso, o impacto da depressão não atinge somente a pessoa acometida, mas seus laços sociais, como problemas em relacionamentos amorosos, estresses familiares, afastamento do ciclo de amigos. E traz consequências negativas, também, para os estudos e

para o futuro profissional, pois leva à queda do rendimento acadêmico e do desempenho no trabalho (PINHEIRO *et al.*, 2020).

Em relação à ansiedade, esta pode ser compreendida como uma reação natural do organismo e se associa, principalmente, a acontecimentos futuros. O corpo sofre mudanças fisiológicas, alterações somáticas, proveniente de alterações neurológicas, que preparam o corpo e o deixa em estado de alerta diante de situação de iminente perigo. Causa também sensação de desconforto, apreensão e inquietação. (ZANCAN *et al.*, 2021).

Diante do exposto é pertinente relatar que a adolescência por si só é considerada etapa da vida que provoca transformações físicas, mentais e emocionais. É importante parcela dos universitários ao ingressarem na academia encontra-se na adolescência tardia e logo se sobrecarregam, emocionalmente, devido à relevância da graduação para seu futuro profissional. Existem, também, expectativas diante do novo universo: maior independência e autonomia, afastamento do seio familiar, nova rotina de vida e estudos e novos laços sociais levam ao burnout acadêmico, evidenciado por esgotamento e baixo rendimento junto ao desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos nesta população (COSTA LIMA *et al.*, 2021).

E nesse contexto, os alunos do ensino superior encontram-se introduzidos em âmbitos paulatinamente mais meticulosos, detalhistas e competitivos, e são compelidos a alcançar patamares de excelência no desempenho acadêmico, com intuito de satisfazer expectativas e adquirir competências que lhes qualifiquem para alcançar a conformação do mercado de trabalho, o que eleva os níveis de estresse pelo qual pode conduzir a quadros depressivos. De modo que as pesquisas atuais, têm comprovado a relação direta entre a cobrança por alto desempenho e a prevalência de depressão em discentes universitários; visto a comunidade acadêmica apresentar taxas superiores quando comparada com a porcentagem da população em geral (PINHEIRO *et al.*, 2020).

Observa-se, ademais, que exista relação direta entre alunos universitários mais avançados em idade, os quais se encontram em períodos finais da graduação, com incidência mais pronunciada de sintomas ansiosos e depressivos ao se estabelecer paralelo com discentes mais jovens, no início da vida acadêmico-universitária. As principais causas estão relacionadas à fastidiosa carga horária, extremamente extensa em períodos próximos ao fim do curso, bem como

instabilidades emocionais frente às incertezas de empregabilidade (SANTOS *et al.*, 2021).

Em pesquisa feita por uma universidade pública brasileira, utilizando a população de 609 alunos como amostra de estudo, reuniu discentes dos cursos da saúde (enfermagem, farmácia, fisioterapia e odontologia) e identificou prevalência de ansiedade em 90% dos estudantes participantes. Os elevados índices de ansiedade encontrados apresentaram associação com fatores, como ausência de lazer e prática esportiva. Alguns outros itens, dentre eles os problemas financeiros, estressores sociais, desempenho acadêmico e a mudança intrínseca à transição do ambiente familiar para o ambiente universitário foram responsáveis pelo surgimento da sintomatologia ansiosa. E no estudo a espiritualidade foi indicada como elemento relevante para o controle dos sintomas ansiosos (SILVA *et al.*, 2021).

Especificamente, nos estudantes de enfermagem a depressão e a ansiedade estão integradas ao desencadeamento de sentimentos ao longo da caminhada do ensino-aprendizagem, pois os alunos sentem-se temerosos e inseguros quanto à exigência de postura profissional, a qual está em fase de construção. No entanto, a magnitude em que estes sentimentos se expressão tendem a minimizar-se no decurso da graduação, especificamente nas ocasiões de estágios obrigatórios, em que o aluno terá oportunidade de adquirir experiência e competências profissionais para realizar procedimentos próprios da categoria profissional (SILVA *et al.*, 2021).

Vale ressaltar que a frequência dos transtornos depressivos está mais prevalente em alunos matriculados nos primeiros anos do curso, abrandando os índices ao longo dos períodos subsequentes; no entanto, estudantes que lidam com desarmonia familiar têm chances 3,3 vezes maior de sofrer com os transtornos quando comparados com aqueles que nunca experimentaram tais circunstâncias. Outro fato significativo refere-se à reduzida correlação entre depressão e gênero, fatores sociais, idade, trabalho e frequência de práticas esportivas. Todavia, situações acadêmicas estressoras e perspectiva de carreira configuram-se como elementos relevantes para suscitar quadros depressivos (FONSECA *et al.*, 2019).

É imprescindível dizer, também, que o acadêmico de enfermagem ao estabelecer relação com o paciente e seus familiares depara-se com os sentimentos de angústia, tristeza, frustração. Além disso lidam com a morte, sofrimento humano e dor. Portanto, há uma sobrecarga emocional externa pelas exigências do seu

curso e da sociedade, além de autocrítica para ser bom profissional, para atender adequadamente às expectativas e necessidades dos pacientes e seus acompanhantes, além de buscar alto volume de conhecimento para prática clínica. Esses acadêmicos, assim, estão mais predispostos a desenvolver transtornos ansiosos e depressivos (PEREIRA *et al.*, 2019).

De acordo com estudos realizados com discentes de enfermagem de uma universidade pública de São Paulo, dentro da população de 308 estudantes que compunham a amostra, 65% recebiam assistência psiquiátrica, enquanto que 16% já lançaram mão de tratamento medicamentoso para ansiedade, em tempo anterior e/ou posteriormente à realização da pesquisa. Entende-se, portanto, que a presença do diagnóstico de ansiedade desperta nos alunos a procura por meios que o ajudem a conviver com a sintomatologia ansiosa, por extrapolar os limites de suas estratégias de enfrentamentos (MARCHI *et al.*, 2013).

#### **4 CONCLUSÃO**

O estudante universitário é cobrado por si mesmo, por professores e pela sociedade para ser profissionalmente qualificado e bem-sucedido. A rotina de estudos, atividades desenvolvidas no âmbito extra-acadêmico junto às preocupações do dia-a-dia fomentam no íntimo do estudante inseguranças, sentimentos de incapacidade e baixa autoestima.

Entretantes, o meio universitário traz consigo responsabilidades e atividades que exigem copioso empenho do aluno. As atividades obrigatórias e extracurriculares demandam esforços físicos e desgaste emocional dos discentes, que resultam em danos subjetivos que progridem e evoluem para sintomas ansiosos e depressivos.

Vale destacar que o estudante, particularmente, de enfermagem além de passar por problemas habituais de sua realidade ainda deve lidar com circunstâncias que abarcam o sofrimento, angústia e processos de morte de pacientes, e em certos casos prestar auxílio à familiares destes, o que requer competências e preparo psicológico para auxiliá-lo a lidar em tais conjunturas.

Diante do exposto, torna-se relevante identificar e analisar os fatores que influenciam no desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos entre alunos de enfermagem, visto que por meio deste conhecimento poderão ser planejadas

intervenções, a exemplo de suporte psicológico, com vistas a melhorar o estado de saúde e desempenho acadêmico dos discentes.

## REFERÊNCIAS

COSTA LIMA, D. W. *et al.* Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 11, p. 23, 2021.

SANTOS, L. B. *et al.* Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 17, n. 1, p. 92-100, 2021.

FACIOLI, A. M. *et al.* Depressão entre estudantes de enfermagem e sua associação com a vida acadêmica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020

FERNANDES, M. A. *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 2169-2175, 2018.

FONSECA, J. R. F. *et al.* Associação dos fatores de estresse e sintomas depressivos com o desempenho acadêmico de estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 53, 2019.

MACHADO, F. P. *et al.* Estratégias de coping em situações de ansiedade por graduandos de enfermagem. **Rev. port. enferm. saúde mental**, p. 153-168, 2021.

MARCHI, K. C. *et al.* Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v.15, n.3, p. 729-37, 2013.

MELO, H. E. *et al.* Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021.

PAIXÃO, J. T. S. *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários da área da saúde. **Enferm. foco (Brasília)**, p. 780-786, 2021.

PEREIRA, F. L. R. *et al.* Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. **Rev. pesqui. cuid. fundam.(Online)**, p. 880-886, 2019

PINHEIRO, J. M. G. *et al.* Qualidade de vida, sintomas depressivos e psiquiátricos menores em estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020.

SILVA, A. M. G. *et al.* Ansiedade em acadêmicos de enfermagem e suas complicações futuras. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 10, n. 2, p. 269-279, 2021.

WHO. Depression and Other Common Mental Disorders, Abril 2016. Disponível em <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/en/>. Acesso em 10 Abril 2022

ZANCAN, R. K. *et al.* Estresse, Ansiedade, Depressão e Inflexibilidade Psicológica em Estudantes Universitários de Graduação e Pós-Graduação. **Estudos e pesquisas em psicologia (ONLINE)**, 2021